

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือน เปรียบเทียบพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือน และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สตรีวัยหมดประจำเดือนในตำบลนครสวรรค์ออก ตำบลตะเคียนเลื่อน ตำบลบ้านแก่ง และตำบลบ้านมะเกลือ จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 214 ราย แบ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน 107 ราย และสตรีระยะหมดประจำเดือน 107 ราย ระหว่างเดือนมิถุนายน ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ 2542 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติดังนี้ เป็นสตรีที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปที่มีลักษณะประจำเดือนไม่สม่ำเสมอหรือประจำเดือนขาดหายไปไม่เกิน 12 เดือน หรือสตรีที่ไม่มีประจำเดือนอย่างน้อย 12 เดือนขึ้นไป ไม่มีประวัติได้รับการผ่าตัดเพื่อนำมดลูกหรือรังไข่ออกทั้งหมด ไม่ได้รับฮอร์โมนทดแทน สามารถสื่อสารภาษาไทยได้เข้าใจ มีการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคลตามปกติ และยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของสตรีวัยหมดประจำเดือน แบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน จำนวน 1 ข้อ และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบวัดแบบแผนการดำเนินชีวิต (Health Promoting Lifestyle Profile , HPLP) ของวอล์คเกอร์ ซีคริสต์ และเพนเดอร์ (Walker, Sechrist & Pender, 1987) จำนวน 60 ข้อ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทั้ง 2 ชุดเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงกันของผู้ทรงคุณวุฒิได้เท่ากับ 1 และ .88 ตามลำดับ และคำนวณดัชนีความตรงตามเนื้อหาได้เท่ากับ 1 และ .87 ตามลำดับ จากนั้นนำข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะมาพิจารณาแก้ไขปรับปรุง และนำเครื่องมือทั้งหมดมาใช้กับสตรีวัยหมดประจำเดือนที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 ราย ที่หมู่บ้านช่วงสิงห์ ตำบลช่วงสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ และคำนวณหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือทั้ง 2 ชุดด้วยการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพเท่ากับ .91 และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือน เท่ากับ .89 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2 ท่านดำเนินการรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง

ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ 30 – 35 นาที ต่อ 1 ราย เมื่อรวบรวมข้อมูลครบตามจำนวนที่กำหนด นำข้อมูลมาตรวจสอบความเรียบร้อย และวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS / FW ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนมีอายุอยู่ในช่วง 40 – 55 ปี โดยมีอายุเฉลี่ย 46.98 ปี (S.D = 3.73) ส่วนกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือนมีอายุอยู่ในช่วง 44 – 68 ปี โดยมีอายุเฉลี่ย 56.73 ปี (S.D = 5.90) กลุ่มตัวอย่างสตรีทั้ง 2 กลุ่มมีสถานภาพสมรสคู่ สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา อยู่ร่วมกันกับสามีและบุตรหลาน มีรายได้อยู่ในช่วง 1,000 – 3,000 บาท ต่อ เดือน และโรคประจำตัวที่พบมากในสตรีทั้ง 2 กลุ่มได้แก่ โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด สำหรับการประกอบอาชีพกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนจะประกอบอาชีพส่วนตัว แต่กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือนจะประกอบอาชีพเกษตรกรรวม นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือนมีความเพียงพอของรายได้ แต่กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนไม่มีความเพียงพอของรายได้

2. กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน และกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือน มีการรับรู้ภาวะสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

3. กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน และกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือน มีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี มีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระดับดีมากในด้านการบรรลุความสำเร็จในชีวิต และด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น และมีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระดับดีในด้านการดูแลรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านการออกกำลังกาย ด้านการรับประทานอาหาร และด้านการจัดการกับความเครียด

4. การรับรู้ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน กับการรับรู้ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือน ไม่แตกต่างกัน

5. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน กับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือน ไม่แตกต่างกัน

6. กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน การรับรู้ภาวะสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม เมื่อพิจารณารายด้านพบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 เพียงด้านเดียว ($r = -.32$)

7. กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะหมดประจำเดือน การรับรู้ภาวะสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้งโดยรวมและรายด้าน

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จำแนกกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มตัวอย่างสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือน และสตรีระยะหมดประจำเดือน ในรายละเอียดมีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

พยาบาลต้องส่งเสริมให้สตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือน คงไว้ซึ่งพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมต่อไป สนับสนุนการทำกลุ่มช่วยเหลือตนเองแก่สตรีที่มีปัญหาเมื่อเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน และส่งเสริมความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัวและบุคคลอื่นโดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงที่เข้าสู่วัยหมดประจำเดือนเช่น การมีกิจกรรมร่วมกัน เป็นต้น

ด้านการบริหารการพยาบาล

ผู้บริหารสามารถใช้ผลการวิจัยไปสนับสนุนการดำเนินงานพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ปฏิบัติอยู่ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นแก่สตรีวัยหมดประจำเดือนอย่างสม่ำเสมอและมีการประเมินผลเป็นระยะ ๆ

ด้านการศึกษาพยาบาล

สถานการศึกษาพยาบาลสามารถนำผลการวิจัยไปวางแผนบทวน ปรับปรุงเนื้อหาที่เน้นการส่งเสริมสุขภาพในรายวิชาการพยาบาลเกี่ยวกับสตรีวัยหมดประจำเดือน เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับสตรีหมดประจำเดือนครอบคลุมด้านการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค

ข้อจำกัดของการทำวิจัยครั้งนี้

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือนในเขตอำเภอเมืองเท่านั้น ทำให้ผลการศึกษาไม่สามารถอ้างอิงถึงสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือนนอกเขตอำเภอเมืองได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และปัจจัยอื่นๆ เช่น การรับรู้สมรรถนะแห่งตน การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลเพิ่มเติมที่สามารถอธิบายความสัมพันธ์โดยอ้อมระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีระยะใกล้หมดประจำเดือนและสตรีระยะหมดประจำเดือนได้

2. ควรศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดประจำเดือนเปรียบเทียบระหว่างในเขตเมืองและเขตชนบท