

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอแก่งหางแมว จังหวัดจันทบุรี เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research; PAR) โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุให้มีพฤติกรรมด้านคุณภาพชีวิตในระดับดี 3) เพื่อประเมินความพึงพอใจและการนำพัฒนาคุณภาพชีวิตไปใช้ประโยชน์ของผู้สูงอายุ ศึกษาในช่วงเดือนมกราคม ถึง กันยายน 2563 กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มแกนนำชุมชน คัดเลือกแบบเจาะจงจำนวน 7 คน และเป็นผู้สูงอายุตามเกณฑ์ที่กำหนดจำนวน 30 คน ที่คัดเลือกโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย วิธีดำเนินการวิจัยใช้การจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การตรวจสุขภาพเบื้องต้น การเรียนรู้ดูแลสุขภาพตนเอง การฝึกทักษะการออกกำลังกาย การสาธิตปลูกผักข้าวโพดและฟักทอง การสาธิตทำลูกประคบสมุนไพร และตุ๊กตาการบูร และจิตอาสาการเยี่ยมผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสนทนากลุ่ม แบบประเมินคุณภาพชีวิต แบบประเมินความพึงพอใจ แบบประเมินการนำพัฒนาคุณภาพชีวิตไปใช้ประโยชน์

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 66.7 เพศชาย ร้อยละ 33.3 อายุอยู่ระหว่าง 60 - 65 ปี ร้อยละ 13.3 อายุอยู่ระหว่าง 66 - 70 ปี ร้อยละ 46.7 อายุอยู่ระหว่าง 71-75 ปี ร้อยละ 40.0 ส่วนใหญ่เป็นหม้าย (คู่สมรสเสียชีวิต) ร้อยละ 53.3 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบระดับประถมศึกษา ร้อยละ 86.6 ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไปหรือเกษตรกร ร้อยละ 86.6 และผลการตรวจสุขภาพเบื้องต้น พบว่าส่วนใหญ่มีสุขภาพดี ร้อยละ 66.7 ส่วนที่เหลือมีปัญหาสุขภาพ ได้แก่ ความดันโลหิตสูง (ไม่เกิน 150/90 มิลลิเมตรปรอท) ร้อยละ 16.6 ข้อเข่าเสื่อม ร้อยละ 6.7 ตาพร่ามัว ร้อยละ 6.7 และภาวะน้ำหนักเกิน ร้อยละ 3.3

การเปรียบเทียบระดับภาวะพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้สถิติ Paired Sample t-test พบว่าระดับภาวะพัฒนาคุณภาพชีวิตก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับดี ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.60 และหลังเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ระดับภาวะพัฒนาคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.05 ระดับภาวะพัฒนาคุณภาพชีวิตหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า ระดับภาวะพัฒนาคุณภาพชีวิตหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงขึ้นทุกด้าน โดยด้านสุขภาพอยู่ในระดับสูงมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.20) รองลงมาได้แก่ ด้านการมี

ส่วนร่วมทางสังคม (ค่าเฉลี่ย 4.15) ด้านความมั่นคงและปลอดภัย (ค่าเฉลี่ย 3.98) และด้านสิ่งสนับสนุนการต่อการมีพลัง (ค่าเฉลี่ย 3.58) ตามลำดับ

การประเมินความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างหลังการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง 5 ครั้ง พบว่า 5 ผลการประเมินความพึงพอใจอยู่ในระดับดีมาก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.67 และกลุ่มตัวอย่างสะท้อนการนำความรู้ที่ได้รับการจากเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ไปใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิตประจำวันได้

อภิปรายผล

ผลการวิจัย การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาพลังของผู้สูงอายุในอำเภอแก่งหางแมว จังหวัดจันทบุรี มีประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปราย ดังนี้

1. การสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาพลังของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาพบว่า ชุมชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาพลังของผู้สูงอายุในตำบลเขาวงกต อำเภอแก่งหางแมว จังหวัดจันทบุรี ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์การวิจัย เนื่องจากในการศึกษารุ่นนี้ แกนนำชุมชนและกลุ่มผู้สูงอายุได้เข้ามามีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ข้อมูลและจัดลำดับความสำคัญของปัญหา ร่วมวางแผนกำหนดกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างต่อเนื่อง และร่วมติดตามประเมินผล พร้อมทั้งได้รับความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายในพื้นที่ ซึ่งการพัฒนาที่เริ่มต้นด้วยการมีส่วนร่วมของคนในจะประสบความสำเร็จมากกว่าการที่คนนอกเข้าไปดำเนินการ และจะเกิดความยั่งยืนของการพัฒนา สอดคล้องกับแนวคิดของ WHO and UNICEF (1981 : 41) กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนมี 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การวางแผน ประชาชนต้องมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหา จัดอันดับความสำคัญ ตั้งเป้าหมาย การใช้ทรัพยากร กำหนดวิธีติดตามประเมินผล และที่สำคัญต้องตัดสินใจด้วยตนเอง 2) การดำเนินกิจกรรม ประชาชนต้องมีส่วนร่วมในการดำเนินการและจัดสรรทรัพยากรอย่างมีความรับผิดชอบ 3) การใช้ประโยชน์ ประชาชนต้องมีความสามารถในการนำกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ ซึ่งเป็นการพึ่งตนเองและการควบคุมทางสังคม 4) การได้รับประโยชน์ ประชาชนต้องได้รับการแจกจ่ายผลประโยชน์จากชุมชนในพื้นที่เท่าเทียมกัน และผู้สูงอายุพยายามที่จะพึ่งพาตนเองให้มากที่สุด สอดคล้องกับ อารี พุ่มประวathy และ จรรยา เสี่ยงเสนาะ (2560) ศึกษาเรื่อง การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า แกนนำผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในเรื่อง การให้คำแนะนำด้านการสร้างเสริมสุขภาพ การค้นหาปัจจัยเสี่ยง การสร้างความอบอุ่นด้านจิตใจ และการมีสุขภาพดี สอดคล้องกับการศึกษาของ อรพิน ปิยะสกุลเกียรติ (2561) ศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลท่าแค จังหวัดลพบุรี พบว่า กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน ผู้สูงอายุ

ได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งสุขภาพกายการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย ผู้สูงอายุมีความสุขใจที่ได้รับค่าสำคัญ การทำประโยชน์ให้กับผู้อื่น

2. การพัฒนาผู้สูงอายุให้มีพฤติกรรมพละกำลังในระดับดี

จากการศึกษาพบว่าภายหลังเข้าร่วมกิจกรรม ค่าคะแนนเฉลี่ยของระดับภาวะพละกำลังของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 4.05 ซึ่งอยู่ในระดับดี เป็นไปตามวัตถุประสงค์การวิจัยและเมื่อเปรียบเทียบกับค่าเฉลี่ยระดับภาวะพละกำลังของผู้สูงอายุก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง โดยใช้สถิติ Paired Samples t-test พบว่าระดับภาวะพละกำลังของผู้สูงอายุหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าระดับภาวะพละกำลังก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) โดยระดับภาวะพละกำลังหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าระดับภาวะพละกำลังก่อนเข้าร่วมกิจกรรมในทุกด้าน เนื่องมาจากการที่ผู้สูงอายุมีสภาพร่างกายที่สมบูรณ์ และสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวจะสามารถปรับตัวเข้ากับชุมชนและสังคมได้ดี รวมทั้งการที่ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมทำให้เกิดการแก้ไขปัญหาได้ตรงกับความต้องการ และสอดคล้องกับบริบทของผู้สูงอายุในชุมชน ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขมากขึ้น เกิดความภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง ทำให้เกิดการพัฒนาพละกำลังให้เพิ่มขึ้นได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ฐานญา สมภู (2560) ที่ศึกษาการพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพละกำลังของชมรมผู้สูงอายุไทย ทั้ง 4 ภาค ตามแนวคิดภาวะพละกำลังขององค์การอนามัยโลก พบว่าภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุมีการพัฒนาระดับพละกำลังเพิ่มขึ้น เช่นเดียวกับการศึกษาของ อาชญญา รัตนอุบล และคณะ (2554) ที่ศึกษาเรื่องการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมการจัดการศึกษาการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุพบว่า การจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ควรทำเป็นระบบและมีความต่อเนื่อง จะพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุได้ ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ของ Robert Havighurst, 1960 (เลิศวัลลภ ศรีษะพลภูสิทธิ และธมนพัชร ศรีษะพลภูสิทธิ, 2561) ที่พบว่าการทำกิจกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันและกันของผู้สูงอายุ จะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจและมีความสุข รู้สึกตนเองมีคุณค่า

3. การประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุและการนำพละกำลังไปใช้ประโยชน์

จากการศึกษาพบกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจของการเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด (คะแนนเฉลี่ย 4.67) และมีคะแนนการนำพละกำลังไปใช้ประโยชน์อยู่ในระดับมากที่สุดเช่นกัน (คะแนนเฉลี่ย 4.76) เป็นไปตามวัตถุประสงค์การวิจัย เนื่องจาก การได้ทำงานตามความถนัดของตน เพื่อเสริมรายได้ และการได้เข้าร่วม กิจกรรมทางสังคมในชุมชนทำให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าในตนเอง และมีความสุขมากขึ้น โดยการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุจำเป็นต้องมีการวางแผนและทำอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบจึงจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีพัฒนาการเรียนรู้ที่ดี เกิดความพึงพอใจในการทำกิจกรรม และ

สามารถทำกิจกรรมนั้นได้อย่างยั่งยืน สอดคล้องกับการศึกษาของ จริญญา วงษ์พรหม และคณะ (2558) ศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม พบว่า ผู้สูงอายุมีความสุขความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมที่สามารถตอบสนองต่อคุณภาพชีวิตใน 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญาเกิดการเรียนรู้ การมีส่วนร่วมของชุมชนผ่านการจัดกิจกรรมส่งผลให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างต่อเนื่อง และยั่งยืน สอดคล้องกับแนวคิดของ Zimmerman M. and Rappaport J. (1988) การเสริมสร้างพลังอำนาจของชุมชนมีทั้งระดับบุคคลและระดับชุมชน ในระดับบุคคลเป็นการพัฒนาศักยภาพตนเองให้มีความเข้มแข็ง ควบคุมปัจจัยที่มีอิทธิพลในการดำเนินชีวิตสามารถพึ่งพาตนเองได้ ในระดับชุมชนเกิดจากการรวมกลุ่มของสมาชิกที่มีความรู้สึกเป็นกลุ่มเดียวกัน ร่วมมือกันสร้างประโยชน์และควบคุมสมาชิกให้เกิดความเสมอภาค

ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา และแสดงให้เห็นถึงความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ และสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนซึ่งมีหลากหลายรูปแบบให้สอดคล้องตามบริบทของพื้นที่ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองได้ยาวนานที่สุด และสร้างคุณค่าในตนเองให้แก่ผู้สูงอายุซึ่งเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาชุมชนวิถีไทยต่อไป ผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ควรส่งเสริมการพัฒนาแกนนำชมรมผู้สูงอายุ เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการจัดกิจกรรมพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในชุมชน รวมทั้งติดต่อประสานงานกับหน่วยงานภาคีเครือข่าย
2. ควรส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง โดยมีองค์การบริหารส่วนท้องถิ่นร่วมกับภาคีเครือข่ายให้การสนับสนุน
3. ควรส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในลักษณะพหุวัยร่วมกับคนในชุมชน