

สังเคราะห์งานวิจัย

ฉบับที่ 9 ประจำเดือน กันยายน 2564



ผู้ช่วยศาสตราจารย์อัฐฉญา แพทย์ศาสตร์

คณะครุศาสตร์

สถาบันวิจัยและพัฒนา มีบทสังเคราะห์งานวิจัยที่น่าสนใจ มาฝากผู้อ่านทุกท่านฉบับนี้เป็นงานวิจัย เรื่อง สุขภาพจิตผู้สูงอายุ และแนวทางการพัฒนาสุขภาพจิต : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลวังใหม่ อำเภอ นายายอาม จังหวัดจันทบุรี เป็นผลงานวิจัยของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อัฐฉญา แพทย์ศาสตร์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พีชรินทร์ รุจิรานุกูล คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี โดยได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี ปีงบประมาณ 2563 ซึ่งงานวิจัยดังกล่าวมีแนวคิดมาจากการสำรวจในประเทศไทยของ สำนักงานสถิติแห่งชาติ คาดการณ์ว่าจำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็น 10.78 ล้านคนหรือร้อยละ 15.28 ในปี พ.ศ. 2563 จะเห็นว่าแนวโน้มประชากรผู้สูงอายุจะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น ในทางชีววิทยาย่อมเกิดความเสื่อมถอยทางร่างกาย โดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุพบการเปลี่ยนแปลงของ ร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ส่งผลให้ผู้สูงอายุ มีปัญหาสุขภาพมากกว่าวัยอื่น โดยเฉพาะสุขภาพกาย และเมื่อมีปัญหาสุขภาพกายแล้วย่อมกระทบต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมา ดังนั้น ผู้สูงอายุจะมีความเสี่ยงในการเผชิญปัญหาสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มอายุอื่น ๆ นอกจากนี้สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2554 อ้างถึงใน ปัทมา ฟอร์ดศิริ และคนอื่น ๆ, 2561 : 139) พบว่า ผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตตามแบบการประเมินของกรมสุขภาพจิตต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของสุขภาพจิตคนทั่วไป (น้อยกว่าหรือเท่ากับ 27 คะแนน) ถึงร้อยละ 20.70 ซึ่งเป็นสัดส่วนที่สูงกว่าประชากรวัยอื่น เมื่อจำแนกตามเพศ ความเพียงพอของรายได้ และการอยู่ร่วมกับสมาชิกในครัวเรือน พบว่า ผู้สูงอายุเพศชายมีคะแนนสุขภาพจิตสูงกว่าเพศหญิง ผู้สูงอายุที่ประเมินว่ามีรายได้เกินเพียงพอมีคะแนนสุขภาพจิตสูงกว่าผู้ที่มีรายได้ไม่เพียงพอ นอกจากนี้ ยังพบว่าผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังคนเดียวมีคะแนนสุขภาพจิตต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้อยู่ลำพังคนเดียว และผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตร อีกทั้งสุขภาพจิตผู้สูงอายุยังมีความสัมพันธ์กับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เสื่อมถอยอย่างต่อเนื่องการเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ทั้งความดันโลหิตสูง และเบาหวาน ฯลฯ ด้วยเหตุนี้การวางแผน การช่วยเหลือ และพัฒนาผู้สูงอายุให้เป็นประชากรสูงวัยอย่างมีคุณภาพจึงเป็นประเด็นสำคัญ โดยเฉพาะสุขภาพจิตในผู้สูงอายุเนื่องจากสุขภาพจิตมีความเกี่ยวข้องกับคุณภาพและศักยภาพของชีวิตมนุษย์ทุกคน ซึ่งหนึ่งในการส่งเสริมการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุคือ โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นสถานที่ที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วนเข้ามาร่วมขับเคลื่อนควบคู่ไปกับมาตรการอื่น ๆ ของรัฐ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง ซึ่งผู้มีบทบาทสำคัญ ได้แก่ สมาชิกในครอบครัว ชุมชน โรงพยาบาล



สถาบันวิจัยและพัฒนา
มรภ รำไพพรรณี



039-319-111 ต่อ 10800
086-440-2639



research_rbru2010
@hotmail.com

สาธารณสุขประจำตำบล วัดและท้องถิ่น โดยเฉพาะองค์การบริหารส่วนตำบล ที่มีการทํางานโดยตรง ในการดูแลผู้สูงอายุรวมทั้งส่งเสริมสนับสนุนและแสวงหาความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีพื้นที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกับชุมชน ไม่ว่าจะเป็นการพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยน เรียนรู้ การถ่ายทอดภูมิปัญญา หรือการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ซึ่งเป็นการยกระดับ การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าและความสำคัญ ของตนเอง และชุมชน ให้ประจักษ์ในศักยภาพและพลังของผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิต อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี (จุฑาลักษณ์ แสนโท, จารุกัญญา

อุคานนท์, และกาญจนา คำริสุ, 2560 : 336) นอกจากนี้การศึกษาของ สติตพวงษ์ มั่นหล้า (2553 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาว่าการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ และฮาร์วิกเฮิร์ส (Havighurst, 1968) กล่าวว่า ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมหรือมีการทํางานปฏิบัติสม่ำเสมอ มีบุคลิกภาพกระฉับกระเฉง จะทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตและปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ปราศจากกิจกรรมหรือบทบาทการทํางานที่ใด ๆ ผู้สูงอายุที่สามารถรักษาระดับกิจกรรมของตนเองไว้ตามบทบาทและสถานภาพ จะรู้สึกว่าเป็นบุคคล ที่มีคุณค่าเป็นที่ยอมรับของสังคม ทำให้มีความสุขและมีความพึงพอใจในชีวิต (เสาวลักษณ์ เรืองเกษมพงศ์, 2555 : 4) องค์การบริหารส่วนตำบลวังใหม่ อำเภอ นายายอาม จังหวัดจันทบุรี ได้ดำเนินการส่งเสริม ให้เกิดโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอ นายายอาม จังหวัดจันทบุรี ตั้งแต่ ปี พ.ศ.2557 จนถึงปัจจุบัน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาส ประกอบกิจกรรมร่วมกัน ได้พบปะสังสรรค์ พูดคุย ติดต่อกันสื่อสาร แลกเปลี่ยนทัศนคติ ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เป็นการสร้างขวัญและกำลังใจให้กับผู้สูงอายุในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการทำให้ผู้สูงอายุได้คลายเหงา ผ่อนคลายจิตใจ ซึ่งมีความสำคัญ ต่อจิตใจและความรู้สึกของผู้สูงอายุ โดยโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่มีคำขวัญประจำโรงเรียนว่า "เรียนรู้ พัฒนาตนเอง และช่วยเหลือผู้อื่นได้" คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพจิตและแนวทางการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอ นายายอาม จังหวัดจันทบุรี เพื่อให้ได้รูปแบบที่เหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้อง ก่อให้เกิดทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ และจะเป็นประโยชน์ต่อภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุต่อไปในอนาคต

ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะดำเนินการวิจัย โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาสุขภาพจิตผู้สูงอายุของโรงเรียน ผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอ นายายอาม จังหวัดจันทบุรี และเพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอ นายายอาม จังหวัดจันทบุรี

วิธีการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย 2 ขั้นตอน ตอนที่ 1 ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ โดยใช้แบบสอบถามเพื่อประเมินสุขภาพจิตผู้สูงอายุฉบับสั้น Thai Geriatric Mental Health Assessment Tool (T-GMHA-15) ของกองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต มีลักษณะคำถามเป็นแบบปลายปิด (Closed form Questionnaire) ลักษณะมีตัวเลือกประเมินค่า ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Discrimination) อยู่ระหว่าง 0.30 - 0.71 มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.83 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ โดยการหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ส่วนตอนที่ 2 แนวทางการพัฒนาสุขภาพจิต กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี ใช้วิธีการสัมภาษณ์รายบุคคล ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน ผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อาสาสมัครสาธารณสุข ผู้แทนผู้สูงอายุ ผู้นำด้านจิตวิญญาณ พระ ครู/อาจารย์ ผู้แทนบุคลากรสาธารณสุข หรืออื่น ๆ ที่ได้รับการเสนอ โดยกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 10 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย พบว่า

1. ระดับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี ส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป
2. แนวทางการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี สรุปได้ว่า กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิแสดงความคิดเห็นว่า ควรพัฒนาผู้สูงอายุแบบองค์รวมทุกมิติ เน้นสุขภาพกาย สุขภาพจิต การอยู่ร่วมกันในสังคม มีการทำกิจกรรมสุข 5 มิติ โดยเน้นการมีส่วนร่วมจากผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินและเกิดประโยชน์ เน้นกิจกรรมที่สร้างสรรค์ สร้างรอยยิ้ม มีการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด อารมณ์และจิตใจซึ่งกันและกัน ยอมรับและปรับตัวต่อสภาวะแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสม กล้าแสดงออก มีการทำกิจกรรมนอกบ้าน เน้นสถาบันครอบครัวในการดูแลสุขภาพเพื่อลดช่องว่าง และการอยู่ร่วมกับคนในครอบครัว ชุมชน อย่างมีความสุข

ข้อมูลจาก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อัฐฉญา แพทย์ศาสตร์ (หัวหน้าโครงการวิจัย)

หมายเลขติดต่อ 085-089-1793

ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชรินทร์ รุจิรานุกูล (ผู้ร่วมวิจัย)

หมายเลขติดต่อ 086-307-4318

สาขาวิชาสังคมศึกษา

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี