

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์

Guidelines for the Quality of Life Development for People in Khao Kob
Erawan Community Nakhon Sawan Province

อุทัยวรรณ ภูเทศ¹

Utaiwan Puthed

Received: January 25, 2023

Revised: February 28, 2023

Accepted: February 28, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ และ 3) ศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในชุมชนเขากบเอราวัณ จำนวน 260 คน ได้มาจากการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างตามตารางของเครซีและมอร์แกน การศึกษาเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม และวิเคราะห์โดยใช้จำนวนค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทำการทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติทดสอบไคสแควร์ การศึกษาเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสนทนากลุ่ม วิเคราะห์โดยใช้วิธีการบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า 1) ระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.58$) 2) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์

¹ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์; Nakhon Sawan Rajabhat University

Corresponding author, e-mail: joacd@windowslive.com, Tel. 093-4141995

กบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล คือ รายได้ มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ และ 3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ เน้นการประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงและหลักธรรมทางศาสนา (ไตรสิกขา) ในการดำเนินชีวิต จะนำมาซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มีประสิทธิภาพ และทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นได้

คำสำคัญ: แนวทางการพัฒนา, คุณภาพชีวิต, ชุมชน

Abstract

The purposes of this research article were 1) to study the life quality level of people in Khao Kob Erawan Community, Nakhon Sawan Province; 2) to study the relationship between personal factors and the life quality development of people in Khao Kob Erawan Community, Nakhon Sawan Province; and 3) to study the guidelines to improve the life quality of people in Khao Kob Erawan Community, Nakhon Sawan Province. The sample used in this research was 260 people, aged 20 years and over living in the Khao Kob Erawan Community that were determined by the size of the sample according to Crazy and Morgan's table. In terms of quantitative study, data were collected using a questionnaire. The statistics used were percentage, mean and standard deviation. The hypothesis was tested with chi-square. For qualitative study, data were collected using focus groups. It was analyzed by descriptive narrative method. The results of the research were as follows: 1) the life quality of people in Khao Kob Erawan community, Nakhon Sawan Province, overall was high ($\bar{X} = 3.58$); 2) the relationship between personal factors and the life quality development of people in Khao Kob Erawan Community, Nakhon Sawan Province found that the personal factor, namely income was related to the life quality development of the people in Khao Kob Erawan Community, Nakhon Sawan Province; and 3) the guidelines for improving the life quality of people in Khao Kob Erawan Community, Nakhon Sawan Province emphasized the application of sufficiency economy

principles and religious principles (Trisikkha) in life that will bring about effective life quality development and improve the quality of life.

Keywords: Development Guidelines, Life Quality, Community

บทนำ

เป้าหมายของการพัฒนาประเทศไทยในอดีต มักพิจารณาจากอัตราการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ โดยคำนวณเฉพาะรายได้ที่เกิดขึ้นในไทยเท่านั้น เรียกว่า ผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศ (Gross Domestic Product) หรือ GDP เป็นเป้าหมายในการพัฒนา และถือเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการวางแผนและกำหนดนโยบายต่าง ๆ สำหรับการพัฒนาและแก้ไขปัญหาทางเศรษฐกิจของประเทศ หากประเทศมีผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศต่อบุคคลสูงขึ้นย่อมหมายถึงการที่ประชาชนในประเทศมีรายได้ต่อบุคคลสูงขึ้นและมีมาตรฐานการครองชีพสูงขึ้นด้วย ซึ่งจะนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่สูงขึ้นด้วยเช่นกัน อย่างไรก็ตาม การพิจารณาจากการเติบโตของผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศต่อบุคคลเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอต่อการสะท้อนคุณภาพชีวิตของบุคคลได้ ซึ่งการมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาประชากร โดยมุ่งเน้นให้คนเป็นศูนย์กลางแห่งการพัฒนา การพัฒนาศักยภาพของคนพึงปรารถนาจะต้องทำให้ทุกคนได้รับการพัฒนาตามศักยภาพอย่างเต็มที่จึงจะทำให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี และทำให้การพัฒนาประเทศมีความสมดุล ก่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนบนพื้นฐานของความเป็นไทย ดังจะเห็นได้จากหลักการสำคัญของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2560) ที่ได้ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การพัฒนาที่ยั่งยืน และคนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา และเพื่อให้ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตามเจตนารมณ์ของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566-2570) การขับเคลื่อนการพัฒนาประเทศดังกล่าวจึงต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน ทั้งนี้แนวคิดคุณภาพชีวิตได้รับความสนใจและได้มีการศึกษาอย่างกว้างขวางโดยเฉพาะในทางการแพทย์และการสาธารณสุขได้นำคุณภาพชีวิตใช้เป็นเกณฑ์สำหรับประเมินผลการดำเนินงานด้านสุขภาพ คุณภาพชีวิตจึงเป็นมโนทัศน์ที่มีความหมายซับซ้อนและยากในการให้ความหมายหรือให้คำนิยาม การให้ความหมายของคุณภาพชีวิตแต่ละบุคคลอาจจะแตกต่างกันออกไปและมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา การกำหนดองค์ประกอบคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการประเมินคุณภาพชีวิต ซึ่งจะแตกต่างในบุคคลแต่ละกลุ่มตามการให้ความหมายของ

คุณภาพชีวิต การที่บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นจะต้องมาจากคุณภาพชีวิตหลาย ๆ องค์ประกอบ ไม่ใช่องค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่ง โดยการประเมินคุณภาพชีวิตของคนทั่วไปนั้นส่วนมากจะมุ่งเน้นในด้านความต้องการขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิต ว่าได้รับการตอบสนองหรือไม่ การพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตของประเทศหรือองค์ระหว่างประเทศเองต่างมุ่งหวังและพยายามสร้างเครื่องมือชี้วัดคุณภาพชีวิตที่สะท้อนถึงปัญหาหรือสภาพความเป็นอยู่ที่แท้จริงของปัจเจกบุคคลและสุขภาพของสังคม โดยให้ผลจากเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตเหล่านั้นต่างมุ่งที่จะนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งองค์การอนามัยโลก (The WHOQOL Group, 1994) ได้แบ่งองค์ประกอบที่สำคัญของคุณภาพชีวิตไว้ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม การศึกษาจึงควรศึกษาในหลากหลายด้าน

เมื่อประเทศไทยประสบกับการแพร่ระบาดของโควิด 19 และมีแนวโน้มเข้าสู่ยุคที่เชื้อไวรัสโคโรนาระบาดหนักขึ้น จึงทำให้เกิดปัญหาอย่างมากส่งผลกระทบต่อการทำงานของประชาชน ระบบเศรษฐกิจโดยรวมถูกกระทบด้วยมาตรการการควบคุมโรคที่ประเทศใช้อยู่ขณะนี้ ตั้งแต่การลดการเดินทาง การเข้าออกพื้นที่ การปิดสนามบิน การใช้มาตรการ Social distancing มีการปิดสถานที่ ปิดสถานการค้า และกิจกรรมทางเศรษฐกิจ ปิดเมือง ฯลฯ มีผลทำให้เกิดการชะงักงันของเศรษฐกิจการค้า การทำงานผลิต และอุตสาหกรรมท่องเที่ยวและอุตสาหกรรมต่อเนื่อง โรงแรม ร้านอาหาร รวมไปถึงการผลิตในภาคอุตสาหกรรม องค์กรหลายแห่งจำเป็นต้องปรับตัวส่งผลให้รูปแบบการทำงานที่ปรับเปลี่ยนไปจากเดิม ขณะเดียวกันทุกคนมีความกังวล และต้องดูแลปกป้องตัวเองมีการกักตัวอยู่กับบ้าน หลายคนไม่สามารถมาทำงานหาเลี้ยงชีพแบบปกติได้ ธุรกิจจำนวนมากต้องหยุดกิจการ หรือทำได้ไม่เต็มประสิทธิภาพ จนทำให้ขาดรายได้มาจุนเจือครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนยากจนที่ต้องทำงานหาเลี้ยงชีพเป็นวัน ๆ ซึ่งคนเหล่านี้จะต้องตกงาน สูญเสียรายได้ ข้าราชการยากจนเหล่านี้ยังไม่สามารถเข้าถึงบริการทางด้านสาธารณสุขได้เท่ากับคนที่มีความฐานะ ถึงแม้ว่ารัฐบาลจะมีมาตรการเยียวยาผู้ขาดรายได้ในรูปแบบคนไทยไม่ทิ้งกัน แต่ก็ยังเกิดความเครียด และปัญหาทางสุขภาพจิตตามมา การค้าและการลงทุนเกิดผลกระทบค่อนข้างรุนแรง แม้แต่เศรษฐกิจโลกก็กำลังเข้าสู่วิกฤติเศรษฐกิจซึ่งมีที่มาจากโควิด 19 เป็นสำคัญ

ชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ อยู่ในเขตการดูแลของเทศบาลนครนครสวรรค์ คนในชุมชนได้รับผลกระทบจากปัญหาโรคระบาดโควิด 19 ก่อให้เกิดปัญหาตามมา เช่น การไม่ทำงานทำ การถูกให้ออกจากงาน อีกทั้งปัญหาปริมาณขยะเพิ่มมากขึ้นทุกขณะ การรั่วไหลของขยะออกสู่ขยะกลายเป็นกองขยะขนาดใหญ่มาส่งกลิ่นเหม็น ก่อให้เกิดปัญหากับระบบทางเดินหายใจ โรคผิวหนัง ทำให้จิตใจหดหู่ ไม่ได้รับการยอมรับจากคนในครอบครัวและคนร่วมสังคมเท่าใดนัก

ปัญหาเหล่านี้ล้วนส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตนี้เป็น ปัญหาสำคัญที่ทางเทศบาลนครนครสวรรค์ให้ความสนใจและให้การดูแลอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด แต่อาจยังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร จึงทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ได้รับการพัฒนา เท่าที่ควร โดยเฉพาะการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักธรรมทางพุทธศาสนาที่สามารถนำมา ประยุกต์ใช้ได้เป็นอย่างดี ดังที่ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2543) ได้กล่าวไว้ว่า การพัฒนา คุณภาพชีวิตที่ดีนั้นเพื่อพัฒนาคนให้รู้จักวิธีปฏิบัติต่อชีวิตหรือให้รู้จักวิธีในการดำเนินชีวิตอย่าง ถูกต้อง มีความสงบสุข รู้จักการแก้ปัญหาของชีวิตและหาทางออกจากความทุกข์ได้ด้วยปัญญา โดย ไม่ก่อให้เกิดโทษพิชภัยแก่ตนเอง ผู้อื่น และสังคม ซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน จำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในสังคมในการขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ เป็นไปในทิศทางที่เหมาะสมและมีคุณภาพมากที่สุด

จากการดำเนินงานของเทศบาลนครนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์ที่ได้ให้ความสำคัญ กับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนโดยยึดหลักธรรมาภิบาลในการบริหารงาน ทั้งนี้เทศบาล นครนครสวรรค์มุ่งเน้นการบริการด้วยการเปิดโอกาสให้ประชาชนได้เข้ามามีส่วนร่วมเพื่อสามารถ สนองต่อปัญหาและความต้องการของประชาชนในพื้นที่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแก้ไขปัญหา สิ่งแวดล้อมที่เป็นเรื่องเร่งด่วนที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ และปัญหาด้านอื่น ๆ จึงได้เกิด โครงการต่าง ๆ มากมายที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของคนในชุมชนเทศบาลนครนครสวรรค์ โดยผู้นำ ชุมชนทั้ง 71 ชุมชน ได้ร่วมประชุมปรึกษาหารือและได้เลือกชุมชนเขากบเอราวัณเป็นที่แรกในการ ริเริ่มโครงการที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ ด้วยเหตุผลที่ชุมชนเขากบเอราวัณเป็นชุมชนที่มี ลักษณะกึ่งเมืองกึ่งชนบท มีความแออัด ภาวะมลพิษ น้ำเสีย อากาศเป็นพิษ ขยะสิ่งปฏิกูล และมี ปัญหาอาชญากรรมสูง ได้แสดงให้เห็นถึงสภาพปัญหาของชุมชนที่มีความแออัดของประชาชนอย่าง หนาแน่น ประกอบกับคนในชุมชนส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป/ลูกจ้างเอกชน บริษัท โรงงาน และ อาชีพเกษตรกรรม ที่ได้รับผลกระทบต่อการดำรงชีวิต

จากความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ควรที่จะศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ หลังจากที่ได้รับการส่งเสริมจากเทศบาลนครนครสวรรค์ในการดำเนินโครงการพัฒนา คุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ทั้งนี้เพราะถึงแม้จะมีงานวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของประชาชนอยู่น้อย แต่เนื่องจากสังคมในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วมาก การวิจัยนี้จึงใช้ชุมชนเขากบเอราวัณเป็นพื้นที่ตัวอย่าง ซึ่งการศึกษานี้จะเป็นประโยชน์ต่อทั้งชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องใน

การแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตของประชาชน อีกทั้งจะทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถกำหนดนโยบายเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในดียิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์
3. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์ใช้รูปแบบการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ประกอบด้วย

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเราวัน โดยการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีกับงานวิจัยเพื่อใช้เป็นกรอบแนวคิดและสร้างแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่นำมาใช้คือ เกณฑ์ขององค์การอนามัยโลก คุณภาพชีวิตไว้ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ประชากรในการวิจัยครั้งนี้คือ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์ มีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 807 คน กำหนดของกลุ่มตัวอย่างตามตารางสำเร็จรูปของเครชชี และมอร์แกน (Krejcie, R. V. & Morgan, D. W., 1970) และสุ่มตามความสะดวก (Convenience Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 260 คน และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)
2. ข้อมูลคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนเขากบเราวัน จังหวัดนครสวรรค์ วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบน

มาตรฐาน (Standard Deviation) ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการตัดสินระดับคุณภาพชีวิต โดยแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

4.21 – 5.00	หมายถึงมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับสูงมาก
3.41 – 4.20	หมายถึงมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับสูง
2.61 – 3.40	หมายถึงมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง
1.81 – 2.60	หมายถึงมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับต่ำ
1.00 – 1.80	หมายถึงมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับต่ำที่สุด

3. ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ ผู้วิจัยใช้สถิติทดสอบไคสแควร์ (χ^2) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานหลัก (H_0) : ปัจจัยส่วนบุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์

สมมติฐานรอง (H_1) : ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์

ขั้นตอนที่ 2 หาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ โดยผู้วิจัยได้กำหนดเลือกผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญ (Key Informants) จำนวนทั้งสิ้น 15 คน ประกอบด้วย ตัวแทนประชาชนที่อาศัยอยู่ในชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 9 คน ผู้นำชุมชน จำนวน 3 คน และตัวแทนจากเทศบาลนครนครสวรรค์ จำนวน 3 คน โดยนำผลการวิจัยเชิงปริมาณไปออกแบบสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ และทำการบันทึกข้อมูลโดยการจดบันทึกและการบันทึกเทป จากนั้นนำมาจัดกลุ่มข้อมูลตามสาระสำคัญของประเด็นการสนทนากลุ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกันทั้งการวิจัยเชิงปริมาณและวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้วิธีการบรรยายเชิงพรรณนา

สรุปผลวิจัย

ปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีสัดส่วนเพศชายและเพศหญิงใกล้เคียงกัน คิดเป็นร้อยละ 41.5 และร้อยละ 58.5 ตามลำดับ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 40-49 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.9 มีสถานภาพสมรสมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 66.7 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับ

ประถมศึกษามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 51.2 ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ย 5,001-15,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 70.7 และมีสมาชิกในครอบครัวที่อยู่รวมกัน จำนวน 4-6 คน คิดเป็นร้อยละ 50.4

1. ผลการศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระาวัง จังหวัดนครสวรรค์ มีรายละเอียดที่ผู้วิจัยได้นำเสนอ ดังตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 คุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระาวัง จังหวัดนครสวรรค์

องค์ประกอบ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับคุณภาพชีวิต
ด้านร่างกาย	3.30	0.61	ปานกลาง
ด้านจิตใจ	3.50	0.72	สูง
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.90	0.34	สูง
ด้านสิ่งแวดล้อม	3.60	0.67	สูง
ภาพรวม	3.58	0.54	สูง

จากตารางที่ 1 พบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระาวัง จังหวัดนครสวรรค์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.58$) เมื่อจำแนกตามรายด้าน พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.30$) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.50$) คุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.90$) คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.60$)

2. ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระาวัง จังหวัดนครสวรรค์ มีรายละเอียดที่ผู้วิจัยได้นำเสนอ ดังตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 สรุปผลการทดสอบสมมติฐานของปัจจัยส่วนบุคคล

สมมติฐานที่	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	(χ^2)	Sig.	ผลการทดสอบ
1	เพศ	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	2.245	0.343	ปฏิเสธ
2	อายุ	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	6.718	0.523	ปฏิเสธ
3	สถานภาพสมรส	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	5.647	0.753	ปฏิเสธ
4	ระดับการศึกษา	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	2.624	0.487	ปฏิเสธ
5	รายได้ต่อเดือน	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	22.475	0.021	ยอมรับ
6	จำนวนสมาชิกในครัวเรือน	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	7.380	0.245	ปฏิเสธ

จากตารางที่ 2 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษา และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน ไม่มีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จึงปฏิเสธสมมติฐานรอง ส่วนตัวแปรต้น คือ รายได้ต่อเดือน มีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จึงปฏิเสธสมมติหลัก และยอมรับสมมติฐานรอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ผู้วิจัยได้จัดเวทีสนทนากลุ่ม เพื่อเชื่อมโยงความคิด และหาข้อสรุป เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ดังนี้ รายได้ต่อเดือน มีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงยอมรับสมมติฐาน ดังนั้นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงควรเน้นในเรื่องการประกอบอาชีพเสริมต่าง ๆ การส่งเสริมพัฒนาอาชีพและทักษะฝีมือตามความถนัดหรือตรงกับความต้องการของตลาดแรงงาน เพื่อสร้างรายได้ให้ใช้เลี้ยงตนเองและครอบครัว เพราะรายได้ต่าง ๆ จากการมีอาชีพเสริมมีผลต่อการมีคุณภาพชีวิตในวงกว้างทั้งครัวเรือนที่มีเพียงรายได้ต่อวันในการจุนเจือครอบครัวเท่านั้น หรืออาชีพส่วนใหญ่เน้นทำเป็นอาชีพหลักแต่เพียงอาชีพเดียวเท่านั้น และผลจากการสนทนากลุ่ม สมาชิกสนทนากลุ่มส่วนใหญ่มีความคิดเห็นไปในทิศทางเดียวกันเกี่ยวกับปัญหาอุปสรรคที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน พบว่า ประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ยังขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกายที่ถูกต้อง เนื่องจากเห็นว่าเป็นการเจ็บป่วยเล็กน้อย จึงหาซื้อยามารับประทานเอง จึงไม่ตระหนักถึงสาเหตุของการเจ็บป่วย หรือการตรวจสุขภาพเป็นประจำตามสถานพยาบาล อีกทั้งมีความกังวลเกี่ยวกับปัญหารายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย บางครั้งเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาในครอบครัว และเกิดภาวะเครียด

แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์

1) ด้านร่างกาย ควรส่งเสริมให้คนในชุมชนเขากบเระวี่ยน ใส่ใจกับสุขภาพมากขึ้น มีการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี เปิดโอกาสให้เข้าถึงสวัสดิการด้านสุขภาพและการรักษา จัดหาเครื่องออกกำลังกายภายในชุมชน ลานออกกำลังกาย ส่งเสริมกีฬาภายในชุมชน และส่งเสริมด้านโภชนาการที่ถูกต้องลักษณะ เช่น รับประทานอาหารที่ไม่มีรสเค็ม ไม่มัน และดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง และหลักธรรมทางพุทธศาสนา

2) ด้านจิตใจ ส่งเสริมให้การพูดคุยทำความเข้าใจกับคนในครอบครัวมากขึ้น การสร้างการยอมรับสภาพและการปรับตัวจากคนในครอบครัวและสังคม สร้างกำลังใจที่ดีในการอยู่ร่วมกัน เช่น หากไม่มีงานทำหรือถูกพักงานหรือถูกเลิกจ้าง อันเนื่องจากสถานการณ์โรคระบาดไวรัสโควิด 19 ทั้งนี้ขวัญและกำลังใจจากคนในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญในแง่ของการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตให้เป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น การประยุกต์ใช้หลักธรรมเป็นสิ่งที่ช่วยให้สุขภาพจิตใจเบิกบาน และใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้ ควรส่งเสริมให้คนในชุมชนมีกิจกรรมผ่อนคลายความเครียด ไม่ให้เกิดความเหงาหรือความเบื่อหน่าย

3) ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ส่งเสริมด้านรวมกิจกรรมทางสังคม และกลุ่มอาชีพต่าง ๆ ในชุมชน เช่น กลุ่มช่างเชื่อมโลหะ กลุ่มช่างไม้ กลุ่มเกษตรปลอดสารพิษ กลุ่มแปรรูปอาหาร และกลุ่มสมุนไพรยามอ่องน้ำสูตรต่าง ๆ ส่งเสริมให้มีกิจกรรมส่วนรวมในชุมชน เช่น สมาชิกสมาคม/ชมรม การเป็นกรรมการวัด ชุมชนหรือโรงเรียน นักกีฬาภายในชุมชน

4) ด้านสิ่งแวดล้อม ส่งเสริมให้ประชาชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการเรื่องสิ่งแวดล้อมของชุมชน การสร้างสภาพแวดล้อมแบบองค์รวมให้น่าอยู่ ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน เช่น ถนนหนทาง ความสะอาด ปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้มีความมั่นคงแข็งแรงสามารถอยู่ได้อย่างปลอดภัยและถูกสุขลักษณะ

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ พบว่าคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.58$) ทั้งนี้เนื่องจากประชาชนในชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ส่วนใหญ่เป็นวัยแรงงานมีสุขภาพแข็งแรง มีความพึงพอใจในสภาวะของตนเอง มีความเข้าใจและยอมรับสภาพปัญหาความเป็นจริงได้ สามารถจัดการกับความทุกข์ เศร้า ความกังวล นอกจากนี้ยังได้รับความช่วยเหลือจากเครือญาติ และเพื่อนบ้านภายในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอนรรฆ อีสเฮาะ (2562) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภเทพา จังหวัดสงขลา พบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภเทพา จังหวัดสงขลา อยู่ในระดับดี สามารถอธิบายเป็นรายด้านดังนี้

1. คุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ด้านร่างกาย พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.30$) ทั้งนี้เนื่องจากประชาชนส่วนใหญ่อยู่ในวัยกลางคนหรือวัยทำงาน สุขภาพร่างกายแข็งแรงดี การที่สามารถนอนหลับและพักผ่อนได้ดี มีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน หากมีอาการเจ็บป่วยตามร่างกายมีเพียงเล็กน้อย เช่น ปวดตามเนื้อ

ตามตัว ปวดท้อง จึงไม่มีความจำเป็นในการรักษาพยาบาลที่สถานพยาบาล และอาจเป็นเพราะคนในชุมชนเขากบเระวี่ยน ได้รับการดูแลส่งเสริมสุขภาพจากทางเทศบาลนครนครสวรรค์ สอดคล้องกับงานวิจัยของประภาส บารมี (2546) ที่ได้ศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตของประชาชนที่อาศัยอยู่ในชุมชนชาวแพ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ด้านร่างกาย อยู่ในระดับปานกลาง

2. คุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ด้านจิตใจ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.50$) ทั้งนี้เนื่องจากประชาชนส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างมากที่สุด ซึ่งเป็นอาชีพที่ต้องใช้แรงในการดำเนินงานต่าง ๆ ซึ่งต้องมีความอดทน อดกลั้นดีพอสมควร และการเข้าใจในเรื่องกฎแห่งกรรม พร้อมทั้งมีความพึงพอใจหรือภูมิใจในชีวิตที่เป็นอยู่ในระดับดีมาก ทำให้ไม่รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง หรือเป็นทุกข์มากเกินไป สอดคล้องกับงานวิจัยของอนรรฆ อีสเฮาะ (2562) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา พบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา ด้านจิตใจ อยู่ในระดับดี

3. คุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.90$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ประชาชนส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่ 4-6 คน ทำให้ไม่รู้สึก โดดเดี่ยว และเนื่องจากชุมชนเขากบเระวี่ยน เป็นชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท แต่มีความสัมพันธ์ฉันท์เครือญาติสูง และละแวกบ้าน เมื่อมีกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องร่วมกันคนในชุมชนจะมารวมตัวกันทำกิจกรรม เช่น งานบุญ งานสงกรานต์ งานบวช จะช่วยเหลือซึ่งกันและกันเสมอ สอดคล้องกับงานวิจัยของอนรรฆ อีสเฮาะ (2562) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา พบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับดี และสอดคล้องกับ Power, M. J., Bullinger, M., & the WHOQOL Group (2002) ที่ได้กล่าวถึงองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม และการรับรู้ว่าตนนั้นได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย

4. คุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนเขากบเระวี่ยน จังหวัดนครสวรรค์ ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.60$) ทั้งนี้เนื่องจากคนในชุมชนเขากบเระวี่ยน ให้ความร่วมมือกับทางเทศบาลนครนครสวรรค์ในการจัดการกับปัญหาขยะ เช่น การคัดแยกขยะในครัวเรือน การใช้ประโยชน์จากขยะ ทำให้เกิดการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม สะอาด น่าอยู่ และรู้สึกว่ามี

ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินซึ่งส่งผลดีต่อตนเอง และชุมชน สอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุธรรม อิสเฮาะ (2562) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล สะกอม อำเภอกงหรา จังหวัดสงขลา พบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอกงหรา จังหวัดสงขลา ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของเจษฎา นกน้อยและวรรณภรณ์ บริพันธ์ (2560) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้าน ร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับสูง ซึ่งแสดงให้เห็นว่า สิ่งแวดล้อมที่ดี น่าอยู่ จะนำมาซึ่งการมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยเช่นกัน

5. ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงยอมรับสมมติฐาน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะส่วนใหญ่โครงการที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ ของเทศบาลนครนครสวรรค์ เป็นไปอย่างครอบคลุมทุกเพศ วัย สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน แต่เนื่องจากรายได้ของประชาชนส่วนใหญ่มีรายได้จากอาชีพรับจ้าง หรือรายได้จากสวัสดิการของรัฐ และขึ้นอยู่กับสถานประกอบการนั้น ๆ ประกอบกับสถานที่ทำงานหลายแห่งประกาศหยุดกิจการ จึงมีความแตกต่างกัน เป็นสาเหตุที่ทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตแตกต่างกันไปด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของรัตน ปันจตุ (2557) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตผู้ด้อยโอกาสของเทศบาลตำบลอุโมงค์ อำเภอมือง จังหวัดลำพูน พบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ด้อยโอกาสของเทศบาลตำบลอุโมงค์ อำเภอมือง จังหวัดลำพูน

6. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนเขากบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ต้องการให้ส่งเสริมคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัย การให้ความรู้ด้านการประกอบอาชีพ การส่งเสริมการรวมกลุ่มกิจกรรมสังคม เพื่อให้ตรงกับความต้องการของประชาชนในชุมชน โดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงและหลักศาสนา สอดคล้องกับงานวิจัยของสนธยา สวัสดิ์ (2561) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ควรพิจารณาไปพร้อมกันทุกด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายควรบำรุงรักษาให้แข็งแรง ด้านอารมณ์หาเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจให้เบิกบานแจ่มใส ด้านสังคมคือการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคม บำรุงศาสนา และด้านสติปัญญาคือการสานต่อภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อสร้างประโยชน์สุขแก่สังคมโดยรวม

องค์ความรู้ใหม่

หากพิจารณาแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 – 2564) ที่มุ่งเน้นผลลัพธ์ให้คนในประเทศมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุข ในขณะเดียวกันระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนชนเขาภบเอราวัณ จังหวัดนครสวรรค์ ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ซึ่งแสดงให้เห็นว่า โครงการต่าง ๆ ของเทศบาลนครนครสวรรค์ เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนชุมชนชนเขาภบเอราวัณ เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสมในระดับหนึ่งแล้ว ถึงแม้ว่าในบางด้านจะยังมีความไม่เหมาะสมเท่าใดนัก ทั้งนี้ การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชน ต้องให้ความสำคัญในเรื่องเกี่ยวกับการประกอบอาชีพ การพัฒนาอาชีพ การเพิ่มรายได้เป็นอันดับแรก ให้ชีวิตดำรงอยู่ได้และตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน ทำให้เกิดความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ มีความรู้สึกมั่นคงทั้งสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางอารมณ์ และสุขภาวะทางสังคม นอกจากนี้ยังช่วยส่งเสริมในเรื่องสุขภาพจิต โดยการสร้างโอกาสให้ตนเองได้เรียนรู้ฝึกฝนและพัฒนาทักษะอาชีพต่าง ๆ การผลักดันและเสริมสร้างกำลังใจให้กับตนเองในการต่อสู้กับชีวิต อีกทั้งขวัญและกำลังใจจากคนในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ โดยเน้นการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน และอยู่ภายใต้เงื่อนไขความรู้และคุณธรรม มาใช้ในชีวิตประจำวันควบคู่กับการนำหลักศาสนาไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ไปปรับใช้ในชีวิตจริง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ในสถานะที่มีความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาในยุคปัจจุบัน กล่าวคือ ศีลเป็นรากฐานแห่งความประพฤติที่ดีงาม สติเป็นเครื่องกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ซึ่งสติและสมาธิเป็นผลต่อเนื่องกัน หากมีอะไรมากระทบกับชีวิตต้องอาศัยสติในการคิดให้รอบคอบ เพื่อไม่ให้เกิดผลร้าย ปัญญาเป็นการใช้ความรู้ความสามารถที่ตนเองมีอยู่ในการหาหนทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง การใช้สติปัญญานั้นจำเป็นต้องมีความรู้เป็นทุนทางปัญญา จึงต้องเรียนรู้อยู่เสมอเพื่อจัดการกับชีวิตให้สามารถอยู่รอดได้ ท่ามกลางวิกฤตเศรษฐกิจและการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ผันผวนอย่างรุนแรง ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงและหลักธรรมทางศาสนาจะทำให้เกิดความมั่นคงแก่พื้นฐานของชีวิต จะทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. เทศบาลนครนครสวรรค์ ควรส่งเสริม สนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกายในชุมชน การดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม เช่น จัดหาเครื่องออกกำลังกาย เพื่อให้คนในชุมชนมีสุขภาพแข็งแรง ป้องกันการเจ็บป่วย อันเป็นการลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษา

2. เทศบาลนครนครสวรรค์ควรมีนโยบายส่งเสริม/สนับสนุนให้ประชาชนมีการพัฒนาทักษะฝีมือ และแนวอาชีพ เพื่อให้มีงานทำ และนายจ้างลูกจ้างปฏิบัติตามกฎหมายแรงงาน และสวัสดิการสังคม

3. เทศบาลนครนครสวรรค์ควรมีนโยบายเสริมสร้างจิตสำนึกให้ชุมชนมีความผูกพัน ร่วมรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมชุมชน และร่วมการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ประชาชนในชุมชนควรใช้ชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงควบคู่กับหลักธรรมทางศาสนา เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างเป็นสุขและพึ่งพาตนเองได้

2. ประชาชนในชุมชนควรมีการประยุกต์ใช้ความรู้ที่ตนเองมีอยู่เพื่อแก้ไขปัญหาชีวิตที่ตนประสบอยู่ ไม่ควรรอรับความช่วยเหลือจากผู้อื่นหรือหน่วยงานรัฐ

3. เทศบาลนครนครสวรรค์ควรจัดประชุมอบรมให้คำแนะนำแก่ผู้นำชุมชนให้มีความรู้และความเข้าใจที่จะดำเนินการในการป้องกันและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ รวมถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน ในลักษณะที่ให้พึ่งตนเองได้

เอกสารอ้างอิง

เจษฎา นกน้อย และวรรณภรณ์ บริพันธ์. (2560). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์, 9(3), 83.

ประภาส บารมี (2546). คุณภาพชีวิตของประชาชนที่อาศัยในชุมชนชาวแพ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. (การค้นคว้าอิสระสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2543). ทศวรรษธรรมทัศน์พระธรรมปิฎก หมดศึกศาสตร. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

รัตนา ปันจติ. (2557). คุณภาพชีวิตผู้ด้อยโอกาสของเทศบาลตำบลอุโมงค์ อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- สนธยา สวัสดิ์. (2561). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอ สันทราย จังหวัดเชียงใหม่*. (รายงานการวิจัย). เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- สำนักนายกรัฐมนตรี. (2560). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบสอง พ.ศ. 2560-2564*. กรุงเทพฯ: เม็ดทรายพริ้นติ้ง.
- อนรรฆ อีสเฮาะ. (2562). *คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา*. (สารนิพนธ์ปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Sizes for Research Activities. *Journal of Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Power, M. J., Bullinger, M., & the WHOQOL Group. (2002). The universality of quality of life: An empirical approach using the WHOQOL. *Social Indicators Research Series*, 6, 129-149.
- The WHOQOL Group. (1944). Development of the WHOQOL: Rationale and current status. *International Journal of Mental Health*, 23(3), 24-56.

