

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive research) เพื่อศึกษาความเชื่อด้านสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง ได้แก่ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการหกล้ม การรับรู้ความรุนแรงของการหกล้ม การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมป้องกันการหกล้ม การรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมป้องกัน และการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้ม

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เป็นผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงที่มารับบริการตรวจที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลประจำจังหวัดในเขตภาคใต้ตอนบน 1 แห่ง คือ โรงพยาบาลมหาชนครศรีธรรมราช และเขตภาคใต้ตอนล่าง 1 แห่ง คือ โรงพยาบาลสงขลา ซึ่งเป็นจังหวัดที่มีจำนวนผู้สูงอายุมากที่สุดในแต่ละเขต คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) โดยกำหนดคุณสมบัติ คือ มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป แพทย์ให้การวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง รู้สึกตัวดี การรับรู้วันเวลา สถานที่ และบุคคลเป็นปกติ เป็นผู้ที่สามารถเข้าใจภาษาไทยและสื่อสารโดยใช้ภาษาพูดได้ คิดอัตราส่วนระหว่างจำนวนตัวแปรอิสระต่อจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 1 : 40 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 ราย เก็บข้อมูลจริง 240 ราย

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย (1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป (2) แบบสอบถามการรับรู้ตามความเชื่อด้านสุขภาพ และ (3) แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง โดยแบบสอบถามผ่านความเห็นชอบด้านความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ผลการทดสอบความเที่ยงของแบบสอบถามการรับรู้ตามความเชื่อด้านสุขภาพ คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความได้ค่าความเที่ยงของการรับรู้โดยรวมเท่ากับ .89 แยกตามรายด้านทุกตัวแปรมีค่าความเที่ยงมากกว่า .70 และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง หาค่าความเที่ยงโดยการทดสอบซ้ำได้ค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่ (Coefficient of stability) เท่ากับ .93

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองร่วมกับผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 ท่าน ในช่วงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2549 – เดือนมกราคม พ.ศ. 2550 โดยแจกแบบสอบถามให้ตอบสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่สามารถอ่านหนังสือเองได้ผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยอ่านแบบสอบถามให้ฟัง

และให้กลุ่มตัวอย่างตอบโดยผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้บันทึกคำตอบ ทำการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างด้วยวาจาหรือแบบเป็นลายลักษณ์อักษร นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยข้อมูลทั่วไปนำมาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลการรับรู้ตามความเชื่อด้านสุขภาพ หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนโดยรวม และรายด้าน ข้อมูลพฤติกรรมการป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง นำมาหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนโดยรวม รายด้าน และรายข้อ และวิเคราะห์อำนาจในการทำนายพฤติกรรมการป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression)

ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนเฉลี่ยการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการหกล้มเท่ากับ 2.76 (SD = .35) การรับรู้ความรุนแรงของการหกล้มเท่ากับ 2.92 (SD = .28) การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมป้องกันการหกล้มเท่ากับ 2.92 (SD = .15) และการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้มเท่ากับ 2.87 (SD = .16) ซึ่งทั้งหมดอยู่ในระดับสูง ส่วนการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้มเท่ากับ 1.30 (SD = .32) อยู่ในระดับต่ำ

2. พฤติกรรมป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงโดยรวมอยู่ในระดับสูง (\bar{X} = 2.61, SD = .21) พฤติกรรมรายข้อส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง ยกเว้นการใช้ไม้เท้าหรือไม้ค้ำยันเพื่อช่วยในการทรงตัวดีขึ้นอยู่ในระดับต่ำ (\bar{X} = 1.41, SD = .74) และการติตราวสำหรับเกาะยึดพุงกายบริเวณบันได/ในห้องน้ำอยู่ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 1.88, SD = .97)

3. การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้ม และการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมป้องกันการหกล้ม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมป้องกันการหกล้มได้ร้อยละ 30 ($R^2 = .30, p < .05$) โดยการรับรู้ความสามารถของตนเองสามารถทำนายพฤติกรรมป้องกันการหกล้มได้มากที่สุดคือ ร้อยละ 28 ส่วนการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการหกล้ม การรับรู้ความรุนแรงของการหกล้ม และการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้มไม่สามารถทำนายพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงได้

ผลการวิจัยครั้งนี้ ให้ทิศทางในการให้คำแนะนำเพื่อป้องกันการหกล้มแก่ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง และสะท้อนถึงความสำคัญของการรับรู้ความสามารถของตนเองและการรับรู้ประโยชน์ต่อพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง

ข้อจำกัดของการวิจัย

เป็นการศึกษาแบบตัดขวางทำให้ไม่สามารถอธิบายความคงทนของพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงในระยะยาวได้ การนำผลการวิจัยไปใช้กำหนดแนวทางการช่วยเหลือกลุ่มตัวอย่างควรพิจารณาข้อจำกัดดังกล่าวด้วย

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรมีกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยจัดกลุ่มเจ้าหน้าที่คอยดูแลให้คำแนะนำและให้กำลังใจให้สามารถปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการหกล้มได้สำเร็จ และเปิดโอกาสให้มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้ที่เคยหกล้มและปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการหกล้มที่ดีอยู่แล้วเป็นตัวอย่าง

2. ควรมีการให้คำแนะนำให้ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงและบุคคลในครอบครัวมีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่บ้าน เช่น การติดตั้งราวจับในห้องน้ำเพิ่มขึ้น เพื่อป้องกันการหกล้มที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ โดยอาจจัดเป็นรูปแบบในการเยี่ยมบ้าน สืบถามสภาพแวดล้อมและให้คำแนะนำที่เหมาะสม หรือจัดเป็นโครงการประกวดความเรียบร้อยของสิ่งแวดล้อมและมีรางวัลเป็นสิ่งจูงใจ

3. ควรมีการอธิบายประสิทธิภาพหรือประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นถ้าผู้สูงอายุปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการหกล้มที่เหมาะสม เช่น การใช้ไม้เท้าเพื่อป้องกันการหกล้ม การติดตั้งราวจับในห้องน้ำ เป็นต้น และพยายามกระตุ้นให้ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงตระหนักถึงผลดี-ผลเสียของการปฏิบัติที่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆ เช่น แรงจูงใจในการปฏิบัติ ปัจจัยกระตุ้นการปฏิบัติ และแรงสนับสนุนทางด้านสังคม เป็นต้น

1. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงที่รับบริการในโรงพยาบาลกับผู้สูงอายุในชุมชน เนื่องจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มารับบริการส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่ดูแลตนเองได้ดีโดยการมาพบแพทย์สม่ำเสมอ ส่วนกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนอาจมีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพและการปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการหกล้มที่แตกต่างกัน และการรับรู้ในด้านต่างๆ อาจแตกต่างกันด้วย

2. ควรศึกษาพฤติกรรมป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุที่เป็นโรคเรื้อรังอื่นเช่น โรคเบาหวาน โรคพาร์กินสัน เป็นต้น

3. ควรศึกษาเพิ่มเติมในระดับลึกเกี่ยวกับอุปสรรคในการป้องกันการหกล้มและการจัดการของผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง และโรคเรื้อรังอื่นๆ

4. ควรทำการศึกษซ้ำโดยเก็บข้อมูลในระยะยาว และเว้นระยะห่างของการวัดตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรมป้องกันการหกล้มเพื่อให้ได้ข้อมูลตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด