

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนและกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลยรูปแบบการวิจัยเป็นแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research Design) กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 35 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 35 คน รวมทั้งหมดจำนวน 70 คน ใช้ระยะเวลาในการศึกษารวม 12 สัปดาห์ ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยได้ต่อไปนี้

#### 1. สรุปผลการวิจัย

##### 1.1 คุณลักษณะทางประชากร

ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 74.3 และ 51.4 ตามลำดับ มีอายุ 56 ปีขึ้นไปมากที่สุด ร้อยละ 71.4 และ 65.7 ตามลำดับ นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 100 ส่วนใหญ่มีสถานภาพ สมรส ร้อยละ 74.3 และ 71.4 ตามลำดับ อาชีพกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 100 กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ประกอบอาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 22.9 มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 94.3 และ 91.4 ตามลำดับป่วยเป็นโรคเบาหวานนาน 5 ปีขึ้นไป ร้อยละ 25.7 และ 34.3 ตามลำดับ กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ไม่มีบุคคลในครอบครัวป่วยเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 77.1 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีบุคคลป่วยเป็นโรคเบาหวาน 54.3 การได้รับข่าวสารส่วนใหญ่ได้รับจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข คิดเป็นร้อยละ 42.9 และ 40.0 ตามลำดับ

##### 1.2 ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน

หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 11.96 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.69 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ -0.30 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.73 และเมื่อทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

$p\text{-value} < 0.001$  โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

### 1.3 การรับรู้ความสามารถตนเองในการดูแลตนเอง

หลังการทดลอง พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 3.63 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.29 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ -0.20 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.18 และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการรับรู้ความมีคุณค่าตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value} < 0.001$  โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนการรับรู้ความสามารถตนเองในการดูแลตนเองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

### 1.4 ความคาดหวังในผลลัพธ์การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง

หลังการทดลอง พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 4.31 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.87 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 0.34 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.07 และเมื่อทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์ในการปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value} < 0.001$  โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

### 1.5 การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง

หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงของการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองดีกว่าก่อนการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 11.96 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.69 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ -0.30 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.73 และเมื่อทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value} < 0.001$  โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

## 1.6 ระดับคะแนนความเครียด

หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนความเครียดดีกว่าก่อนการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 21.57 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 13.94 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ -0.05 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.49 และเมื่อทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนความเครียด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p\text{-value} < 0.001$

## 1.7 การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของระดับน้ำตาลในเลือดเท่ากับ 14.51 มล.คค. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 13.90 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ -2.28 มล.คค. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.07 และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนระดับน้ำตาลในเลือดของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนระดับน้ำตาลในเลือดลดลงต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.001$ )

## 1.8 ค่าฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA<sub>1c</sub>)

หลังการทดลอง พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 0.00 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.34 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ -0.04 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.22 และเมื่อทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ไม่แตกต่างกันทางสถิติ ( $p\text{-value}=0.48$ )

## 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนและกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลยผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ คือ

## 2.1 ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย

2.1.1 ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่มีระยะเวลาในการป่วยเป็นเบาหวานมานาน จึงทำให้ขาดการตระหนักในการดูแลตนเอง จึงควรมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และการให้แกนนำชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมกลุ่ม ในคลินิกบริการ รวมถึงการให้ออกติดตามเยี่ยมบ้านผู้ป่วย ร่วมให้คำปรึกษากับเจ้าหน้าที่ ทำให้ผู้ป่วยเบาหวานได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ทางด้านอารมณ์ และได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพมากขึ้น เนื่องจากแกนนำชุมชนเป็นบุคคลที่อยู่ในพื้นที่เดียวกัน เข้าใจความต้องการและความรู้สึกซึ่งกันและกัน และมีเวลาพบปะให้ข้อมูลได้มากกว่าเจ้าหน้าที่ ทำให้ผู้ป่วยส่วนใหญ่ลดความเครียดในการรับบริการและความเครียดกับปัญหาสุขภาพลง

2.1.2 จากการศึกษาครั้งนี้ มีการติดตามผลระยะสั้น ๆ ทำให้ไม่สามารถติดตามความยั่งยืนของความสามารถแห่งตนในการปฏิบัติตัวการดูแลตนเองในระยะยาวได้ เนื่องจากมีข้อจำกัดด้านระยะเวลาในการศึกษา และการติดตามผู้ป่วย ดังนั้น การศึกษาครั้งต่อไปควรทำการศึกษาคู่เนื่องระยะยาว

## 2.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.2.1 การทำวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพกับผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เป็นต้น

2.2.2 ควรทำการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการในประเด็นเดียวกับการศึกษาครั้งนี้ เพื่อนำผลที่ได้ไปยืนยันประสิทธิภาพของโปรแกรม หรือ ทำการศึกษาวิจัยเชิงทดลองในประเด็นเดียวกับการศึกษาครั้งนี้ กับผู้มีปัญหาสุขภาพด้านอื่น ๆ

2.2.3 ควรมีการศึกษาระยะยาว หรือ ทำการศึกษา เชิงคุณภาพ เพิ่มเติม เพื่อนำผลที่ได้มาปรับปรุงโปรแกรมต่อไป โดยใช้ระยะเวลาอย่างน้อย 6 เดือนขึ้นไป