

นิพนธ์ต้นฉบับ

การเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง

เบญจมาศ พุทธิมา^{(1)*}, อนุรัตน์ รินแสงปิ่น⁽²⁾, สมชาย เมืองมูล⁽³⁾, ชนันกาญจน์ สุวรรณเรือง⁽³⁾, วิชาธร ทนุกิจ⁽⁴⁾

วันที่ได้รับต้นฉบับ: 21 สิงหาคม 2565

วันที่ตอบรับการตีพิมพ์: 19 กันยายน 2565

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นแบบแผนงานวิจัยโดยมีโครงการย่อย ได้แก่ 1) การพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน 2) รูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัยเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมของวัยก่อนสูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างพลังอำนาจในการส่งเสริมพฤติกรรมผู้สูงอายุ กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน จำนวน 30 คน และวัยก่อนสูงอายุที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี จำนวน 30 คน ได้มาด้วยการเลือกโดยอาสาสมัคร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกการสนทนากลุ่ม และแบบวัดพฤติกรรมสำหรับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุ ก่อนและหลังการใช้กิจกรรม งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีการวิเคราะห์บริบทชุมชน วางแผนและออกแบบอย่างมีส่วนร่วม มีการสนทนากลุ่ม ดำเนินกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมาย ติดตามและสะท้อนผลการเรียนรู้ แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา เปรียบเทียบพฤติกรรม โดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุมีพฤติกรรมเพิ่มขึ้น สาขาวิชาภาษาอังกฤษ โดยพฤติกรรมของผู้สูงอายุก่อนการใช้ชุดกิจกรรม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 65.33 และหลังการใช้ชุดกิจกรรมผู้สูงอายุมีพฤติกรรมเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 92.08 และพฤติกรรมของวัยก่อนสูงอายุก่อนการใช้รูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 68.47 และหลังการใช้รูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย วัยก่อนสูงอายุมีพฤติกรรมเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 90.13

คำสำคัญ: การเสริมสร้างพลังอำนาจ, พฤติกรรม, สังคมผู้สูงอายุ, จังหวัดลำปาง

* ผู้รับผิดชอบบทความ

(1) สาขาวิชาวิทยาการวิจัยและการประเมิน

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

(2) สาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

(3) สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

(4) คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

Original Article

The Empowerment through Active Aging for Aging Society of Namjo Sub-District, Maetha District, Lampang Province

Benjamas Phutthima^{(1)*}, Anongrat Rinsangpin⁽²⁾, Somchai Muangmool⁽³⁾, Chanankarn Suwanreang⁽³⁾, Wisathorn Thanukit⁽⁴⁾

Received Date: August 21, 2022

Accepted Date: September 19, 2022

Abstract

The research program entitled “The empowerment through active aging for aging society of Namjo Sub-District, Maetha District, Lampang Province” is composed of 2 sub programs; 1) The development of activities package to enhance active aging for homebound elderly and 2) The model of intergeneration participatory activities to promote the active aging of the pre-aging. This action research aims to empower the active aging for the aging society. The target groups were 30 homebound elderly people, and 30 pre-aging people aged between 45–59 years old, selected by a volunteer selection. The research instruments were the focus groups record form and active aging evaluation form of the elderly and pre-aging people in pre-and-post activity. This study is action research, and the process included the community context analysis, participation in planning and design, using focus group, carrying the activities out with the target group, follow-up and After Action Review (AAR). The data were analyzed by content analysis and comparing the active aging, using the percentage, mean and descriptive narrative. The results revealed that the active aging in the elderly and pre-aging people increased after the activity. In addition, before using the activity package, the active aging in elderly was at the moderate level, 65.33%, and it increased to the highest level, 92.08%, after using the activity package. Similarly, the active aging in pre-aging people was at the moderate level, 68.47% before using the model of intergeneration participatory activities, and it increased at the highest level, 90.13%, after the use of them.

Keywords: Empowerment; Active Aging; Aging Society; Lampang Province

* Corresponding author

(1) Research Methodology and Evaluation Program,
Faculty of Education,
Lampang Rajabhat University

(2) Psychology and Guidance Program,
Faculty of Education,
Lampang Rajabhat University

(3) Computer Education Program,
Faculty of Education,
Lampang Rajabhat University

(4) English Program, Faculty of Education,
Lampang Rajabhat University

บทนำ

ประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงทางประชากรอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะด้านโครงสร้างอายุของประชากร ที่มีสัดส่วนอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มมากขึ้น ทำให้ประเทศไทยในปัจจุบันกำลังก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ (Aged Society) โดยการเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างมีคุณภาพเป็นเป้าหมายสำคัญของประเทศไทย โดยได้รับการพัฒนาในมิติต่างๆ รวมถึงการจัดการกับปัญหาเพื่อหาทางออกที่จะทำให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีความสุขมากขึ้น จังหวัดลำปางเป็นจังหวัดหนึ่งในภาคเหนือของประเทศไทยที่มีอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ ในช่วง 3 ปี (พ.ศ. 2557-2559) เท่ากับ ร้อยละ 17.50 18.00 และ 18.89 ตามลำดับ (สำนักงานจังหวัดลำปาง, 2560)

