



ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ
ของประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี ในชุมชนเขตเทศบาลนครสกลนคร

Factors Influencing Preparation for Aging
among People Aged between 50-59 Years in Sakon Nakhon Municipality

รัตติกาล อาชะวะบูล¹, เบญจยามาศ พิลายนต์², กิตติภูมิ ภิญโญ³

Ruttigan Archawabool¹, Benjayamas Pilayon², Kittiphoom Phinyo³

¹นักศึกษาลัทธิศาสตร์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม

²วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม ³คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

¹Master of Nursing Science Program Students, Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Phanom, Nakhon Phanom University

²Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Phanom, Nakhon Phanom University

³Faculty of Nursing, Khon Kaen University

Corresponding author; Benjayamas Pilayon; Email: nongpi3@gmail.com

Received: October 30, 2023 Revised: January 5, 2024 Accepted: January 19, 2024

บทคัดย่อ

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แล้ว ดังนั้น ความพร้อมของกลุ่มประชากรที่กำลังจะเข้าสู่วัยสูงอายุจึงนับว่าเป็นข้อมูลที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งที่อาจใช้ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ กลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี จำนวน 214 คน ที่อาศัยอยู่ในชุมชนเขตเทศบาลนครสกลนคร ใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ และแบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ ซึ่งผ่านการตรวจสอบเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมฯ และแบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลฯ เท่ากับ .84 และ .87 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมฯ ภาพรวมระดับมาก รายงานพบว่า ด้านสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ด้านสังคม ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมอยู่ในระดับมาก และด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุโดยภาพรวมคือ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.541$) ทศนคติต่อการสูงอายุ ($\beta=.329$) การศึกษาระดับปริญญาตรี ($\beta=.106$) การศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ/อนุปริญญา ($\beta=.081$) การมีโรคประจำตัว ($\beta=-.074$) รายได้ 30,001-40,000 บาท/เดือน ($\beta=.091$) การอาศัยอยู่กับผู้อื่น ($\beta=-.083$) และการเช่าที่อยู่ ($\beta=-.072$) ผลการวิจัยบ่งชี้ว่าประชาชนมีการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยมีปัจจัยหลายด้านที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมฯ ดังนั้น ในการพัฒนากิจกรรมเพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุจึงต้องคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าว ซึ่งอาจมีความแตกต่างกันตามบริบทของพื้นที่

คำสำคัญ: การเตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุ; ชุมชน; ปัจจัยที่มีอิทธิพล



Factors Influencing Preparation for Aging among People Aged between 50–59 Years in Sakon Nakhon Municipality

Ruttigan Archawabool¹, Benjayamas Pilayon², Kittiphoom Phinyo³

¹Master of Nursing Science Program Students, Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Phanom, Nakhon Phanom University

²Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Phanom, Nakhon Phanom University

³Faculty of Nursing, Khon Kaen University

Corresponding author; Benjayamas Pilayon; Email: nongpi3@gmail.com

Received: October 30, 2023 Revised: January 5, 2024 Accepted: January 19, 2024

Abstract

Thailand has been classified as an aging society. Thus, preparation for aging among the pre-aging population might provide information helpful to promote quality of life of the elderly. The objectives of this descriptive correlational research study were to investigate the preparedness for aging and the factors that influence preparation for aging. The sample group consisted of 214 people aged between 50–59 years, residing in the municipal area of Sakon Nakhon. A multi-stage random sampling method was employed. Data were collected by personal interviews using two questionnaires assessing preparation for aging and factors that may influence preparation for aging. These questionnaires were developed for this study and validated for content validity by three experts. The values for the reliability coefficients of these two questionnaires were .84 for preparation and .87 for influencing factors. Data were analyzed using descriptive statistics and stepwise multiple regression analysis. The findings revealed that the pre-aging group in this study exhibited a commendable level of readiness for aging. Concerning each dimension, it was found that health preparedness showed the highest score, followed by social, housing, environmental, technology, and innovation readiness, while economic readiness showed the least value, which was at a modest level. Regarding the influencing factors on preparation for aging, it was revealed that the statistically significant factors included strong social support ($\beta=.541$), attitudes toward aging ($\beta=.329$), attainment of a bachelor's degree ($\beta=.106$), possession of a professional diploma/certificate ($\beta=.081$), presence of chronic illnesses ($\beta=-.074$), monthly income ranging 30,001–40,000 Baht ($\beta=.091$), living arrangements with others ($\beta=-.083$), and renting accommodation ($\beta=-.072$). In conclusion, the results of this study suggest that pre-aging individuals are ready to enter the elderly stage, and there are many factors influencing their readiness. Therefore, these factors should be taken into account to prepare and support the elderly, which may be different in different contexts.

