

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original article

ปัจจัยที่มีอิทธิพลกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี

กัญญารัตน์ แข็งกลีกรณ ส.บ.*

ธานินทร์ สุธีประเสริฐ ศษ.ม.**

วิโรจน์ เอี่ยมระหงษ์ วท.ม.**

สุวรรณณี เนตรศรีทอง ศศ.ม.**

สุภาพร บุญศิริลักษณ์ Ph.D.**

* โรงพยาบาลวิหารแดง จังหวัดสระบุรี

** วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

วันรับ:	12 ต.ค. 2563
วันแก้ไข:	5 ต.ค. 2564
วันตอบรับ:	15 ต.ค. 2564

บทคัดย่อ การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี จำนวน 351 คน โดยการสุ่มแบบกลุ่ม เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่มีค่าความเชื่อมั่น 0.878 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าที่ และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ผลการวิจัยพบกลุ่มตัวอย่างเกือบ 2 ใน 3 เป็นหญิง อายุเฉลี่ย 54.38 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสและมีบุตร เกือบครึ่งหนึ่งจบระดับประถมศึกษา ไม่มีอาชีพเสริม ที่มาของรายได้มาจากอาชีพหลัก ได้แก่ รับจ้างทั่วไป ซึ่งมีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ประมาณ 1 ใน 5 มีรายได้ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในบ้านตนเอง มีสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 3.68 คน ด้านสุขภาพเกือบ 4 ใน 5 ไม่มีโรคประจำตัว กว่าครึ่งหนึ่งใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุภาพรวม 5 ด้านและรายด้าน ประกอบด้วย ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง (mean=3.39, 3.22, 3.41, 3.57, 3.55 และ 3.17 ตามลำดับ) พบว่า ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพหลัก ความเพียงพอของรายได้ ลักษณะบ้าน และสิทธิการรักษาพยาบาลที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 งานวิจัยมีข้อเสนอให้ผู้เกี่ยวข้องส่งเสริมอาชีพเสริมให้คนในชุมชน จัดหาสถานที่และส่งเสริมให้ประชาชนมีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย จัดตั้งชมรมสร้างเสริมสุขภาพให้ประชาชน ได้มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชน

คำสำคัญ: การเตรียมความพร้อม, วัยสูงอายุ, จังหวัดสระบุรี

บทนำ

องค์การสหประชาชาติได้นิยามสังคมสูงอายุว่า สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10.0 ของประชากรในประเทศ หรือมีอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 7.0 ของประชากรในประเทศ จากการจัดอันดับของประเทศในประชาคมอาเซียนที่มีสัดส่วนการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรผู้สูงอายุ พบว่าประเทศไทยมีประชากรผู้สูงอายุเป็นอันดับที่ 2 รองจากประเทศสิงคโปร์⁽¹⁾ ผู้สูงอายุที่มีอายุที่เพิ่มขึ้นทำให้มีการเปลี่ยนแปลงหลายๆ ด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ เช่น โรคที่เกิดจากความเสื่อมของอวัยวะ ได้แก่ ต้อกระจก การได้ยิน ข้อเสื่อม ภาวะสมองเสื่อม การหกล้มของผู้สูงอายุ และโรคเรื้อรังต่างๆ รวมถึงการดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่ลดลง รายได้ในการใช้จ่ายต่างๆ ลดลง และผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวตามลำพังในครัวเรือนมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งเป็นผลโดยตรงต่อผู้สูงอายุที่มักจะมีหลีกเลี่ยงไม่ได้ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ต้องมีแนวทางป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้นในช่วงปลายของชีวิต⁽²⁾

การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ควรเริ่มกระทำตั้งแต่ช่วงที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ซึ่งเป็นช่วงอายุที่เหมาะสมในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ซึ่งถือว่าการสร้างหลักประกันและสร้างความมั่นคงในการดำรงชีวิตก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในอนาคต^(3,4) ในแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 จึงได้กำหนดเป้าหมายการสร้างจิตสำนึกให้กับประชาชนได้ตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุและให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่เหมาะสม เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรี พึ่งพาตนเองได้ รวมถึงการมีหลักชีวิตที่มั่นคง⁽⁵⁾ ผู้วิจัยได้ศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ประกอบด้วย ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา พบว่า ผู้สูงอายุมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและด้านจิตใจอยู่ในระดับมาก ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านเศรษฐกิจ และด้านการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง

และกล่าวว่าการเตรียมความพร้อมที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับหลายๆ องค์ประกอบ ผู้ที่มีระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ และความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกัน^(6,7) การศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชากรในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณารายด้านก็อยู่ในระดับมาก ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านจิตใจ รองลงมาด้านจิตวิญญาณ ด้านเศรษฐกิจและสังคม และด้านร่างกาย ตามลำดับ⁽⁸⁾

จังหวัดสระบุรีเป็นจังหวัดหนึ่งในภาคกลาง มีประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 14.7 ซึ่งเพิ่มขึ้นในอัตราร้อยละ 0.4 ของทั้งปี โดยปี 2557 และปี 2558 มีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 13.8 และ 14.2 ตามลำดับ⁽⁹⁾ ในปี 2557 พบผู้สูงอายุอยู่ในภาวะพึ่งพิงประเภทติดบ้านและติดเตียง จำนวน 1,972 คน และ 574 คน ตามลำดับ⁽¹⁰⁾ การสำรวจสถานะสุขภาพและมุมมองด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดสระบุรี พบว่า ร้อยละ 93.0 มีอาการทางกายอย่างน้อย 1 อาการ โดยมีความชุกของอาการปวดข้อ ปวดกล้ามเนื้อมากที่สุด และมีโรคเรื้อรังอย่างน้อย 1 โรค อันดับแรกได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 63.8 โรคข้อเข่าเสื่อม ร้อยละ 38.3 และโรคเบาหวาน ร้อยละ 23.3 ตามลำดับ⁽¹¹⁾ ตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมืองสระบุรี มีประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 13.6 และมีประชากรอายุระหว่าง 50-59 ปี ร้อยละ 13.3 ของประชากรในตำบล⁽⁹⁾ ใน 10 ปีข้างหน้า ประชากรกลุ่มนี้จะก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ หากไม่มีการเตรียมความพร้อมอาจทำให้เกิดปัญหาในช่วงวัยสูงอายุได้ แต่หากมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่ดีก็สามารถเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ที่ผ่านมายังไม่มีการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวในพื้นที่ ซึ่งผลจากศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดแผนการจัดกิจกรรมในการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุให้กับประชาชน เพื่อให้พร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีคุณภาพและมีคุณภาพชีวิตในวัยสูงอายุที่ดีขึ้น

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี

วิธีการศึกษา

รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง ประชากรได้แก่ ผู้ที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี 1,152 คน⁽¹²⁾ คำนวณขนาดตัวอย่างด้วยสูตร Yamane T⁽¹³⁾ ได้ 297 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (cluster sampling) โดยการสุ่มอย่างง่ายเพื่อเลือกหมู่บ้าน ผลการสุ่มเลือกหมู่บ้านได้บ้านโคกหนามแท่ง หมู่ 3 และบ้านป่าไม้พระฉาย หมู่ 7 รวมกลุ่มเป้าหมายทั้ง 2 หมู่บ้าน 383 คน เก็บข้อมูลได้จริง 351 คน ซึ่งไม่น้อยกว่าขนาดกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล มีลักษณะแบบเลือกตอบและเติมข้อความจำนวน 12 ข้อ และส่วนที่ 2 แบบสอบถามการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านเศรษฐกิจ 6 ข้อ ด้านที่อยู่อาศัย 5 ข้อ ด้านสุขภาพร่างกาย 11 ข้อ ด้านจิตใจ 5 ข้อ และด้านการใช้เวลา 5 ข้อ รวม 32 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวกทั้งหมด แบบประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด (5 คะแนน) มาก (4 คะแนน) ปานกลาง (3 คะแนน) น้อย (2 คะแนน) และน้อยที่สุด (1 คะแนน) แบ่งระดับการเตรียมความพร้อมเป็น 3 ระดับตามแนวคิดของ Best JW⁽¹⁴⁾ ดังนี้

- คะแนน 3.67-5.00 คะแนน หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมฯ ในระดับดี
- คะแนน 2.34-3.66 คะแนน หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมฯ ในระดับปานกลาง
- คะแนน 1.00-2.33 คะแนน หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมฯ ในระดับไม่ดี

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยนำแบบ-

สอบถามที่สร้างเสร็จไปขอจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากกลุ่มวิจัยและบริการวิชาการ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ตามเอกสารรับรองเลขที่ PHCSP-นศ.108 หลังจากนั้นนำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านเครื่องมือ ด้านสถิติ และด้านเนื้อหา รวม 3 ท่าน พิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) ความเหมาะสมของภาษา โดยพบค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.5-1.0 จึงนำแบบสอบถามไปปรับปรุงก่อนทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างหมู่ 6 บ้านหนองจอก จำนวน 30 คน ช่วงต้นเดือนกรกฎาคม 2561 แล้วนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค⁽¹⁵⁾ ในภาพรวมของการเตรียมความพร้อมมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.878 แยกเป็นรายด้าน ด้านเศรษฐกิจ เท่ากับ 0.852 ด้านที่อยู่อาศัย เท่ากับ 0.928 ด้านสุขภาพร่างกาย เท่ากับ 0.803 ด้านจิตใจ เท่ากับ 0.948 และด้านการใช้เวลา เท่ากับ 0.812

วิธีการเก็บข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

1. ตัวแทนผู้วิจัยพบนายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัยและขออนุญาตเก็บข้อมูลในพื้นที่
2. ผู้วิจัยประสานงานกับผู้ช่วยวิจัยในการเก็บข้อมูล โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนและวิธีการเก็บข้อมูลตามแบบสอบถามให้เกิดความเข้าใจ เพื่อให้ผลการศึกษามีความคาดเคลื่อนน้อยที่สุด
3. ผู้ช่วยวิจัยอธิบายให้อาสาสมัครวิจัยซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างทราบถึงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขอความร่วมมือในการให้ข้อมูล โดยชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของอาสาสมัครวิจัยให้ทราบถึงสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธในการให้ข้อมูล
4. ผู้ช่วยวิจัยเก็บข้อมูลโดยแจกแบบสอบถามให้กับอาสาสมัครวิจัยที่ยินยอมการให้ข้อมูล และให้อาสาสมัครที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยผู้ช่วยวิจัยรอรอบรวมแบบสอบถามคืน และตรวจสอบความครบถ้วนของการตอบก่อนรวบรวมคืนให้กับผู้วิจัย

5. ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วน และความสมบูรณ์ของข้อมูลอีกครั้งก่อนนำไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป โดยพบว่าแบบสอบถามทุกฉบับมีความครบถ้วนสมบูรณ์

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด และค่าต่ำสุด และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ การทดสอบค่าที (t-test) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One Way ANOVA) ด้วยวิธี Fisher's Least Significant Difference (LSD) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่ม

ผลการศึกษา

ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเกือบ 2 ใน 3 เป็นหญิง อายุเฉลี่ย 54.38 ปี เกือบครึ่งหนึ่งจบประถมศึกษา รองลงมา มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. มีสถานภาพสมรสมากที่สุด รองลงมา โสด ส่วนใหญ่มีบุตร ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไปมากที่สุด รองลงมา ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว ไม่มีอาชีพเสริม ร้อยละ 89.7 มีรายได้เพียงพอ แต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 43.0 อาศัยในบ้านของตนเอง ร้อยละ 86.6 ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นบ้านชั้นเดียว ร้อยละ 62.7 สมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 3.68 คน มี

สมาชิกในความดูแลเฉลี่ย 1.50 คน มีโรคประจำตัวร้อยละ 26.5 เป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด รองลงมา โรคเบาหวาน กลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่งหนึ่งใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพ เกือบ 1 ใน 3 ใช้สิทธิประกันสังคม ที่เหลือใช้สิทธิข้าราชการและสิทธิประกันสุขภาพเอกชน

การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง

การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ด้านสุขภาพร่างกายมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมา ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านเศรษฐกิจและด้านการใช้เวลา ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

การเปรียบเทียบตัวแปรอิสระกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง

1) การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพเสริม การอยู่อาศัย ลักษณะบ้าน จำนวนสมาชิกในความดูแล และโรคประจำตัวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติ t-test

พบว่า เพศ อายุ อาชีพเสริม การอยู่อาศัย จำนวนสมาชิกในความดูแล และโรคประจำตัวที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ลักษณะบ้านที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน

ตารางที่ 1 ระดับการเตรียมความพร้อมฯของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นรายด้านและภาพรวม (n=351)

การเตรียมความพร้อม	mean	S.D.	แปลผลระดับ
ด้านเศรษฐกิจ	3.22	0.97	ปานกลาง
ด้านที่อยู่อาศัย	3.41	0.94	ปานกลาง
ด้านสุขภาพร่างกาย	3.57	0.60	ปานกลาง
ด้านจิตใจ	3.55	0.80	ปานกลาง
ด้านการใช้เวลา	3.17	0.99	ปานกลาง
รวมทั้ง 5 ด้าน	3.39	0.71	ปานกลาง

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ตารางที่ 2)

2) การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าตัวแปร-
อิสระ ได้แก่ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพหลัก
ความเพียงพอของรายได้ และสิทธิการรักษาพยาบาลกับ
การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่ม
ตัวอย่าง โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว

กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการ-
เตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่จบ
การศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอน
ปลาย/ปวช. อนุปริญญา/ปวส.และปริญญาตรีหรือสูงกว่า

มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่า
กลุ่มตัวอย่างที่จบการศึกษาประถมศึกษาหรือต่ำกว่า
(ตารางที่ 3)

กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการ-
เตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่มี
สถานภาพโสดมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูง-
อายุดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรส กลุ่มตัวอย่าง
ที่มีสถานภาพโสดและสมรสมีการเตรียมความพร้อมก่อน
เข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพหม้าย/
หย่า/แยกกันอยู่ (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 2 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ (n=351)

ข้อมูลส่วนบุคคล	n	mean	S.D.	t	p-value
เพศ					
ชาย	131	110.76	23.07	0.90	0.370
หญิง	220	108.65	20.22		
อายุ (ปี)					
50 – 54	188	109.76	22.54	0.30	0.766
55 – 59	163	109.07	19.87		
อาชีพเสริม					
ไม่มี	315	108.97	21.65	-1.21	0.228
มี	36	113.50	17.85		
การอยู่อาศัย					
บ้านตนเอง	304	109.99	21.74	1.23	0.221
อื่น ๆ (บ้านเช่า,อาศัยคนอื่น)	47	105.89	18.16		
ลักษณะบ้าน					
บ้านชั้นเดียว	220	107.55	22.47	-2.17	0.031*
อื่น ๆ (สองชั้นขึ้นไป,ใต้ถุนสูง)	131	112.62	18.88		
จำนวนสมาชิกในความดูแล					
ไม่มี	92	110.43	19.07	0.52	0.603
มี	259	109.08	22.08		
โรคประจำตัว					
ไม่มี	245	109.26	22.54	-0.26	0.798
มี	93	109.92	17.58		

*p<0.05

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี

ตารางที่ 3 การเตรียมความพร้อมฯ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา (n=351)

ระดับการศึกษา	mean	ไม่สูงกว่าประถมศึกษา	ม.ต้น	ม.ปลาย/ปวช.	อนุปริญญา/ปวส.	ป.ตรีขึ้นไป
ไม่สูงกว่าประถมศึกษา	104.58		-9.92*	-10.83*	-10.86*	-12.26*
ม.ต้น	114.51					
ม.ปลาย/ปวช.	115.42					
อนุปริญญา/ปวส.	115.44					
ป.ตรีขึ้นไป	116.85					

*p<0.05

ตารางที่ 4 การเตรียมความพร้อมฯ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพสมรส (n=351)

สถานภาพสมรส	mean	โสด	สมรส	หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่
โสด	116.89		7.19*	14.64*
สมรส	109.71			7.45*
หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่	102.26			

*p<0.05

กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพหลักแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่เป็นพนักงานบริษัท/โรงงานและเกษตรกรมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่าที่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป กลุ่มที่รับราชการ/ข้าราชการบำนาญมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่ารับจ้างทั่วไป กลุ่มพนักงาน

บริษัท/โรงงาน เกษตรกร และรับราชการ/ข้าราชการบำนาญมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่าธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย และกลุ่มพนักงานบริษัท/โรงงาน เกษตรกร และรับราชการ/ข้าราชการบำนาญมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่าที่เป็นแม่บ้าน (ตารางที่ 5)

กลุ่มตัวอย่างที่มีความเพียงพอของรายได้แตกต่างกัน

ตารางที่ 5 การเตรียมความพร้อมฯ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพหลัก (n=351)

อาชีพหลัก	mean	พนักงานบริษัท/ โรงงาน	เกษตรกร รับจ้างทั่วไป	รับราชการ/ ข้าราชการบำนาญ	ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย	แม่บ้าน
พนักงานบริษัท/ โรงงาน	115.12		7.41*		10.26*	13.49*
เกษตรกร	116.07		8.36*		11.20*	14.44*
รับจ้างทั่วไป	107.71			-10.54*		
รับราชการ/ชรก.บำนาญ	118.25				13.38*	16.62*
ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย	104.87					
แม่บ้าน	101.63					

*p<0.05

มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เพียงพอและมีเหลือเก็บมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เพียงพอและมีเหลือเก็บและมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่ามีรายได้ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน (ตารางที่ 6)

กลุ่มตัวอย่างที่มีสิทธิการรักษาพยาบาลแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีสิทธิประกันสังคมและสิทธิข้าราชการ มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสิทธิประกันสุขภาพ (ตารางที่ 7)

วิจารณ์

การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับดี

การเตรียมความพร้อมในภาพรวม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาของสุเทพ พูลสวัสดิ์⁽¹⁶⁾ วินัย กลิ่นหอม และวราวงคณา จันทรัง⁽⁷⁾ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่กล่าวว่ากำลังพลที่ปฏิบัติงานในกองทัพภาคที่ 1 มีการเตรียมความพร้อมเป็นวัยสูงอายุที่มีสุขภาพที่ดีในระดับสูง⁽¹⁷⁾ ข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุในระดับดี⁽⁶⁾ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นประชาชนทั่วไป เกือบครึ่งหนึ่งจบระดับประถมศึกษา มีอาชีพรับจ้างและไม่มีอาชีพเสริม ไม่มีรายได้เป็นประจำ เกือบครึ่งหนึ่งมีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บและมี

ตารางที่ 6 การเตรียมความพร้อม^a ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความเพียงพอของรายได้ (n=351)

ความเพียงพอของรายได้	mean	เพียงพอและมีเหลือเก็บ	เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ	ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน
เพียงพอและมีเหลือเก็บ	118.01		10.45*	21.70*
เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ	107.56			11.24*
ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน	96.32			

*p<0.05

ตารางที่ 7 การเตรียมความพร้อม^a ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสิทธิการรักษาพยาบาล (n=351)

สิทธิการรักษาพยาบาล	mean	สิทธิหลักประกันสุขภาพ	สิทธิประกันสังคม	สิทธิข้าราชการ	สิทธิประกันสุขภาพเอกชน
สิทธิหลักประกันสุขภาพ	104.04		-11.10*	-12.15*	
สิทธิประกันสังคม	115.14				
สิทธิข้าราชการ	116.20				
สิทธิประกันสุขภาพเอกชน	115.38				

*p<0.05

บางส่วนมีหนี้สินจึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้านมีดังนี้

การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาหลายท่านที่พบว่ามีการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง^(3,7,16,17) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับดีหรือมาก^(2,6) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้กว่า 6 ใน 10 มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ทำธุรกิจส่วนตัว ได้แก่ ค้าขาย ไม่มีอาชีพเสริม มีเงินเพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บถึงมีหนี้สิน และใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพจึงไม่มีเงินออมที่เพียงพอในการเตรียมพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุในระดับดีได้

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยอยู่ในระดับปานกลาง^(3,16) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่กล่าวว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยในระดับดี^(6,7) ทั้งนี้อาจเนื่องจากการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่บ้านของตนเอง ไม่ได้อาศัยอยู่กับผู้อื่นหรือเช่าผู้อื่นจึงทำให้การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยอยู่ในระดับปานกลาง

การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายอยู่ในระดับปานกลาง^(7,18,19) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาหลายท่านที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านร่างกายในระดับดี^(2,3,6,16,20)

การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของปริญญา รัชনীลิตดาจิต และคณะ⁽¹⁸⁾ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาหลายฉบับที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจในระดับดี^(2,3,6,7,16) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างยังต้องทำเลี้ยงชีพและไม่มีเวลาเพียงพอในการพบปะเพื่อสังสรรค์กับเพื่อนวัยเดียวกันในชุมชน

การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาหลายฉบับที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง^(3,6,7,16,18) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อาศัยอยู่กันเป็นครอบครัวมีลูกหลานคอยดูแล อาจมีการคิดล่วงหน้าว่าจะใช้เวลาทำอะไรบ้างหลังวัยสูงอายุ

ตัวแปรอิสระแต่ละตัว ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพหลัก อาชีพเสริม ความเพียงพอของรายได้ การอยู่อาศัย ลักษณะบ้าน จำนวนสมาชิกในความดูแล โรคประจำตัว และสิทธิในการรักษาพยาบาลที่ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เพศที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษา^(3,7) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าเพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมดีกว่าเพศชายถึง 2.6 เท่า⁽¹⁸⁾ ทั้งนี้อาจเนื่องจากการศึกษาดังกล่าวศึกษาในกลุ่มข้าราชการครูที่มีการศึกษาในระดับตั้งแต่ระดับปริญญาขึ้นไปและส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงซึ่งมีความละเอียดรอบคอบ จึงทำให้เพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมที่สูงกว่าและแตกต่างจากเพศชาย

อายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษา^(7,17) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุน้อยกว่าจะมีการเตรียมความพร้อมที่ดีกว่ากลุ่มที่มีอายุน้อยกว่าถึง 3 เท่า⁽¹⁸⁾ ทั้งนี้อาจเนื่องจากการศึกษาดังกล่าวอยู่ในกลุ่มข้าราชการครู ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีการศึกษาสูง

ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้อาจเนื่องจากการศึกษาทำให้เกิดแนวคิดการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าวัยสูงอายุที่ดีหรือการศึกษาทำให้มีโอกาสได้ประกอบอาชีพ

ที่ตี มั่นคง ทำให้มีรายได้ที่เพียงพอและพร้อมในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุที่แตกต่างกัน^(2,7,17)

สถานภาพสมรสที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษาของประกาย จิโรจน์กุล และคณะ⁽²⁾ และทยณัฐชวันไชยสิทธิ์ และคณะ⁽³⁾ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของวินัย กลิ่นหอม และวรางคณา จันทร์คง⁽⁷⁾ และศิริประภา วัฒนากิตติกุล⁽¹⁷⁾

อาชีพหลักที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกันจะมีการเตรียมความพร้อมต่างกัน^(2,7)

อาชีพเสริม จากการศึกษาพบว่าอาชีพเสริมที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้เกือบทั้งหมดไม่มีอาชีพเสริม

ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับบางการศึกษาที่ผ่านมา^(2,7,19) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าความเพียงพอของรายได้ของครูโรงเรียนเอกชนส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณไม่แตกต่างกัน⁽³⁾

การอยู่อาศัยที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของประกาย จิโรจน์กุล และคณะ⁽²⁾ ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการอยู่อาศัยต่างกันจะมีการเตรียมความ-

พร้อมต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้เกือบทั้งหมดอาศัยอยู่บ้านตนเองและอยู่ในเขตชนบท ในขณะที่การศึกษาของประกาย จิโรจน์กุล และคณะ ศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร

ลักษณะบ้านที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเนื่องจากบ้านของกลุ่มตัวอย่างบางส่วนเป็นบ้านสองชั้นขึ้นไปและบางส่วนเป็นบ้านใต้ถุนสูง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวต้องมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อให้ตนเองสะดวกในการอยู่อาศัย เช่น การวางแผนให้มีห้องนอนอยู่ชั้นล่างเพื่อความสะดวก การจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานที่อยู่อาศัย เช่น รว้ายืดเกาะในห้องน้ำ ทางเดินและบันได เป็นต้น

จำนวนสมาชิกในความดูแลที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่กล่าวว่าจำนวนสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ⁽¹⁹⁾ ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้มีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยว มีสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 3.68 คน และอยู่ในความดูแลเฉลี่ยเพียง 1.5 คน ซึ่งไม่เป็นภาระต่อการเตรียมความพร้อมของกลุ่มตัวอย่าง

โรคประจำตัวที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา^(3,7,17) ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเกือบ 3 ใน 4 มีสุขภาพที่ดีไม่มีโรคประจำตัวจึงทำให้ไม่เห็นความจำเป็นในการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุ

สิทธิการรักษาพยาบาลที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการและกลุ่มพนักงาน

รัฐวิสาหกิจหรือใช้สิทธิประกันสังคมมีรายได้ประจำที่มั่นคงกว่าจึงมีโอกาสในการเตรียมความพร้อมที่มากกว่าสิทธิประกันสุขภาพ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ไม่เพียงพอและมีหนี้สิน มีอาชีพรับจ้างทั่วไปมากที่สุด เกือบทั้งหมดไม่มีอาชีพเสริมและมีการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจในระดับปานกลาง ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น องค์กรบริหารส่วนตำบล (อบต.) หรือสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) ควรมีการจัดสอน และให้ความรู้ในการประกอบอาชีพ ส่งเสริมอาชีพให้คนในชุมชนมีการประกอบอาชีพเสริม เพื่อให้ประชาชนในกลุ่มดังกล่าวมีรายได้เพิ่มขึ้นจากที่เป็นอยู่

2. กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา ด้านสุขภาพร่างกายและด้านจิตใจในระดับปานกลาง หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น องค์กรบริหารส่วนตำบล (อบต.) หรือสถานบริการสาธารณสุขในพื้นที่ ควรจัดหาสถานที่และจัดตั้งชมรมเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้ประชาชนได้มีโอกาสออกกำลังกายและทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในชุมชน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกหรือประเด็นที่สามารถนำไปสู่การเตรียมความพร้อมของผู้ที่จะก้าวสู่วัยสูงอายุได้มากยิ่งขึ้น

2. ควรมีการศึกษาวิจัยในเชิงพยากรณ์ว่ามีปัจจัยใดบ้างที่สามารถทำนายพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุได้ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการเตรียมความพร้อมของประชาชน

เอกสารอ้างอิง

1. บรรลุ ศิริพานิช. สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2559. นครปฐม: พรินเตอร์; 2559.
2. ประกาย จิโรจน์กุล, นิภา ลีสุคนธ์, เรณู ขวัญยืน, วันเพ็ญ แก้วปาน. การเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุของผู้ใหญ่วัยกลางคนในเขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร:

- มหาวิทยาลัยสวนดุสิต; 2560.
3. ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์, ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ, พรอนงค์ โตแหยม. รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนนทบุรี. นนทบุรี: สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช; 2555.
4. สุธรรม นันทมงคลชัย. ผู้สูงอายุไทย: สถานการณ์สุขภาพและพัฒนาความสุข. วารสารสาธารณสุขศาสตร์ 2553;40(1): 101-11.
5. คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ. แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ.2552. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: เทพเพ็ญวานิช; 2553.
6. แสนคานิง ตรีฤกษ์ฤทธิ, ชีพสุมน รังสยาธร, อภิญา หิรัญวงษ์. คุณภาพชีวิตและการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี. วารสารเกษตร-ศาสตร์ 2556;35(3):460-71.
7. วินัย กลิ่นหอม, วรางคณา จันทรคง. การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลแคราย อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช; 2558. 109 หน้า.
8. ชัยวัฒน์ อ่อนไธสง, กัลยรัตน์ ศรกล้า, สุริรัตน์ สิ้นสันต์, วรรณาด พรหมศวร. การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชากร ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ 2563;38(2):53-61.
9. สำนักงานสถิติจังหวัดสระบุรี. การวิเคราะห์และสรุปสถานการณ์ตามชุดข้อมูลกลางปี 2560 [อินเทอร์เน็ต]. 2560 [สืบค้นเมื่อ 17 พ.ค. 2561]. แหล่งข้อมูล: <http://saraburi.nso.go.th/images/attachments/article/569/%E0%B8%A7%E0%B8%B4%E0%B9%80%E0%B8%84%E0%B8%A3%E0%B8%B2%E0%B8%B0%E0%B8%AB%E0%B9%8C%204%20%E09%80%E0%B8%A3%E0%B8%B7%E0%B9%88%E0%B8%AD.%E0%B8%87.pdf>
10. งานสุขภาพภาคประชาชน. เอกสารสรุปสถานการณ์ของ

- ผู้สูงอายุในจังหวัดสระบุรีปี 2557. สระบุรี: สำนักงาน-
สาธารณสุขจังหวัดสระบุรี; 2558.
11. ธนันต์ ศุภศิริ, อานนท์ วรียงยง. การสำรวจสถานะสุขภาพ
และมุมมองด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดสระบุรี.
วารสารแพทย์ทหารบก 2562;72(3):193-200.
 12. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองปลาไหล จังหวัด
สระบุรี. ข้อมูลทรัพยากรสุขภาพ หน่วยบริการปฐมภูมิ
[อินเทอร์เน็ต]. [สืบค้นเมื่อ 14 พ.ค. 2561]. แหล่งข้อมูล:
[http://gishealth.moph.go.th/pcu/admin/pcu.
php?code=01682](http://gishealth.moph.go.th/pcu/admin/pcu.php?code=01682)
 13. Yamane T. Statistics: an introductory analysis. New York:
Harper &row; 1967.
 14. Best JW. Research in education. 3rd ed. New Jersey:
Prentice Hall; 1977.
 15. บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. เทคนิคการสร้างเครื่องมือ
รวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพ-
มหานคร: ศรีอนันต์การพิมพ์ เขตพระนคร; 2553.
 16. สุเทพ พูลสวัสดิ์. การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของ
ผู้บริหารสถานศึกษา. [วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตร-
มหาบัณฑิต]. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร; 2550. 112
หน้า.
 17. ศิรประภา วัฒนากิตติกุล. การเตรียมการเพื่อให้เป็นวัย-
สูงอายุที่มีสุขภาพดี (healthy aging) ของกำลังพลที่ปฏิบัติ
งานภายในกองทัพภาคที่ 1. สถานศึกษา. [วิทยานิพนธ์
ปริญญาสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพ-
มหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2552. 173 หน้า.
 18. ปริญญา รัชনীลัดดาจิต, ลีลี อิงศรีสว่าง, ทศนีย์ ศิลาวรรณ.
แบบแผนการบริโภคอาหาร ภาวะโภชนาการ คุณภาพชีวิต
และการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุของข้าราชการครูใน
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากาญจนบุรี เขต 1. วารสาร-
คหเศรษฐศาสตร์ 2555;55(3):18-25.
 19. ภาณุวัฒน์ มีชนะ, นิชชาภัทร ชันสาคร, ทศนีย์ ศิลาวรรณ,
ทศนีย์ รวีวรกุล, เพ็ญศรี พิชัยสนธิ. การเตรียมความพร้อม
ของประชากรก่อนวัยสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุคุณภาพ
ตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี.
วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับวิทยาศาสตร์
และเทคโนโลยี 2560;11(1):259-71.
 20. กุณฑลี เภาแสงธรรม, ศติพัฒน์ ยอดเพชร, พิมพ์ แสงสว่าง.
การเตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพของบุคลากรกระ-
ทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. วารสาร-
พดุมวิททยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ 2550;8(4):25-34.

Abstract: Influencing Factors on the Pre-ageing Preparedness among People Living in Nongplalai Subdistrict, Mueang District, Saraburi Province

Kanyarat Kangkasikorn, B.P.H*; **Tanin Sutheeprasert, M.Ed.****; **Wirot Iamrahong, M.Sc.****; **Suwannee Netsritong, M.A.****; **Supaporn Bunsiriluck, Ph.D.****

** Viharndaeng Hospital, Saraburi Province; ** Sirindhorn College of Public Health, Suphanburi Province, Thailand*

Journal of Health Science 2022;31(1):36-47.

This cross-sectional descriptive research aimed to examine factors affecting self-preparedness before reaching seniority age among people living in Nongplalai Subdistrict, Mueang District, Saraburi Province. The participants were 351 people aged 50 – 59 years old recruited by cluster sampling. A set of questionnaire was employed as data collecting tool with reliability at 0.878; and the data were analyzed by using descriptive statistics including frequency, percentage, mean, standard deviation, maximum, minimum, t-test and one-way ANOVA. The results showed that approximately two-thirds of participants were female with the average age of 54.38 years old. Most people were married and had children. Half of them graduated from primary school with no part-time job. Employment income was used for their on-cost expenses, without saving. Approximately one in five participants had low-income family with debt burdens. Most participants were living in their own houses with the average family member of 3.68 people. In terms of health, around four in five of participants had no underlying disease and more than half of of them used health services under universal coverage scheme. Five aspects for self-preparedness before ageing included economic, household, physical health, mental health, and time management which were rated at a moderate level. (mean=3.39, 3.22, 3.41, 3.57, 3.55 and 3.17, respectively) However, there were significantly differences across educational level, marital status, career, family income, household, and health insurance type ($p<0.05$). This research suggested setting projects for people in the community including supporting career development, encouraging health promotion club in physical and interactive activities.

Keywords: self-preparedness, pre-ageing, Saraburi Province