

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบมีกลุ่มควบคุมวัดก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานที่มารับการรักษาที่คลินิกโรคเบาหวาน แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน จำนวน 30 ราย รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2549 ถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2550 โดยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง และนำมาจับคู่ให้มีลักษณะใกล้เคียงกันมากที่สุดในเรื่อง คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการบริโภคอาหาร คะแนนการได้รับการสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร จากนั้นสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของสมาชิกในครอบครัว แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน แบบสัมภาษณ์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการบริโภคของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน แบบสัมภาษณ์การได้รับการสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน และโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน ซึ่งผู้วิจัยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร แบบสัมภาษณ์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการบริโภคอาหาร และแบบสัมภาษณ์การได้รับการสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .91 .91 และ .90 ตามลำดับ จากนั้นนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานเบาหวานที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ราย เพื่อหาความเชื่อมั่น โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าเท่ากับ .84 .82 และ .89 ตามลำดับ

ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งกลุ่มทดลองใน 2 สัปดาห์แรกเป็นกิจกรรมกลุ่มๆ ละ 5 คู่ วันเว้นวัน รวม 6 ครั้ง ดำเนินการที่โรงพยาบาลเป็นการให้ข้อมูลแก่กลุ่มทดลองและสมาชิกในครอบครัวเรื่องโรคเบาหวาน ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนให้กลุ่มทดลองโดยให้คู่วิถีทัศน์ตัวแบบสัญลักษณ์ผู้สูงอายุโรคเบาหวานที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมและให้กลุ่มตัวอย่างร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันภายในกลุ่มและส่งเสริมการสนับสนุนทางสังคมโดยการให้คำแนะนำ แก่สมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับวิธีการสนับสนุนการบริโภคอาหาร รวมทั้งให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการสำหรับผู้ป่วยเบาหวานซึ่งจัดกิจกรรมเป็นสถานการณ์จำลอง และให้ตอบคำถามเกี่ยวกับความเหมาะสมในการบริโภค เช่นการแบ่งมื้ออาหาร ขณะกลุ่มตัวอย่างฝึกปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารนั้น สมาชิกในครอบครัวเป็นผู้ให้การสนับสนุนทั้ง 4 ด้าน โดยที่ผู้วิจัยให้คำแนะนำข้อเสนอแนะแก่สมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับวิธีการสนับสนุนของสมาชิกในครอบครัวในสัปดาห์ที่ 3-4 กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารเองที่บ้าน โดยมีสมาชิกครอบครัวเป็นผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งในการสนับสนุนแต่ละครั้งสมาชิกครอบครัวต้องลงบันทึกในแบบบันทึกการเป็นผู้ให้การสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยติดตามเยี่ยมบ้านของกลุ่มตัวอย่าง สัปดาห์ละครั้งโดยดูจากแบบบันทึกการให้การสนับสนุนทางสังคม สัปดาห์ที่ 5-8 ให้กลุ่มทดลองปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารเองที่บ้านโดยมีสมาชิกในครอบครัวให้การสนับสนุน สัปดาห์ที่ 9 ประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ส่วนกลุ่มควบคุมผู้วิจัยให้คำแนะนำเกี่ยวกับโรคเบาหวาน การบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน และมอบคู่มือการปฏิบัติตัวสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน และประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อดำเนินการรวบรวมข้อมูลครบแล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
2. คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติทางการพยาบาล เป็นข้อมูลพื้นฐานในการเสนอต่อผู้บริหาร พยาบาล และบุคลากรทีมสุขภาพ หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุในโรงพยาบาล ให้มองเห็นความสำคัญในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารโดยใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพการบริการซึ่งเป็นทางเลือกหนึ่งในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรคเบาหวาน และนำไปสู่โครงการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมไปใช้เพื่อให้ผู้สูงอายุโรคเบาหวานมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับโรค
2. ด้านการวิจัย เป็นแนวทางในการนำทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนและแนวคิดการสนับสนุนทางสังคมไปใช้เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุโรคเบาหวานและกลุ่มโรคเรื้อรัง และเป็นข้อมูลสนับสนุนเนื้อหาทางวิชาการเกี่ยวกับสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม เพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานสำหรับนักศึกษาพยาบาลหรือผู้ที่สนใจ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ติดตามผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารในระยะยาวในระยะเวลา 6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อประเมินความคงอยู่ของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
2. นำแนวคิดการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหารไปศึกษาในผู้สูงอายุโรคเรื้อรังในกลุ่มอื่นๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไตวายเรื้อรัง