

## ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี Factors contributing Quality of Life for elders in Huai Tha Chang Subdistrict, Khao Yoi District, Phetchaburi province

เฉลิมเกียรติ แสงธิป

Chalermkiat Sangtip

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยท่าช้าง

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี

Ban Huai Tha Chang Subdistrict Health Promoting Hospital

Khao Yoi District Public Health Office Phetchaburi Province

### บทคัดย่อ

การวิจัยสำรวจเชิงพรรณนาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และ 3) สร้างสมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี กลุ่มตัวอย่าง คือผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปของตำบลห้วยท่าช้าง ปี 2567 การสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงใช้ประชากรผู้สูงอายุของตำบล ห้วยท่าช้าง ทั้งหมดจำนวน 398 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ .837 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยรวมอยู่ในระดับมาก 2) ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านเพศส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต ร้อยละ 10.60 และพฤติกรรมสุขภาพด้านการจัดการอารมณ์ส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต ร้อยละ 21.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) สมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่เพศมีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ สมการทำนาย คือ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ (Y')  $Y = 3.679 + .080$  และสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน (ZY')  $Y = .106$  และปัจจัยการจัดการอารมณ์ มีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุสมการทำนาย คือ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ (Y')  $Y = 3.105 + .173$  และสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน (ZY')  $Y = .212$  ข้อเสนอแนะจากข้อค้นพบคือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ช่วยให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองด้านการเงินได้รวมถึงการสร้างความรู้ความเข้าใจเรื่องการดูแลสุขภาพให้ผู้สูงอายุให้ครอบครัวและชุมชนช่วยทำให้เกิดแรงสนับสนุนทางสังคม ช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพที่ดีมากขึ้น

**คำสำคัญ :** ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, จังหวัดเพชรบุรี

### Abstract

This descriptive survey research has the objectives to 1) study the level of quality of life of the elderly, 2) analyze factors that affect the quality of life of the elderly, and 3) create a prediction equation for factors that affect the quality of life of the elderly in the subdistrict. Huai Tha Chang, Khao Yoi District, Phetchaburi Province The sample group is elderly people aged 60 years and over in Huai Tha Chang Subdistrict, year 2024. The purposive random sampling used the elderly population of Huai Tha Chang Subdistrict, totaling 398 people. The tool used in the research was a questionnaire, the reliability of both questionnaires. The version is equal to .837. Statistics used in the analysis are frequency, percentage, mean, standard deviation. and statistics for multiple regression analysis The

results of the research found that 1) the level of quality of life of the elderly Overall, it was at a high level. 2) Factors affecting the quality of life of the elderly. It was found that personal factors such as gender had an influence on the quality of life 10.60% and health behaviors regarding emotional management had a significant influence on the quality of life 21.20%. Statistical significance at the .05 level and 3) The prediction equation for factors that affect the quality of life of the elderly includes: Gender has the power to predict influence on the quality of life of the elderly. The prediction equation is the prediction equation in the form of raw scores (Y')  $Y = 3.679 + .080$  and the prediction equation in the form of standard scores (ZY')  $Y = .106$  and the emotion management factor It has the power to predict influences on the quality of life of the elderly. The prediction equations are the prediction equation in the form of raw scores (Y')  $Y = 3.105 + .173$  and the prediction equation in the form of standardized scores (ZY')  $Y = .212$ .

Suggestions from the findings are : Public health officials should promote health care behavior among the elderly. Helping the elderly to be financially self-reliant, including creating knowledge and understanding about caring for the elderly for families and communities, helps create social support. Helping the elderly to have better quality

**Keywords :** Factors affecting the quality of life of the elderly, Phetchaburi Province

## บทนำ

ปัจจุบันประเทศไทยนับเป็นอีกประเทศหนึ่งที่กำลังก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุหรือภาวะ “ประชากรสูงวัย” (Old Population) โดยมีประชากรอายุมากกว่า 60 ปี กว่า 12.9 ล้านคน หรือ 20% จากประชากรทั้งหมด และมีการคาดประมาณว่าในอีกไม่เกิน 15 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงอายุระดับสุดยอด” (super aged society) เมื่อสัดส่วนของประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปีสูงถึง 28% ของประชากรทั้งหมด และคาดว่าภายใน พ.ศ.2574 จะเป็นผู้สูงอายุระดับสุดยอด คือ มีผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด มีผลกระทบต่อเศรษฐกิจมหภาคหลายประการ สิ่งก็ตามมาจากการเปลี่ยนแปลงนี้คือ อัตราส่วนพึ่งพิงในวัยสูงอายุเพิ่มขึ้น ทำให้เกิดปัญหาต่างๆ เพิ่มขึ้นตามไปด้วย เช่น ปัญหาทางด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สภาพจิตใจ และอารมณ์ที่อยู่อาศัย ตลอดจนปัญหาในการปรับตัว (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2566) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีการศึกษาปัจจัยที่อาจเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ

ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสภาพแวดล้อม ซึ่งในบริบทของตำบลห้วยท่าช้าง ไม่พบการศึกษาในประเด็นนี้มาก่อน

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นนโยบายและเป็นยุทธศาสตร์หนึ่งในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2566-2570) ดังนั้นการให้ความสำคัญกับการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงเป็นส่วนสำคัญ รวมทั้งให้มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง ส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุได้ (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2566) คุณภาพชีวิตเป็นการรับรู้ความพึงพอใจและการรับรู้สมรรถนะด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสภาพแวดล้อมของบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม (World Health Organization, 2006) ดังนั้นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีจึงเป็นผู้สูงอายุที่สามารถดำเนินชีวิตอย่างผาสุกและมีสุขภาพะในบั้นปลายของชีวิต (พัชรภรณ์ พัฒนะ, 2561) การประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีองค์ประกอบ 4 ด้าน คือด้านสุขภาพทางกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธ์ภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม (World Health Organization, 2006) และมีปัจจัย

ที่เกี่ยวข้องและมีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ ลักษณะของครอบครัว การมีผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Kotler & Armstrong, 2018) เช่น เพศ อายุ เป็นอีกปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ปลื้มใจ ไพจิตร (2558) ได้ศึกษาคุณภาพในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษาต่างกัน มีคุณภาพชีวิตต่างกัน และมีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง และผลการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุประกอบด้วยปัจจัยส่วนบุคคล ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจและด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีความแตกต่างกันไปในบริบทพื้นที่ที่ทำการศึกษาก็เป็นที่มาของการศึกษาค้นคว้า ที่ได้นำเอาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจและ ด้านสิ่งแวดล้อม มาเป็นตัวแปรในการศึกษาเพื่อทำนายคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

สถิติจำนวนผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี ในปี 2566 พบว่า จำนวนผู้สูงอายุ 77,040 คน มีผู้สูงอายุติดบ้าน จำนวน 6,454 คน ผู้สูงอายุติดสังคม จำนวน 70,037 คน ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง จำนวน 549 คน และอำเภอเขาชัยวัน ในปี 2566 พบว่า มีจำนวนผู้สูงอายุ 7,413 คน มีผู้สูงอายุติดบ้าน จำนวน 260 คน ผู้สูงอายุติดสังคม จำนวน 7,089 คน ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง จำนวน 64 คน และตำบลห้วยท่าช้าง พบว่า จำนวนผู้สูงอายุ 398 คน มีผู้สูงอายุติดบ้าน จำนวน 1 คน ผู้สูงอายุติดสังคม จำนวน 396 คน ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง จำนวน 1 คน จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ผลกระทบของภาวะสูงอายุทั้งด้านร่างกายร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามวัยของผู้สูงอายุ ทั้งร่างกายและจิตใจการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ (นิราศศิริโรจนธรรมกุล, 2564) ตำบลห้วยท่าช้างมีประชากรผู้สูงอายุ ในปี 2567 จำนวน 398 คน (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลห้วยท่าช้าง, 2567) ทั้งนี้ผู้สูงอายุของตำบลห้วยท่าช้างมีประเพณีความเป็นอยู่ที่แตกต่างจากที่อื่น พฤติกรรมการดูแลสุขภาพและคุณภาพชีวิตอาจจะแตกต่างกับผู้สูงอายุในพื้นที่อื่น จากความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยในฐานะบุคลากรทางด้าน

สาธารณสุข ซึ่งมีบทบาทในการดูแลสุขภาพของประชาชน จึงสนใจในการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาชัยวัน จังหวัดเพชรบุรี เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนทางในการดูแลสุขภาพเหลือผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

