

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ได้แก่ ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก คลินิกความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลพะเยา จังหวัดพะเยา ระหว่างเดือนมิถุนายน ถึงเดือนกันยายน พ.ศ. 2545 จำนวน 30 ราย เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติดังนี้ มีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป ไม่มีภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูง และแพทย์มีความเห็นว่าสามารถเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายได้ สามารถสื่อสารความหมายเข้าใจกันได้ มีคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง และคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม โดยให้กลุ่มตัวอย่าง 15 รายแรกเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มตัวอย่าง 15 รายต่อมาเป็นกลุ่มทดลอง โดยทั้งสองกลุ่มตัวอย่างมีความคล้ายคลึงกันในด้านเพศ อายุแตกต่างกันไม่เกิน 5 ปี มีระยะเวลาการเจ็บป่วยห่างกันไม่เกิน 6 เดือน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง และแบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ซึ่งผู้วิจัยสร้างจากแนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา (Bandura, 1997) และจากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงไปหาดัชนีความตรงของเนื้อหาได้เท่ากับ .78 แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85 แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงได้ค่าดัชนีความตรงของเนื้อหาได้เท่ากับ .78 นำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .93 และแบบสอบถามพฤติกรรม

สุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ได้ค่าดัชนีความตรงของเนื้อหาได้เท่ากับ .78 นำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .88

2. เครื่องมือในการทดลอง ประกอบด้วย โปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ซึ่งประกอบด้วย แผนการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดของแบนดुरา (Bandura, 1997) คู่มือการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและแบบบันทึกการออกกำลังกายและการจัดการกับความเครียด ตัวแบบที่มีชีวิต เทปการผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่ละส่วนแบบไม่เกร็งกล้ามเนื้อของ สมบัติ ตาปัญญา ซึ่งผู้วิจัยนำแผนการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงและคู่มือการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ไปหาความเหมาะสมของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ นำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ป่วยที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ส่วนตัวแบบที่มีชีวิต ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเข้าใจของตัวแบบ โดยการซักถามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสมทั้ง 5 ด้าน

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตัวเอง ในกลุ่มควบคุมจะได้รับการพยาบาลตามปกติจากเจ้าหน้าที่ประจำคลินิกความดันโลหิตสูง แผนกผู้ป่วยนอก ส่วนกลุ่มทดลองจะได้รับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง จำนวน 3 ครั้ง ห่างกัน 1 สัปดาห์ และติดตามเยี่ยมบ้านและทางโทรศัพท์ทุกสัปดาห์ หลังเข้าร่วมโปรแกรม และทำการนัดผู้ป่วยซ้ำอีกครั้งหลังการอบรมไปแล้ว 4 สัปดาห์ เพื่อทำการเก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังการทดลอง เมื่อรวบรวมข้อมูลเสร็จเรียบร้อยแล้วได้นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมสุขภาพ ก่อนและหลังการศึกษา (เปรียบเทียบภายในกลุ่ม) ด้วยสถิติทดสอบค่าที ชนิดสองกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample) และทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมสุขภาพระหว่างกลุ่ม ด้วยสถิติทดสอบค่าที ชนิดสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample)

ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง สูงกว่าก่อนเข้ารับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง มีระดับคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง สูงกว่าผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. คะแนนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง สูงกว่าก่อนเข้ารับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

4. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง มีระดับคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ สูงกว่าผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ข้อจำกัดในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้มีการเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ และกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนน้อย ดังนั้นจึงไม่สามารถเป็นตัวแทนของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงได้ทั้งหมด จึงมีข้อจำกัดในการนำผลการวิจัยไปใช้กับผู้ป่วยความดันโลหิตสูงอื่นๆที่มีลักษณะและคุณสมบัติที่แตกต่างไปจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

ได้ข้อมูลเชิงประจักษ์เกี่ยวกับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่สามารถนำไปเป็นแนวทางในการดูแลผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ในการพัฒนาให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงได้มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงขึ้น เพื่อให้เกิดแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมและสามารถควบคุมระดับความดันโลหิตได้

ด้านบริหารการพยาบาล

ผลงานวิจัยจะเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการเสนอต่อพยาบาลและเจ้าหน้าที่โรงพยาบาล เพื่อใช้ในการพิจารณาวางแผนด้านการให้บริการในการดูแลผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

ด้านการศึกษาพยาบาล

เป็นข้อมูลในการสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการรับรู้สมรรถนะในตนเองตามแนวคิดของเบนดูราในการเรียนรู้ทางเลือกของวิธีการพยาบาลอื่น เพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมกับโรคในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง

ด้านการวิจัย

ได้ข้อมูลพื้นฐานในการจะทำการวิจัยต่อเนื่องในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง และได้แนวทางในการทำวิจัยการส่งเสริมสมรรถนะในตนเองในผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่นๆ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้น มีการสุ่มตัวอย่างเพื่อให้มีการกระจายของลักษณะประชากรที่มีการกระจายหลากหลาย รวมทั้งขยายระยะเวลาการศึกษานานขึ้นและมีการติดตามในระยะยาวเพื่อประเมินผลของการคงไว้ซึ่งการรับรู้สมรรถนะในตนเองและปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ นอกจากนี้ควรมีการเปรียบเทียบผลของการโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะในตนเองต่อระดับความดันโลหิตสูงเพื่อผลในการควบคุมความดันโลหิตในระยะยาวต่อไป