

- ชื่อวิทยานิพนธ์** : การพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน
- ผู้วิจัย** : นางสาวพรกมล ตาปาง
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (รัฐประศาสนศาสตร์)
- คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์**
- : ดร.นิกร ยาอินตา พย.บ.(พยาบาลและผดุงครรภ์),
 - ร.บ.ม.(รัฐประศาสนศาสตร์), ร.บ.ด.(รัฐประศาสนศาสตร์)
 - : ผศ.ดร.เสนห์ ใจสิทธิ์ ศน.บ.(ภาษาอังกฤษ), ร.บ (ทฤษฎีและเทคนิคทางรัฐศาสตร์), ร.บ.ม.(รัฐประศาสนศาสตร์), พธ.ด.(รัฐประศาสนศาสตร์)
- วันสำเร็จการศึกษา** : ๙ ธันวาคม ๒๕๖๐

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ ๑) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ๒) เพื่อเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ๓) เพื่อศึกษาแนวทางการประยุกต์ใช้หลักภavana ๔ ในการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ซึ่งเป็นการวิจัยแบบผสม (Mixed Methods) ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Taro Yamane ที่ระดับความเชื่อมั่น ๙๕% จำนวนตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน ๓๓๓ ตัวอย่าง

ผลการวิจัยพบว่า

๑. ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ด้านศีลภาวนามีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านปัญญาภาวนา ส่วนค่าเฉลี่ยน้อยสุดคือด้านจิตภาวนา

๒. ผลการเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ รายได้ ที่พักอาศัย สุขภาพ การออกกำลังกาย และกิจกรรมทางศาสนาที่ปฏิบัติ พบว่า เมื่อจำแนกตามเพศ อาชีพ รายได้ ที่พักอาศัย สุขภาพ และการออกกำลังกาย แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐาน ส่วนอายุและกิจกรรมทางศาสนาที่ปฏิบัติ ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐาน

๓. แนวทางการประยุกต์ใช้หลักภavana ๔ ในการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเชิงพุทธของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าซาง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน พบว่า ด้านกายภavana นั้น ผู้สูงอายุควรออกกำลังกายตามอรรถภาพที่ตนเองจะสามารถปฏิบัติได้ และเลือกรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ มีคุณค่าทางโภชนาการ และควรหมั่นพบแพทย์ ตรวจสุขภาพเป็นประจำ ด้านศีลภavana ผู้สูงอายุควรประพฤติปฏิบัติตามหลักของศีล ๕ ต้องสำรวมกาย วาจา และใจ เพื่อให้ดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข ด้านจิตภavana ผู้สูงอายุควรเข้าร่วมกิจกรรมที่ทำให้มีความสุขกับชีวิต ให้มองชีวิตอย่างมีคุณค่า มุ่งมั่นเพื่อชีวิตที่ดีที่สุดไปเรื่อยๆ และควรปฏิบัติธรรมเพื่อความสงบสุขทางใจเสมอ และด้านปัญญาภavana ผู้สูงอายุควรแสวงหาความรู้เพื่อพัฒนาปัญญาของตนด้วยการฝึกสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน

Thesis Title : Behavioral Development of Holistic Health Care according to Buddhist way of the Elderly in Pa Sang Sub-District Municipality, Pa Sang District, Lamphun Province

Researcher : Miss Pornkamon Tapang

Degree : Master of Arts (Public Administration)

Thesis Supervisory Committee

- : Dr. NiKorn Ya-inta B.N.S.(Nursing Science), M.P.A. (Public Administration), D.P.A (Public Administration)
- : Asst. Prof. Dr. Sane Jaisit B.A.(English), B.Pol.Sc. (Theories and Techniques in Political Science), M.P.A. (Public Administration), Ph.D. (Public Administration)

Date of Graduation : December 9, 2017

Abstract

The objectives of the thesis entitled “Behavioral Development of Holistic Health Care according to Buddhist way of the Elderly in Pa Sang Sub-District Municipality, Pa Sang District, Lamphun Province.” are as follows; 1) to study the Holistic Health Care Behavioral according to Buddhist way of the Elderly in Pa Sang. 2) to compare the level of Holistic Health Care Behavioral according to Buddhist way of the Elderly in Pa Sang classified by personal factors. 3) to study the application of the principles to the four Bhavanas for Behavioral Development of Holistic Health Care according to Buddhist way of the Elderly in Pa Sang Sub-District Municipality, Pa Sang District, Lamphun Province. This study is mixed methods research. The populations and the samples were the elderly in Pa Sang Municipality. By using Taro Yamane's sample calculation formula to determine the sample size, with 95% confidence level. According to 333 number of samples.

The research shown that

1. The behavior level of holistic health care according to Buddhist way of the elderly in Pa Sang is moderate level, moreover according to personal factors, the mental aspect was highest, followed by intelligence and physical, The society has the lowest

average in the sector. On the other hand, the application of the principles of The four Bhavanas found that morality is the most important, mentality is at the bottom and intelligence and physical are in the middle.

2. The comparison of the level of holistic health care behavioral according to Buddhist way of the Elderly in Pa Sang by separating into 5 factors: gender, age, degree, position and working time. The researcher found that the samples that have different factors but their opinions towards the human resource development applying the four Bhavanas were 0.05 of significance.

3. The guidelines of applying the principles of the Four Bhavana for behavioral development of holistic health care according to Buddhist way of the elderly in Pa Sang Sub-District Municipality, Pa Sang District, Lamphun Province found that.

Physical aspect, Elderly people should exercise that they can practice and eat healthy and nutritious food. They also should see a doctor regularly for health check-ups.

Moral aspect, Elderly people should behave according to the Five Precepts ; control their bodies, speeches and minds in order to live with a happy life.

Mental aspect, Elderly people should participate in activities that make their life happy, valuable, utmost for a better life Moreover, they should always study the Dhamma for peace of mind.

Intellectual aspect, Elderly people should seek knowledge to develop their minds by practicing meditation which leading to enlightenment and tranquility of mind.