

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อหาความสัมพันธ์ (correlational descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสามารถในการดูแลตนเอง ภาวะสุขภาพ และความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง กับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงที่อาศัยอยู่ในอำเภออุ้มผาง จังหวัดตาก ในช่วงเดือนเมษายน ถึง เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2542 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบหลายลำดับขั้น ตามคุณสมบัติ ดังนี้ อายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง สามารถสื่อสารภาษาไทยหรือภาษากะเหรี่ยงได้เข้าใจดี ไม่มีโรคประจำตัวร้ายแรงจนไม่สามารถให้ข้อมูลได้ ผ่านการทดสอบการรับรู้บุคคล เวลา และสถานที่ ตามแบบประเมินที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบทดสอบสภาพจิตจุฬา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลทั่วไป แบบวัดความสามารถในการดูแลตนเอง และแบบวัดภาวะสุขภาพ ซึ่งดัดแปลงโดย นิรนาท วิทย์โชคกิตติคุณ (2534) ผู้วิจัยนำเครื่องมือมาทดสอบหาความเชื่อมั่นกับผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง ที่มีลักษณะเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 ราย โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความสามารถในการดูแลตนเอง และแบบวัดภาวะสุขภาพ เท่ากับ .83 และ .80 ตามลำดับ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงร่วมกับล่าม ซึ่งสามารถสื่อสารได้ทั้งภาษาไทย และภาษากะเหรี่ยง เมื่อได้ข้อมูลครบถ้วน นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS / FW ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 60-74 ปี มีสถานภาพสมรสคู่ นับถือศาสนาพุทธ อาศัยอยู่ในอำเภออุ้มผางนานมากกว่า 5 ปี ไม่ได้ประกอบอาชีพ มีรายได้เฉลี่ย 236.93 บาทต่อเดือน (S.D=304.22) มีรายได้มาจากบุตรหลาน รายได้เพียงพอแต่

ไม่เหลือเก็บ ฟังภาษาไทยไม่เข้าใจและพูดไม่ได้ ได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยจากบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลรอบข้าง อาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ผู้ดูแลหลักเมื่อเจ็บป่วยคือบุตรส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว มีอาการผิดปกติของร่างกายที่พบบ่อยคือ ปวดข้อ รองลงมาคือปวดกล้ามเนื้อ เมื่อเจ็บป่วยส่วนใหญ่ไปรับบริการในสถานบริการสาธารณสุขชุมชน หรือสถานีนอนามัย โดยมีระยะทางจากบ้านถึงสถานบริการสาธารณสุขที่ไปรับบริการเฉลี่ย 2.73 กิโลเมตร (S.D=4.26) ใช้เวลาเฉลี่ย 33.33 นาที (S.D=43.42) ยังคงสูบบุหรี่รวมถึงดื่มสุรานาน ๆ ครั้ง และส่วนใหญ่มีดัชนีมวลกายต่ำกว่าเกณฑ์

2. ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงมีความสามารถในการดูแลตนเองอยู่ในระดับสูง
3. ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงมีภาวะสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง
4. ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะสุขภาพในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .29$)

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับพยาบาลและบุคลากรที่เกี่ยวข้องในทีมสุขภาพ ในการกำหนดแนวทางการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงมีภาวะสุขภาพดี โดยจัดระบบบริการการพยาบาลที่สนับสนุนให้ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง คงความสามารถในการดูแลตนเองได้อย่างต่อเนื่อง
2. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ ความสามารถในการดูแลตนเอง และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในประเด็นอื่นที่เกี่ยวข้องต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยที่พบความสัมพันธ์ทางบวก ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง กับภาวะสุขภาพในระดับต่ำ ดังนั้นผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. ให้การพยาบาลเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง มีความสามารถในการดูแลตนเอง โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองที่ถูกต้อง โดยเฉพาะการให้ความรู้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ และการดื่มสุราที่พบมากในผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง ซึ่งอาจเป็นกลุ่มที่จะเกิดปัญหาสุขภาพตามมาในอนาคต

2. ควรจัดให้มีการฝึกอบรมเกี่ยวกับ การส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ แก่เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน เพื่อพัฒนาความรู้ และฝึกทักษะในการปฏิบัติของบุคลากร และพัฒนาประสิทธิภาพของสถานบริการให้มีคุณภาพ ทั้งนี้เนื่องจากข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงใน ชุมชนจะเลือกมารับบริการในสถานบริการสาธารณสุขชุมชนและสถานอนามัยมากที่สุด

3. จากผลการวิจัยที่พบว่าผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงส่วนใหญ่ ได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยจากบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลรอบข้าง ดังนั้นในการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง หรือให้คำแนะนำเรื่องการปฏิบัติตัวแก่ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง ควรจะให้ญาติหรือบุคคลในครอบครัวมารับฟังด้วย ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุอาจฟังไม่เข้าใจ หรือจดจำได้ไม่ครบถ้วน

ด้านบริหารการพยาบาล

ผู้บริหารของหน่วยงานสาธารณสุขในอำเภออุ้มผาง ควรตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาบทบาท และความสามารถของบุคลากรในทีมสุขภาพ ในการดูแลและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงมีความสามารถในการดูแลตนเอง โดยเน้นที่การให้ข้อมูลและสื่อสารให้เกิดความเข้าใจกันระหว่างบุคลากรในทีมสุขภาพ กับผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง รวมถึงการประสานงานกันระหว่างบุคลากรทางสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในชุมชน เพื่อให้บริการแก่ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงไปในแนวเดียวกัน

ด้านการศึกษาพยาบาล

ในการจัดหลักสูตรการศึกษา ควรมีการสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการให้การพยาบาล ผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรม รวมถึงจัดให้นักศึกษาได้มีประสบการณ์ และทักษะในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้สูงอายุทั้งขณะอยู่ในโรงพยาบาล และในชุมชน

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความสามารถในการดูแลตนเอง กับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง ในอำเภออุ้มผาง จังหวัดตาก เท่านั้น ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ อาจจะไม่สามารถนำไปอ้างอิงถึงประชากรผู้สูงอายุในกลุ่มอื่นได้
2. จากผลการวิจัยที่พบความสัมพันธ์ทางบวก ในระดับต่ำ ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง กับภาวะสุขภาพ ซึ่งอาจเป็นผลมาจากมีปัจจัยอื่นที่ไม่ได้นำมาศึกษาในครั้งนี้มาเกี่ยวข้อง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาความสามารถในการดูแลตนเอง และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุชาวไทยพื้นราบ และผู้สูงอายุที่เป็นชนกลุ่มน้อยในประเทศไทย ซึ่งมีวัฒนธรรมสังคมแตกต่างกัน ในหลายพื้นที่ โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างมากพอที่จะนำไปอ้างอิงถึงประชากรได้
2. ควรศึกษาหารูปแบบของการดำเนิน โครงการปฏิบัติการ ที่พัฒนาความสามารถในการดูแลตนเอง และส่งเสริมให้เกิดภาวะสุขภาพดีแก่ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง
3. ในการศึกษากลุ่มผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยง ซึ่งมีแบบแผนการดำเนินชีวิตด้านสุขภาพ และสังคมวัฒนธรรมเฉพาะของตนเอง ควรศึกษาเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้ง และทราบเหตุผลของพฤติกรรมในการดูแลตนเองในเรื่องต่าง ๆ เพื่อสามารถนำมาปรับใช้ในการให้ความรู้ และการปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงได้อย่างมีประสิทธิภาพ
4. ควรมีการศึกษาหาแนวทางในการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเอง ของชาวกะเหรี่ยง โดยเริ่มตั้งแต่วัยก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ทั้งนี้เพราะการที่ผู้สูงอายุชาวกะเหรี่ยงจะมีความสามารถในการดูแลตนเอง จะเป็นผลที่สืบเนื่องมาจากการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเอง มาตลอดช่วงอายุ
5. ในการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง กับภาวะสุขภาพ ควรนำปัจจัยอื่นที่อาจมีอิทธิพลต่อทั้งสองตัวแปรมาศึกษาร่วมด้วย