

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคู่สมรสที่มีบุตรยาก ที่มารับบริการในคลินิกผู้มีบุตรยาก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ระหว่างเดือน มกราคม ถึง พฤษภาคม พ.ศ. 2539 จำนวน 85 คู่

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และแบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและแบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ไปหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านตรวจสอบ จากนั้นนำข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิมาปรับปรุงแบบสอบถามแล้วนำไปทดลองใช้กับคู่สมรสที่มีบุตรยากที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด จำนวน 10 คู่ และนำมาหาความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดเท่ากับ 0.94 และแบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียดเท่ากับ 0.91

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยการสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลตามแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล หลังจากนั้นแจกแบบสอบถามปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดจำนวน 2 ชุดให้คู่สมรสที่มีบุตรยากกลับไปตอบที่บ้าน โดยให้สามีและภรรยาแยกกันตอบแบบสอบถามคนละ 1 ชุด เมื่อตอบแบบสอบถามเสร็จแล้วให้ส่งแบบสอบถามกลับคืนมาภายในหนึ่งสัปดาห์หลังจากได้รับแบบสอบถามไป

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดย ข้อมูลส่วนบุคคลนำมาแจกแจงความถี่แสดงจำนวนและร้อยละ คะแนนปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงและฝ่ายชาย นำมาคำนวณหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวม รายด้าน และรายข้อ เปรียบเทียบปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดรายด้านและโดยรวม ระหว่างคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงและฝ่ายชายโดยใช้ independent t-test

### ผลการวิจัย พบว่า

1. คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงมีระดับความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัจจัยภายในตัวบุคคล เป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงกว่าปัจจัยภายนอกตัวบุคคล
2. คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชายมีระดับความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย โดยมีปัจจัยภายในตัวบุคคล เป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงกว่าปัจจัยภายนอกตัวบุคคล
3. คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิง มีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแก้ปัญหาทางอ้อมมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ด้านการเผชิญหน้ากับปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์ ตามลำดับ
4. คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชาย มีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญหน้ากับปัญหามากที่สุด รองลงมาได้แก่ ด้านการแก้ปัญหาทางอ้อม และด้านการจัดการกับอารมณ์ ตามลำดับ
5. ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลด้านคู่สมรส ก่อให้เกิดความเครียดแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงสูงกว่าฝ่ายชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดโดยรวม ปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลด้านครอบครัว เศรษฐกิจและการเงิน สังคม วัฒนธรรมและศาสนา และระบบบริการสุขภาพ ก่อให้เกิดความเครียดแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงและฝ่ายชายไม่แตกต่างกัน

6. คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยรวม และด้านการแก้ปัญหาทางอ้อม สูงกว่าคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .001 ตามลำดับ ส่วนการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญหน้ากับปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์นั้น ไม่แตกต่างกัน

ซึ่งจากผลการศึกษาในครั้งนี้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 1 คือ ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดระหว่างคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงและฝ่ายชาย ไม่มีความแตกต่างกัน แต่เป็นไปตามสมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 2 คือ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดระหว่างคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงและฝ่ายชายมีความแตกต่างกัน โดยคู่สมรสฝ่ายหญิงมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดสูงกว่าฝ่ายชาย

#### ข้อจำกัดของการวิจัยครั้งนี้

1. ในการตอบแบบสอบถาม การที่คู่สมรสนำแบบสอบถามกลับไปตอบที่บ้าน ซึ่งมีสถานที่และสิ่งแวดล้อมแตกต่างกัน อาจมีผลต่อการประเมินระดับความเครียดของคู่สมรส
2. สถานที่ทำการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ คลินิกผู้มีบุตรยาก โรงพยาบาลมหาราชนคร เชียงใหม่ ในการนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ จึงอาจมีข้อจำกัดอยู่เฉพาะคลินิกผู้มีบุตรยากที่มีลักษณะสิ่งแวดล้อมคล้ายคลึงกันเท่านั้น

#### ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. จากผลการวิจัยทำให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับ
  - 1.1 ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิง โดยพบว่า ปัจจัยโดยรวมก่อให้เกิดความเครียดแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิง ในระดับปานกลาง โดยมีปัจจัยภายในตัวบุคคลเป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงกว่าปัจจัยภายนอกตัวบุคคล เมื่อพิจารณาเฉพาะด้านปัจจัยภายนอกตัวบุคคล พบว่าปัจจัยด้านเศรษฐกิจและการเงิน เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด

สูงที่สุด รองลงมา ได้แก่ ด้านคู่สมรส ด้านระบบบริการสุขภาพ และด้านครอบครัว ตามลำดับ และมีด้านสังคม วัฒนธรรม และศาสนา เป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดต่ำที่สุด

1.2 ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชาย โดยพบว่า ปัจจัยโดยรวมก่อให้เกิดความเครียดแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชายในระดับเล็กน้อย โดยมีปัจจัยภายในตัวบุคคลเป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงกว่าด้านปัจจัยภายนอกตัวบุคคล เมื่อพิจารณาเฉพาะด้านปัจจัยภายนอกตัวบุคคล พบว่าปัจจัยด้านเศรษฐกิจและการเงินเป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงที่สุด รองลงมา ได้แก่ ด้านคู่สมรส ด้านครอบครัว และด้านระบบบริการสุขภาพ ตามลำดับ และมีด้านสังคม วัฒนธรรม และศาสนา เป็นด้านที่ก่อให้เกิดความเครียดต่ำที่สุด

1.3 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิง โดยคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายหญิงมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแก้ปัญหาทางอ้อมสูงที่สุด รองลงมา ได้แก่ ด้านการเผชิญหน้ากับปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์เป็นด้านที่ใช้ต่ำที่สุด

1.4 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชาย โดยคู่สมรสที่มีบุตรยากฝ่ายชายมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญหน้ากับปัญหาสูงที่สุด รองลงมา ได้แก่ ด้านการแก้ปัญหาทางอ้อม และด้านการจัดการกับอารมณ์เป็นด้านที่ใช้ต่ำที่สุด

แล้วนำข้อมูลที่ได้ มาเป็นแนวทาง ในการวางแผนการพยาบาล เพื่อลดระดับความเครียดที่เกิดจากปัจจัยต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งส่งเสริมให้คู่สมรสที่มีบุตรยากสามารถแสวงหา และมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่ต่อไป

2. เป็นแนวทาง ในการจัดการเรียนการสอนแก่นักศึกษาพยาบาล เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคู่สมรสที่มีบุตรยาก

3. เป็นแนวทางหรือเป็นพื้นฐาน ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับภาวะจิตสังคมของคู่สมรสที่มีบุตรยากให้กว้างขวางและลึกซึ้งต่อไป

## ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการศึกษาค้างนี้ มีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ดังนี้

### 1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1.1 จัดให้มีหน่วยบริการให้คำปรึกษาแก่คู่สมรสที่มีบุตรยาก เนื่องจากการให้คำปรึกษาเป็นการช่วยสนับสนุนทางด้านอารมณ์ ข้อมูลข่าวสาร และการเพิ่มคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะมีผลช่วยลดระดับความเครียด และช่วยให้คู่สมรสสามารถเผชิญกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม โดย

1.1.1 สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคู่สมรสที่มีบุตรยาก เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ

1.1.2 เปิดโอกาสให้คู่สมรสที่มีบุตรยากแต่ละฝ่าย ได้มีโอกาสระบายความรู้สึกไม่สบายใจ คับข้องใจ หรือความรู้สึกเป็นทุกข์ที่เกิดจากภาวะมีบุตรยากออกมา โดยใช้กลยุทธ์การสื่อสารที่เหมาะสม เป็นผู้ฟังที่ดี ยอมรับความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สมรส แสดงความเข้าใจ และเห็นใจทั้งสีหน้าและท่าทาง

1.1.3 ให้ข้อมูลเกี่ยวกับภาวะมีบุตรยากที่คู่สมรสต้องการ เช่น กระบวนการตรวจวินิจฉัยและรักษา วิธีการปฏิบัติต่างๆ โอกาสที่จะตั้งครรภ์จากการรักษาแต่ละวิธี เป็นต้น อธิบายโดยใช้ภาษาที่คู่สมรสฟังแล้วเข้าใจ และเปิดโอกาสให้คู่สมรสได้ซักถามข้อสงสัย

