



แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

Guideline for Happiness Development of the Elderly in Nakorn Pathom Province

Received: January 21, 2022

Revised: March 8, 2022

Accepted: April 26, 2022

ภัทธนันท์ อุณอ่อน*

Phattharanan Un-on

นพพร จันทรนาชู**

Nopporn Chantaranamchoo

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับความสุข ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขและแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-74 ปี อาศัยอยู่ในจังหวัดนครปฐม ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น จำนวน 175 คน ผู้ให้ข้อมูลหลักในการสัมภาษณ์ระดับลึก จำนวน 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 2 ส่วน คือ แบบสอบถามและแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ระดับลึก การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้สถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วย ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1. ระดับความสุขและปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมโดยรวมส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก 2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ณ ระดับนัยสำคัญ .05 ประกอบด้วย ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม 3. แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย 1) ผู้สูงอายุควรหมั่นดูแลสุขภาพของตนเอง 2) ผู้สูงอายุควรวางแผนทางการเงินตั้งแต่วัยทำงานและออมเงินไว้ใช้ในยามแก่ชรา 3) ครอบครัวและชุมชนควรให้ความเห็นอกเห็นใจ และช่วยเหลือเกื้อกูลผู้สูงอายุ 4) การจัดสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกที่อยู่อาศัยให้เป็นระเบียบ การบริการสาธารณะที่เอื้อต่อผู้สูงอายุ ข้อเสนอแนะจากการวิจัย ดังนี้ ควรมีนโยบายส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ สนับสนุนการจ้างแรงงานผู้สูงอายุ การจัดทำโครงการหรือจัดกิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้ทำประโยชน์เพื่อชุมชนและสังคม การกำหนดมาตรฐานทางสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ

คำสำคัญ : แนวทางการพัฒนาความสุข/ ความสุข/ ผู้สูงอายุ

* นักศึกษาปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

Master of Education Student Program in Development Education, Faculty of Education, Silpakorn University, Thailand

** อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

Advisor Associate Professor Dr., Department of Education Foundation, Faculty of Education Silpakorn University, Thailand

Corresponding Author E-mail Address: Phattharanan-PTRN@hotmail.com



Abstract

The objectives of this study were. To study the happiness level; factors affecting happiness; and guidelines for develop happiness among the elderly in Nakhon Pathom Province. The sample used in this study consisted of a total of 175 aged between 60-74 years lived in Nakhon Pathom Province. The sample were selected using stratified sampling method. In-depth interview was performed with 6 key informants. The research instrument has 2 parts which are questionnaires and questions for in-depth interviews. Data were analyzed by descriptive statistics, independent sample t-test, one-way analysis of variance, multiple regression analysis and content analysis.

The results showed that 1. In overall, most of the factors affecting happiness of the elderly in Nakhon Pathom Province were at a high level; 2. The factor with highest effect on happiness of the elderly in Nakhon Pathom Province at a significance level of 0.05 consisted of health factors environmental factors and social relationship factors.; 3. Guidelines for improving the happiness of the elderly in Nakhon Pathom Province consist of 1) Elderly people should take care of their own health.; 2) The elderly should have a financial plan from their working age and save money for retirement; 3) Families and communities should empathy and provide assistance to the elderly; 4) The environment inside and outside of the residence should be organized and there should be favorable public services for the elderly. Recommendations from this research found that: There should be a policy to promote the health of the elderly. Support the employment of elderly workers. Organizing projects or activities for the elderly to benefit the community and society. Setting environmental standards that are friendly to the elderly.

Keywords : Guidelines for the Development the Happiness/ Happiness/ Elderly

บทนำ

ปัจจุบันประเทศทั่วโลกต่างประสบกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ในโครงสร้างทางอายุของประชากรสูงวัย ตลอดจนโครงสร้างครอบครัวและสายสัมพันธ์ระหว่างรุ่น (United Nation, 2020A: Online) โดยสำหรับประเทศไทยนั้น กระทรวงสาธารณสุขได้ระบุว่า จะก้าวเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ภายในปี พ.ศ. 2568 ซึ่งส่งผลกระทบด้านลบในหลายมิติ อุทุมพร วานิชคาม (Wanitchakham, 2019: 165) เช่น ตลาดแรงงาน การเงิน ความต้องการสินค้า การคุ้มครองทางสังคม เป็นต้น ประกอบกับสถานการณ์ในปัจจุบัน ตั้งแต่ต้นปี 2020 ทั่วโลกต่างได้รับผลกระทบจากการแพร่กระจายอย่างรวดเร็วของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019) ซึ่งในวัยสูงอายุที่มีอัตราการติดเชื้อและการเสียชีวิตมากกว่าบุคคลวัยอื่น ๆ (United Nation, 2020B: 17) และยังส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชน ทั้งในด้านเศรษฐกิจ



.....
และสังคมอย่างกว้างขวาง ตลอดจนครอบครัวที่มีผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุมีร่างกายที่เสื่อมถอยลงไปตามกาลเวลา จึงมีความเสี่ยงในด้านสุขภาพ ต้องการการดูแลที่มากกว่า และเป็นกลุ่มที่อยู่ในวัยเกษียณ ไม่มีรายได้หรือมีรายได้ที่น้อยกว่าในวัยทำงาน จึงได้รับผลกระทบที่รุนแรงกว่าบุคคลวัยอื่น ๆ ยศ วัชรคุปต์ และสมชัย จิตสุชน (Vajragupta and Jitsuchon, 2020: Online) การเตรียมพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นกับกลุ่มผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งจำเป็นเร่งด่วนที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จะต้องวางแผนรองรับปัญหาดังกล่าวเป็นเบื้องต้น ซึ่งเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาผู้สูงอายุ คือ การทำให้ผู้สูงอายุเป็นสมาชิกที่เข้มแข็งและมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม ซึ่งจะได้จากการที่ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดี มีความรู้ความสามารถและโอกาสในการทำงานต่าง ๆ รวมทั้งมีเงินสำหรับการใช้สอย เพื่อสิ่งจำเป็นในชีวิต ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุทำคุณประโยชน์ให้กับสังคมได้มากกว่าประชากรในวัยอื่น ๆ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นสิ่งจำเป็น และเป็นเรื่องเร่งด่วนที่รัฐควรเร่งรีบในการดำเนินการ บรรลุ ศิริพานิช และคณะ (Siripanich, and et al., 2008: 4)

วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม เช่น ปัญหาสุขภาพ ความภาคภูมิใจในตนเองลดลง และต้องการการพึ่งพิงมากขึ้น ทำให้การทำกิจกรรมต่าง ๆ ลดลง เกิดความรู้สึกทางลบและทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความสุข การดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง การเตรียมความพร้อมของคนในครอบครัว ที่จะรับมือกับปัญหาของผู้สูงอายุ การสังเกตการเปลี่ยนแปลง และการปรับตัวเมื่อก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ

ความสุข (Happiness) เป็นปัจจัยสำคัญในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ความสุขนั้นเกิดขึ้นได้หลายด้าน ทั้งความสุขทางกาย สุขภาพทางจิตใจ และความสุขจากการได้รับความดูแลเอาใจใส่ การสนับสนุน การให้กำลังใจของคนในครอบครัว สำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้แนวคิดและองค์ประกอบของความสุข (Happiness Subjective Well-Being) ซึ่งเป็นองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ แนวคิดของ (Argyle 1991: 77-95) อันได้แก่ ด้านความคิด ซึ่งเป็นการประเมินความสุขในรูปแบบการใช้ความคิดในการตัดสินใจหรือประเมินในรูปของความรู้สึกพอใจในชีวิต และด้านอารมณ์ เป็นการประเมินความสุขโดยใช้ประสบการณ์ทางความรู้สึก คือ การประเมินความสุขในแง่ของอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ

สำหรับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในงานวิจัย ประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ (DiMatteo, Lepper and Croghan, 2000: 2101-2107) กล่าวว่า สุขภาพมีความเกี่ยวข้องกับการให้ความร่วมมือในการรักษาของผู้ป่วย และเป็นปัจจัยที่เป็นตัวทำนายสุขภาพที่ดี ส่วนด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ยังเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ (Layard, 2007: 111-126) รศรินทร์ เกรย์, วรชัย ทองไทย, และเรวดี สุวรรณนพเก้า (Gray, Thongthai and Suwannoppakao, 2010: 104) กล่าวว่า สถานการณ์ทางการเงิน รายได้หรือสถานะทางเศรษฐกิจ เป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ เนื่องจากรายได้ทำให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นที่อยู่อาศัย อาหารที่มีคุณค่า การรักษาพยาบาลที่มีคุณภาพ เป็นต้น

สำหรับด้านความสัมพันธ์ทางสังคม เป็นหนึ่งในปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ (Ryff, 1989: 1069-1081; Schaefer, 2004: 381-401) อธิบายว่า ความสัมพันธ์ทางบวกกับบุคคลอื่นโดยการแสดงออก เช่น ความเป็นห่วง อย่างจริงใจเกี่ยวกับความเป็นอยู่หรือความผาสุกของคนอื่นเป็นปัจจัยที่มีผลต่อความสุข และด้าน



.....
สิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ (Hooyman and Kiyak, 1996: 325-327) อธิบายว่า ความปลอดภัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่สำคัญ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ ได้เสื่อมลงตามสภาพของร่างกาย การออกแบบสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่ต้องทำการพิจารณาเป็นอย่างดี นอกจากนี้ การจัดสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม สามารถช่วยทำให้เกิดการกระตุ้นการนึกคิด ทางกายภาพ และประสิทธิภาพในการรับรู้ด้วย ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความประทับใจ และเกิดความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ การที่ผู้สูงอายุได้รับการกระตุ้นในระดับสูง จะทำให้เกิดความพึงพอใจและเป็นขวัญกำลังใจที่ดี

จังหวัดนครปฐม เป็นจังหวัดหนึ่งที่มีแนวโน้มประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือ จากร้อยละ 16.25 ในปี 2561 กรมกิจการผู้สูงอายุ (Department of Older Persons, 2018: Online) เป็นร้อยละ 17.87 ในปี 2563 กรมกิจการผู้สูงอายุ (Department of Older Persons, 2020: Online) ซึ่งเห็นได้ว่าในแต่ละปีนั้น จะมีอัตราผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นและเมื่อจำนวนผู้สูงอายุได้มีเพิ่มมากขึ้น รวมไปถึงการเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019) ที่เพิ่มมากขึ้น ความต้องการในด้านต่าง ๆ จึงเป็นสิ่งจำเป็นต่อผู้สูงอายุ ทั้งความต้องการขั้นพื้นฐานและสุขต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ จึงนำไปสู่คำถามการวิจัยที่ผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ และแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

คำถามการวิจัย

1. ระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมเป็นอย่างไร
2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมเป็นอย่างไร
3. แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม
3. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

สมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข

จากการสังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องนั้น ผู้วิจัยได้นำมาปรับใช้ในการศึกษาเรื่องแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยใช้แนวคิดและองค์ประกอบของความสุข (Happiness Subjective Well-Being) ซึ่งเป็นองค์ประกอบ 2 ด้าน อันเป็นแนวคิดของ (Argyle, 1991) ได้แก่ องค์ประกอบด้านความคิด และด้านอารมณ์ ซึ่งประกอบไปด้วย 2 องค์ประกอบ โดยมีรายละเอียดดังนี้



.....

1. องค์ประกอบทางความคิด (Cognitive Components) เป็นการประเมินความสุขในรูปแบบการใช้ความคิดในการตัดสินใจหรือประเมินในรูปของความพึงพอใจในชีวิต โดยการสรุปรวมชีวิตของบุคคล ทั้งเหตุการณ์ในชีวิต กิจกรรม และสภาพแวดล้อม แล้วตัดสินใจว่ามีความพึงพอใจหรือไม่พึงพอใจ

2. องค์ประกอบทางอารมณ์ (Affective Components) เป็นการประเมินความสุขโดยใช้ประสบการณ์ทางความรู้สึก คือ การประเมินความสุขในแง่ของอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุข

จากการสังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยด้านต่าง ๆ ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านสุขภาพ โดยใช้แนวคิดของ (DiMatteo, Lepper and Croghan, 2000: 2101-2107) กล่าวว่า ความสุขมีความเกี่ยวข้องกับการให้ความร่วมมือในการรักษาของผู้ป่วย และเป็นปัจจัยที่เป็นตัวทำนายสุขภาพที่ดี ซึ่งหมายความว่าอารมณ์ที่เป็นสุขมีความสัมพันธ์สูงกับความทนต่อความเจ็บปวด กล่าวคือผู้ที่มีความสุขมากจะมีความอดทนต่อความเจ็บปวดมาก ส่วน (Layard, 2007: 111-126) อธิบายว่า สุขภาพเป็นองค์ประกอบสำคัญต่อการกำหนดความสุขของบุคคล เนื่องจากบุคคลส่วนมากต้องการมีสุขภาพที่ดี ดังนั้น ถ้าสุขภาพไม่ดีก็ต้องการได้รับการบำบัดที่ดี ความผิดปกติทางจิตเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้คนไม่พอใจมากที่สุดต่อสุขภาพโดยรวม จะเห็นได้ชัดว่าสุขภาพจิตเป็นส่วนสำคัญของสุขภาพ ดังนั้นสุขภาพจิตจึงเป็นปัจจัยหลักของความสุขโดยรวมของบุคคล

2. ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ โดยใช้แนวคิดของ (Layard, 2007: 111-126) กล่าวว่า สถานการณ์ทางการเงิน โดยบุคคลจะเริ่มต้นจากการได้รับผลกระทบทางด้านรายได้ของบุคคล หากรายได้ลดลงความสุขก็ลดลงไปด้วย โดยเฉพาะผู้ที่มีฐานะที่ยากจน เนื่องจากพบว่า บุคคลยิ่งรวยมากเท่าใดจำนวนเงินที่เพิ่มมากขึ้นจะมีความหมายน้อยลง สำหรับคนจน จะก่อให้เกิดความสุขมากขึ้น ดังนั้น ความไม่เท่าเทียมกันทางด้านรายได้เป็นปัจจัยหนึ่งที่กำหนดความสุขของบุคคลในสังคมได้ เนื่องจากบุคคลจะเกิดความรู้สึกเป็นสุขหรือไม่เป็นสุขนั้นเกิดจากการมีพฤติกรรมเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ๆ นั่นเอง และศรีรินทร์ เกรย์, วรชัย ทองไทย, และเรวดี สุวรรณนพแก้ว (Gray, Thongthai and Suwannopkako, 2010: 102) กล่าวว่า รายได้หรือสถานะทางเศรษฐกิจเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ เนื่องจากรายได้ทำให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ตัวบ่งชี้ที่สำคัญของการประสมความสุขในสังคมสมัยใหม่ (Modern societies) คือรายได้ ดังนั้น บุคคลที่มีรายได้มากย่อมมีความสุขมากนั่นเอง

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Ryff, 1989: 1069-1081) อธิบายว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นความสัมพันธ์ทางบวกกับการแสดงออกถึงความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อความต้องการที่เกิดจากสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในสังคม การแสดงออกถึงการยอมรับนับถือ รู้สึกเห็นคุณค่า เป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุ มีความภาคภูมิใจในตนเอง มีการปฏิบัติกิจกรรมในการดูแลตนเองได้ดีขึ้น ซึ่งเป็นความต้องการพื้นฐานของบุคคลที่ได้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ทำให้ความเครียดลดลง และสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมมีสุขภาพที่ดีและเกิดความผาสุกทางใจได้สูงขึ้น ส่วน (Schaefer, 2004: 179-202) ได้แบ่งแรงสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้