### วัตถุประสงค์การวิจัย

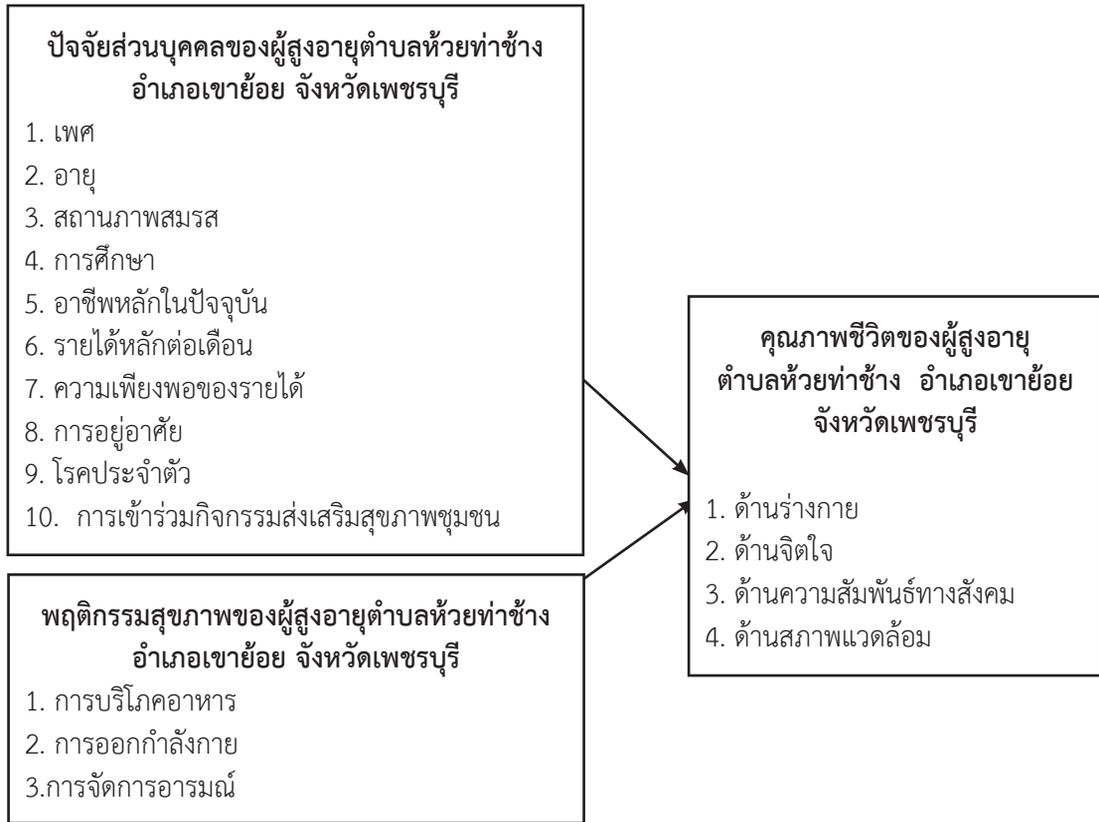
1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาชัยวัน จังหวัดเพชรบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาชัยวัน จังหวัดเพชรบุรี
3. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาชัยวัน จังหวัดเพชรบุรี

### กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาชัยวัน จังหวัดเพชรบุรี ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลตามแนวคิดของคอตเลอร์และอาร์มสตรอง (Kotler & Armstrong, 2018) และแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวคิดของแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2006) และนำมาประยุกต์กำหนดเป็นกรอบแนวคิดการวิจัยดังภาพที่ 1 ดังนี้

### ตัวแปรอิสระ

### ตัวแปรตาม



### ระเบียบวิธีการวิจัย

รูปแบบการวิจัย การวิจัยนี้มีรูปแบบเป็นการวิจัยเชิงทำนาย (predictive research)

ประชากร คือ ผู้สูงอายุของตำบลห้วยท่าช้าง ปีพ.ศ. 2567 ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 6 หมู่บ้าน จำนวน 398 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ใช้ประชากรผู้สูงอายุของ

ตำบลห้วยท่าช้างทั้งหมด และทำการ สุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยวิธีการเลือกสุ่มแบบเจาะจงประชาชนที่เป็นผู้สูงอายุของตำบลห้วยท่าช้างที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่ละหมู่บ้าน ทั้ง 6 หมู่บ้าน ให้ครบตาม จำนวนประชากรที่เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปของแต่ละหมู่บ้าน แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรผู้สูงอายุจำแนกตามพื้นที่หมู่บ้านที่อยู่ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี

ผู้สูงอายุจำแนกตามพื้นที่หมู่บ้านที่อยู่ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี	ประชากรผู้สูงอายุ	ร้อยละ
1. หมู่ 1 บ้านห้วยท่าช้าง	42	10.55
2. หมู่ 2 บ้านน้อย	86	21.61
3. หมู่ 3 บ้านใหญ่	53	13.32
4. หมู่ 4 บ้านน้ำบ่อ	88	22.11
5. หมู่ 5 บ้านบ่อรวก	79	19.85
6. หมู่ 6 บ้านหนองแหน	50	12.56
<b>รวม</b>	<b>398</b>	<b>100.00</b>

### เครื่องมือใช้ในการรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็น แบบสอบถาม 1 ชุด โดยผู้วิจัยได้สังเคราะห์งานวิจัยของพัชราภรณ์ พัฒนะ (2561); ณัทกวี ศิริรัตน์ (2565) และคู่มือการดำเนินงานตัวชี้วัดร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของกลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุและเครือข่าย สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2565) และนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมมาสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 3 ส่วน มีรายละเอียดดังนี้ ได้แก่ ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ข้อมูลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และมีดังนี้

1) แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 10 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพหลักในปัจจุบัน รายได้หลัก ต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ การอยู่อาศัย โรคประจำตัว และการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพชุมชน โดยใช้คำถามเลือกตอบ (Checklist)

2) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี

จำนวน 3 ด้าน 22 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวก จำนวน 22 ข้อ ประกอบด้วย การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการอารมณ์จะเป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert โดยแบ่งระดับความคิดเห็นออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด

โดยมีเกณฑ์การแปลผลใช้เกณฑ์การแปลผลความหมายคะแนนค่าเฉลี่ย ดังนี้

ค่าคะแนนเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มีการปฏิบัติมากที่สุด

ค่าคะแนนเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มีการปฏิบัติมาก

ค่าคะแนนเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง มีการปฏิบัติปานกลาง

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง มีการปฏิบัติน้อย

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง มีการปฏิบัติน้อยที่สุด

3) แบบสอบถามคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี ประกอบด้วย ด้านร่างกาย จำนวน 5 ข้อ ด้านจิตใจ จำนวน 5 ข้อ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จำนวน 5 ข้อ

และด้านสภาพแวดล้อม จำนวน 3 ด้าน จำนวน 15 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวก จำนวน 15 ข้อ ลักษณะของคำถามจะเป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert โดยแบ่งระดับความคิดเห็น ออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด

โดยมีเกณฑ์การแปลผลใช้เกณฑ์การแปลผล ความหมายคะแนนค่าเฉลี่ย ดังนี้

ค่าคะแนนเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มีการปฏิบัติมากที่สุด/มีความคิดเห็นมากที่สุด

ค่าคะแนนเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มีการปฏิบัติมาก/มีความคิดเห็นมาก

ค่าคะแนนเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง มีการปฏิบัติปานกลาง/มีความคิดเห็นปานกลาง

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง มีการปฏิบัติน้อย/มีความคิดเห็นน้อย

ค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง มีการปฏิบัติน้อยที่สุด/มีความคิดเห็นน้อยที่สุด

### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านเนื้อหา (Content validity) ทั้งความครอบคลุมของข้อคำถาม ความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ความถูกต้องตามเนื้อหา เกณฑ์การประเมินคะแนน ความชัดเจน และความเหมาะสมของภาษา จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมพฤติกรรมผู้สูงอายุ ด้านการวิจัยและสถิติ พร้อมปรับปรุงตามข้อเสนอแนะที่ได้รับ และวิเคราะห์ความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถาม ทั้ง 3 ส่วน ยกเว้นข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ด้วยการหาค่าดัชนีความตรงของเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) ทั้งรายข้อ (Item content validity index: I-CVI) โดยมีเกณฑ์ที่ยอมรับได้ในแต่ละข้อตั้งแต่ 0.7 ขึ้นไป และทั้งฉบับ (Content validity for scale: S-CVI) โดยมีเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป ตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือจากผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อยู่ตำบล ห้วยโรง อำเภอเขาชัยย่อย จังหวัดเพชรบุรี ที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และนำมาคำนวณความเที่ยงจากการหาความสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์ค่าอัลฟาครอนบาช

(Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ .837 ค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ มีค่าเท่ากับ .825 และค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถามส่วนที่ 3 ข้อมูลชีวิตของผู้สูงอายุ มีค่าเท่ากับ .832 ตามลำดับ

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน มิถุนายน – กรกฎาคม พ.ศ. 2567 มีขั้นตอนการ ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยได้ทำหนังสือถึงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลห้วยท่าช้าง เพื่อขอเก็บข้อมูล และเสนอโครงร่างวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ด้านการแพทย์และสาธารณสุข จังหวัดเพชรบุรี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี กระทรวงสาธารณสุข ก่อนการเก็บข้อมูล

2. ขั้นตอนการมีดังนี้ 1) เข้าพบหัวหน้าหน่วยงานเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลตามขั้นตอน ชี้แจงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง 2) คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยพิจารณาจากรายงานประวัติของผู้ป่วยในแต่ละวันให้มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 3) เข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อได้รับความยินยอม จึงชี้แจงให้ทราบถึงการพิทักษ์สิทธิการเข้าร่วมวิจัย รายละเอียดโครงการและลงนามในเอกสารเอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย 4) อธิบายวิธีตอบแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างทราบ และหากมีปัญหาหรือข้อสงสัยสามารถซักถามผู้วิจัยได้ทันที ซึ่งกลุ่มตัวอย่างใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามด้วยตนเองประมาณ 15-30 นาที สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหาในการตอบแบบสอบถาม เนื่องจากสายตาไม่ดี หรือไม่สามารถอ่านได้เอง ผู้วิจัยได้อ่านแบบสอบถามตามข้อคำถามให้ฟัง และให้ตอบทีละข้อไปจนครบทุกข้อ รวมถึงเป็นผู้ทำเครื่องหมายในแบบสอบถามเอง และ 5) รวบรวมแบบสอบถาม และตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลก่อนนำไปวิเคราะห์

3. การวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้ 1) ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ใช้สถิติการวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่

และค่าร้อยละ 2) ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี และ ข้อมูลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี ใช้สถิติการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ 3) สถิติการวิเคราะห์ ข้อมูล ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี ใช้สถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ด้วยวิธี Stepwise ซึ่งตัวแปรต้นที่นำมาทดสอบ สมมติฐานจะเป็นตัวแปรเชิงกลุ่ม ได้แก่ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยพฤติกรรมสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี

### จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยนี้ ได้รับการพิจารณาและรับรอง จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรม การวิจัยในมนุษย์ ด้านการแพทย์และสาธารณสุข จังหวัด เพชรบุรี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี กระทรวง สาธารณสุขหมายเลขรับรอง 23/2567 ลงวันที่ 21 มิถุนายน 2567

### ผลการวิจัย

การวิจัยนี้ มีผู้สูงอายุของตำบลห้วยท่าช้าง ปีพ.ศ. 2567 ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปทุกคน จำนวน 6 หมู่บ้าน ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด รวมทั้งสิ้น 398 คน และสามารถจัดเก็บข้อมูลได้ครบทุกคน ร้อยละ 100.0

**ตารางที่ 2** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปฏิบัติของพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยรวมและรายด้าน

พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ	ลำดับที่
1. ด้านการบริโภคอาหาร	4.05	0.34	มาก	2
2. ด้านการออกกำลังกาย	3.97	0.46	มาก	3
3. ด้านการจัดการอารมณ์	4.07	0.44	มาก	1
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>	<b>4.04</b>	<b>0.32</b>	<b>มาก</b>	

ผลการวิจัยต่อไปนี้เป็นจำแนกการนำเสนอออกเป็น 4 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี 2) ปัจจัยพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี 3) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี 4) ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และ 5) สมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ส่วนใหญ่เป็น เพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 64.10 มีอายุระหว่าง 66-70 ปี ร้อยละ 36.90 สถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 55.00 ระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 39.20 ไม่ได้ประกอบ อาชีพ ร้อยละ 33.20 มีรายได้เพียงพอ ไม่มีเก็บ คิดเป็นร้อยละ 41.20 อยู่กับบุตรหลาน คิดเป็นร้อยละ 45.50 มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 58.50 ส่วนใหญ่ เป็นเบาหวานร้อยละ 30.70 ส่วนใหญ่ไม่ได้เข้าทำกิจกรรม ในชุมชน คิดเป็นร้อยละ 70.60 ตามลำดับ

2. พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับมากเมื่อพิจารณาแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านการ จัดการอารมณ์ รองลงมา คือ ด้านการบริโภคอาหาร และด้านการออกกำลังกาย ตามลำดับดังตารางที่ 2

3. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาแต่ละด้าน พบว่า ด้านที่มีค่า

เฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านสภาพแวดล้อม รองลงมา คือ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ดังตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยรวมและรายด้าน

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น	ลำดับที่
1. ด้านร่างกาย	3.84	0.39	มาก	3
2. ด้านจิตใจ	3.86	0.42	มาก	2
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.61	0.65	มาก	4
4. ด้านสภาพแวดล้อม	3.90	0.53	มาก	1
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>	<b>3.81</b>	<b>0.36</b>	<b>มาก</b>	

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี

4.1 ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ค่า R Square มีค่าเท่ากับ .106

โดยเพศมีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย ร้อยละ 10.60 และมีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตามลำดับ ดังตารางที่ 4

**ตารางที่ 4** ผลการวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.106	.011	.009	.36241

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	0589	1	.589	4.486	.035
Residual	52.010	396	.131		
Total	52.600	397			

Coefficients

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig
	$\beta$	Std. Error			
ค่าคงที่	3.679	.065		56.845	.000
เพศ	.080	.038	.106	2.118	.035

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 ปัจจัยพฤติกรรมสุขภาพส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี พบว่า ค่า R Square มีค่าเท่ากับ 0.212 โดยปัจจัยการจัดการอารมณ์ สามารถอธิบายถึงอิทธิพล

ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ร้อยละ 21.20 และมีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 5

**ตารางที่ 5** ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.212	.045	.042	.35620

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2.355	1	2.355	18.559	.000
Residual	50.245	396	.127		
Total	52.609	397			

Coefficients

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	$\beta$	Std. Error			
ค่าคงที่	3.105	.165		18.860	.000
การจัดการอารมณ์	.173	.040	.212	4.308	.000

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. สมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

5.1 ปัจจัยด้านเพศมีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสามารถนำมาเขียนสมการทำนายในรูปคะแนนดิบและรูปคะแนนมาตรฐาน ได้ดังนี้ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ ( $Y'$ )  $Y = 3.679 + .080$  และ

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน ( $ZY'$ )  $Y = .106$

5.2 ปัจจัยการจัดการอารมณ์ มีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลห้วยท่าช้าง อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสามารถนำมาเขียนสมการทำนายในรูปคะแนนดิบและรูปคะแนนมาตรฐาน ได้ดังนี้ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ ( $Y'$ )  $Y = 3.105 + .173$  สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน ( $ZY'$ )  $Y = .212$

## อภิปรายผล

การวิจัยนี้พบว่า ผลการวิจัยพบว่าระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านสภาพแวดล้อม รองลงมา คือด้านจิตใจ ด้านร่างกาย และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศันสนีย์ โอภาวรงค์ (2565) ได้ศึกษา : คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหัวกัญแจ อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอยู่ในระดับมาก

ปัจจัยที่ส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลด้านเพศส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต ร้อยละ 10.60 และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพด้านการจัดการอารมณ์ส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต ร้อยละ 21.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยงานของธิดาสาธิต ธันยาราชธร, อรุณา แก้วเกิด และเจริญชัย หมื่นท้อ (2566) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตอนต้น กรณีศึกษาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอาจสามารถจังหวัดนครพนม พบว่าการดูแลตนเองของผู้สูงอายุส่งผลทางบวกต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตอนต้นสูงสุดได้ทำนายคุณภาพชีวิตได้ร้อยละ 45.2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศมีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ สมการทำนาย คือ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ (Y')  $Y = 3.679 + .080$  และสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน (ZY')  $Y = .106$  และปัจจัยการจัดการอารมณ์ มีอำนาจในการทำนายอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุสมการทำนาย คือ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ (Y')  $Y = 3.105 + .173$  และสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน (ZY')  $Y = .212$  ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยนี้สมล บุตรีวิเศษ และอุปรีษฐา อินทรสาด (2563) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาอำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า สมการพยากรณ์ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลงานวิจัยไปใช้

1. หน่วยงานและเจ้าหน้าที่เกี่ยวข้องและคนในครอบครัว ควรเรียนรู้ถึงปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในผู้สูงอายุ รวมถึงวิธีป้องกันและดูแล จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตต่อไปได้อย่างยาวนานด้วยสุขภาพที่ดีและมีชีวิตชีวมากขึ้น

2. คนในครอบครัวควรมหาเวลาพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ พาผู้สูงอายุไปวัด ทำบุญ ไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ เพื่อให้จิตใจสงบ หาเวลาทำกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุบ้าง

3. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือคนในสังคมควรจัดกิจกรรมหรือเทศกาลงานบุญต่างๆ ที่ผู้สูงอายุจะมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม เพื่อเพิ่มความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่นในสังคม ทำให้ผู้สูงอายุมีบทบาท มีศักดิ์ศรี และมีคุณค่าต่อสังคม

4. คนในครอบครัวควรจัดสภาพบ้านเรือนให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อช่วยอำนวยความสะดวก และตอบสนองความต้องการในด้านต่างๆ ให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตภายในบ้านได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข เช่น ห้องนอนของผู้สูงอายุควรอยู่ชั้นล่างของบ้าน ทางลาด และบันไดควรมีราวจับรอบบ้านควรมีพื้นที่ให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมเบาๆ ได้

## ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตให้ครอบคลุมและขยายไปสู่การศึกษา ระดับประเทศ เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ทำการวิจัยเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแต่ละตำบลในอำเภอเขาชัย

2. การวิจัยรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยขับเคลื่อนสังคม การปฏิรูปต้องไม่สร้างระบบที่จะทำให้ผู้สูงอายุต้องกลายเป็นภาระของสังคมสร้างสังคมที่ทุกคนอยู่ร่วมกันได้อย่างปลอดภัยและมีความสุขส่งเสริมการมีส่วนร่วมของจุดพลัง “ภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรชุมชน และท้องถิ่น” เน้น “การสร้าง นำซ่อม” และการประคับประคองให้ผู้สูงอายุอยู่ในสภาพที่สามารถดูแลตนเองให้ได้มากที่สุดเตรียมความพร้อมในระบบเศรษฐกิจ สังคม และบริการสุขภาพภายใต้บริบทของสังคมสูงวัย

## เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2566). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2566. นครปฐม : พรินเตอร์.
- กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย สำนักงานผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2565) คู่มือการดำเนินงานตัวชี้วัดร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์. กรุงเทพฯ : สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ณัทกวี ศิริรัตน์. (2565). รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดเพชรบุรี. วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม.
- นิราศศิริ โรจนธรรมกุล. (2564). การพยาบาลผู้สูงอายุ : ด้านการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ : บริษัทไทยควอลิตี้บู๊คส์ (2006) จำกัด.
- นัสมล บุตรวิเศษ และอุปรีษฐา อินทรสาด. (2563) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาอำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา.
- ปลื้มใจ ไพจิตร. (2558). คุณภาพในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสุราษฎร์ธานี. วารสารวิทยาการจัดการ, 2(2), หน้า 157-179.
- พัชรารัตน์ พัฒนะ. (2561). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์การเรียนรู้การดูแลผู้สูงอายุเขตสุขภาพที่ 4. สระบุรี : กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ ศูนย์อนามัยที่4 สระบุรี กรมอนามัย.
- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลห้วยท่าช้าง.(2567). ข้อมูลตำบลห้วยท่าช้าง. เพชรบุรี : สำนักงาน.
- ศันสนีย์ โอถาวรวงษ์. (2565). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลห้วยทากุญแจ อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ รัฐศาสตรมหาบัณฑิตคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย. (2565). แผนงานการส่งเสริมคุณภาพชีวิตและพหุผลพลังสำหรับผู้สูงอายุในวิกฤตและการเตรียมพร้อมเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ : รายงานการวิจัยและนวัตกรรมฉบับสมบูรณ์. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2566. กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรื.(2566). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบสามพ.ศ. 2566 – 2570. กรุงเทพฯ : สำนักงาน.
- ธิดาชล ธันยวราธร อรุมา แก้วเกิด และเจริญชัย หมื่นห่อ. (2566). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตอนต้น กรณีศึกษาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลอาจสามารถจังหวัดนครพนม. วารสารสุขภาพและสิ่งแวดล้อมศึกษา ปีที่ 8 ฉบับที่ 2 เมษายน –มิถุนายน 2566.
- Kotler, Philip., & Armstrong, Gary. (2018). Principles of Marketing (17thed.). England:Pearson.
- World Health Organization [WHO]. (2006). Five keys to safer food manual. Retrieved from [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43546/1/9789241594639\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43546/1/9789241594639_eng.pdf).