

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบมีกลุ่มควบคุม วัดก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจที่ได้รับการรักษาที่คลินิกโรคหัวใจ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลนครพิงค์เชียงใหม่ จำนวน 30 ราย รวบรวมข้อมูลระหว่างกันยายน พ.ศ. 2549 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2550 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติ และนำมาจับคู่ให้มีลักษณะใกล้เคียงกันมากที่สุด โดยพิจารณาถึง คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในพฤติกรรมการรับประทานอาหาร และคะแนนการสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมการรับประทานอาหาร จากนั้นนำมาแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่มๆ ละ 15 ราย โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มจากการจับฉลาก ถ้าจับฉลากได้เลขคู่ให้เป็นกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลอง และถ้าจับฉลากได้เลขคู่ให้เป็นกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มควบคุม

เครื่องมือที่ใช้ดำเนินการวิจัยประกอบด้วย โปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ แบบสัมภาษณ์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ และแบบสัมภาษณ์การได้รับการสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของสมาชิกในครอบครัว แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ ซึ่งผู้วิจัยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยแบบสัมภาษณ์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในพฤติกรรมการรับประทานอาหาร แบบสัมภาษณ์การสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมการรับประทานอาหาร มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .91 และ .87 และคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีหาความสอดคล้องภายใน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) มีค่าเท่ากับ .92 และ .84 ตามลำดับ และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการรับประทานอาหาร

ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการกับกลุ่มทดลอง ในระยะเวลา 2 สัปดาห์แรก โดยผู้วิจัยให้กิจกรรมเป็นรายกลุ่มๆ ละ 5 คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ และสมาชิกในครอบครัว จนครบ 15 คู่ ที่โรงพยาบาลนครพิงค์ ชมรมผู้สูงอายุ และศาลาอเนกประสงค์ของหมู่บ้านรวม 4 ครั้ง โดยครั้งที่ 1 ผู้วิจัยให้ข้อมูลแก่กลุ่มตัวอย่าง และสมาชิกในครอบครัว เกี่ยวกับเรื่องโรคหลอดเลือดหัวใจ และพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสม และเตรียมบทบาทสมาชิกในครอบครัว ในการเป็นผู้ให้การสนับสนุนผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจในการปฏิบัติพฤติกรรมการรับประทานอาหาร ครั้งที่ 2 ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนให้กลุ่มทดลอง โดยประเมินความพร้อมก่อนการฝึกพฤติกรรมการรับประทานอาหาร ชมวิดีโอต้นแบบ และฝึกปฏิบัติการเลือกชนิดอาหาร/เลือกซื้ออาหาร โดยมีสมาชิกในครอบครัวแสดงบทบาทการเป็นผู้สนับสนุน และผู้วิจัยจะให้กำลังใจ ชมเชย และชักจูงให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหารได้ตามต้นแบบ ครั้งที่ 3-4 ผู้วิจัยส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนให้กลุ่มทดลองเช่นเดิม และฝึกการจัดเตรียมอาหาร ปรุงอาหาร และการบริโภคอาหาร ต่อมาสัปดาห์ที่ 3-4 เป็นกิจกรรมเดี่ยว กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมเองที่บ้าน โดยมีสมาชิกในครอบครัวเป็นผู้ให้การสนับสนุน โดยผู้วิจัยจะไปเยี่ยมบ้านสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เพื่อติดตามและให้กำลังใจในการปฏิบัติพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่องของกลุ่มตัวอย่าง และสังเกตประเมินการให้การสนับสนุนของสมาชิกในครอบครัว พร้อมทั้งให้คำแนะนำ และข้อเสนอแนะ สัปดาห์ที่ 5-8 ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมเองที่บ้าน และมีสมาชิกในครอบครัวเป็นผู้สนับสนุนในกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ไม่ได้รับ โปรแกรม และได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับโรคหลอดเลือดหัวใจ พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และมอบคู่มือการปฏิบัติตนสำหรับผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจในสัปดาห์ที่ 9 และเมื่อดำเนินการรวบรวมข้อมูลครบแล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

2. คะแนนพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติทางการพยาบาล เป็นแนวทางให้บุคลากรทีมสุขภาพ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ เพื่อนำโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม ไปใช้ในการส่งเสริมให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรติดตามผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารอย่างต่อเนื่องต่อไป ในระยะเวลา 6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อประเมินความคงอยู่ของพฤติกรรมการรับประทานอาหาร

2. ควรมีการนำแนวคิดสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม ไปศึกษากับกลุ่มผู้สูงอายุโรคเรื้อรังอื่นๆ

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยไม่สามารถป้องกันการแพร่ของสิ่งทดลองได้ เพราะการวิจัยครั้งนี้ใช้เวลาในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างและเก็บข้อมูลเป็นเวลานาน ทำให้กลุ่มทดลองมีโอกาสที่จะพูดคุย และเผยแพร่สิ่งทดลองแก่กลุ่มควบคุมได้ จากการมาตรวจตามแพทย์นัด ที่โรงพยาบาลนครพิงค์ จ. เชียงใหม่ ซึ่งเป็นข้อจำกัดของวิจัยแบบกึ่งทดลองที่ไม่สามารถควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนได้อย่างเคร่งครัด (บุญใจ ศรีสติขันธ์ราษฎร์, 2544)