-
- 3.1 การสนับสนุนทางอารมณ์ เป็นการให้การช่วยเหลือทางด้านอารมณ์
 - 3.2 การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร เป็นการช่วยเหลือโดยการให้ข้อมูลข่าวสารและความรู้ให้คำแนะนำในการแก้ปัญหาและให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมและการปฏิบัติตนของบุคคล
 - 3.3 การสนับสนุนด้านสิ่งของ เป็นการช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคลในด้านต่าง ๆ
 4. ด้านสิ่งแวดล้อม (Hooyman and Kiyak, 1996: 325-327) ได้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการมีที่อยู่อาศัยที่ดี จะต้องอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีด้วยเช่นกัน โดยระบุถึงรูปแบบที่พักอาศัยที่มีสภาวะแวดล้อมที่ดีและเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุปกติ และผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย ดังนี้
 - 4.1 การใช้ประโยชน์ง่าย ความสามารถทางร่างกายของผู้สูงอายุนั้นเสื่อมลง ทำให้ความสามารถในการเคลื่อนไหวเป็นไปได้ยากลำบาก จึงควรมีการทำทางลาดสำหรับรถเข็น หรือแม้กระทั่งการออกแบบอาคารควรออกแบบอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุสามารถใช้งานได้สะดวก เป็นต้น
 - 4.2 ความปลอดภัยทางกายภาพ ความปลอดภัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญ การออกแบบสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องทำการพิจารณาเป็นอย่างดี
 - 4.3 ความเป็นส่วนตัว ความเป็นส่วนตัวเป็นความต้องการในขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกวัย ผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกันกับบุคคลในวัยอื่น ๆ ดังนั้นความเป็นส่วนตัวในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุจึงควรถูกนำไปใช้เป็นหลักการในทางปฏิบัติมากขึ้น ซึ่งควรเป็นสถานที่ที่มิดชิดและมีความเป็นส่วนตัว
 - 4.4 ขอบเขตส่วนบุคคล ขอบเขตส่วนบุคคลเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ด้านหนึ่ง เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุได้สูญเสียการควบคุมสุขภาพร่างกาย มีความเสื่อมสมรรถภาพและมีการเปลี่ยนแปลงที่เสื่อมลงของสถานภาพต่าง ๆ ในชีวิต จึงทำให้ผู้สูงอายุเกิดความต้องการของขอบเขตส่วนบุคคล ดังนั้นสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ จะต้องมีการตอบสนองความต้องการขอบเขตส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ
 - 4.5 ใช้สอยได้ง่าย การจัดสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ภายในบ้านเป็นสิ่งสำคัญต่อผู้สูงอายุ เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวได้ง่าย โดยการออกแบบภายในบ้านไม่ให้ซับซ้อน ใช้หลักของสี่และตามความเหมาะสม
 - 4.6 การกระตุ้น เป็นหลักการหนึ่งทางจิตวิทยา เพื่อช่วยทำให้เกิดกระบวนการทางกายภาพขึ้น สภาพแวดล้อมต่าง ๆ สามารถช่วยทำให้เกิดการกระตุ้นการนึกคิด ทางกายภาพ และประสิทธิภาพในการรับรู้ด้วยการจัดที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมจึงเป็นวิธีหนึ่ง ที่ช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเกิดความประทับใจ และเกิดความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ การที่ผู้สูงอายุได้รับการกระตุ้นในระดับสูง จะทำให้เกิดความพึงพอใจและเป็นขวัญกำลังใจที่ดี และองค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002) อ้างถึงในวิสาชา ภูจินดา, ยลดา พงศ์สุภา, วิภาพรรณ เพียรแยม และคณะ (Phoochinda, Pongsupa, Pianyam and et al., 2017: Online) ได้นำเสนอแนวคิด “เมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ หรือ Age – friendly Cities” โดยกำหนดให้มีการพัฒนาเมืองที่สามารถอำนวยความสะดวกให้กับกลุ่มผู้สูงอายุให้สามารถอยู่ร่วมกับประชาชนอื่น ๆ ในชุมชนได้อย่างมีความสุข เป็นการเตรียมการเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุต่อการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพและสิ่งแวดล้อมสังคม โดยต้องมีการปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี ส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีอายุยืนยาว สามารถเข้าถึงบริการทางสังคมและบริการทางสุขภาพได้อย่างทั่วถึง ภายใต้แนวคิดเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุนั้นจะอุดมสมบูรณ์หลัก



.....
คือ เมืองที่เป็นมิตรกับทุกกลุ่มวัย โดยมีองค์ประกอบ ด้านอาคารสถานที่และบริเวณภายนอก (Outdoor Space and Buildings) และด้านการบริการชุมชนและการบริการสุขภาพ (Community Support and Health Services)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จิตินภา ฉิมจินดา (Chimjinda, 2012: Abstract) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชน จังหวัดนครปฐม โดยวิธีการวิจัยเชิงพรรณนา ผลการศึกษา พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขของผู้สูงอายุ ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

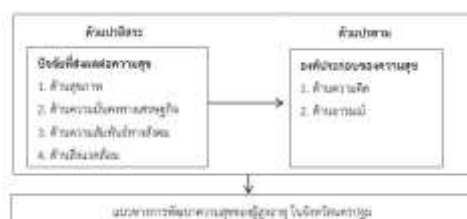
วิธมา ธรรมเจริญ (Thumcharoen, 2012: Abstract) ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในที่มีต่อความสุขของผู้สูงอายุ โดยวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยด้านเศรษฐกิจจะเกี่ยวข้องทางด้านการเงิน ซึ่งการมีเงินหรือรายได้ทำให้มีความสุขได้

อรรถกร เฉยทิม (Cheytim, 2017: Abstract) ศึกษาความสุขของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ เขต กรุงเทพมหานคร โดยวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ ผลการศึกษา พบว่า ด้านความสุขอันเกิดจากการมีสุขภาพ พบว่า ผู้สูงอายุมีความสุขโดยรวมอยู่ในระดับมาก

อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย และอัชมา ชื่นบุญ (Lueboonthavatchai and Chuenboon, 2020) ศึกษาความสุขของผู้สูงอายุไทยยุค 4.0 ที่อาศัยอยู่ในชุมชนและผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานดูแลผู้สูงอายุ โดยวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ ผลการศึกษา พบว่า ความสุขของผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อม คือ การได้อาศัยในสภาพแวดล้อมที่มีความปลอดภัย

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้แนวคิดและองค์ประกอบของความสุข (Happiness Subjective Well-Being) แนวคิดของ (Argyle, 1991: 95) ประกอบด้วย 2 ด้าน คือ ด้านความคิดและด้านจิตใจ ส่วนปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ใช้แนวคิดของ (DiMatteo, Lepper and Croghan, 2000: 2101-2107) (Layard, 2007: 111-126) ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ใช้แนวคิดของ (Layard, 2007: 111-126) รศรินทร์ เกรย์, วรชัย ทองไทย, และเรวดี สุวรรณนพเก้า (Gray, Thongthai and Suwannoppakao, 2010: 102) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ใช้แนวคิดของ (Ryff, 1989: 1069-1081.) (Schaefer, 2004: 179-202) และด้านสิ่งแวดล้อม ใช้แนวคิดของ (Hooyman and Kiyak, 1996: 325-327) และองค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002: Online) และได้พัฒนามาเป็นกรอบแนวคิด ซึ่งสามารถสรุปความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการ



วิธีดำเนินการวิจัย

1. วิธีศึกษาวิจัย การศึกษาในครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เป็นการรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามจากผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในจังหวัดนครปฐม เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ และวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เป็นการรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่ของรัฐและนักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

2. ประชากร ตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลหลัก 1) วิธีการรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ ประชากร (Population) ที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิง 60-74 ปี ที่อาศัยอยู่ในจังหวัดนครปฐม ในปี พ.ศ. 2562 จำนวน 115,247 คน กรมกิจการผู้สูงอายุ (Department of Older Persons, 2019: Online) ตัวอย่าง (Samples) ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุ 60-74 ปี (นับตั้งแต่ 1 มกราคม พ.ศ. 2562) ที่พักอาศัย มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดนครปฐม และสามารถตอบแบบสอบถามได้ โดยหาขนาดของตัวอย่างจากการใช้โปรแกรม G*Power นพพร จันทรนาชู (Chantaranamchoo, 2020: 37) ขนาดผลกระทบ (Effect Size) = .05 ค่า α err prob = .05 อำนาจการทดสอบ (Power: $1-\beta$ err prob) = .80 ได้ขนาดของตัวอย่าง 159 หน่วย และยอมให้ขนาดความคลาดเคลื่อนร้อยละ 10 ได้ ขนาดของตัวอย่าง จำนวน 175 คน โดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบ แบ่งชั้น (Stratified Sampling) นพพร จันทรนาชู (Chantaranamchoo, 2020: 26) 3) ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) จำนวน 6 ท่าน คือ นักวิชาการสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ 1 ท่าน นักพัฒนาชุมชนที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับด้านผู้สูงอายุ 1 ท่าน และผู้สูงอายุ 4 ท่าน ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับด้านผู้สูงอายุโดยเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักแบบเจาะจง (Purposive Selection)

