

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยประยุกต์เชิงอธิบาย (explanatory research) มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ประชากรที่ศึกษาเป็นผู้สูงอายุทุกคนในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ในระยะเวลาที่ทำการศึกษามีผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติครบจำนวน 136 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์ความวิตกกังวล ซึ่งมี 2 ส่วน คือ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความวิตกกังวลของผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง และแบบวัดความวิตกกังวลของชุง จำนวน 20 ข้อ และแบบสัมภาษณ์ภาวะสุขภาพ ซึ่งมี 2 ส่วน คือ แบบประเมินสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง และแบบวัดภาวะสุขภาพของเดนิสจำนวน 15 ข้อ ผู้วิจัยนำมาทดสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ และนำไปทดสอบความเชื่อมั่น โดยนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับประชากรที่ทำการศึกษา จำนวน 20 คน แล้วนำไปหาความเชื่อมั่นด้วยวิธีของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบวัดความวิตกกังวลเท่ากับ 0.88 และแบบวัดภาวะสุขภาพเท่ากับ 0.79

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลประเมินสุขภาพของประชากร นำมาแจกแจงความถี่ คำนวณค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตาราง
2. ข้อมูลคะแนนความวิตกกังวลและภาวะสุขภาพของประชากร นำมาคำนวณค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

3. ข้อมูลเกี่ยวกับความวิตกกังวล ภาวะสุขภาพและปัญหาของผู้สูงอายุที่ใช้การแจกแจงความถี่ และการวิเคราะห์เชิงอภิปราย

4. ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความวิตกกังวลและคะแนนภาวะสุขภาพ สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product-moment correlation coefficient)

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า

1. ความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราอยู่ในระดับต่ำ (skewness .96)
2. ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราอยู่ในระดับปานกลาง และค่อนข้างสูงเล็กน้อย (skewness -.55)
3. ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ($r = -.63$)
4. ปัญหาที่พบบ่อยของผู้สูงอายุขณะอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา ได้แก่ ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการอยู่ร่วมกัน เหนงและว้าเหว่

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. จากผลของการวิจัยทำให้ทราบถึง ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ จังหวัดเชียงใหม่ ในเรื่องเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และระยะเวลาที่อยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุเพศหญิงมีมากกว่าเพศชาย ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 70-79 ปี มีสถานภาพสมรสหม้าย ส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนหนังสือ นับถือศาสนาพุทธ มีระยะเวลาที่อยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราส่วนใหญ่น้อยกว่า 6-10 ปี ซึ่งสามารถนำผลการวิจัยที่ได้มาเป็นแนวทางในการ จัดบริการ หรือกิจกรรมที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา

2. ทราบความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ จังหวัด เชียงใหม่ ซึ่งพบว่าส่วนใหญ่มิระดับความวิตกกังวลค่อนข้างต่ำ โดยความวิตกกังวลที่พบจะเกี่ยวกับปัญหา สุขภาพความเจ็บป่วยที่เกิดจากการเสื่อมโทรมของร่างกายมากเป็นอันดับหนึ่ง แม้ว่าความวิตกกังวลของผู้ สูงอายุที่ทำการศึกษายู่ในระดับค่อนข้างต่ำ แต่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ในวัยสูงอายุไม่ว่าจะในด้าน

ร่างกาย เช่น ความเจ็บป่วย หรือการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ เช่น การปรับตัวในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น การเปลี่ยนแปลงบทบาทต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ การถูกทอดทิ้งจากบุตรหลาน ต้องมาอาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา เหล่านี้อาจจะทำให้ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะมีความวิตกกังวลสูงมากขึ้นได้ ดังนั้นจึงควรตระหนักถึงปัญหาความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา เพื่อหาแนวทางการป้องกันและแก้ไขความวิตกกังวลเหล่านั้นต่อไป

3. ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ จังหวัดเชียงใหม่ อยู่ในระดับปานกลางและค่อนข้างสูงเล็กน้อย โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีโรคประจำตัวหรือความเจ็บป่วยที่เกิดจากความเสื่อมโทรมของร่างกาย ซึ่งสามารถนำไปเป็นแนวทางให้มีการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุให้ดีขึ้นต่อไป

4. จากผลการวิจัยทำให้ทราบถึง ความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรากันธรรมปกรณ จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งพบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางลบ ซึ่งผู้สูงอายุที่มีระดับความวิตกกังวลต่ำจะมีภาวะสุขภาพดี และผู้สูงอายุที่มีระดับความวิตกกังวลสูง จะมีภาวะสุขภาพไม่ดี ซึ่งสามารถจะนำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางให้มีการลดความวิตกกังวล และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีภาวะสุขภาพดีขึ้น เพื่อจะสามารถดำเนินชีวิตที่เหลือได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. มีการจัดบริการหรือกิจกรรมทางการแพทย์และกิจกรรมในสังคมเพื่อป้องกันหรือลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ได้แก่ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมร่วมกันมากขึ้น เพื่อส่งเสริมความสัมพันธ์ มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน อาจมีการจัดกลุ่มสัมพันธ์เพื่ออภิปรายเกี่ยวกับปัญหาความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น เพื่อช่วยกันหาทางแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น หรือป้องกัน ไม่ให้เกิดปัญหานั้นขึ้นอีก

2. มีการจัดให้ผู้สูงอายุที่อยู่มาก่อนเป็นพี่เลี้ยงแก่ผู้สูงอายุที่เข้ามาอยู่ใหม่ เพื่อเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองของผู้สูงอายุที่อยู่มาก่อน ช่วยให้ผู้สูงอายุที่เข้ามาอยู่ใหม่สามารถปรับตัว ได้ดีขึ้นรู้สึกอบอุ่นใจ ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ให้แก่ผู้สูงอายุและยังช่วยลดความวิตกกังวลจากปัญหาการอยู่ร่วมกันของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา

3. มีการจัดบริการหรือกิจกรรมทางการแพทย์ และกิจกรรมในสังคมเพื่อส่งเสริมภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง เพื่อส่งเสริม

เสริมความแข็งแรงให้กับร่างกาย เช่น การออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ การรับประทานอาหารที่ถูกต้องและครบถ้วน การพักผ่อนที่เพียงพอ เป็นต้น ควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันอุบัติเหตุหรืออันตรายต่าง ๆ เนื่องจากในวัยสูงอายุมีความเสื่อมของร่างกายไปตามวัย ทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุหรืออันตรายต่าง ๆ ได้ง่าย จัดให้มีการให้ความรู้ในการปฏิบัติตัวเฉพาะโรค หรือจัดกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นโรคเดียวกัน ได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง โดยมีผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับโรคนั้น ๆ หรือพยาบาลผู้มีความรู้ เป็นผู้คอยชี้แนะ ให้ความรู้ที่ถูกต้อง และให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหาข้อสงสัยแก่ผู้สูงอายุ

4. จากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าผู้สูงอายุบางส่วนมีความวิตกกังวลเป็นห่วงบุตรหลาน และมีความเข้าใจว่าบุตรหลานไม่ยอมอุปการะเลี้ยงดูตนเนื่องจากความเจ็บป่วยที่เป็นอยู่ ดังนั้นควรมีการสนับสนุน และกระตุ้นให้ครอบครัวหรือบุตรหลานของผู้สูงอายุมาเยี่ยม และให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา เพื่อคลายความวิตกกังวลลง ส่งเสริมให้มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันระหว่างผู้สูงอายุและครอบครัว และยังช่วยให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจรู้สึกมีคุณค่าและมีการปฏิบัติตัวเพื่อส่งเสริมสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น

5. จัดให้มีการบริการ หรือกิจกรรมทางการพยาบาลเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ได้แก่ มีบริการให้คำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุที่มีปัญหา คับข้องใจ หรือไม่สบายใจในเรื่องต่าง ๆ มีการประเมินปัญหาทางจิตใจของผู้สูงอายุ ค้นหาสาเหตุ และแนวทางการแก้ไข มีการจัดบริการตรวจสุขภาพจิตของผู้สูงอายุเป็นประจำ เช่นเดียวกับการตรวจสุขภาพกาย เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี และป้องกันหรือลดปัญหาทางจิตใจได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้าน เพื่อเป็นแนวทางในการจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนต่อไป

2. ศึกษาตัวแปร หรือปัจจัยที่มีผลต่อความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา เช่น เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา สาเหตุที่เข้ามาอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา เป็นต้น เพื่อใช้พิจารณาในการจัดบริการเพื่อลดหรือป้องกันความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราได้ โดยใช้ประชากรที่มีขนาดใหญ่มากขึ้นหรือศึกษาผู้สูงอายุทั้งหมดในสถานสงเคราะห์คนชราที่รัฐจัดไว้ให้

3. ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราและผู้สูงอายุที่อยู่ที่บ้าน รวมทั้งหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล เพื่อจะได้เป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่ม

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved