

กระบวนการดำเนินงานของชุมชนในการส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ เป็นกระบวนการสำคัญที่สะท้อนถึงการที่ชุมชนได้นำเอา นโยบายของรัฐมาปฏิบัติให้เกิดกิจกรรม ส่งเสริมสุขภาพภายในชุมชน การศึกษาเชิงพรรณนาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการ ดำเนินงานของชุมชนในการส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ชุมชนบ้านกอกชุม อำเภอมือง ลำปาง ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้จำนวน 27 คน ประกอบด้วย คณะกรรมการหมู่บ้าน จำนวน 12 คน และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำนวน 15 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถามกระบวนการดำเนินงานของชุมชนในการส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ การปฏิบัติตามนโยบาย (7 ข้อ) และการขับเคลื่อนของชุมชนในการส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ (20 ข้อ) ตรวจสอบความ ตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.97 และทดสอบความ เชื่อมั่นของเครื่องมือกับประชากรที่มีลักษณะคล้ายกับประชากรที่ศึกษา จำนวน 10 ราย ได้ค่า สัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาคโดยรวม เท่ากับ 0.96 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า คะแนนเฉลี่ยของกระบวนการดำเนินงานของชุมชนในการส่งเสริม การออกกำลังกายของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = 3.05$, $\sigma = 0.45$) เมื่อพิจารณา ชั้นตอนของกระบวนการดำเนินงาน พบว่า คะแนนเฉลี่ยของการที่ชุมชนปฏิบัติตามนโยบายในการ ส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = 3.20$, $\sigma = 0.39$) ส่วนขั้นตอนการ ขับเคลื่อนของชุมชน พบว่า มีคะแนนเฉลี่ยของการขับเคลื่อน การประสานงาน และการสนับสนุนของ ชุมชน อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = 2.90$, $\sigma = 0.58$; $\mu = 3.02$, $\sigma = 0.50$; $\mu = 3.08$, $\sigma = 0.64$ ตามลำดับ)

จากผลการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาเสนอแนะว่าควรมีการวิเคราะห์หาอุปสรรคใน กระบวนการดำเนินงานของชุมชน รวมทั้งหากลยุทธ์เพื่อส่งเสริมให้มีการดำเนินงานของชุมชนใน การส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในชุมชน

Community implementation process in promoting exercise of the elderly is an important process which reflects to how the community utilize the government policy in order to establish health promotion activities in their community. This descriptive study aimed to explore the community implementation process in promoting exercise among the elderly in Ban Kogchum community, Amphoe Mueang Lampang. The population of the study was 27 persons including 12 community committee members and 15 community village health volunteers. Data collection was conducted by using the community implementation process in promoting exercise of the elderly questionnaire, which was constructed by the researcher based on reviewed literature. The questionnaires consisted of two parts: the practice following the policy (7 items) and the community mobilization in promoting exercise of the elderly (20 items). The questionnaire was reviewed by 3 experts and the content validity index was 0.97, reliability was tested using Cronbach's alpha coefficient and was 0.96. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results revealed that, overall mean score of the community implementation process in promoting exercise of the elderly was at a moderate level ($\mu = 3.05$, $\sigma = 0.45$). When considering steps in community implementation process, it was found that the mean score of community practice following the policy in promoting exercise of the elderly was at a moderate level ($\mu = 3.20$, $\sigma = 0.39$) while mean scores of the community mobilization, the community cooperation and the community support were at moderate levels ($\mu = 2.90$, $\sigma = 0.58$; $\mu = 3.02$, $\sigma = 0.50$; $\mu = 3.08$, $\sigma = 0.64$, respectively)

Based on this study results, researcher suggests that further research should be conducted to explore the obstacles in community implementation process and identify strategies to enhance community implementation process in promoting exercise of the elderly.