

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย เพื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือน ระดับของพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดโดยรวม และรายด้าน รวมทั้งปัจจัยที่สามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือน ได้แก่ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันโรค การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันโรค และแรงจูงใจด้านสุขภาพ

กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนที่มารับบริการ ณ คลินิกวัยทอง และคลินิกนรีเวช โรงพยาบาลนราธิวาสราชนครินทร์ โรงพยาบาลปัตตานี และโรงพยาบาลศูนย์ยะลา กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยการคิดอัตราส่วนระหว่างจำนวนตัวแปรอิสระต่อจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 1: 40 ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวนตัวแปรอิสระที่ศึกษาทั้งหมด 5 ตัว จึงได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 200 ราย และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) คือไม่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าป่วยด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด หรือโรคที่เกี่ยวข้องกับโรคหัวใจและหลอดเลือด สามารถเข้าใจและสื่อสารด้วยภาษาไทยได้ดี และยินดีเข้าร่วมในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม 3 ส่วน ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบสอบถามปัจจัยด้านการรับรู้และแรงจูงใจด้านสุขภาพ และ 3) แบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน แล้วนำมาปรับปรุงตามคำแนะนำ หลังจากนั้นนำเครื่องมือดังกล่าวไปตรวจสอบความเที่ยงโดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามส่วนที่ 2 และ 3 เท่ากับ 0.76 และ 0.73 ตามลำดับ

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยศึกษาจากข้อมูลบันทึกทางการแพทย์ในแฟ้มประวัติการดูแลรักษาของผู้รับบริการ และให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นผู้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัยที่มีปัญหาเนื่องจากสายตาไม่ดี หรือไม่สามารอ่านแบบสอบถามได้ด้วยตนเอง

ผู้วิจัยจะเป็นผู้สอบถามตามเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย พร้อมทั้งพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมในการวิจัย นำข้อมูลที่รวบรวมได้มาประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่ามัธยฐาน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์อำนาจในการทำนาย พฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดโดยการวิเคราะห์ถดถอยแบบขั้นตอน

ผลการวิจัย พบว่า

1. คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดโดยรวม (จากคะแนน 1 - 4 คะแนน) และรายด้านเกือบทุกด้านอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 2.66, SD = .34$) ยกเว้นด้านการตรวจสุขภาพประจำปีอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.13, SD = .92$)
2. แรงจูงใจด้านสุขภาพ และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันโรค สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนได้ร้อยละ 10 ($R^2 = .10, p < .05$) โดยแรงจูงใจด้านสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนได้มากที่สุด ($\beta = .28, p < .01$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ คือ

1. พฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนโดยรวม และรายด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นด้านการตรวจสุขภาพประจำปีอยู่ในระดับปานกลาง จึงควรส่งเสริมให้สตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนที่ไม่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด และกลุ่มที่ไม่มีปัญหาด้านสุขภาพได้มีการตรวจสุขภาพประจำปี เน้นการบริการเชิงรุก เช่น จัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีในชุมชน จัดให้มีทีมบุคลากรที่มีหน้าที่เกี่ยวกับการให้ข้อมูล โดยตรงเพื่อให้ผู้มารับบริการมีโอกาสได้รับข้อมูลทางสุขภาพอย่างครอบคลุม สม่่าเสมอ และสามารถนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง นอกจากนี้ควรส่งเสริมให้สตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนมีพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดที่ถูกต้องมากขึ้น เช่น การออกกำลังกายอย่างน้อย 30 - 60 นาทีต่อครั้ง สัปดาห์ละอย่างน้อย 3 วัน การออกกำลังกายตามระยะการออกกำลังกาย เป็นต้น
2. สนับสนุนการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชาวไทยมุสลิม เช่น การปฏิบัติศาสนกิจด้วยการละหมาด การถือศีลอด และการรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักการอิสลาม (ฮาลาล) โดยเชื่อมโยงกับความรู้ด้านการป้องกันโรค

3. ปัจจัยที่ร่วมในการทำนายพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือน คือ แรงจูงใจด้านสุขภาพ และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรค ดังนั้นบุคลากรในทีมสุขภาพควรสร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของสตรีไทยมุสลิม และจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ตลอดจนการสนับสนุนให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด

ข้อจำกัดของการวิจัย

จากการศึกษาวิจัย มีข้อจำกัดของการวิจัย ดังนี้

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนที่อาศัยอยู่ใน 3 จังหวัดภาคใต้เท่านั้น อาจทำให้มีข้อจำกัดในการนำผลการวิจัยไปอ้างอิงถึงสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนในจังหวัดอื่น
2. การปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดของสตรีไทยมุสลิมวัยหมดประจำเดือนไม่ได้เกิดจากการรับรู้ หรือความสนใจของบุคคลในการปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคของบุคคล แต่เป็นวิถีชีวิตปกติที่ปฏิบัติจนเป็นนิสัย ซึ่งเป็นข้อจำกัดของกรอบแนวคิดในการอธิบายพฤติกรรมดังกล่าว

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยในครั้งนี ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือด ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับโรคหัวใจและหลอดเลือด เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ระดับไขมันในเลือดสูง เป็นต้น กับกลุ่มที่ไม่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคดังกล่าว
2. ควรทำการศึกษาพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดในกลุ่มประชากรสตรีไทยมุสลิมที่มีสุขภาพอยู่ในชุมชน หรือที่ไม่ได้มารับการรักษาที่โรงพยาบาล เพราะพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดอาจมีความแตกต่างจากการศึกษาครั้งนี้
3. ควรทำการศึกษาวิธีการสร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชาวไทยมุสลิม