

## สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

### สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบพรรณานชนิดเปรียบเทียบ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบระดับความจำของผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงที่อยู่ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ และอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเลือกโดยวิธีจับสลากแบบไม่แทนที่ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ กลุ่มละ 100 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยแบบสอบถามที่ถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความจำแหว่ จำนวน 20 ข้อ และแบบวัดสุขภาพร่างกายทั่วไป จำนวน 30 ข้อ ผู้วิจัยนำมาทดสอบความตรงทางเนื้อหา (content validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบปรับปรุงแก้ไข และทดสอบความเชื่อมั่น โดยนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความจำแหว่เท่ากับ 0.84

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ
2. คำนวณหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนความจำแหว่ของผู้สูงอายุทั้ง 2 กลุ่ม
3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความจำแหว่ของผู้สูงอายุทั้ง 2 กลุ่ม โดยการใช้ t-test
4. ศึกษาความสัมพันธ์ของความจำแหว่กับตัวแปรที่เกี่ยวข้อง โดยการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณแบบลดตัวแปรเป็นขั้น ๆ (stepwise)

## ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า

1. ผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ มีความว้าเหว่มากกว่าผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. ตัวแปรที่ร่วมทำนายความว้าเหวของผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้านได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ได้แก่ ภาวะสุขภาพ และระดับการศึกษา ตามลำดับ
3. ตัวแปรที่ร่วมทำนายความว้าเหวของผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ได้แก่ เพศ และอายุ ตามลำดับ

## ปัญหาและอุปสรรคในการวิจัย

1. องค์กรที่ทำหน้าที่รับผิดชอบของรัฐยังไม่ได้มีการสำรวจและจัดหมวดหมู่ในด้านข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยต้องไปสำรวจรายชื่อของผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจากสำเนาทะเบียนราษฎรของประชากรในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ด้วยตนเอง จึงทำให้เสียเวลาในการรวบรวมมาก
2. การเข้าพบผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ มีความลำบากมาก และไม่พบตามรายชื่อที่จับสลากได้ บางรายเสียชีวิตไปแล้วก็ยังมีชื่อปรากฏอยู่ในสำเนาทะเบียนบ้าน หรือบางรายก็อพยพโยกย้ายไปอยู่กับบุตรหลานต่างจังหวัดนานแล้ว แต่ไม่ได้แจ้งย้ายออก ทำให้เสียเวลามากในการเก็บข้อมูล และจากการเก็บข้อมูลและจำนวนผู้สูงอายุที่สำรวจได้ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ ยังมีความคลาดเคลื่อนอยู่มาก
3. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่รู้หนังสือ และมีปัญหาเกี่ยวกับสายตา ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ควรใช้วิธีสัมภาษณ์จะเหมาะสมกว่า และควรถามข้อความสั้น ๆ ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย จะช่วยให้ได้ข้อมูลที่ตรง ชัดเจนและเร็วขึ้นด้วย

## ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ได้ข้อมูลเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้าน ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ในเรื่องของเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ศาสนา การปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา อาชีพ และรายได้ ที่สำคัญคือ ผู้สูงอายุเพศหญิงจะมีอายุเฉลี่ยสูงกว่าเพศชาย ซึ่งเป็น

แนวเดียวกับอายุขัยเฉลี่ยตามเกณฑ์ เพศหญิงมีสถานภาพสมรสเป็นหม้าย และไม่ได้รับการศึกษา เป็นส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาตามศาสนาที่ตนนับถือ ส่วน ด้านการประกอบอาชีพนั้น พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่หยุดทำงานแล้ว ลักษณะครอบครัวขยาย (extened family) ยังคงพบเป็นลักษณะเด่น กล่าวคือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักจะอยู่ร่วมกับคู่สมรส บุตร และหลาน ถ้าไม่มีคู่สมรส ก็ยังคงอยู่ร่วมกับบุตรและหลาน ซึ่งจะได้รับการดูแลในเรื่องต่าง ๆ ทั้งร่างกายและจิตใจ รวมทั้งการเงินด้วย ผู้สูงอายุส่วนน้อย ร้อยละ 5 ที่อยู่ตามลำพัง ก็เป็นเพียงการแยกบ้านที่จะนอนตามลำพัง แต่บ้านนั้นก็ยังคงตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกันกับบุตรหลาน

2. ได้ข้อมูลเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์ และในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ที่สำคัญคือผู้สูงอายุเพศหญิงจะมีอายุเฉลี่ยสูงกว่าเพศชาย และมีอายุสูงกว่าเกณฑ์ในทั้งสองเพศ เช่นเดียวกับกับผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้าน เพศหญิงและเพศชายจะมีสถานภาพสมรสเป็นหม้ายและไม่ได้เรียนหนังสือเป็นส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาตามศาสนาที่ตนนับถือ ด้านรายได้ของผู้สูงอายุ พบว่ามีรายได้ไม่แน่นอน ซึ่งแหล่งรายได้มาจากการบริจาคของผู้มีจิตศรัทธา มีส่วนน้อยที่หารายได้พิเศษด้วยตนเอง แต่ก็ได้ไม่มากนัก และไม่แน่นอน ส่วนใหญ่เคยประกอบอาชีพเกษตรกรรมและรับจ้างมาก่อน ซึ่งเป็นอาชีพที่ใช้แรงงาน ดังนั้นเมื่อเข้าสู่วัยชราจึงไม่สามารถจะประกอบอาชีพเหล่านี้ต่อไปได้ ประกอบกับมีปัญหาไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน ในที่สุดจึงต้องหันมาพึ่งสถานสงเคราะห์

3. ได้ข้อมูลเกี่ยวกับระดับความจำเพาะของผู้สูงอายุทั้ง 2 กลุ่ม สำหรับระดับความจำเพาะของผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้าน ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ นั้น อยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่ แต่เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม และการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างของประชากรยังมีอยู่ตลอดเวลา ผลการวิจัยครั้งนี้ น่าจะเป็นข้อคิดที่ควรตระหนักถึงปัญหาทางใจ เพื่อจะได้มีแนวทางป้องกันและแก้ไขต่อไป

ส่วนระดับความจำเพาะของผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์นั้น มีความจำเพาะมากกว่าผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ฉะนั้นการนำผู้สูงอายุไปไว้ในสถานสงเคราะห์ ไม่ใช่เป็นวิธีการแก้ปัญหาที่ดี วิธีนี้น่าจะเป็นวิธีสุดท้าย การอยู่อย่างอบอุ่นท่ามกลางบุตรหลาน เป็นสิ่งที่น่าจะช่วยลดความจำเพาะของผู้สูงอายุได้มากกว่าวิธีอื่น ๆ ส่วนผู้สูงอายุที่พักอยู่ในสถานสงเคราะห์นั้น แม้จะมีกิจกรรม เช่น การฟังเทศน์ทุกวันพระ การออกกำลังกายทุกสัปดาห์ แต่เท่าที่ซักถามผู้สูงอายุ ทราบว่า อยากให้มีการจัดกิจกรรมที่ผู้สูงอายุเองมีส่วนร่วมมากที่สุด อย่างไรก็ตามกิจกรรมที่จัดให้ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ยังมีน้อย นอกจากนี้มีนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ไปช่วยจัดกิจกรรมแล้ว การประชาสัมพันธ์ทางสื่อมวลชนก็มีความสำคัญมากในการที่จะ

เน้นให้ทางชุมชนหรือสังคมตระหนักถึงปัญหาทางใจของผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาความแออัดของที่อยู่อาศัย ความสะอาดของสถานสงเคราะห์ ตลอดจนเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ห้องน้ำ ห้องส้วมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ หากสังคมหรือชุมชนได้ตระหนักและแลเห็นปัญหาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ เหล่านี้ ก็จะเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาร่วมกับหน่วยราชการหรือหน่วยงานอื่น เพื่อสุขภาพจิตที่ดีของผู้สูงอายุต่อไป

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการศึกษาที่พบว่าผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรามีความว่าเหวในระดับที่สูงกว่า และจำนวนมากกว่าผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้าน จึงควรมีการรณรงค์ส่งเสริมให้ครอบครัวได้พยายามรักษาผู้สูงอายุไว้ที่บ้านให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ และสมาชิกในครอบครัวควรได้ร่วมกันแบ่งเบารภาระในการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุ เพื่อช่วยให้สุขภาพกายและจิตดี ซึ่งนอกจากจะเป็นการเคารพยกย่องบุพการีแล้ว ยังเป็นการทดแทนบุญคุณตามวัฒนธรรมประเพณีที่ดีของสังคมไทยด้วย
2. ควรมีการพิจารณาจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับกลุ่มอายุและสภาพร่างกายที่แตกต่างกันในสถานสงเคราะห์คนชรา เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุทุกคนหรือส่วนใหญ่ ได้ร่วมกิจกรรมประจำวัน ซึ่งจะช่วยป้องกันการเกิดความว่าเหวได้ โดยเฉพาะกิจกรรมที่สนับสนุนการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและประเพณีต่าง ๆ ซึ่งผู้สูงอายุจะได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมที่คุ้นเคย ซึ่งอาจเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองให้มากขึ้นด้วย
3. ควรส่งเสริมให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลในสังคมได้เข้าไปจัดกิจกรรมในลักษณะต่าง ๆ ให้แก่ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราให้มากขึ้น เป็นโอกาสที่จะไปเยี่ยมผู้สูงอายุให้คลายความเหงาได้ และเนื่องจากงบประมาณของรัฐสำหรับสวัสดิการด้านนี้ยังไม่เพียงพอกับจำนวนผู้เข้ารับการสงเคราะห์ในแต่ละปี ควรมีการประชาสัมพันธ์ให้สังคมโดยรวม ได้มีส่วนร่วมบริจาคหรือช่วยเหลือสถานสงเคราะห์คนชราต่าง ๆ ในทุกภูมิภาคตามโอกาสอันควรด้วย
4. ครอบครัวควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมของชมรมสูงอายุในชุมชน จัดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกลุ่มหรือชมรม เช่น ร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เป็นต้น เพื่อป้องกันความว่าเหวจากการอยู่แต่ในบ้านเพียงลำพัง หรืออยู่แต่ในบ้านโดยมิได้ออกไปที่ใดเลยในช่วงวัยปลายของชีวิต ทั้งควรส่งเสริมให้บุตรหลานวัยต่าง ๆ ได้มาเยี่ยมผู้สูงอายุที่

บ้านในโอกาสต่าง ๆ ของแต่ละปี เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกว่าคุณยังมีผู้คิดถึงห่วงใย และมีคุณค่าสำหรับผู้อื่นอยู่เสมอ

5. ข้อมูลจากผลการวิจัยครั้งนี้ ได้ข้อมูลเป็นแนวทางเพื่อการวิจัยต่อไปเกี่ยวกับการจัดทำโปรแกรมหรือโครงการเพื่อช่วยป้องกันหรือลดความหวาดหวายของผู้สูงอายุทั้งที่อยู่ที่บ้านและที่อยู่อาศัยในสถานสงเคราะห์คนชราหรือศูนย์สวัสดิการผู้สูงอายุต่าง ๆ ได้

PAYAP UNIVERSITY