Keywords: preparation for aging; community; influencing factors



ความเป็นมาและความสำคัญ

ปัจจุบันโลกกำลังเผชิญกับสังคมสูงวัย (aging society) โดยองค์การสหประชาชาติมีรายงานว่า ในปี ค.ศ. 2017 ทั่วโลกมีประชากรอายุ 60 ปี ขึ้นไป จำนวน 962 ล้านคน และอาจจะเพิ่มขึ้นเป็น 2.1 พันล้านคน ในปี ค.ศ. 2050 และคาดว่าภายในปี พ.ศ. 2583 จะเปลี่ยนเป็นสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (completely aged society)¹ ซึ่งประเทศที่มีอัตราผู้สูงอายุมากที่สุดคือ ประเทศญี่ปุ่น รองลงมาคือ ประเทศอิตาลี และประเทศเยอรมันนี้ สำหรับประเทศไทยมีอัตราผู้สูงอายุสูงเป็นอันดับที่สองรองมาจากประเทศสิงคโปร์เมื่อเปรียบเทียบในกลุ่มอาเซียน ทั้งนี้ประเทศไทยเริ่มเข้าสู่สังคมสูงวัยตั้งแต่ปี พ.ศ. 2545 และคาดการณ์ว่าปี พ.ศ. 2568 ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ และอย่างเต็มที่ (super-aged society) เนื่องจาก มีการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงวัยอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ประชากรวัยเด็กและวัยแรงงานลดลง² ภายใต้สถานการณ์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุดังกล่าว ทำให้หลายประเทศประสบปัญหาสูงวัยอย่างไม่มีคุณภาพ เนื่องจากมีการปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุล่าช้าก่อให้เกิดปัญหาหลากหลายด้านตามมา ยกตัวอย่างเช่น ด้านสุขภาพที่พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโอกาเป็นโรคเรื้อรัง และเสียชีวิตด้วยอาการแทรกซ้อนของโรคเรื้อรังมากขึ้น ด้านจิตใจพบว่าผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้า ซึ่งอาจก่อให้เกิดการฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น ด้านอารมณ์และสังคมพบว่าผู้สูงอายุประสบกับการสูญเสียบทบาทหน้าที่ก่อให้เกิดความรู้สึกไร้ค่าในตนเอง และมีการปรับตัวเข้ากับกิจกรรมในยุคสมัยที่เทคโนโลยีก้าวหน้าอย่างรวดเร็วได้ยาก เป็นต้น³ ดังนั้นการเตรียมตัวให้กลายเป็นสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์และมีคุณภาพในอนาคตจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งในประเทศไทยได้เริ่มมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัย โดยเน้นกลุ่ม pre-aging หรือกลุ่มคนที่มีอายุ 50-59 ปี ให้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนที่จะกลายเป็นผู้สูงอายุแท้จริง โดยใช้แนวคิด “active ageing”

“active ageing” เป็นแนวคิดที่แสดงถึงภาวะสุขสมบูรณ์ของผู้สูงอายุและเป็นเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 3 มิติ คือ 1) สุขภาพ (health) หมายถึง การมีสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจที่ดี 2) การมีส่วนร่วม (participation) หมายถึง การมีโอกาสได้ทำกิจกรรมที่หลากหลาย มีส่วนร่วมกับผู้อื่น และ 3) ความมั่นคง (security) หมายถึง การมีหลักประกันและความมั่นคง คือ ความมั่นคงทางรายได้ ที่อยู่อาศัย และผู้ดูแล⁴ ซึ่งในประเทศไทยกรมกิจการผู้สูงอายุได้นำแนวคิดนี้มาประยุกต์ใช้และได้แบ่งการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านสุขภาพ 2) ด้านสังคม 3) ด้านเศรษฐกิจ 4) ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม และ 5) ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม เนื่องจากเหตุผลที่ว่าความสูงวัยเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่การเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ เมื่อสูงอายุนั้นสามารถเตรียมการล่วงหน้าได้โดยมีปัจจัยที่เกิดขึ้นจากตัวผู้สูงอายุเองและปัจจัยสภาพแวดล้อม มามีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อให้ก้าวสู่วัยสูงอายุที่มีคุณภาพ⁵

สถานการณ์การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุในประเทศไทยกำลังเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อาทิ 1) ความรู้สึกของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพราะก่อนหน้านี้ไม่ค่อยมีการกล่าวถึงการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ 2) การอาชีพและเศรษฐกิจที่มีผู้สูงอายุมีรายได้ไม่เพียงพอสำหรับการดำรงชีพ 3) ระบบสาธารณสุขที่ประเทศไทยที่ได้มีการเพิ่มการลงทุนในระบบเพื่อรองรับการรักษาและดูแลผู้สูงอายุ 4) การพัฒนานโยบายที่เกี่ยวข้องและเหมาะสมกับผู้สูงอายุ 5) การส่งเสริมการเรียนรู้และความเข้าใจในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุแก่ประชาชน และ 6) การเตรียมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับสภาพและความต้องการของผู้สูงอายุ⁶ โดยสถานการณ์ดังกล่าวเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากผู้ที่มีส่วนได้ส่วนเสียหลายฝ่ายเพื่อให้ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์อย่างมีคุณภาพ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเพื่อการเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพนั้นล้วนต้องปัจจัยที่หลากหลายเข้ามาเกี่ยวข้อง จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ ได้แก่ การมีอาชีพ⁷ การศึกษา⁸⁻¹⁰ การมีผู้ดูแล⁹ การขาดทรัพยากรทางการเงิน⁸⁻¹¹ การรับรู้ความสามารถของตนเอง¹⁰ การมีความรู้ในการเตรียมตัวเข้าสู่



วัยสูงอายุ¹² จำนวนสมาชิกในครอบครัวและรูปแบบการอยู่อาศัย¹⁰⁻¹¹ และการได้รับการสนับสนุนทางสังคม^{10,12} ทั้งนี้การวางแผนทางการเงินและสุขภาพก็เป็นสิ่งสำคัญในการเตรียมและส่งเสริมสุขภาพที่ดีในวัยหลังสูงอายุ¹²⁻¹³ โดยการศึกษาเหล่านี้เกิดขึ้นในบริบทที่แตกต่างกันออกไปจึงทำให้ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่ วัยสูงอายุนั้นมีความหลากหลายไปด้วย

ปัจจุบันเทศบาลนครสกลนคร จังหวัดสกลนคร มีประชาชนที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มที่จะก้าว เข้าสู่วัยสูงอายุ จำนวน 6,072 คน¹⁴ แต่จากการทบทวนวรรณกรรมยังไม่พบการศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อม เข้าสู่วัยสูงอายุ รวมทั้งไม่มีการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุในกลุ่มประชากร เหล่านี้ในเขตเทศบาลนครสกลนคร ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุและปัจจัย ที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลนครสกลนคร จังหวัดสกลนคร โดยใช้แนวคิด PRECEDE-PROCEDE Model ของ Green&Kreuter¹⁵ มาเป็นกรอบแนวคิดการวิจัยเพื่อให้ได้ชุดความรู้ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุแล้วนำไปเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการเตรียมความพร้อมเข้า สู่วัยสูงอายุให้เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี ในชุมชนเขตเทศบาลนคร สกลนคร จังหวัดสกลนคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี ในชุมชน เขตเทศบาลนครสกลนคร จังหวัดสกลนคร

สมมติฐานการวิจัย

1. ประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี ในชุมชนเขตเทศบาลนครสกลนคร จังหวัดสกลนคร มีการเตรียมความพร้อม เข้าสู่วัยสูงอายุในระดับมาก
2. เพศ อายุ การศึกษา ภาวะสุขภาพ ทักษะคิดต่อการสูงอายุ รายได้ อาชีพ ที่อยู่อาศัย สถานภาพ การมีผู้สูงอายุใน ครอบครัว และแรงสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลทางบวกต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชนอายุ ระหว่าง 50-59 ปี ในชุมชนเขตเทศบาลนครสกลนคร จังหวัดสกลนคร

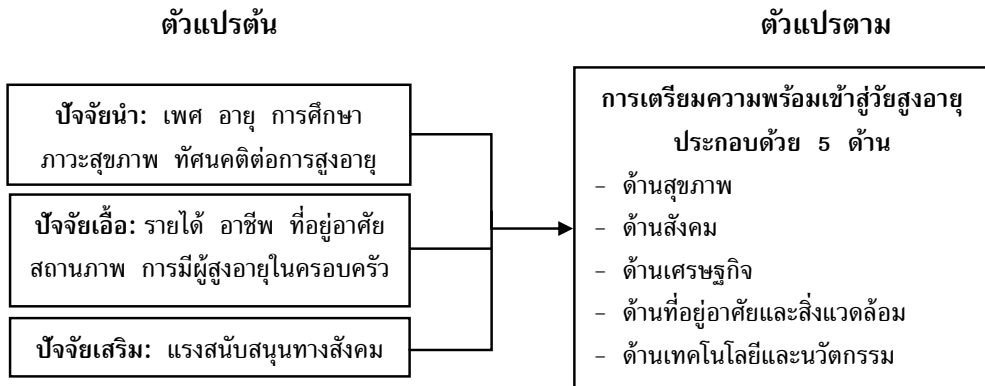
กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในชุมชน เขตเทศบาลนครสกลนครครั้งนี้ ผู้วิจัยเชื่อว่าการที่จะเป็นผู้สูงอายุคุณภาพ (active aging) จะต้องมีการเตรียมความพร้อม ซึ่งการเตรียมความพร้อม เข้าสู่วัยสูงอายุในชุมชนนั้นเป็นพฤติกรรมสุขภาพอย่างหนึ่ง จะเกิดขึ้นได้ต้องมีปัจจัยหลายอย่างที่เข้ามาเกี่ยวข้อง จึงได้นำแนวคิด PRECEDE-PROCEDE Model ในขั้นตอนของ PRECEDE ที่มีการค้นหาข้อมูล และประเมินปัจจัยที่ ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้

precede เป็นกระบวนการของการใช้ปัจจัยนำ (predisposing factors) ที่เป็นพื้นฐานของการเกิดพฤติกรรมของ บุคคลและก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งอาจมีส่วนช่วยสนับสนุนหรือยับยั้งมิให้เกิดการ แสดงพฤติกรรมทางด้านสุขภาพ ปัจจัยเสริม (reinforcing factors) ที่เป็นปัจจัยที่แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพ นั้นได้รับการสนับสนุน ซึ่งอาจช่วยสนับสนุนหรือเป็นแรงกระตุ้นในการแสดงพฤติกรรมทางสุขภาพ และปัจจัยเอื้อ



(enabling factors) ที่เป็นปัจจัยที่อาศัยอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลให้เกิดพฤติกรรมโดยตรง อาจเป็นปัจจัยสนับสนุนหรือยับยั้งให้เกิดหรือไม่ให้เกิดพฤติกรรมของบุคคล ในการวินิจฉัยพฤติกรรมสุขภาพ โดยทั้ง 3 ปัจจัยแม้จะมีความแตกต่างกันในการส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ แต่ทั้ง 3 ปัจจัยนี้จำเป็นต้องใช้ร่วมกันเพื่อก่อให้เกิดการสร้างแรงจูงใจ การสนับสนุนให้เกิดความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมได้¹⁵ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำกระบวนการ precede นี้มาใช้เป็นกรอบแนวคิดการวิจัยเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในชุมชน เขตเทศบาลนครสกลนคร โดยแสดงไว้ในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยายแบบหาความสัมพันธ์ (descriptive correlational research) ดำเนินการวิจัยในเดือนมิถุนายน 2566

ประชากรในการวิจัย คือ ประชาชนผู้ที่ก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ในเขตพื้นที่เขตเทศบาลสกลนคร จังหวัดสกลนคร จำนวน 6,072 คน เกณฑ์การคัดเลือก คือ 1) ประชาชนทั้งชายและหญิง อายุระหว่าง 50-59 ปี ที่อาศัยเขตเทศบาลนครสกลนคร จังหวัดสกลนครมากกว่า 6 เดือน 2) สามารถสื่อสาร อ่านและพูดภาษาไทยได้ และ 3) ยินดีเข้าร่วมในการวิจัย และเกณฑ์คัดออก คือ เป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรังหรือคนพิการ หรือเป็นผู้ที่ไม่สามารถให้ความยินยอมได้ด้วยตนเอง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ ประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก คำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรม G*power กำหนดค่าอิทธิพล = .15 จากงานวิจัยในอดีตที่มีการศึกษาในลักษณะเดียวกัน ค่าความคลาดเคลื่อน (alpha) = .05 และค่า power = .95 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 178 คน และเพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลและเพื่อความสมบูรณ์ของข้อมูล ผู้วิจัยได้เพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่างขึ้น 20% โดยได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 214 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (multistage sampling) ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมการวิจัยโดยมีรายละเอียดดังนี้

พื้นที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ เขตพื้นที่เทศบาลสกลนคร จังหวัดสกลนคร ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 เขต คัดเลือก 25% จากเขตพื้นที่โดยการจับสลากได้เขต 1 ซึ่งมีจำนวนชุมชนทั้งหมด 11 ชุมชน แล้วคัดเลือก 50% ของชุมชนทั้งหมดในเขต 1 โดยการจับสลากได้ 6 ชุมชน จากนั้นเลือกขนาดกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชุมชนด้วยการใช้สัดส่วนและดำเนินการสุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับฉลากแบบไม่ใส่คืนจากทะเบียนรายชื่อประชากรอายุ 50-59 ปี ของแต่ละชุมชนที่สุ่มได้



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ รายได้ ภาวะสุขภาพ ความพอเพียงของรายได้การมีผู้สูงอายุในครอบครัวที่อยู่อาศัย โดยแบบสัมภาษณ์มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบและเติมคำในช่องว่าง จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนคร ประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ 5 ตอน มีข้อคำถามทั้งหมด 53 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ คือ 5 หมายถึง มากที่สุด 4 หมายถึง มาก 3 หมายถึง ปานกลาง 2 หมายถึง น้อย 1 หมายถึง ไม่มีเลย

ตอนที่ 1 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ จำนวน 10 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 50 คะแนน

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมด้านสังคม จำนวน 10 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 50 คะแนน

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ จำนวน 11 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 55 คะแนน

ตอนที่ 4 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม จำนวน 12 ข้อ

ตอนที่ 5 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม จำนวน 10 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 50 คะแนน

โดยการแปลผลในแต่ละตอนแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในระดับน้อยที่สุด ระดับน้อย ระดับปานกลาง ระดับมาก และระดับมากที่สุด

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนคร ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ 3 ตอน มีข้อคำถามทั้งหมด 24 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ คือ 5 หมายถึง มากที่สุด 4 หมายถึง มาก 3 หมายถึง ปานกลาง 2 หมายถึง น้อย 1 หมายถึง ไม่มีเลย

ตอนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยนำต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ จำนวน 10 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 50 คะแนน

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยเอื้อต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ จำนวน 6 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 30 คะแนน

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยเสริมต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ จำนวน 6 ข้อ คะแนนรวมทั้งหมด 30 คะแนน

โดยการแปลผลในแต่ละตอนแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในระดับน้อยที่สุด ระดับน้อย ระดับปานกลาง ระดับมาก และระดับมากที่สุด ตามลำดับ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (content validity) ทำการตรวจสอบโดยวิธีการหาดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม (index of item objective congruence; IOC) โดยนำแบบสัมภาษณ์เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ แพทย์เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์ครอบครัว และพยาบาลวิชาชีพด้านผู้สูงอายุ ได้ค่า IOC แบบสัมภาษณ์ทั้งฉบับเท่ากับ .99 โดยแต่ละแบบสัมภาษณ์ได้ค่า IOC ดังนี้ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลเท่ากับ 1.00 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนครเท่ากับ .97 และแบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนครเท่ากับ 1.00



2. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (reliability) ทำการตรวจสอบโดยผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา มาทดลองใช้กับกลุ่มคนที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จากพื้นที่ใกล้เคียง จำนวน 30 คน แล้วนำมาคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่า Cronbach's alpha coefficient แบบสัมภาษณ์ทั้งฉบับเท่ากับ .85 โดยแต่ละแบบสัมภาษณ์ได้ค่า Cronbach's alpha coefficient ดังนี้ แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนครเท่ากับ .84 และแบบสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนครเท่ากับ .87

จริยธรรมในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ควบคุมกระบวนการวิจัยอย่างดี โดยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากโครงการวิจัยผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนครพนม เลขที่ HE 122/66 ลงวันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2566 ก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดของการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ประโยชน์ ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นพร้อมทั้งวิธีการช่วยเหลือ และขอความยินยอมในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกทุกคน นอกจากนั้นข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยได้ทำการเก็บรักษาเป็นเป็นความลับอย่างดี ใช้นามสมมติหรือรหัสแทนชื่อกลุ่มตัวอย่างที่ให้ข้อมูลจะ และทำการวิเคราะห์นำเสนอข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น แล้วจะดำเนินการทำลายเอกสารที่เกี่ยวข้องเมื่อผลการวิจัยได้รับการเผยแพร่

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลถึงสำนักงานเทศบาลนครสกลนคร และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร จากนั้นเข้าเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้ช่วยวิจัย คือ กลุ่มตัวอย่างสาธารณสุขประจำหมู่บ้านที่ผ่านการฝึกฝนและทำความเข้าใจในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้วิจัย เก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนมิถุนายน 2566 โดยใช้เวลาในการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนประมาณ 20-30 นาที ทั้งนี้ได้แบบสอบถามที่มีความครบถ้วนของข้อมูล จำนวน 214 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง และการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชนอายุระหว่าง 50-59 ปี ในชุมชนเขตเทศบาลเมืองสกลนคร จังหวัดสกลนคร ด้วยสถิติการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple linear regression analysis) โดยกำหนดให้ตัวแปรต้นเชิงคุณภาพ ได้แก่ เพศ การศึกษา ภาวะสุขภาพ รายได้ อาชีพ ที่อยู่อาศัย สถานภาพ เป็นตัวแปรหุ่น (dummy variable) แทนด้วยเลข 0 สำหรับกลุ่มอ้างอิง และ 1 สำหรับกลุ่มอื่นๆ ทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติการถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 214 คน พบว่า เป็นเพศหญิงร้อยละ 53.74 เพศชายร้อยละ 46.26 มีอายุเฉลี่ย 54.94 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพคู่ร้อยละ 71.50 นับถือศาสนาพุทธร้อยละ 100 ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาร้อยละ 30.37 ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัวมากที่สุดร้อยละ 44.39 มีรายได้ 10,001-20,000 บาท/เดือนร้อยละ 30.37 มีรายได้พอเพียงแต่ไม่เหลือเก็บร้อยละ 47.66 เป็นเจ้าของบ้านร้อยละ 66.82 ลักษณะที่อยู่