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1) การวิจัยเชิงปริมาณใช้เครื่องมือ คือแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน โดยตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะคำถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) 5 ระดับของลิเคิร์ท (Likert scale) ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับองค์ประกอบความสุขของผู้สูงอายุ 2 ด้าน คือ ด้านความคิดและด้านจิตใจ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับของลิเคิร์ท และนำแบบสอบถามที่ได้ เสนอผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความสมเหตุสมผลเชิงเนื้อหา (Content Validity) ความชัดเจนของข้อความ ความเหมาะสม และความสอดคล้องของเครื่องมือการวิจัย โดยทำการวิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) นพพร จันทรนาชู (Chantaranamchoo, 2020: 55) การพิจารณาความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญจากการหาค่า IOC ถ้าแบบสอบถามข้อใดมีค่า IOC อยู่ระหว่าง .50 – 1.00 จะคัดเลือกข้อคำถามนั้นไว้ แต่แบบสอบถามข้อใดมีค่า IOC อยู่ต่ำกว่า 0.50 จะนำมาปรับปรุงแก้ไขหรือตัดออก ซึ่งพบว่าค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.30-1.00 และนำแบบสอบถามที่ตรวจสอบและแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญไปทดลอง (Try out) กับผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ที่ไม่ใช่ตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อถือได้ (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อถือได้แต่ละด้าน ดังนี้



.....
ตารางที่ 1 ความเชื่อถือได้ในแต่ละด้าน

ข้อความ	สัมประสิทธิ์แอลฟา
ปัจจัยด้านสุขภาพ	0.791
ปัจจัยด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ	0.599
ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	0.715
ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม	0.828
องค์ประกอบของความสุขด้านความคิด	0.883
องค์ประกอบของความสุขด้านอารมณ์	0.865

2) การวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้เครื่องมือ คือแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แบบระดับลึก ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ ดังนี้ 2.1) ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข เพื่อมาสังเคราะห์เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย มาพัฒนาแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แบบระดับลึก (In-depth Interview) 2.2) นำแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ระดับลึกไปทดลองสัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูลหลัก เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเข้าใจในเนื้อหา

4. การรวบรวมข้อมูล ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้ 4.1) การรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขจนมีคุณภาพในระดับที่ยอมรับได้ นำไปรวบรวมข้อมูลในรูปแบบกูเกิลฟอร์ม (Google Form) จากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 175 ชุด 4.2) การรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยทำหนังสือขอความร่วมมือในการรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย 4.3) ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ระดับลึกพร้อมด้วยหนังสือขอความร่วมมือในการรวบรวมข้อมูล นัดหมายขอสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 6 ท่าน

5. การวิเคราะห์ข้อมูล นำไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมทางสถิติ ดังนี้ 5.1) การวิจัยเชิงปริมาณ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้ความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percentage) 5.2) การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุข และข้อมูลเกี่ยวกับระดับองค์ประกอบของความสุข ใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Arithmetic Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และอธิบายความหมายของค่าเฉลี่ยโดยใช้เกณฑ์ ดังนี้

คะแนน 4.50 - 5.00 หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุอยู่ในระดับมากที่สุด

คะแนน 3.50 - 4.49 หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุอยู่ในระดับมาก

คะแนน 2.50 - 3.49 หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 1.50 - 2.49 หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุอยู่ในระดับน้อย

คะแนน 1.00 - 1.49 หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุอยู่ในระดับน้อยที่สุด

5.3) การวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม ใช้การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร



.....
 นพพร จันทรนาชู (Chantararnamchoo, 2020: 290) 5.4) การวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากคำถามปลายเปิด และข้อมูลจากการสัมภาษณ์ระดับลึก เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

การวิเคราะห์ระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ซึ่งประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม โดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ลำดับ และระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ได้ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ลำดับ และระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยรวม

(n=175)

ระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม	Mean	S.D.	ลำดับ	ระดับ
ด้านสุขภาพ	3.90	0.67	2	มาก
ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ	3.80	0.91	3	มาก
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.64	0.81	4	มาก
ด้านสิ่งแวดล้อม	3.99	0.65	1	มาก

จากตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ลำดับ และระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยรวม เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้ดังนี้ ด้านสิ่งแวดล้อม (Mean = 3.99, S.D. = 0.65) รองลงมาคือ ด้านสุขภาพ (Mean = 3.90, S.D. = 0.67) ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ (Mean = 3.80, S.D. = 0.91) และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Mean = 3.64, S.D. = 0.81) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

การวิเคราะห์ระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ซึ่งประกอบด้วย ด้านความคิด และด้านอารมณ์ โดยใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ได้ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 3



.....
ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ลำดับ และระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยรวม

(n=175)

ระดับความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม	Mean	S.D.	ลำดับ	ระดับ
ด้านความคิด	4.14	0.66	2	มาก
ด้านอารมณ์	4.31	0.47	1	มาก
โดยรวม	4.23	0.46	1	มาก

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ลำดับ และระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยรวม อยู่ในระดับมาก (Mean = 4.23, S.D. = 0.46) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้ดังนี้ ด้านอารมณ์ (Mean = 4.31, S.D. = 0.47) รองลงมาคือ ด้านความคิด (Mean = 4.14, S.D. = 0.66) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัยส่งผลกระทบต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม

การวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม โดยใช้การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนตามลำดับความสำคัญของตัวแปรที่นำเข้าสู่สมการ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ได้ผลการทดสอบสมมติฐาน ดังตารางที่ 4 และตารางที่ 5

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลกระทบต่อความสุขของผู้สูงอายุ

(n=175)

	ด้านสุขภาพ	ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ	ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	ด้านสิ่งแวดล้อม	Collinearity Statistics	
					Tolerance	VIF
ด้านสุขภาพ	1				.369	2.713
ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ	.756**	1			.388	2.578
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	.640**	.628**	1		.487	2.053
ด้านสิ่งแวดล้อม	.575**	.546**	.593**	1	.576	1.739
ความสุขของผู้สูงอายุ	.645	.514	.562	.566		



.....
** ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .546 ถึง .756 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าตัวแปรอิสระต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับความสุขของผู้สูงอายุ

เมื่อพิจารณาค่า Collinearity Statistics พบว่าค่า Tolerance อยู่ระหว่าง .369 ถึง .576 ซึ่งมีค่าใกล้ 0 และ VIF ของตัวแปรอิสระแต่ละตัวมีค่าอยู่ระหว่าง 1.739 ถึง 2.713 ซึ่งไม่เกิน 10 แสดงว่าตัวแปรอิสระแต่ละตัวไม่มีปัญหาความสัมพันธ์เชิงเส้นแบบพหุ (Multicollinearity) จึงสามารถนำไปสร้างสมการถดถอยต่อไป ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยเพื่อศึกษาปัจจัยส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม โดยภาพรวม (n = 175)

ลำดับตัวแปรเข้าสู่สมการ	R	R ²	Adjusted R ²	R ² Change	b	β	t	Sig
สุขภาพ (X ₁)	.645	.416	.413	.416	.279	.405	5.394**	.000
สิ่งแวดล้อม (X ₄)	.688	.473	.467	.057	.169	.238	3.315**	.001
ความสัมพันธ์ทางสังคม (X ₃)	.698	.487	.478	0.13	.093	.162	2.117**	.036
a = 2.129, t = 12.312 Sig = .000					F = 54.092		Sig = .000	

** ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยภาพรวม พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพ (X₁) ได้เข้าสู่สมการเป็นลำดับที่ 1 สามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ได้ร้อยละ 41.6

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม (X₄) เข้าสู่สมการเป็นลำดับที่ 2 สามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ได้เพิ่มขึ้นร้อยละ 5.7 โดยปัจจัยด้านสุขภาพและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม สามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ร่วมกันได้ร้อยละ 47.3

ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (X₃) เข้าสู่สมการเป็นลำดับที่ 3 สามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ได้เพิ่มขึ้นร้อยละ 1.3 โดยปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม สามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ร่วมกันได้ร้อยละ 48.7

โดยจากค่าสถิติในตารางที่ 5 สามารถนำมาสร้างสมการทำนายในรูปคะแนนดิบ ได้ดังสมการที่

$$(1) \quad Y = 2.129 + .279(X_1) + .93(X_3) + .169(X_4)$$

และนำมาสร้างสร้างสมการทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้ดังสมการที่

$$(2) \quad Z = .405(X_1) + .162(X_3) + .238(X_4)$$

จากสมการที่ (2) จะเห็นได้ว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ณ ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มากที่สุดคือ ปัจจัยด้านสุขภาพ (X₁) มีสัมประสิทธิ์การถดถอย (β₁) เท่ากับ .405 รองลงมา



.....
คือ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม (X_4) มีสัมประสิทธิ์การถดถอย (β_4) เท่ากับ .238 และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (X_3) มีสัมประสิทธิ์การถดถอย (β_3) เท่ากับ .162 ส่วนปัจจัยด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจส่งผลต่อแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตอนที่ 4 การศึกษาแนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม

จากการสัมภาษณ์ระดับลึก ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 6 คน ได้แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านสุขภาพ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ร่างกายนั้นมีความเสื่อมโทรมลง การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ไม่อาจมองข้ามไปได้ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ความสุขของผู้สูงอายุที่ได้จากการมีสุขภาพกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ไม่มีอาการเจ็บป่วยเป็นสิ่งสำคัญในชีวิต ซึ่งผู้สูงอายุควรหมั่นดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจอย่างต่อเนื่อง เช่น การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย พักผ่อนให้เพียงพอ และการหมั่นออกกำลังกายให้เหมาะสมตามช่วงวัย จะสามารถช่วยทำให้ผู้สูงอายุพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ยังรวมไปถึงครอบครัวควรหากิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ทำ เพื่อช่วยลดอาการซึมเศร้า เบื่อหน่าย นอกจากนี้ การมีระบบบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จะช่วยทำให้ผู้สูงอายุได้รับความสะดวกสบายเพิ่มขึ้น การได้รับการรักษาในสถานพยาบาลที่มีประสิทธิภาพ ทันสมัย และการรักษาโรคอย่างตรงจุด จะช่วยแก้ปัญหาทางด้านสุขภาพของผู้สูงอายุดีขึ้นกว่าเดิม”

2. ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ การปลดเกษียณหรือการพ้นจากงาน ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถปรับตัวรับมือกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ทันทั่วถึง จึงเป็นผลทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียด ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ จึงเป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ดังที่ ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจที่ดี จะทำให้ผู้สูงอายุไม่เครียดและวิตกกังวล คิดว่าตนเองอยู่ห่างออกจากสังคม และเมื่อผู้สูงอายุรู้จักการจัดสรรเงินที่ดี จะทำให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ยังรวมไปถึงการที่ผู้สูงอายุควรมีการวางแผนทางการเงินที่ดี เมื่อผู้สูงอายุรู้จักเก็บออมเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามแก่ชรา ผู้สูงอายุก็จะไม่คิดว่าตนเองเป็นภาระของครอบครัวและลูกหลาน ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขได้ นอกจากนี้ การส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีอาชีพเสริม จะทำให้ผู้สูงอายุมีรายได้ที่เพียงพอต่อการดำเนินชีวิต และนอกจากนี้การที่ผู้สูงอายุได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการวางแผนทางการเงินจะส่งผลดีต่อตัวผู้สูงอายุ”

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม สังคมที่เราปฏิบัติสัมพันธ์ด้วยนั้น มีความสำคัญกับทุกช่วงวัยของชีวิต โดยเฉพาะผู้สูงอายุ เพราะการที่ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ จะทำให้เกิดความสุขทางใจและลดช่องว่างระหว่างวัย ดังที่ ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี มีความเข้าอกเข้าใจกัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สามารถพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุให้ดีขึ้นได้ และการที่ครอบครัวได้หาเวลาว่างพาผู้สูงอายุไปพบเพื่อนฝูง ญาติพี่น้องได้พูดคุย ได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ก็ยังทำให้เกิดความสบายใจ ยังรวมไปถึงการที่ครอบครัว ชุมชนและสังคม ได้ให้ความสำคัญ เห็นคุณค่าและยอมรับนับถือผู้สูงอายุ จะช่วยทำให้ผู้สูงอายุไม่คิดว่าตนเองถูกลูกหลาน ญาติพี่น้องหรือสังคมทอดทิ้งให้โดดเดี่ยว ไร้คุณค่าอีกต่อไป”



.....

4. ด้านสิ่งแวดล้อม ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม การได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตร เป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อผู้สูงอายุ ดังที่ ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การจัดสภาพแวดล้อมทั้ง ภายในและภายนอกที่อยู่อาศัยส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ การมีที่อยู่อาศัยที่เป็นระเบียบ ปราศจากสิ่งปฏิกูล ผู้สูงอายุก็สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปลอดภัย ยังรวมไปถึงการที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเข้ามาพัฒนาระบบการ บริการต่าง ๆ การมีระบบบริการสาธารณะที่เพียงพอต่อจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นในแต่ละปีนั้น เป็นสิ่งที่จำเป็น จะต้องพัฒนาให้มีประสิทธิภาพ ศักยภาพที่ดีเพิ่มมากขึ้นกว่าเดิม และยังรวมไปถึงการที่หน่วยงานเข้ามามีบทบาท ในการดูแล ให้คำแนะนำกับผู้สูงอายุในการเตรียมรับมือกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงใน การให้ข้อมูลข่าวสารที่ ตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบัน”

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม โดยรวม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณา โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้ มากที่สุดคือ ด้านสิ่งแวดล้อม รองลงมาคือ ด้านสุขภาพ ด้านความ มั่นคงทางเศรษฐกิจ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ระดับความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม

ระดับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมโดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นราย ด้าน โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้คือ ด้านอารมณ์ รองลงมาคือ ด้านความคิด

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัยส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครปฐม

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .546 ถึง .756 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าตัวแปรอิสระต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับความสุข ของผู้สูงอายุ

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัด นครปฐมมากที่สุดคือ ปัจจัยด้านสุขภาพ มีสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .405 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม มีสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .238 และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มีสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .162 ส่วนปัจจัยด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติ และสามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมได้ร้อยละ 48.7

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม

1. ด้านสุขภาพ

1.1 ผู้สูงอายุควรหมั่นดูแลสุขภาพกายของตนเอง มีวินัยในการเลือกรับประทานอาหารที่มี คุณประโยชน์ พักผ่อนอย่างเพียงพอ ออกกำลังกายตามความเหมาะสมของช่วงวัยอย่างสม่ำเสมอ



1.2 ครอบครัว ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรจัดกิจกรรมที่เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เพื่อลดอาการซึมเศร้า ท้อแท้ เบื่อหน่าย ทำให้ผู้สูงอายุมีความรื่นรมย์ สนุกสนาน เป็นการพัฒนาให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

1.3 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในด้านสาธารณสุข ควรพัฒนาระบบการสาธารณสุขให้มีทั้งคุณภาพ ประสิทธิภาพ และศักยภาพที่ดี เพิ่มมากขึ้น เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีสถานที่รักษาพยาบาลที่ดี เข้าถึงยา เวชภัณฑ์ ได้เข้ารับการรักษาที่ดีและเหมาะสม ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจที่ดีและใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

2. ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ

2.1 ผู้สูงอายุควรมีการวางแผนทางการเงินตั้งแต่วัยทำงานรู้จักออมเงินไว้ในยามเกษรา เพื่อให้มีเพียงพอต่อการดำเนินชีวิต สามารถนำเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ทั้งซื้อสินค้าอุปโภค บริโภค บริการ รวมไปถึงยารักษาโรคได้ตามความจำเป็น จะทำให้ผู้สูงอายุไม่ต้องวิตกกังวล ไม่คิดว่าตนเองเป็นภาระของลูกหลาน และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.2 หน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้อง ควรให้ความรู้เกี่ยวกับทางด้านการเงิน การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ ให้คำแนะนำเรื่องการปรับตัวรับมือกับเศรษฐกิจในวัยสูงอายุ เพื่อให้ผู้ที่เตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุเตรียมพร้อมทางด้านการเงิน การจัดสรรเงินให้เพียงพอต่อการดำเนินชีวิต

2.3 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเข้ามาพัฒนาส่งเสริม ในด้านการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุสร้างงาน สร้างอาชีพให้กับผู้สูงอายุ เพื่อให้ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และสนับสนุนให้มีการจ้างงานผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้เสริมสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิต

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

3.1 ครอบครัวควรหาเวลาว่างพูดคุยกับผู้สูงอายุ หรือควรมหาโอกาสพาผู้สูงอายุไปพบปะเพื่อนฝูงญาติมิตร เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้สนทนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน และเพื่อพัฒนา ทั้งทางด้านร่างกายจิตใจและมีทัศนคติที่ดีในการดำเนินชีวิต

3.2 ครอบครัวควรให้ความเข้าใจ เข้าใจ ดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุ ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจ มีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุข

3.3 ชุมชน และสังคมควรให้การยอมรับนับถือเห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ ได้ใช้ความรู้ความสามารถเป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำกับคนในชุมชนและสังคม สื่อการเชิญชวนให้ผู้สูงอายุเข้ามามีบทบาทเป็นจิตอาสา การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนและสังคม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง ไม่คิดว่าตนเองถูกทอดทิ้งให้โดดเดี่ยวในสังคม และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

4. ด้านสิ่งแวดล้อม

4.1 ผู้สูงอายุและครอบครัวควรช่วยกันจัดการกับสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกของที่อยู่อาศัย ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาดปราศจากสิ่งปฏิกูลและสิ่งที่เป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พักอาศัยอย่างสบายใจและปลอดภัยต่อการดำเนินชีวิต



4.2 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเข้ามาพัฒนาสภาพแวดล้อม พัฒนาระบบการบริการสาธารณะต่าง ๆ ให้มีทางคุณภาพ ประสิทธิภาพ และศักยภาพที่ดีได้มาตรฐาน สามารถรองรับจำนวนผู้สูงอายุที่มีเพิ่มมากขึ้น เพื่อเป็นการเอื้อต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขสบายมากยิ่งขึ้น

4.3 ภาครัฐและเอกชนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ควรเข้ามาดูแลและให้คำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะในปัจจุบันสภาพแวดล้อมส่วนใหญ่ได้มีทิศทางเปลี่ยนไป และเกิดโรคระบาดซึ่งมีส่วนทำให้การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุนั้นเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้สูงอายุควรได้รับข้อมูลข่าวสารที่ตรงกับความเป็นจริง เช่น การให้คำแนะนำเกี่ยวกับการรับข้อมูลข่าวสารในสื่อโซเชียลมีเดีย หรือการรับฟัง การรับชม ข่าวสาร เพื่อให้ผู้สูงอายุ สามารถปรับตัวยอมรับกับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ตามความเป็นจริง

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย เรื่อง แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม มีประเด็นสำคัญที่น่าสนใจ ซึ่งผู้วิจัยสามารถนำมาอภิปรายผลได้ ดังนี้

ปัจจัยด้านสุขภาพ ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ ผู้สูงอายุปรารถนาที่จะมีสุขภาวะแห่งความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและทางจิตใจ ปราศจากซึ่งโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับ (Cott, 2001: 517-535) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพและความสุขของผู้สูงอายุชาวแคนาดา พบว่า ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ (Sang, Changsu, Jongha and et al., 2016: 50-57) ที่ศึกษามุมมองความสุขของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในสาธารณรัฐเกาหลี พบว่า การมีสุขภาพที่ดีเป็นปัจจัยที่สำคัญในการกำหนดความสุขของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในเกาหลี (Layard, 2007: 111-126) อธิบายว่า สุขภาพเป็นองค์ประกอบสำคัญต่อการกำหนดความสุขของบุคคล เนื่องจากบุคคลส่วนมากต้องการมีสุขภาพที่ดี ถ้ามีสุขภาพไม่ดีก็ต้องได้รับการบำบัดที่ดี ซึ่งสอดคล้อง (Heui, Ji, Bong and et al., 2015: 325-327) ที่วิเคราะห์ข้อมูลประชากรทางสังคม การประเมินสุขภาพด้วยตนเองทุนทางสังคม และความสุขในการเป็นเมืองสุขภาวะขนาดกลาง สาธารณรัฐเกาหลี พบว่า ระดับของสุขภาพเป็นตัวกำหนดความสุขส่วนตัวของผู้สูงอายุในชุมชน (DiMatteo, Lepper and Croghan, 2000: 2101-2107) อธิบายว่า ความสุขเป็นปัจจัยที่เป็นตัวทำนายสุขภาพที่ดี ซึ่งหมายความว่าอารมณ์ที่เป็นสุขมีความสัมพันธ์สูงกับความทนต่อความเจ็บปวด กล่าวคือผู้ที่มีความสุขมาก จะมีความอดทนต่อความเจ็บปวดมาก ซึ่งสอดคล้องผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่พบว่า ผู้สูงอายุที่หมั่นดูแลสุขภาพกายให้มีความแข็งแรง รู้จักควบคุมอารมณ์ให้มีความมั่นคง ทำกิจกรรมที่ส่งเสริมให้มีความสุขสนุกสนานรื่นรมย์ในชีวิต เพื่อเป็นการพัฒนาให้มีสุขภาพจิตที่ดี เพราะการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีไม่เจ็บป่วย เป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้น สุขภาพจึงมีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ

ปัจจัยด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุแต่ละคนนั้นมีรายได้หรือสถานะทางเศรษฐกิจที่แตกต่างกัน หากผู้สูงอายุไม่มีการเตรียมพร้อมวางแผนที่ดีทางด้านการเงินก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ย่อมส่งผลทำให้เกิดปัญหาต่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจ สอดคล้องกับผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่พบว่า ผู้สูงอายุควรมีการวางแผนทางการเงินตั้งแต่วัยทำงาน



.....
และออมเงินไว้ใช้ในยามแก่ชรา ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุไม่ต้องวิตกกังวลใจ และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ดังนั้น การที่ผู้สูงอายุมีรายได้หรือสถานะทางเศรษฐกิจที่ไม่เท่ากัน ย่อมมีความสุขที่แตกต่างกัน ขณะที่ศรีรินทร์ เกรย์, วรชัย ทองไทย, และเรวดี สุวรรณนพเก้า (Gray, Thongthai and Suwannoppakao, 2010: 102) อธิบายว่า รายได้หรือสถานะทางเศรษฐกิจ ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ เนื่องจากรายได้ทำให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นบ้านที่อยู่อาศัยที่ดีและน่าอยู่ รับประทานอาหารที่มีคุณค่า ได้รับการรักษาพยาบาลที่มีคุณภาพโดยเฉพาะเมื่อเจ็บป่วย เนื่องจากผู้ที่มีรายได้เพียงพอย่อมได้รับการตอบสนองตามความจำเป็นพื้นฐานได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับยารักษาโรค ตลอดจนสามารถจัดหาของใช้ที่จำเป็นเพื่ออำนวยความสะดวก และส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพอนามัยที่ดี การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งถือเป็นการกระทำเพื่อตอบสนองความสุขของตนทั้งสิ้น ตัวบ่งชี้ที่สำคัญของการประสบความสำเร็จในสังคมสมัยใหม่คือรายได้ ดังนั้น บุคคลที่มีรายได้มากย่อมมีความสุขมากนั่นเอง ขณะที่ (Nguyen, 2019: 1-7) ที่ศึกษาเรื่องเงินสามารถบรรเทาความสุขได้จริงหรือไม่ หลักฐานจากภาวะชักหน้าไม่ถึงหลัง รายได้ไม่พอรายจ่ายสำหรับผู้สูงวัย โดยใช้ข้อมูลจากการสำรวจผู้สูงอายุแห่งชาติของเวียดนาม ผลการศึกษาพบว่า รายได้ที่สูงขึ้นช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีความสุขและพึงพอใจกับชีวิตของตนเอง สอดคล้องกับ (Sang, Changsu, Jongha and et al., 2016: 50-57) ที่ศึกษามุมมองความสุขของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในเกาหลี พบว่า ปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่กำหนดความสุขของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในเกาหลี ได้แก่ ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ จิรายุ สุคนธรัตน์ (Sukontharat, 2007: 14) อธิบายว่าความมั่นคงทางเศรษฐกิจเป็นการพิจารณาถึงการที่ประชาชนมีความมั่นคงทางรายได้ ซึ่งจะส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุข มีความมั่นคงในชีวิต มีชีวิตการทำงานและมีรายได้ที่ดี นอกจากนี้ ความมั่นคงทางรายได้ของบุคคลมีความเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับปัจจัยอีกหลายประการ เช่น การได้รับตอบสนองความจำเป็นและความต้องการขั้นพื้นฐานซึ่งได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม สุขภาพอนามัย ที่อยู่อาศัย และสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตอื่น ๆ ความรู้สึกพึงพอใจและความมั่นใจต่อความสามารถในการจัดหาสินค้าและบริการให้แก่ตนเองและครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับ วิทมา ธรรมเจริญ (Thumcharoen, 2012: 18) พบว่า ปัจจัยด้านเศรษฐกิจจะเกี่ยวข้องทางด้านการเงิน ซึ่งการมีรายได้ทำให้มีความสุขได้ ถ้าคน ๆ นั้นยังขาดแคลนปัจจัย 4 ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค อันเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการดำเนินชีวิต รวมถึงความขาดแคลนด้านอื่น ๆ และเมื่อมีความสามารถที่จะตอบสนองความขาดแคลนนี้ได้ก็จะทำให้เกิดความสุข

ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ เนื่องจากแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ การได้รับการยอมรับ การได้รับความรักความผูกพัน การได้รับความช่วยเหลือและการมีส่วนร่วมในสังคม เป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ๆ จะทำให้ผู้สูงอายุตระหนักถึงคุณค่าในเอง ซึ่งสอดคล้องกับ (Heui, Ji, Bong and et al., 2015: 325-327) ที่ศึกษาการวิเคราะห์ข้อมูลประชากรทางสังคม การประเมินสุขภาพด้วยตนเอง ทุนทางสังคม และความสุขในการเป็นเมืองสุขภาวะขนาดกลาง สาธารณรัฐเกาหลี พบว่าทุนทางสังคมเป็นตัวกำหนดความสุขส่วนตัว นโยบายสาธารณะและโครงการพัฒนาทุนทางสังคมมีความจำเป็นต่อการสนับสนุนความสุขของผู้สูงอายุในชุมชน สอดคล้องกับ (Shamsul, Nazarudin, Saharuddin and et al., 2021: 3831) ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุชาวมาเลเซีย พบว่า การมีส่วนร่วมทางสังคม การสนับสนุน



.....
ทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญ ดังนั้นการสร้างความมั่นใจให้ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์และการมีส่วนร่วมทางสังคมสามารถเพิ่มระดับความสุขของผู้สูงอายุได้ อิศราภรณ์ ชูช่วง (Chuchuang, 2011: 67) อธิบายว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นปฏิสัมพันธ์อย่างมีจุดมุ่งหมายระหว่างบุคคล มีการติดต่อสัมพันธ์กัน เป็นการสนับสนุนด้านอารมณ์ แสดงออกถึงความเห็นใจ เห็นคุณค่า ได้รับการยกย่อง มีความผูกพันซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกเป็นส่วนร่วมในสังคมเดียวกัน มีการให้ความช่วยเหลือกันในด้านต่าง ๆ เช่น การให้คำแนะนำ การช่วยเหลือ เป็นต้น สอดคล้องกับผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่พบว่า การที่ครอบครัวชุมชนและสังคมให้ความสำคัญ ให้ความเคารพยอมรับนับถือและเห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ การเชิญชวนให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน เป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำกับคนในชุมชนและสังคม การช่วยเหลือเกื้อกูลเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง คิดว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทำให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจ และมีความสุขในการดำเนินชีวิต ดังนั้น ความสัมพันธ์ทางสังคมจึงมีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยที่มีความสะดวกเหมาะสมซึ่งไม่ก่อให้เกิดอันตราย และยังคงครอบคลุมไปถึงสิ่งแวดล้อมภายนอก คือ สถานที่สาธารณะ สิ่งอำนวยความสะดวกในชุมชน และได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดีด้วย จะทำให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับนอร์รี ตะหวา, วิณาธิติ ประเสริฐ และนายปวิตร ชัยวิสิทธิ์ (Tawa, Thitiprasert and Chaivisit, 2013: Abstract) พบว่า สภาพแวดล้อมของที่พักอาศัยในปัจจุบัน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 และยังทำให้ได้ข้อมูล ประเด็นในการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่พักอาศัย ผู้สูงอายุให้ถูกสุขลักษณะ ปลอดภัย และผู้อยู่อาศัยร่วมทุกสถานะทุกวัย สามารถใช้และร่วมปรับปรุง พัฒนาที่พักอาศัยได้ถูกสุขลักษณะและปลอดภัยมากยิ่งขึ้นต่อไป สอดคล้องกับ (Eva Anna, Jeroen, Martin and et al., 2018: Online) ที่ศึกษาบริบทสัมพันธ์ของความสุขในผู้ใหญ่วัยยุโรป พบว่า การใช้ชีวิตในละแวกใกล้เคียงกับสภาพแวดล้อมที่มีพื้นที่สีเขียว มีเพื่อนบ้านที่ปลอดภัยและไม่มีมลพิษทางอากาศนั้นสัมพันธ์กับความสุขในระดับมาก กนกอร ทองกลิ้ง (Thongklung, 2017: 30) อธิบายว่า การจัดสภาพแวดล้อมมีความสำคัญมากสำหรับผู้สูงอายุ การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมจะช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น เป็นแนวทางป้องกันและฟื้นฟูสรรถภาพและยังสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้กับผู้สูงอายุได้ดีซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่พบว่า การจัดสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกที่ของที่พักอาศัย ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ปราศจากสิ่งปฏิกูล จะทำให้ผู้สูงอายุได้พักอาศัยอย่างมั่นคงปลอดภัย ยังครอบคลุมไปถึงการมีระบบการบริการสาธารณะ ที่สามารถรองรับจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นในแต่ละปีได้อย่างมีศักยภาพและทันสมัย เอื้อต่อผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตอย่างมีความสุขและได้รับความสะดวกสบายมากยิ่งขึ้น ดังนั้น สิ่งแวดล้อมจึงมีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ



ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม สามารถนำมาจัดทำข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยได้ ดังนี้

1. ด้านสุขภาพ จากผลการศึกษาพบว่า สุขภาพส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนี้ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยการสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างภาครัฐ ภาคเอกชน หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เข้าไปสร้างความรู้ให้คำแนะนำ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ควรมีการจัดทำโครงการหรือสร้างกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

2. ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ จากผลการศึกษา แม้ว่า ความมั่นคงทางเศรษฐกิจส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการส่งเสริมเพิ่มพูนทักษะการสร้างงานสร้างอาชีพให้กับผู้สูงอายุ ควรสนับสนุนให้มีการจ้างแรงงานผู้สูงอายุที่ยังสามารถทำงานได้ ให้ได้ใช้ความรู้ความสามารถตามความเหมาะสมของงาน ควรมีการกำหนดนโยบายการจัดสวัสดิการด้านเศรษฐกิจ การสร้างหลักประกันความมั่นคงทางการเงินในการช่วยเหลือผู้สูงอายุ

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จากผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ทางสังคมส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนี้ ครอบครัวและชุมชน ควรมีการจัดกิจกรรมสร้างความรัก ความผูกพันระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในชุมชน เพื่อให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของชุมชน และเพื่อเป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดช่องว่างระหว่างวัยของผู้สูงอายุกับสมาชิกในชุมชน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ และเอกชน ควรมีนโยบายส่งเสริมการตระหนักถึงคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ควรสนับสนุนให้มีการจัดทำโครงการหรือจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุได้ทำประโยชน์เพื่อชุมชนและสังคม เช่น กิจกรรมปราชญ์ชาวบ้าน เพื่อเป็นการให้การยอมรับ ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ ได้เป็นที่ปรึกษา คอยให้คำแนะนำ การเป็นที่พึ่งคอยให้ความช่วยเหลือสมาชิกในชุมชนและสังคม เป็นต้น

