

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความหวัง พฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต และความสัมพันธ์ของความหวังและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในจังหวัดพะเยา โดยคำนึงถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลร่วมด้วยได้แก่อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ศาสนา รายได้ และลักษณะครอบครัว

ประชากรที่ศึกษาเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปที่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันและมีการรับรู้เกี่ยวกับบุคคล เวลา และสถานที่ปกติ และมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตเมืองของจังหวัดพะเยา จำนวน 200 คน ในช่วงระหว่างเดือนมีนาคมถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2542

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความหวังที่ผู้วิจัยแปลจากมาตรวัดความหวังของซไนเดอร์และคณะ (Snyder et al., 1991) และแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของจินตนา ยูนิพันธ์ (2534 ข)

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนของข้อมูลเชิงคุณภาพนำมาวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การหาจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณนำมาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันเพื่อตอบคำถามการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนเฉลี่ยความหวังของผู้สูงอายุในระดับสูง
2. คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไปอยู่ในระดับสูง

3. ความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตโดยรวมของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่าผู้สูงอายุมีความหวังระดับสูง และความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ซึ่งนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับพยาบาลในการวางแผนเพื่อคงระดับความหวังของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตที่ดี เช่น การจัดโปรแกรมเพื่อส่งเสริมพลังแห่งความตั้งใจและพลังแห่งแนวทาง นอกจากนี้ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตเกือบทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไปที่อยู่ในระดับสูง พยาบาลจึงควรให้การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตในระดับสูงขึ้น และหาวิธีการเพื่อคงไว้ซึ่งพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตด้านที่มีระดับสูง

2. ด้านบริหารการพยาบาล นำผลการวิจัยเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้บริหารทางการพยาบาลในการพัฒนานโยบายและความสามารถของบุคลากรทางการพยาบาล ในการดูแลและส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีความหวังและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตที่ดีและเหมาะสม โดยการจัดอบรมหรือสัมมนาทางวิชาการแก่บุคลากร รวมทั้งประสานงานกับบุคลากรทางสุขภาพในชุมชน เพื่อให้การบริการแก่ผู้สูงอายุเป็นไปในทางเดียวกันและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

3. ด้านการศึกษาพยาบาล ควรสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุเข้าไปในการเรียนการสอนวิชาชีพพยาบาล เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจ และควรเน้นให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของความหวัง และปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง กับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต รวมถึงการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความหวังและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตเมืองของจังหวัดพะเยาเท่านั้น ผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ไม่สามารถนำไปอ้างอิงถึงประชากรในเขตอื่นได้

2. ความหวังตามแนวคิดของชไนเดอร์ เป็นกระบวนการความคิดที่มุ่งเป้าหมายของบุคคล โดยมองเป้าหมายกว้าง ๆ ไม่เฉพาะเจาะจงที่ภาวะสุขภาพจิต ดังนั้นความหวังของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจึงอาจจะสะท้อนถึงความคิดของผู้สูงอายุในการมุ่งไปสู่เป้าหมายของการมีสุขภาพจิตดีได้ส่วนหนึ่ง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาความหวังและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนอื่น ๆ ทั้งในเขตเมืองและเขตชนบท เพื่อให้ผลการวิจัยสามารถอ้างอิงไปถึงประชากรได้กว้างขวางยิ่งขึ้น

2. ควรศึกษาเปรียบเทียบระหว่างลักษณะความหวังเฉพาะที่มีเป้าหมายที่การมีสุขภาพจิตดีกับลักษณะความหวังโดยทั่วไป ลักษณะใดจะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตมากกว่ากัน

3. ทำการศึกษาถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต เพื่อให้ได้ข้อมูลในวงกว้างมากขึ้น