1.1.4 สนับสนุนให้คู่สมรสหาแหล่งประโยชน์จากภายในและภายนอกตนเอง มาเผชิญกับความเครียดอย่างเหมาะสม โดย

1) ร่วมกับคู่สมรสที่มีบุตรยากค้นหาว่า ในอดีตเคยใช้พฤติกรรมใดเผชิญกับความเครียดจนประสบผลสำเร็จ และสนับสนุนให้นำเอามาใช้เพื่อเผชิญกับความเครียดในปัจจุบันถ้าพฤติกรรมนั้นมีความเหมาะสม

2) แนะนำให้เรียนรู้และพัฒนาทักษะ ในการเผชิญกับความเครียดที่เหมาะสม พร้อมทั้งสนับสนุนให้ใช้พฤติกรรมที่เคยใช้แล้วประสบผลสำเร็จ

3) แนะนำให้เปลี่ยนสิ่งแวดล้อมที่ทำให้เกิดความเครียด เช่น ไปเที่ยว ไปดูหนัง ฟังเพลง เป็นต้น

4) ถ้าเกิดความเครียดจากวิธีการตรวจรักษามาก อาจจะมีพูดคุยกับแพทย์ขอหยุดการรักษาไว้ก่อน เมื่อรู้สึกว่ามีอาการดีขึ้นจึงกลับมาเริ่มต้นรักษาใหม่

1.2 จัดทำกลุ่มสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสที่มีบุตรยากด้วยกัน เพื่อให้คู่สมรสได้มีโอกาส แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ ตลอดจนการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งจะมีผลช่วยลด ระดับความเครียดที่เกิดขึ้นจากภาวะมีบุตรยาก และส่งเสริมให้คู่สมรสมีการใช้พฤติกรรม การเผชิญ ความเครียดที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่

1.3 จัดทำเอกสารแผ่นพับ หรือคู่มือในการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับภาวะมีบุตรยาก ไว้ สำหรับให้คู่สมรสอ่านในขณะที่คอยการตรวจรักษา หรือกลับไปอ่านที่บ้าน

2. ด้านการศึกษาพยาบาล ในการจัดการเรียนการสอนสำหรับนักศึกษาพยาบาลควร เน้นให้นักศึกษาได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาทางด้านจิตใจควบคู่ไปกับปัญหาทางด้านร่างกาย ด้วย เนื่องจากความเครียดเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดภาวะมีบุตรยาก ควรสอดแทรกเนื้อหา เกี่ยวกับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และพฤติกรรม การเผชิญความเครียดที่คู่สมรสที่มีบุตรยากใช้ รวมทั้งบทบาทของพยาบาลในการช่วยลดระดับความเครียดและส่งเสริมให้คู่สมรสที่มีบุตรยากมี การใช้พฤติกรรม การเผชิญความเครียดที่เหมาะสมในหัวข้อเกี่ยวกับการพยาบาลคู่สมรสที่มีบุตรยาก เพื่อให้ นักศึกษาสามารถให้การพยาบาลแก่คู่สมรสที่มีบุตรยากได้อย่างเหมาะสม

3. ด้านการวิจัย จากข้อมูลที่ได้ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับภาวะจิตสังคมของคู่สมรส ที่มีบุตรยากให้กว้างขวางและลึกซึ้งต่อไป

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพ เกี่ยวกับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และพฤติกรรม การเผชิญความเครียดของคู่สมรสที่มีบุตรยาก
2. ศึกษาเชิงสำรวจถึงทัศนคติของสังคมที่มีต่อภาวะมีบุตรยาก คู่สมรสที่มีบุตรยาก และวิธีการรักษาภาวะมีบุตรยาก
3. ศึกษาความสัมพันธ์ของระดับความเครียด กับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมและ สัมพันธภาพจากคู่สมรสและครอบครัว
4. ศึกษาในลักษณะกึ่งทดลอง โดยศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษาต่อระดับความเครียด ของคู่สมรสที่มีบุตรยาก