4. ด้านสิ่งแวดล้อม จากผลการศึกษาพบว่า สิ่งแวดล้อมส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม องค์การภาครัฐเอกชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการจัดทำนโยบายเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่ไม่เป็นมลพิษ ปลอดภัยต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ควรมีการพัฒนากระบวนการบริการสาธารณะ การขนส่งมวลชนให้ทันสมัย มีศักยภาพ รวมไปถึงควรจัดให้มีอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกภายในจุดบริการสาธารณะต่าง ๆ ให้มีเพียงพอและสามารถรองรับสังคมผู้สูงอายุที่เพิ่มจำนวนมากขึ้นในแต่ละปี ทำให้ผู้สูงอายุได้รับสิทธิประโยชน์ในการใช้บริการที่เข้าถึงได้ง่ายและสะดวกสบาย ควรมีการกำหนดมาตรฐานทางสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ ควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้นจริงในปัจจุบันอย่างตรงไปตรงมา โดยให้คำแนะนำกับผู้สูงอายุในการเตรียมตัวรับมือให้มีความมั่นคงและมีความปลอดภัยจากสภาพแวดล้อมที่เป็นอันตรายต่อตัวผู้สูงอายุ



ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

1. ควรใช้ตัวแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ในการศึกษาอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมของปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ
2. ควรศึกษาปัจจัยอื่นที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เช่น การจัดการความเครียด การจัดการตนเอง ด้านโภชนาการ เป็นต้น
3. ควรใช้การวิจัยและการพัฒนาเพื่อศึกษาตัวแบบความสุขของผู้สูงอายุ
4. ควรศึกษาความสุขในกลุ่มของผู้สูงอายุในจังหวัดอื่น ๆ เพื่อที่จะได้เห็นถึงความแตกต่างของแต่ละพื้นที่ และสามารถนำผลที่ได้ไปต่อยอดการพัฒนาต่อไป

References

- Argyle, M. (1991). **The Psychological**. Cause of Happiness. BPCC Wheatons. 95.
- Chantararnamchoo, N. (2020). **Quantitative Methods for Social Science Research**. Bangkok: Wattanaphanit. (in Thai)
- Cheytim, A. (2017). **Happiness of The Elderly in The Senior Citizens Club in Bangkok**. Master of Arts Thesis Program in Community Psychology Graduate School Silpakorn University. (in Thai)
- Chimjinda, J. (2012). **The Factors Influencing Life Happiness Amongst the Elderly at a Community in Nakhon Pathom Province**. Master of Nursing Science Thesis Program in Community Nurse Practitioner Graduate School Christian University. (in Thai)
- Chuchuang, I. (2011). **The Study of Best Practice to Participate in Social Development Activities of The Senior Citizens Club, Muang District, Nakhon Pathom Province**. Master of Education Thesis Program in Development Education Graduate School Silpakorn University. (in Thai)
- Cott, C. A. (2001). "Health and Happiness for Elderly Institutionalized Canadians". **Canadian Journal on Aging** 20(4): 517-535.
- Department of Older Persons. (2018). **Elders Statistics Data of Thailand in 2018**. [Online]. Retrieved September 6, 2021, from <https://www.dop.go.th/th/know/side/1/1/153>. (in Thai)
- _____. (2019). **Elders Statistics Data of Thailand in 2019**. [Online]. Retrieved September 6, 2021, from <https://www.dop.go.th/th/know/side/1/1/238>. (in Thai)
- _____. (2020). **Elders Statistics Data of Thailand in 2020**. [Online]. Retrieved September 6, 2021, from <https://www.dop.go.th/th/know/side/1/1/153>. (in Thai)



-
- DiMatteo, M. R., Lepper, H. S., and Croghan, T. W. (2000). "Depression is a Risk Factor for Noncompliance with Medical Treatment". **Archives of Internal Medicine** 160(14): 2101-2107.
- Eva Anna, C. H., Jeroen, L., Martin, M., and et al. (2018). **Contextual Correlates of Happiness in European Adults**. [Online]. Retrieved September 6, 2021, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5783333/>.
- Gray, R., Thongthai, W., and Suwannoppakao, R. (2010). **The International of Happiness**. Nakhon Pathom: Institute for Population and Social Research Mahidol University, Salaya Campus. (in Thai)
- Layard, R. (2007). **Happiness: Lessons from a New Science**. London: Intercontinental Literary Agency.
- Lueboonthavatchai, A., and Chuenboon, A. (2020). "The Happiness of Thai Elderly in Thailand 4.0who Lived in Community and Foster Home". **Journal of Health and Health Management** 6(1): 58-70.
- Heui, S. J., Ji, Y. M., Bong, G. K., and et al. (2015). "Analysis of Socio-demographics, Self-rated Health, Social Capital, and Happiness in a Medium-Sized Healthy City, Republic of Korea". **J Lifestyle Med** 5(2): 68-75.
- Hooyman, N., and Kiyak, H. (1996). **Social Gerontology**. Asimont Schuter Company: Needham Heights. 325-327.
- Nguyen, V. C. (2019). "Does Money Bring Happiness? Evidence from an Income Shock for Older People". **Finance Research Letters** 39: 1-7.
- Phoochinda, W., Pongsupa, Y., Panyam, W., and et al. (2017). **Development of Environmental Management Model by the Aging People in Rural Areas in Thailand**. [Online]. Retrieved September 9, 2021, from <https://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/4783?show=full>. (in Thai)
- Ryff, C. D. (1989). "Happiness is Everything, or is it? Explorations on The Meaning of Psychological Well being". **Journal of Personality and Social Psychology** 57(6): 1069-1081.
- Sang, W. J., Changsu, H., Jongha, L., and et al. (2016). "Perspectives on the Happiness of Community-Dwelling Elderly in Korea". **Psychiatry Investigation** 13(1): 50-57.
- Schafer, M. A. (2004). **Social Support**. in Peterson, Bredow T. S. (Ed.). *Middle Range Theories, Application to Nursing Research*. Philadelphia: Williams and Wilkins. 179-202.



-
- Shamsul, A. S., Nazarudin, S., Saharuddin, A., and et al. (2021). “Factors Associated with Happiness Among Malaysian Elderly”. *Int J Environ Res Public Health* 18(7): 3831.
- Siripanich, B., Jitapunkul, S., Chayowan, N. and et al. (2008). **Situation of the Thai Elderly in 2018**. [Online]. Retrieved September 1, 2021, from https://www.dop.go.th/download/knowledge/knowledge_th_20160106142326_1.pdf. (in Thai)
- Sukontharat, C. (2007). **Economic Stability of Agricultural Cooperatives Members in Samutsakorn Province**. Master of Social Work Thesis Program in Social Welfare Administration and Policy Faculty of Social Administration Thammasat University. (in Thai)
- Tawa, N., Thitiprasert, W., and Chaivisit, P. (2013). **Factors Influencing the Environmental Management an for the Elderly in Muang District, Naknon Si Thammarat**. Public Health Program Faculty of Science and Technology Nakhon Si Thammarat: Nakhon Si Thammarat Rajabhat University. (in Thai)
- Thongklung, K. (2017). **A Study of Physical Factors in Residential to Reduce Risk of Falling Down in Older Residents: Case Study of Hua Takhe Community**. Master of Architecture Thesis Program in Interior Architecture Graduate School Bangkok University. (in Thai)
- Thumcharoen, W. (2012). **The Influence of External and Internal Factors on Happiness of The Elderly**. Master of Science Thesis Program in Applied Statistics Graduate School of Applied Statistics National Institute of Development Administration. (in Thai)
- United Nation. (2020A). **Ageing**. [Online]. Retrieved September 6, 2021, from <https://www.un.org/global-issues/ageing>.
- _____. (2020B). **World Population Ageing 2020 Highlights: Living Arrangements of Older Persons**. [Online]. Retrieved September 6, 2021, from https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/undesapd2020_world_population_ageing_highlights.pdf.
- Vajragupta, Y. and Jitsuchon, S. (2020). **The Impact of COVID-19 on Older Adults**. [Online]. Retrieved September 1, 2021, from <https://tdri.or.th/2020/09/the-impact-of-covid-19-on-older-persons/>. (in Thai)
- Wanitchakham, U. (2019). “Preparation for Aging Society: A Case Study of Sai Mai District, Bangkok”. *Apheit Journals* 25(1): 164-179. (in Thai)



.....
World Health Organization. (2002). **The World Health Report 2002**. [Online]. Retrieved September 9, 2021, from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42510>.