และในปี พ.ศ. 2563 จังหวัดลำปาง มีผู้สูงอายุจำนวน 181,469 คิดเป็นร้อยละ 24.58 มีวัยกลางคนที่เตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุโดยมีอายุระหว่าง 45-59 ปี จำนวน 189,144 คน คิดเป็นร้อยละ 25.62 ประชากรทั้งสิ้น 738,316 คน (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง, 2563) จำนวนประชากรผู้สูงอายุ และวัยก่อนสูงอายุที่เพิ่มขึ้นดังกล่าว สอดคล้องกับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอนาคต ซึ่งถือเป็นวาระสำคัญที่จังหวัดลำปางจะต้องส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก และยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งแนวคิดสำคัญที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง ที่องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) เสนอว่า เป็นเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั่วโลก หรือที่เรียกว่า พหุผลพลัง (Active Aging) เป็นสิ่งที่แสดงถึงภาวะสุขสมบูรณ์ของผู้สูงอายุซึ่งแนวคิดนี้จะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุขในการดำเนินชีวิตในสังคม มีศักยภาพในการพึ่งพาตนเอง ประกอบไปด้วย 3 ส่วน ได้แก่ 1) การมีสุขภาพที่ดี (Health) 2) การมีส่วนร่วม (Participation) และ 3) การมีหลักประกันและความมั่นคง (Security) (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560)

อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง มีผู้สูงอายุจำนวน 15,652 คิดเป็นร้อยละ 27.07 ของประชากรทั้งสิ้น 57,823 คน

(สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง, 2563) ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดในจังหวัดลำปาง และจากการศึกษาสภาพปัญหาในพื้นที่ดังกล่าว พบว่า ผู้สูงอายุประสบปัญหาด้านที่สุขภาพกายและสุขภาพจิต ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวเพิ่มมากขึ้น เป็นสาเหตุสู่การเจ็บป่วยเรื้อรังและภาวะทุพพลภาพ และเป็นผู้ป่วยติดเตียงในที่สุด นอกจากนั้น มีปัญหาด้านสุขภาพจิต ซึ่งส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวัน ซึ่งควรได้รับสนับสนุนให้มีความรู้ความเข้าใจ และสามารถดูแลสุขภาพตนเอง รับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ สร้างสุขอนามัยที่ดี สุขภาพจิตที่ดี สุขภาพทางสังคมที่ดี รวมถึงการทำกิจกรรมหรืองานอดิเรกที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม พึ่งพิงตนเองให้มากที่สุด และสร้างความมั่นคงในชีวิต (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2563)

ทั้งนี้ในอำเภอแม่ทะ ยังมีประชากรวัยเตรียมเข้าสู่ผู้สูงอายุ จำนวน 15,486 คน คิดเป็นร้อยละ 26.78 ถือว่ามีจำนวนมากค่อนข้างมาก หากมีการนำวิธีการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) ตามแนวคิดพหุผลพลัง (Active Aging) ดังกล่าวมาประยุกต์ใช้ร่วมกัน ซึ่งการเสริมพลังอำนาจเป็นกระบวนการพัฒนาคนโดยเน้นให้มีส่วนร่วมในการดำเนินการ ใช้วิธีการสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้และความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ร่วมระบุปัญหาของตนเองวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาโดยใช้วิจารณ์ญาณ และมองภาพที่ต้องการพัฒนาร่วมกัน จากกระบวนการดังกล่าว จะทำให้วัยก่อนสูงอายุมีพลังอำนาจ สามารถควบคุมปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพและชีวิต มีความมั่นใจ และตัดสินใจดำเนินกิจกรรมเพื่อรักษาไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีทั้งร่างกาย และจิตใจ โดยใช้แนวคิด Gibson, (1993) และพินทุสร โพธิ์อุไร (2562) เป็นแนวคิดแบบพลวัตมีการให้ การรับ แลกเปลี่ยน มีปฏิสัมพันธ์ วางเป้าหมายในการทำงานร่วมกัน ช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ เกิดความตระหนัก สร้างความเข้มแข็งให้บุคคล แม้อยู่ภายใต้สถานการณ์ปัญหา สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ซึ่งหากวัยเตรียมเข้าสู่ผู้สูงอายุ เห็นความสำคัญในการดูแลตนเองในเรื่องต่างๆ และนำพลังอำนาจและศักยภาพในตนเองหรือชุมชนไปขยายผลเพื่อเกิดการเปลี่ยนแปลง จะทำให้จังหวัด

ลำปางสามารถเตรียมพร้อมในการรองรับสังคมผู้สูงอายุ และประเทศไทยเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ

คณะผู้วิจัยมีความตระหนักต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง จึงดำเนินการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังวัยก่อนสูงอายุและผู้สูงอายุพื้นที่ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง เป็นการดำเนินงานที่มีส่วนร่วมกับชุมชนออกแบบกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุมีความรู้ความเข้าใจ มีทัศนคติ รับรู้สมรรถนะของตนเอง และมีพฤติกรรมสุขภาพกายใจที่ดีได้ นอกจากนี้จะช่วยให้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมแล้ว ยังทำให้มีมุมมองความคิดในแง่บวกในการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสร้างความสุขให้กับตนเองได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเสริมสร้างพลังอำนาจในการส่งเสริมพัฒนาพลังผู้สูงอายุ ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่องการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังผู้สูงอายุ ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) โดยการมีส่วนร่วมของชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ซึ่งร่วมวางแผนการดำเนินงาน การออกแบบชุดกิจกรรม และรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย รวมถึงร่วมสะท้อนผลการเรียนรู้ ได้ผ่านการพิจารณารับรองจริยธรรมในมนุษย์เลขที่ HE-RDI-NRRU.085/2564 จากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

● กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1) ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน พื้นที่ชุมชนในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านฮ่องห้า ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง จำนวน 30 คน ได้มาด้วยการเลือกโดยอาสาสมัคร (Volunteer selection) พิจารณาตามเกณฑ์ คือ เป็นผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน ที่ผ่านการคัดเลือก

จากบุคลากรโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โดยคัดกรองข้อมูลผู้สูงอายุตามกลุ่มศักยภาพตามความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living: ADL) ระดับ 8-10 มีความพร้อมในการเข้าร่วมโครงการวิจัยอย่างต่อเนื่อง สม่ครใจและเต็มใจเข้าร่วมกิจกรรมได้ทุกครั้ง และไม่มีปัญหาด้านสุขภาพที่เป็นอุปสรรค

2) วัยก่อนสูงอายุ ได้แก่บุคคลที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี ที่อาศัยอยู่ในตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง จำนวน 30 คน ได้มาด้วยการเลือกโดยอาสาสมัคร (Volunteer selection) พิจารณาตามเกณฑ์ คือ เป็นผู้ที่อาศัยอยู่พื้นที่ชุมชนในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านฮ่องห้า ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง และมีความพร้อมในการเข้าร่วมโครงการวิจัยอย่างต่อเนื่อง สม่ครใจและเต็มใจเข้าร่วมกิจกรรมได้ทุกครั้ง

● เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1) แบบบันทึกการสนทนากลุ่ม เป็นประเด็นคำถามแบบเปิด (Open-ended Question)
2) แบบวัดพัฒนาพลังสำหรับผู้สูงอายุ
3) แบบวัดพัฒนาพลังสำหรับวัยก่อนสูงอายุ เป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale)

โดยมีวิธีการสร้างและหาคุณภาพ ดังนี้ ศึกษาหลักการ แนวคิด และขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง กำหนดข้อคำถามให้ครอบคลุมกับแนวคิดพัฒนาพลังในด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคง และนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้แก่ ด้านสาธารณสุข จิตวิทยา และการวิจัยและประเมินผล พิจารณาความเหมาะสม และตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยใช้ IOC (Item Objective Congruence) พบว่า ประเด็นคำถามการสนทนากลุ่ม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.00 และข้อคำถามของแบบวัดพัฒนาพลังสำหรับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุ มีค่าเฉลี่ย 0.67-1.00 นำข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญไปปรับปรุง และทดลองใช้กับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุที่อาศัยในพื้นที่ชุมชนในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนอง ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ

จังหวัดลำปาง ที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมาย แล้ววิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach (α -Coefficient) (พิชิต ฤทธิ์เจริญ, 2553) พบว่า แบบวัดพฤติกรรมสำหรับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุ มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.92 และ 0.89 ตามลำดับ ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ จึงนำมาใช้เก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

● การเก็บรวบรวมข้อมูล มี 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาบริบทชุมชนพื้นที่ชุมชนและประสานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จัดเวทีสนทนากลุ่ม (Focus Group) เพื่อออกแบบชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน และรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัยเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังของวัยก่อนสูงอายุให้สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ สภาพและความต้องการของผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และประชุมร่วมกับผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาและประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมและรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วม

ระยะที่ 2 ติดตาม ประเมิน โดยการนำชุดกิจกรรมและรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย ที่ผ่านการพิจารณาคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิ ไปจัดกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมาย โดยใช้กระบวนการส่งเสริมพลังอำนาจ ได้แก่ 2.1) การค้นพบสภาพการณ์จริง 2.2) การสะท้อนความคิดอย่างมีวิจารณญาณ 2.3) การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติกิจกรรมที่เหมาะสม 2.4) ลงมือปฏิบัติและการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้สำหรับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุ และมีการวัดและประเมินผลก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม และติดตาม ประเมินผลการส่งเสริมพัฒนาพลัง หลังเข้าร่วมกิจกรรม

● การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) วิเคราะห์สภาพและความต้องการและความเหมาะสมของกิจกรรมที่จะดำเนินการกับผู้สูงอายุ และวิเคราะห์พฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม และนำผลการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุ เปรียบเทียบพัฒนาพลังด้วยแบบวัดก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

และบรรยายเชิงพรรณนา โดยคณะผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การแปลความหมายดังนี้

ร้อยละ 80–100 หมายถึง ผู้สูงอายุหรือวัยก่อนสูงอายุมีพัฒนาพลังระดับมากที่สุด

ร้อยละ 70–79 หมายถึง ผู้สูงอายุหรือวัยก่อนสูงอายุมีพัฒนาพลังระดับมาก

ร้อยละ 60–69 หมายถึง ผู้สูงอายุหรือวัยก่อนสูงอายุมีพัฒนาพลังระดับปานกลาง

ร้อยละ 50–59 หมายถึง ผู้สูงอายุหรือวัยก่อนสูงอายุมีพัฒนาพลังระดับน้อย

ร้อยละ 0–49 หมายถึง ผู้สูงอายุหรือวัยก่อนสูงอายุมีพัฒนาพลังระดับน้อยที่สุด

ผลการวิจัย

คณะผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่รวบรวมและนำผลมาวิเคราะห์ โดยสามารถสรุปผลการวิจัยดังนี้

1) ผลการวิเคราะห์บริบทชุมชน ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง พบว่า ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 9 หมู่บ้าน มีประชากรทั้งสิ้น 9,915 คน และมีผู้สูงอายุจำนวน 2,290 คิดเป็นร้อยละ 23.10 ประชาชนส่วนใหญ่มีอาชีพด้านการเกษตร และกิจกรรมของชุมชนส่วนใหญ่ผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุมักจะเข้าร่วมกิจกรรมตามเทศกาล

และจากการสนทนากลุ่มกับผู้ที่เกี่ยวข้อง ด้านความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรม ด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง พบว่า ด้านสุขภาพ กลุ่มผู้สูงอายุติดบ้าน ส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ มีบางส่วนที่ต้องอาศัยความช่วยเหลือและต้องการรับการดูแลจากผู้ดูแล ทั้งนี้ต้องการความรู้เกี่ยวกับการได้รับอาหารอย่างเหมาะสม วิธีการออกกำลังกายที่สามารถทำที่บ้านได้เป็นประจำ รวมถึงกิจกรรมที่ช่วยลดความกังวล อาทิ การฟังเทศน์ การฟังเพลง การพบปะเพื่อนบ้าน เป็นต้น ส่วนด้านการมีส่วนร่วม ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมของครอบครัวแต่ไม่ทั้งหมด เนื่องจากสมาชิกใน

ครอบครัวที่มีผู้สูงอายุติดบ้านบางครอบครัวปฏิบัติงานนอกสถานที่ชุมชน จึงทำให้กิจกรรมของครอบครัวน้อยลง แต่ในบางครั้งยังได้เข้าร่วมกิจกรรมตามประเพณีของชุมชน ถือเป็น การทำให้ได้พูดคุยผ่อนคลาย และสุขภาพจิตใจดีขึ้น และด้าน ความมั่นคง มีความต้องการส่งเสริมกลุ่มผู้สูงอายุติดบ้านใน ด้านขวัญกำลังใจ การรับบริการหรือประสานงานกับอาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในการช่วยเหลือและดูแล ตนเอง โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพัง ต้องการให้ สนับสนุนการใช้ชีวิตอย่างถูกต้องและปลอดภัย รวมถึงวัย ก่อนสูงอายุ ควรมีความรู้ความเข้าใจและสามารถวางแผน การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้ นอกจากนั้นยังมีความ ต้องการส่งเสริมกลุ่มผู้สูงอายุติดสังคมในการส่งเสริมด้าน อาชีพ ทั้งนี้จากบุคลากรในชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้ร่วมออกแบบชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังสำหรับ ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน และรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของ คนสองวัยเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังวัยก่อนสูงอายุ

2) ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้านและรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย

2.1) ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน มีองค์ประกอบ ได้แก่ ชื่อชุดกิจกรรม คำชี้แจง คู่มือการใช้ชุดกิจกรรม จุดประสงค์ ของกิจกรรม เวลา กิจกรรม สื่อประกอบชุดกิจกรรม และการ วัดและประเมินผล โดยมีกิจกรรมที่ 1) เสริมความเข้าใจ เป็น การเตรียมพร้อมก่อนเริ่มกิจกรรม และแบ่งชุดกิจกรรม ออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

ด้านที่ 1 ด้านการมีสุขภาพที่ดี (Healthy) ได้แก่ กิจกรรมที่ 2) รู้จักและเข้าใจสุขภาพในตน 3) ส่งเสริม พื้นฟูสุขภาพ ห่างไกลจากโรค 4) สูดยอสมุนไพรรื่นบ้าน โดยมีลักษณะบ่งชี้เกี่ยวกับ ความสามารถในการเคลื่อนไหว ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันขั้นพื้นฐาน ภาวะเสี่ยงต่อการหกล้ม ความต้องการความช่วยเหลือ และแหล่งช่วยเหลือ ความ สามารถในการมองเห็น ความสามารถการได้ยิน พฤติกรรม การออกกำลังกาย และการมีสุขภาพจิต/ความสุขในชีวิต

ด้านที่ 2 ด้านการมีส่วนร่วม (Participation) ได้แก่ กิจกรรมที่ 5) ร่วมด้วยช่วยกันผลิตสมุนไพรแช่เท้าเพื่อ สุขภาพ 6) งานดีมีสุข โดยมีลักษณะบ่งชี้เกี่ยวกับการมีงานทำ การเข้าร่วมชมรมหรือกลุ่มผู้สูงอายุ การเข้าร่วมกิจกรรม หมู่บ้าน และการดูแลบุคคลในครัวเรือน และ

ด้านที่ 3 ด้านการมีหลักประกันความมั่นคง (Security) ชุดกิจกรรมที่ 3 ได้แก่ กิจกรรมที่ 7) รู้จักตน รู้จัก พอเพียง 8) ร่วมด้วยช่วยกัน ผนึกกำลังเสริมสร้างความมั่นคง 9) เต็มพลังใจ โดยมีลักษณะบ่งชี้เกี่ยวกับความเพียงพอของ รายได้ การเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย ลักษณะการอยู่อาศัย และ สภาพแวดล้อมในการอยู่อาศัยที่ปลอดภัย

2.2) ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของสองวัย เพื่อส่งเสริมพัฒนาพลังวัยก่อนสูงอายุ เป็น วิธีการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของวัยก่อนสูงอายุและวัย เด็กในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน ได้แก่ การเล่นเกม การทำ ขึ้นงาน การออกกำลังกาย เพื่อให้ได้เห็นถึงความสำคัญของการเตรียมพร้อมจากวัยก่อนสูงอายุก้าวสู่วัยสูงอายุ ที่สามารถนำไปใช้จริงได้ในชีวิตประจำวัน โดยมีกิจกรรมดังนี้ 1) สองวัย สร้างสัมพันธ์ 2) เตรียมพร้อมคนสองวัย 3) สองวัยกายใจ แข็งแรง 4) สองวัยสร้างสรรค์...ธรรมชาติสร้างศิลป์ 5) สองวัยแข่งขัน...สร้างพลังมั่นคง 6) สองวัยช่วยสร้าง...เส้นทางสูงวัย โดยรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย อาศัยวัสดุ อุปกรณ์ในการกระตุ้นให้เกิดความสนใจและเกิดความร่วมมือ ต่อกิจกรรม และสามารถใช้ในการสื่อสารระหว่างวัยได้

3) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพัฒนาพลังของผู้สูงอายุ และวัยก่อนสูงอายุก่อนและหลังการจัดกิจกรรม พบว่า ผู้สูงอายุมีพัฒนาพลังก่อนการใช้ชุดกิจกรรมอยู่ในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 65.33 หลังการใช้ชุดกิจกรรมอยู่ในระดับ มากที่สุด ร้อยละ 92.08 และวัยก่อนสูงอายุมิพัฒนาพลังก่อน การใช้รูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย อยู่ใน ระดับปานกลาง ร้อยละ 68.47 และหลังการใช้รูปแบบกิจกรรม การมีส่วนร่วมของคนสองวัย อยู่ในระดับมากที่สุดเช่นกัน ร้อยละ 90.13 แสดงว่าผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุมิศักยภาพ

ในการดำเนินชีวิตเพิ่มขึ้น จากระดับปานกลางเพิ่มขึ้นเป็นระดับมากที่สุด

บทสรุปและอภิปรายผล

จากผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า ผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุมีพัฒนาการเพิ่มขึ้น เป็นเพราะคณะผู้วิจัยใช้วิธีการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) ด้วยกระบวนการ 1) การค้นพบสภาพการณ์จริง 2) การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ 3) การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม 4) การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ เนื่องจากเป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคล (Gibson, 1993; พินทุสร โพธิ์อุไร, 2562) การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลสามารถรับรู้ในตนเองและปรับเปลี่ยนตนเองหรือตระหนักมากยิ่งขึ้น วางแผนการใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า เสริมสร้างแรงบันดาลใจ พลังใจ พลังกาย เข้าใจตนเอง เข้าใจชุมชน และนำศักยภาพในตนเองหรือชุมชนไปขยายผลเพื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงพัฒนาพลัง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย เรื่อง การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพตนเองโดยกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ บ้านมาบรอก ตำบลพันชนะ อำเภอด่านขุนทด จังหวัดนครราชสีมา (รัชนิกร เทิดขุดทด, 2562) ผลของการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพตนเอง พบว่า ผลการพัฒนาศักยภาพในการดูแลสุขภาพโดยการเสริมพลังอำนาจ ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองหลังการพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเองหลังการพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองหลังการพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในภาวะพลังให้เกิดการยังประโยชน์ด้านสังคม (อรสา ธาตวากร, 2563) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในภาวะพลัง คือ แรงบัลดาลใจ การมีสภาพแวดล้อมโดยรอบที่เอื้ออำนวย การให้รางวัล การเสริมแรงและการ