อาศัยเป็นบ้านเดี่ยวร้อยละ 86.45 ส่วนใหญ่ไม่มีผู้สูงอายุอยู่ในครอบครัวร้อยละ 70.09 กรณีที่มีผู้สูงอายุในครอบครัว ส่วนใหญ่มีผู้สูงอายุอยู่ในครอบครัวจำนวน 1 คน และไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 67.29

2. การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 214 คน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุภาพรวมระดับมาก โดยมีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ด้านสังคม ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมการอยู่ในระดับมาก และด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของช่วงคะแนนความคิดเห็นต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ	ค่าเฉลี่ย (mean)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)	ระดับการเตรียมความพร้อม
ด้านสุขภาพ	34.64	5.50	ระดับมากที่สุด
ด้านสังคม	35.77	7.66	ระดับมาก
ด้านเศรษฐกิจ	37.81	9.11	ระดับปานกลาง
ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม	43.15	7.40	ระดับมาก
ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมการ	34.98	10.08	ระดับมาก
ภาพรวม	186.35	34.45	ระดับมาก

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุ พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในภาพรวม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.541$) ทักษะคิดต่อการสูงอายุ ($\beta=.329$) การศึกษาระดับปริญญาตรี ($\beta=.106$) ภาวะสุขภาพการมีโรคประจำตัว ($\beta=-.074$) รายได้ 30,001–40,000 บาท/เดือน ($\beta=.091$) การศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ/อนุปริญญา ($\beta=.081$) ที่อยู่อาศัยโดยการอาศัยอยู่กับผู้อื่น ($\beta=-.083$) และที่อยู่อาศัยโดยการเช่าอยู่ ($\beta=-.072$) โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ร้อยละ 80.4

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในแต่ละด้านพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านสุขภาพ ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.489$) ภาวะสุขภาพการมีโรคประจำตัว ($\beta=-.189$) ทักษะคิดต่อการสูงอายุ ($\beta=.287$) อาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว ($\beta=.118$) เพศหญิง ($\beta=-.104$) การศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี ($\beta=-.103$) และการศึกษาระดับประถมศึกษา ($\beta=-.097$) โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ร้อยละ 56.3

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.475$) ทักษะคิดต่อการสูงอายุ ($\beta=.370$) ที่อยู่อาศัยโดยการอาศัยอยู่กับผู้อื่น ($\beta=-.133$) การศึกษาระดับมัธยมศึกษา ($\beta=-.0107$) และรายได้ 20,001–30,001 บาท/เดือน ($\beta=-.086$) โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ร้อยละ 72.1

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ทักษะคิดต่อการสูงอายุ ($\beta=.402$) แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.409$) ที่อยู่อาศัยโดยการอาศัยอยู่กับผู้อื่น ($\beta=-.145$) เพศหญิง ($\beta=-.097$) และอาชีพรับจ้าง ($\beta=-.096$) โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ร้อยละ 68.1



ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.429$) ทักษะคิดต่อการสูงอายุ ($\beta=.317$) ที่อยู่อาศัยโดยการเช่าอยู่ ($\beta=-.198$) ที่อยู่อาศัยโดยการอยู่กับผู้อื่น ($\beta=-.159$) ภาวะสุขภาพการมีโรคประจำตัว ($\beta=-.104$) การมีผู้สูงอายุในครอบครัว ($\beta=.105$) การศึกษาระดับปริญญาตรี ($\beta=.085$) และอาชีพเกษตรกรรม ($\beta=-.085$) โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ร้อยละ 65.5

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta=.642$) อาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ($\beta=.171$) อาชีพเกษตรกรรม ($\beta=-.168$) การศึกษาระดับมัธยมศึกษา ($\beta=-.140$) และที่อยู่อาศัยโดยการเช่าอยู่ ($\beta=-.115$) โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ร้อยละ 59.3 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

ตัวแปรอิสระ	ภาพรวม	ด้านสุขภาพ	ด้านสังคม	ด้านเศรษฐกิจ	ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม	ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม
ปัจจัยนำ						
เพศ (X_1)						
หญิง (X_{1_1})	NS	-.104*	NS	-.097*	NS	NS
กลุ่มอ้างอิง: ชาย						
การศึกษา (X_2)						
ประถมศึกษา (X_{2_1})	NS	-.097*	NS	NS	NS	NS
มัธยมศึกษา (X_{2_2})	NS	NS	-.107**	NS	NS	-.140**
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ/อนุปริญญา (X_{2_3})	.081*	NS	NS	NS	NS	NS
ปริญญาตรี (X_{2_4})	.106**	NS	NS	NS	.085*	NS
สูงกว่าปริญญาตรี (X_{2_5})	NS	-.103*	NS	NS	NS	NS
กลุ่มอ้างอิง: ไม่ได้ศึกษา						
ภาวะสุขภาพ (X_3)						
มีโรคประจำตัว (X_{3_1})	-.074*	-.189***	NS	NS	-.104*	NS
กลุ่มอ้างอิง: ไม่มีโรคประจำตัว						
ทัศนคติต่อการสูงอายุ (X_4)						
ปัจจัยเอื้อ	.329***	.287***	.370***	.402***	.317***	NS
รายได้ (X_5) (บาท/เดือน)						
20,001-30,000 (X_{5_1})	NS	NS	-.086*	NS	NS	NS
30,001-40,000 (X_{5_2})	.091**	NS	NS	NS	NS	NS
กลุ่มอ้างอิง: ไม่มีรายได้						
อาชีพ (X_6)						
เกษตรกรรม (X_{6_1})	NS	NS	NS	NS	-.085*	-.168***
รับจ้าง (X_{6_2})	NS	NS	NS	-.096*	NS	NS
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว (X_{6_3})	NS	.118*	NS	NS	NS	NS
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ (X_{6_4})	NS	NS	NS	NS	NS	.171***



ตัวแปรอิสระ	ภาพรวม	ด้านสุขภาพ	ด้านสังคม	ด้านเศรษฐกิจ	ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม	ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม
กลุ่มอ้างอิง: ไม่ได้ประกอบอาชีพ						
ที่อยู่อาศัย (X_7)						
อาศัยอยู่กับผู้อื่น ($X_{7,1}$)	-.083*	NS	-.133**	-.145***	-.159***	NS
เช่าอยู่ ($X_{7,2}$)	-.072*	NS	NS	NS	-.198***	-.115*
กลุ่มอ้างอิง: เจ้าของบ้าน						
การมีผู้สูงอายุในครอบครัว (X_8)						
มี (X_8)	NS	NS	NS	NS	.105*	NS
กลุ่มอ้างอิง: ไม่มี						
ปัจจัยเสริม						
แรงสนับสนุนทางสังคม (X_9) (ตัวแปรเชิงปริมาณ)	.541***	.489***	.475***	.409***	.429***	.642***
Constant (Unstandardized Coefficients)	10.184	10.878	-1.032	-3.674	11.245	0.662
R-squared	0.811	0.577	0.727	0.690	0.668	0.602
F-statistic	109.903	40.146	111.059	76.948	51.449	63.006

หมายเหตุ : * หมายถึง มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($p < .05$)

** หมายถึง มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 ($p < .01$)

*** หมายถึง มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .001 ($p < .001$)

NS หมายถึง ไม่มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($p > .05$)

หมายเลขที่แสดงในตาราง คือ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (Standardized Coefficients)

ผลการตรวจสอบความเหมาะสมของการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ พบว่า ค่าความคลาดเคลื่อนมีการแจกแจงปกติตามการกระจายแนวเส้นตรง (P-P Plot) และเมื่อพิจารณาแผนภาพการกระจายระหว่างค่าความคลาดเคลื่อนและค่าทำนาย พบว่า ความคลาดเคลื่อนมีความแปรปรวนเป็นอิสระกัน จากการมีการกระจายอย่างสม่ำเสมอ ๆ ศูนย์ ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple linear regression analysis) นี้เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้น สามารถนำไปใช้ในการอธิบายปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุได้ โดยจากผลการวิเคราะห์สามารถเขียนสมการทำนายได้ตารางที่ 3



ตารางที่ 3 สมการทำนายคะแนนรวมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ	สมการทำนายคะแนนรวมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ (Standardized Coefficients)
ภาพรวม	$Y = 0.081X2_3 + 0.106X2_4 - 0.074X3_1 + 0.329X4 + 0.091X5_2 - 0.083X7_1 - 0.072X7_2 + 0.541X9$
ด้านสุขภาพ	$Y1 = -0.104X1 - 0.097X2_1 - 0.103X2_5 - 0.189X3_1 + 0.287X4 + 0.118X6_3 + 0.489 X9$
ด้านสังคม	$Y2 = -0.107X2_2 + 0.370X4 - 0.086X5_1 - 0.133X7_1 + 0.475X9$
ด้านเศรษฐกิจ	$Y3 = -0.097X1 + 0.402X4 - 0.096X5_2 - 0.145X7_1 + 0.409X9$
ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม	$Y4 = 0.085X2_4 - 0.104X3_1 + 0.317X4 - 0.085X6_1 - 0.159X7_1 - 0.198X7_2 + 0.105X8 + 0.429 X9$
ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม	$Y5 = -0.140X2_2 - 0.168X6_1 + 0.171X6_4 - 0.115X7_2 + 0.642X9$

การอภิปรายผล

1. การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ ภาพรวมระดับมาก ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีที่สะท้อนให้เห็นว่าประชากรอายุระหว่าง 50-59 ปี มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ และเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุแล้วกลุ่มตัวอย่างเหล่านี้ก็น่าจะเป็นผู้สูงอายุคุณภาพ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการวิจัยของ Pichitkuntham, Toonsiri&Homsin¹⁰ ที่ศึกษาปัจจัยทำนายการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชน ในชุมชนเขตอำเภอวังจันทร์ จังหวัดระยองที่พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในชุมชนขนาดกลางแบบกึ่งเมืองกึ่งชนบทมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุด้วยตนเองอยู่แล้ว แต่ขัดแย้งกับผลการวิจัยของ Wongwaisayawan et al.¹⁶ ที่ศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีศักยภาพของประชาชนในเขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร แล้วพบว่า การเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปานกลาง ความขัดแย้งนี้แสดงให้เห็นว่า ความแตกต่างกันในบริบทของการศึกษา เช่น การพักอาศัยในเขตกึ่งเมืองกึ่งชนบทและการพักอาศัยในเขตชุมชนเมืองนั้น ทำให้กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่แตกต่างกัน

2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุ ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในภาพรวม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะคิดต่อการสูงอายุ การศึกษาระดับปริญญาตรี ภาวะสุขภาพการมีโรคประจำตัว รายได้ 30,001-40,000 บาท/เดือน การศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ/อนุปริญญา ที่อยู่อาศัยโดยการอาศัยอยู่กับผู้อื่น และที่อยู่อาศัยโดยการเช่าอยู่ โดยปัจจัยดังกล่าวมีความสามารถในการอธิบายความผันแปรในคะแนนการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ โดยผลการศึกษาสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในภาพรวม คือ แรงสนับสนุนทางสังคม^{13-14,20} ทักษะคิดต่อการสูงอายุ¹¹ ภาวะสุขภาพ^{11,20} รายได้^{9,21} การศึกษาระดับ^{9,22} ที่อยู่อาศัย¹²⁻¹³ โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่ศึกษาพบทั้งหมด สอดคล้องกับแนวคิด PRECEDE-PROCEDE Model ที่มีแนวคิดที่ว่าทั้ง 3 ปัจจัยนี้จำเป็นต้องใช้ร่วมกันเพื่อก่อให้เกิดการสร้างแรงจูงใจ การสนับสนุนให้เกิดความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสม¹⁵ แสดงให้เห็นว่าการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม การมีทักษะที่ดีต่อการสูงอายุ การมีรายได้เพียงพอต่อการใช้จ่าย การมีความรู้สูงหรือการได้รับการศึกษา ช่วยเพิ่มความพร้อมของบุคคลในการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุได้ แต่การมีโรคประจำตัวและการไม่ได้พักอาศัยในที่ของตนเองนั้นอาจเป็น



อุปสรรคต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในแต่ละด้าน พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยเสริมแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพนั้นได้รับการสนับสนุน¹⁵ ช่วยสนับสนุนหรือเป็นแรงกระตุ้นในการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง ทั้งด้านสุขภาพ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม และด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม

ปัจจัยนำที่เป็นปัจจัยที่เป็นพื้นฐานของการเกิดพฤติกรรมของบุคคลและก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล¹⁵ คือ ทักษะต่อการสูงอายุ การศึกษา และภาวะสุขภาพ อาจช่วยส่งเสริมและอาจเป็นอุปสรรคต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง ยกตัวอย่างเช่น ทักษะต่อการสูงอายุมีส่วนช่วยสนับสนุนให้กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านสุขภาพ ด้านสังคม การศึกษาอาจช่วยส่งเสริมและอาจเป็นอุปสรรคต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างด้านสุขภาพ และด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม และการมีโรคประจำตัวอาจเป็นอุปสรรคต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างด้านสุขภาพ เป็นต้น

ปัจจัยเอื้อที่เป็นปัจจัยที่อาศัยอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมที่ทำให้เกิดพฤติกรรม¹⁵ ได้แก่ อาชีพ ที่พักอาศัย รายได้ และการมีผู้สูงอายุในครอบครัว อาจเป็นปัจจัยสนับสนุนหรือยับยั้งให้เกิดหรือไม่ให้เกิดพฤติกรรมของบุคคล ยกตัวอย่างเช่น อาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว มีส่วนช่วยสนับสนุนให้กลุ่มตัวอย่างการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านสุขภาพ ส่วนอาชีพรับจ้างอาจเป็นอุปสรรคต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านเศรษฐกิจ การอยู่อาศัย โดยการเช่าอยู่อาจเป็นอุปสรรคต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม แต่การมีผู้สูงอายุในครอบครัวมีส่วนช่วยสนับสนุนให้กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมในด้านนี้ เป็นต้น

ผู้วิจัยเชื่อว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะต่อการสูงอายุ ระดับการศึกษา การมีโรคประจำตัว รายได้ ที่พักอาศัยมีความสัมพันธ์กันทั้งหมด ซึ่งจำเป็นต้องศึกษาข้อมูลและพัฒนาควบคู่กันไปเพื่อให้เกิดการสร้างแรงจูงใจและช่วยสนับสนุนให้เกิดความยั่งยืนของการเตรียมความพร้อมของบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุ ส่วนตัวแปรอื่นๆ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ การมีผู้สูงอายุในครอบครัว ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ไม่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษารั้งนี้ หากจะพัฒนาแนวทางในการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุในกลุ่มตัวอย่างเหล่านี้จะต้องตระหนักถึงปัจจัยเรื่อง เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ การมีผู้สูงอายุในครอบครัว น้อยกว่าปัจจัยเรื่องแรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะต่อการสูงอายุ ภาวะสุขภาพ รายได้ ระดับการศึกษา และที่พักอาศัย อย่างไรก็ตามปัจจัยดังกล่าวแม้จะไม่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ แต่อาจมีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรอายุ 50-59 ปี ในบริบทอื่น ๆ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ข้อเสนอแนะต่อวิชาชีพพยาบาล ควรนำชุดความรู้จากผลการวิจัยนี้ไปใช้ในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุแก่ประชาชนพื้นที่ โดยตระหนักถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุ ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะต่อการสูงอายุ ภาวะสุขภาพ รายได้ ระดับการศึกษา และที่พักอาศัย

2. ข้อเสนอแนะสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น เทศบาลนครสกลนคร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร เป็นต้น ควรส่งเสริมกิจกรรมทางสังคมที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มวัยก่อนสูงอายุ เช่น กลุ่มกิจกรรมร่างกาย การเรียนรู้ใหม่ๆ หรือกิจกรรมกลุ่มตัวอย่างที่เข้าใจและช่วยเพิ่มความเข้าใจเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ



ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรการเพิ่มตัวแปรในการวิเคราะห์เพื่อให้ช่วยเข้าใจปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมในด้านสังคมของผู้สูงอายุได้อย่างละเอียดและครอบคลุมมากขึ้น เช่น หนี้สินในครัวเรือน จำนวนสมาชิกในครัวเรือน การรับรู้ความสามารถของตนเอง การเข้าร่วมกิจกรรมสังคม การเข้าถึงบริการด้านสุขภาพ การเป็นสมาชิกในชุมชน การเข้าถึงบริการสังคม เป็นต้น
2. ควรศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพในประเด็นการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ ขอขอบคุณเทศบาลนครสกลนคร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร และวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนมที่สนับสนุนและอำนวยความสะดวกในการดำเนินการวิจัยจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

References

1. Prebble M. Aging in the 21st Century: A celebration and a challenge [net] 2022 [cited 2022 Aug 12]. Available from:<https://www.newsecuritybeat.org/2013/02/aging-21st-century-celebration-challenge/>
2. Non-Formal and Informal Education Center for Special Target Groups. Guidelines for operations and formats for organizing activities to develop life skills of the elderly in 4 dimensions (health dimension, social dimension, economic dimension and environmental dimension). Bangkok: Center for Non-Formal and Informal Education Special target groups, Office of the Non-Formal and Informal Education, Office of the Permanent Secretary, Ministry of Education Ministry of Education;(2022). (in Thai)
3. Thongcharoen W. Science and art of nursing for the elderly. Bangkok: Mahidol university; 2016.
4. Medeiros K, Perkinson MA. Successful aging. In: Barney KF, Perkinson MA, editors. Occupational therapy with aging adults promoting quality of life through collaborative practice. St. Louis: Elsevier; 2016.
5. Elderly Empowerment Division, Department of Older Persons (DOP). Add knowledge, prepare before aging. Bangkok: Amarin Printing and Publishing Public Company Limited; 2019. (in Thai)
6. Ministry of Public Health. Thailand aging society [net] 2022 [cited 2022 Aug 12]. Available from: http://thailand.prd.go.th/view_news.php?id=1675&a=1.(in Thai)
7. Jirojanakul P, Leesukol N, Kwanyuen R, Kaewpan W. Expectancy on being older persons and self-preparation for old age in middle-adults: Bang Phlad, Bangkok Metropolis. Journal of Food Health and Bioenvironmental Science 2019;12(3):35-45.(in Thai)
8. Sorensen S, Missell RL, Eustice-Corwin A, Otieno DA. Perspectives on aging-related preparation. JEP 2021;1(2):162-21.
9. Sukchote S, Hongwittaya U. Analysis of factors related to preparation for becoming a potential elderly person. Thonburi Rajabhat University Journal 2016; 10:62-76.(in Thai)
10. Pichitkuntham P, Toonsiri C, Homsin P. Factors predicting health preparation for aging society among community-dwelling people in Wangchan district, Rayong province. The Journal of Faculty of Nursing



- Burapha University 2019;27(1):89–99. (in Thai)
11. Meechana P, Khansakhon N, Silawan T, Rawiworakul T, Pichaisanit P. Preparedness of the pre-elderly population to enter a quality elderly society, Nong Ya Sai subdistrict, Nong Ya Sai district, Suphan Buri province. *Eastern Asia University Academic Journal Science and Technology Edition* 2017;11(1): 259–71.(in Thai)
 12. Solhi M, Pirouzeh R, Zanjari N. Middle-aged preparation for healthy aging: a qualitative study. *BMC Public Health* 2022; 22(274):1–8.
 13. Noppanarin W, Kanokthet T. Factors influencing the elderly retirement preparation behavior in Muang district, Phitsanulok province. [Master thesis]. Phitsanulok: Naresuan University;2020.(in Thai)
 14. Sakon Nakhon Provincial Public Health Office. Population data of Sakon Nakhon province [intent] 2022 [cited 2022 Aug 12]. Available from: https://skko.moph.go.th/dward/document_file/strategy/training_file_name/20220111102454_831641414.pdf.(in Thai)
 15. Green LW, Kreuter MW. *Health program planning: An educational and ecological approach* (4thed.). New York: McGraw–Hill Higher Education;2005.
 16. Wongwaisayawan P, Piyasakulkait O, Thosuwanjinda W, Prasertsri R, Priyakorn P, Yanatharo JP, Phonsiriwatcharasin K. Preparation for elderly active aging of people in Suanluang district, Bangkok Metropolitan Administration. *Journal of Local Governance and Innovation* 2021;5(1):129–42.(in Thai)
 17. Kongsamrit P, Wariya Bunthong W, Tuamcharoen S. Preparation for entering the elderly of late working age, Health Zone 6, *Journal of Health Science* 2021; 30(2): s218–27. (in Thai)
 18. Rattananon S, Chanchat M, Chuanchaisit T. Model of preparation for retirement. Case study of private school teachers Nonthaburi province. *Electronic Journal Innovative Distance Learning* 2014;4(1): 82–101.(in Thai)
 19. Wongwijarn N. Attitudes towards being the elderly, self-care, social skills and well-being in life of members of the Kabinburi district Elderly Club. Prachinburi province. *Journal of Social Sciences and Humanities* 2013;39(2):66–79.(in Thai)
 20. Pathike W, Kuhirunyaratn P. Health preparation for retirement among hospitals community registered nurses in Khon Kaen Province. *Journal of Health Research* 2011;25(4):171–77.(in Thai)
 21. Sukkaew D. Preparation before entering the elderly and life satisfaction of the elderly by occupation in Nakhon Pathom province. *Rattanakosin Journal of Social Sciences and Humanities* 2022;4(1):18–32. (in Thai)
 22. Kanthawee J, Khamkaew T. Preparing for entering the elderly age of pre-elderly people in Ban Du Municipality, Ban Du subdistrict, Mueang district, Chiang Rai province. Bangkok: 3rd National Academic Conference for Students, Suan