เสริมสร้างขวัญและกำลังใจ ครอบครัวต้องเสริมสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกัน จึงทำให้วิธีการเสริมสร้างพลังอำนาจก่อเกิดประโยชน์ให้ผู้สูงอายุและวัยเตรียมสูงอายุสามารถอยู่ในสังคมอย่างมีพัฒนาการ นอกจากนั้นผลสะท้อนของเครือข่ายเชื่อว่าการเสริมพลังอำนาจนี้จะช่วยเพิ่มศักยภาพของผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุได้อย่างเต็มที่ เกิดการเตรียมพร้อม ยอมรับ โดยเฉพาะพลังด้านจิตใจ เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน

ดังนั้น พลังของผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นนั้น จึงเกิดจากชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากมีวิเคราะห์หัวข้อวัดพลังและออกแบบโครงสร้างให้เป็นไปตามลักษณะตัวบ่งชี้ของการคัดกรองความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living: ADL) ที่เหมาะสม นำเชื่อถือ (กระทรวงสาธารณสุข, 2562) และได้กำหนดการดำเนินกิจกรรมบนพื้นฐานความปลอดภัยและศักยภาพทางร่างกาย รวมถึงการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ อีกทั้งกิจกรรมที่เข้าร่วมยังสามารถควบคุมและปฏิบัติภายใต้สุขภาพของตนเอง และการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ และพลังของผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นนั้น เกิดจากรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย เนื่องจากการกำหนดลักษณะกิจกรรมที่เป็นพื้นฐานในการเตรียมความพร้อมและสร้างความสัมพันธ์ร่วมกันของคนสองวัย ทำให้กิจกรรมทางสังคมที่ผู้สูงอายุทำกับครอบครัวทำให้ส่งเสริมภาวะพลังและผู้สูงอายุสามารถใช้กิจกรรมเรียนรู้การอยู่ร่วมกันเพื่อดูแลสุขภาพ (นาริรมย์ รัตนสัมพันธ์ & เรณูมาศ มาอุ่น, 2562) เป็นประโยชน์ต่อการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างเหมาะสม เชื่อมโยงกับการดำเนินชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับบริบทเชิงพื้นที่ตำบลน้ำโจ้ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง อีกด้วย

ท้ายที่สุดนี้ พลังของผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุที่เพิ่มขึ้นนั้น เกิดจากนวัตกรรมที่มีประสิทธิภาพ มีกระบวนการพัฒนาครอบคลุมพลังในทุกด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านหลักประกันความมั่นคง ซึ่งจะส่งเสริมพลังของกลุ่มเป้าหมายเพื่อให้มีศักยภาพใน

การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุได้ ดังที่ น้าพร อินสิน และคณะ (2564) มีผลการวิจัยของกลุ่มตัวอย่างที่ประเมินการรับรู้ภาวะพลัดพราก พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับสูงโดยเรียงลำดับ ดังนี้ ด้านสุขภาพดี ด้านหลักประกันความมั่นคง และด้านการมีส่วนร่วม ซึ่งแนวคิดพลัดพรากเป็นแนวทางหนึ่งในการรับมือกับสังคมผู้สูงอายุในระยะยาว และมีมิติด้านการสร้างความมั่นคงด้านการเงินและด้านการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ถ้าผู้สูงอายุมีรายได้ที่เพียงพอต่อการใช้จ่าย มีเงินเก็บออม เงินจากกองทุนต่างๆ และการให้โอกาสทำงานอย่างมีศักดิ์ศรีจะส่งเสริมภาวะพลัดพรากในผู้สูงอายุ (ยมนา ชนะนิล และคณะ, 2563) ทั้งนี้ในการปฏิบัติกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุนั้น มีการใช้วัสดุท้องถิ่น ที่สามารถหาได้ง่าย และหากดำเนินโครงการวิจัยเสร็จสิ้นแล้ว กลุ่มเป้าหมายยังสามารถดำเนินกิจกรรมต่อเนื่องได้ และสามารถเผยแพร่ให้หน่วยงานอื่นๆ อีกด้วย สะท้อนให้เห็นว่าพลัดพรากของกลุ่มเป้าหมายเพิ่มขึ้นนั้น เป็นเพราะกลุ่มเป้าหมายมีความเข้าใจกับสภาพปัจจุบัน หากมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นจะสามารถยอมรับ ปฏิบัติ และวางแผนเพื่อให้ตนเองเกิดพลัดพราก ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย ด้านการมีส่วนร่วม และด้านหลักประกันความมั่นคง อย่างยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2563). การดูแลผู้สูงอายุ. ค้นเมื่อ 12 มกราคม 2563, จาก <https://www.dop.go.th>
- กระทรวงสาธารณสุข. (2562). คู่มือแนวทางการขับเคลื่อนแผนปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กรมอนามัย. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง.
- นาริรมย์ รัตนสัมฤทธิ์, & เรณูมาศ มาอุ่น. (2562). รูปแบบการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพตนเองตามแนวคิดพลัดพรากเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. วารสารมหาจุฬานาครทรรณ, 6(9), 4455-4472.
- น้าพร อินสิน, กาญจนา วงษ์สวัสดิ์, สาวิตรี วงศ์ชาติ, ยิงยง เสนากัง, ช่อผกา เหยียนวัน, & ธงชัย ทาต้อง. (2564). ภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุในอำเภอ จังหวัดสกลนคร. วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 14(3), 94-103.
- พิชิต ฤทธิ์จรรยา. (2553). หลักการวัดและประเมินผลการศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: แฮส โอฟ เคอร์มิสท์.
- พินทุสร โพธิ์ไธ. (2562). แนวคิดว่าด้วยการเสริมพลังชุมชนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ. วารสารพัฒนาสังคม, 21(2), 65-77.
- ยมนา ชนะนิล และคณะ. (2563). ภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดอุบลราชธานี. วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข, 30(2), 83-92.

ข้อเสนอแนะหรือการนำไปใช้ประโยชน์

1) การนำกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ ชุมชน กิจกรรม และรูปแบบการมีส่วนร่วม ไปใช้ ต้องเตรียมความพร้อมและสร้างความเข้าใจสำหรับบุคคลหรือหน่วยงานที่จะจัดกิจกรรม ควรมีการวางแผนและดำเนินการอย่างต่อเนื่อง ครอบคลุม จะทำให้เกิดพลัดพรากอย่างแท้จริง

2) สามารถนำกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ ชุมชน กิจกรรม และรูปแบบการมีส่วนร่วม ไปบูรณาการร่วมกับกิจกรรมของครอบครัว ชุมชน สำหรับบุคคลได้ทุกวัย และสามารถปรับการใช้วัสดุอุปกรณ์ให้สอดคล้องกับท้องถิ่นได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรติดตามการเปลี่ยนแปลงพลัดพรากของผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และศึกษาปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดพลัดพราก

2) ควรขยายผลกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ เพื่อเป็นแนวทางเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพรากในพื้นที่อื่นๆ

3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ ชุมชน กิจกรรม และรูปแบบการมีส่วนร่วม ที่ได้รับจากงานวิจัย นำไปจัดทำเป็นโครงการของชุมชนในการพัฒนาพลัดพรากเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และนำข้อมูลพื้นฐานไปวางแผนและส่งเสริมพัฒนางาน อื่นๆ เกี่ยวกับผู้สูงอายุและวัยก่อนสูงต่อไป

รัชนี้กร เกิดขุดทด. (2562). การพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพตนเองโดยกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ บ้านมาบกราด ตำบลพันชนะ อำเภอด่านขุนทด จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสุขภาพชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). **ดัชนีพัฒนาพลังผู้สูงอายุไทย**. กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์ เจอร์นัลพับลิเคชั่น.

สำนักงานจังหวัดลำปาง. (2560). **แผนพัฒนาจังหวัดลำปาง 4 ปี (พ.ศ. 2561-2564)**. ลำปาง: กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลเพื่อการพัฒนาจังหวัด สำนักงานจังหวัดลำปาง.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง. (2563). **กลุ่มรายงานมาตรฐาน ข้อมูลประชากร**. ค้นเมื่อ 12 มกราคม 2563, จาก <https://hdcservice.moph.go.th>

อรสา ธาตวากร. (2562). การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในภาวะพลพลังให้เกิดการยังประโยชน์ด้านสังคม. **วารสารสังคมกิจวันน์**, 10(3), 39-63.

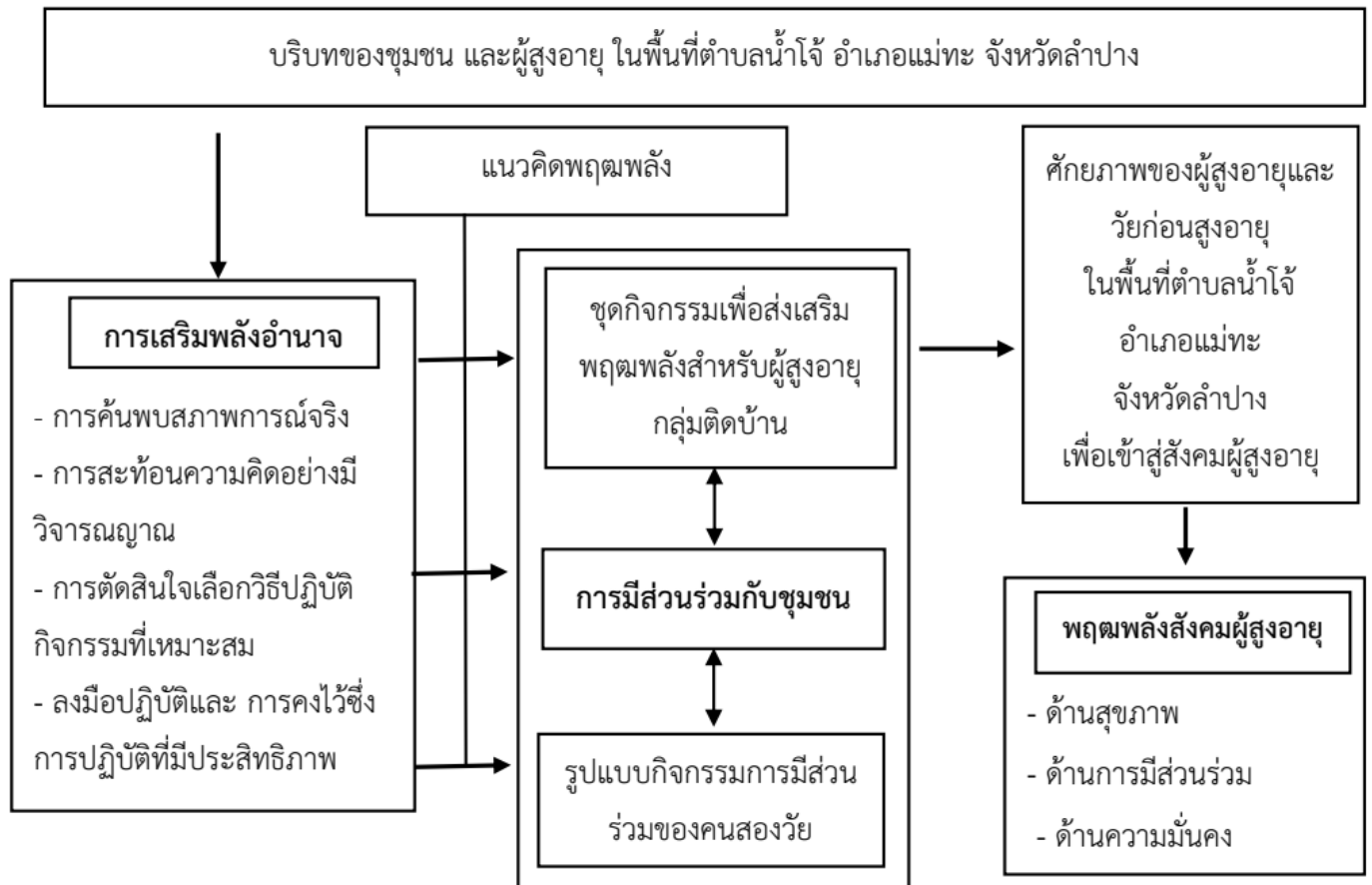
Gibson, C. H. (1993). **A study of empowerment in mothers of chronically ill children**. Doctor of Philosophy Dissertation in Nursing, The Graduate School of Arts and Sciences, Boston College.

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบพลังของผู้สูงอายุก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม

พัฒพลังด้าน	ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม		หลังการเข้าร่วมกิจกรรม		พัฒพลังของผู้สูงอายุ	
	ร้อยละ	แปลผล	ร้อยละ	แปลผล	ร้อยละการพัฒนา	แปลผล
สุขภาพ	68.06	ปานกลาง	88.61	มากที่สุด	23.19	เพิ่มขึ้น
การมีส่วนร่วม	61.94	ปานกลาง	94.17	มากที่สุด	34.23	เพิ่มขึ้น
ความมั่นคง	65.83	ปานกลาง	93.13	มากที่สุด	29.31	เพิ่มขึ้น
ร้อยละเฉลี่ย	65.33	ปานกลาง	92.08	มากที่สุด	29.05	เพิ่มขึ้น

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบพฤติกรรมของวัยก่อนสูงอายุก่อนและหลังการใช้รูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมของคนสองวัย

พัฒพลังด้าน	ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม		หลังการเข้าร่วมกิจกรรม		พัฒพลังของวัยก่อนสูงอายุ	
	ร้อยละ	แปลผล	ร้อยละ	แปลผล	ร้อยละการพัฒนา	แปลผล
สุขภาพ	67.78	ปานกลาง	90.69	มากที่สุด	25.26	เพิ่มขึ้น
การมีส่วนร่วม	71.46	ปานกลาง	91.46	มากที่สุด	21.87	เพิ่มขึ้น
ความมั่นคง	65.33	ปานกลาง	86.67	มากที่สุด	24.62	เพิ่มขึ้น
ร้อยละเฉลี่ย	68.47	ปานกลาง	90.13	มากที่สุด	24.03	เพิ่มขึ้น



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย