

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการสอนรายบุคคลที่บ้านต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้าน และเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านและกลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติ

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับการรักษาที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพชุมชนบ้านไร่ อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี จำนวน 22 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านและกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนตามปกติ จำนวนกลุ่มละ 11 คน โดยวิธีการจับคู่ (Matched pair) เพศ อายุ ระดับการศึกษา และระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเข้าครั้งสุดท้ายก่อนทำการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ได้แก่ แผนการสอนรายบุคคล เรื่องการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย และการใช้ยาลดระดับน้ำตาลในเลือด และคู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกข้อมูลของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน (ตั้งรายนามในภาคผนวก ก) นำเครื่องมือที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 คน จากนั้นนำมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการดูแลตนเองโดยใช้สูตร Cronbachs Alpha Coefficient ได้ค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.08 ซึ่งเป็นค่าความเที่ยงที่ต่ำ ปรับปรุงแก้ไขแบบสัมภาษณ์และนำไปทดลองใช้ครั้งที่ 2 กับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 คน ได้ค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.79 ซึ่งเป็นค่าความเที่ยงที่ยอมรับได้ จากนั้นนำไปใช้ในการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้ด้วยตนเองเพื่อหาค่ามัธยฐาน ความเบี่ยงเบนควอไทล์ และทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยใช้สถิติ The Wilcoxon Signed Ranks Test สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ภายหลังจากได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านดีกว่าก่อนได้รับการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ภายหลังจากได้รับการสอนกลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของการสอนรายบุคคลที่บ้านต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 สามารถอภิปรายผลตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 หลังจากได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านดีกว่าก่อนได้รับการสอน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้าน พบว่า หลังได้รับการสอนคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 สูงกว่าก่อนได้รับการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อวิเคราะห์โดยจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า หลังได้รับการสอนผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร และการใช้ยาลดระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าก่อนได้รับการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน โดยสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

การสอนรายบุคคลที่บ้านสามารถช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมการดูแลตนเองดีขึ้น เนื่องจากการสอนที่บ้านผู้ป่วยเอง ทำให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกคุ้นเคย ไม่มีข้อจำกัดทางด้านเวลา ผู้ป่วยมีโอกาสในการเรียนรู้ได้ตามความสามารถของตนเอง อีกทั้งเป็นการสื่อสารแบบ 2 ทาง ซึ่งผู้ป่วยสามารถซักถามข้อสงสัยได้ในขณะทำการสอน ทำให้ผู้ป่วยเข้าใจได้ดีกว่าการเสาะแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง เป็นผลให้ผู้ป่วยมีการพัฒนาความรู้ที่จะใช้ในการพิจารณาตัดสินใจระทำการดูแลตนเองได้ดีขึ้น อีกทั้งการสอนรายบุคคลที่บ้านยังช่วยให้ผู้วิจัยมีโอกาสได้สัมผัสกับการดำเนินชีวิต และสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วย ทำให้ผู้วิจัยทราบถึงข้อมูลหรือสาเหตุที่ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่ถูกต้อง และเป็นแนวทางในการให้ความรู้และชี้ให้ผู้ป่วยได้เชื่อมโยงความรู้ไปใช้ในการดูแลตนเองได้อย่างถูกต้องและสอดคล้องกับชีวิตประจำวัน การที่

ผู้ป่วยได้ฝึกเชื่อมโยงความรู้นี้จะช่วยให้ผู้ป่วยสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในสถานการณ์อื่น ๆ อีกทั้งทำให้การเรียนรู้แน่นยำและคงทนถาวรมากยิ่งขึ้น (กันยา สุวรรณแสง, 2544)

นอกจากนี้ การสอนรายบุคคลที่บ้านยังช่วยให้ผู้ป่วยมีความรู้ในระดับความสามารถขั้นนำไปใช้สูงขึ้น โดยในการสอนเรื่องการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย และการใช้ยาลดระดับน้ำตาลในเลือด ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมให้ผู้ป่วยได้ปรับการดูแลตนเองในเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้ให้สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันของตน โดยผู้วิจัยได้สอบถามถึงพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยในเรื่องนั้น ๆ ก่อน จากนั้นให้ผู้ป่วยประเมินตนเองว่ามีพฤติกรรมดูแลตนเองถูกต้องตามหลักการนั้น ๆ หรือไม่ การสอบถามจะช่วยให้ผู้ป่วยได้ฝึกการระลึกถึงพฤติกรรมดูแลตนเองที่ผ่านมา และการประเมินตนเองจะช่วยให้ผู้ป่วยได้ฝึกการประเมินพฤติกรรมดูแลตนเอง และฝึกการเปรียบเทียบพฤติกรรมดูแลตนเองกับหลักการดูแลตนเองที่ถูกต้อง ทำให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้ได้ด้วยตนเองว่าพฤติกรรมดูแลตนเองที่ผ่านมานั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้องมากน้อยเพียงใด

แต่เนื่องจากผู้ป่วยแต่ละคนมีความสามารถในการเรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ สิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้ และอัตราการเรียนรู้แตกต่างกัน จึงทำให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองแตกต่างกัน และใช้เวลาในการเรียนรู้แตกต่างกัน ผู้ป่วยที่พฤติกรรมดูแลตนเองถูกต้อง และเรียนรู้ได้เร็ว จะได้รับการชมเชยจากผู้วิจัย ซึ่งเป็นการช่วยเสริมแรงให้ผู้ป่วยในการเรียนรู้ที่จะมีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้องต่อไป ส่วนผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมดูแลตนเองไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจะให้ข้อมูลย้อนกลับโดยบอกผู้ป่วย และฝึกการแก้ไขให้ถูกต้องโดยให้ผู้ป่วยคิดกลวิธีปรับพฤติกรรมดูแลตนเองให้ถูกต้องตามหลักการ ผู้วิจัยจะเป็นผู้แจ้งให้ผู้ป่วยทราบว่าพฤติกรรมที่ผู้ป่วยปรับนั้นถูกต้องมากน้อยเพียงใด และคอยช่วยเหลือให้ผู้ป่วยมีการปรับพฤติกรรมดูแลตนเองให้ถูกต้องในที่สุด ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้ผู้ป่วยทราบผลการเรียนรู้ของตนเองอย่างทันทั่วทั้งที่ สอดคล้องกับการศึกษาสิ่งเสริมแรงของ Bloom (1971) ที่พบว่า การบอกให้ทราบว่าคำตอบของนักเรียนถูกต้องจะทำให้นักเรียนจดจำเนื้อหาของเขาได้มากขึ้น เมื่อให้ทำแบบทดสอบและการให้ข้อมูลย้อนกลับและการแก้ไขให้ถูกต้องได้ทำให้แต่ละเรื่องเป็นตอนๆ ทำให้ผู้ป่วยเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น และสามารถเรียนรู้จนบรรลุวัตถุประสงค์ได้ดีขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Block and Triemey (1974) ที่พบว่า การแก้ไขให้ถูกต้องที่กระทำเป็นตอน ๆ สามารถทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียนได้ดีกว่านักเรียนที่ไม่ได้แก้ไขให้ถูกต้องเลย นอกจากนี้ผู้ป่วยยังได้รับคู่มือการดูแลตนเองไปศึกษาก่อนการสอน ซึ่งในคู่มือมีทั้งหลักการดูแลตนเองและเหตุผลของหลักการนั้นๆ ทำให้ผู้ป่วยรู้และมองเห็นผลดีของการกระทำการดูแลตนเองอย่างถูกต้อง และผลเสียของการไม่กระทำการดูแลตนเองหรือกระทำการดูแลตนเองไม่ถูกต้อง และได้ทราบถึง

พฤติกรรมการดูแลตนเองที่ตนเองยังไม่ได้กระทำ ได้ฝึกคิดการที่จะปรับพฤติกรรมการดูแลตนเองให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวันก่อนได้รับการสอน ทำให้ผู้ป่วยมีความรู้ความสามารถเพิ่มขึ้น ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ป่วยพิจารณาตัดสินใจที่จะกระทำการดูแลตนเอง สอดคล้องกับคำกล่าวของ (Orem, 2001) ที่ว่า ในระยะของการพิจารณาและตัดสินใจที่จะนำไปสู่การกระทำ ในระยะนี้บุคคลจะตัดสินใจจากความรู้เกี่ยวกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกว่าสมควรจะกระทำหรือไม่

จะเห็นได้ว่าการสอนรายบุคคลที่บ้านช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมดูแลตนเองดีขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ Orem ที่ว่าการสอนเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่สามารถช่วยให้บุคคลเกิดการพัฒนาความรู้ หรือทักษะเฉพาะและเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม (Orem, 2001) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ อุดิษฐ์ ภูมิวิเศษ (2537) ที่พบว่าการสอนในขณะเยี่ยมบ้านช่วยให้ผู้ป่วยมีความรู้และการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองดีขึ้น และ จารุพันธ์ สมณะ (2541) ที่พบว่า หลังการสอนในขณะเยี่ยมบ้านผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีระดับน้ำตาลในเลือดและภาวะแทรกซ้อนลดลง

ส่วนผลการวิเคราะห์เป็นรายด้านที่พบว่า ก่อนและหลังได้รับการสอนเป็นรายบุคคลผู้ป่วยมีพฤติกรรมดูแลตนเองด้านการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจาก การออกกำลังกายที่ถูกต้องและมีประโยชน์ต่อร่างกายสูงสุด คือ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง แต่แต่ละครั้งต้องใช้เวลา 20-45 นาที ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลาในการออกกำลังกายเนื่องจากต้องใช้เวลาในการประกอบอาชีพ

สมมติฐานที่ 2 พฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติ

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้าน กับกลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติ พบว่า หลังการทดลองคะแนนพฤติกรรมดูแลตนเองโดยรวมของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อวิเคราะห์โดยจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า หลังได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมดูแลตนเองด้านการควบคุมอาหาร การออกกำลังกายและการใช้ยาลดระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าก่อนได้รับการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยสามารถอภิปรายผลการวิจัยในส่วนของกลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้าน ตามสมมติฐานที่ 1 ที่กล่าวมาข้างต้น

ส่วนผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 กลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกตินั้น ไม่ได้รับการฝึกประเมินพฤติกรรมตนเอง ไม่ได้รับการฝึกให้คิดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเองให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวัน และหลังจากได้รับการสอนผู้ป่วยต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่ได้รับข้อมูลย้อนกลับจากพยาบาลว่าสิ่งที่ตนเองคิดหรือกระทำนั้นถูกต้องมากน้อยเพียงใด ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้ผู้ป่วยกลุ่มที่ได้รับการสอนรายบุคคลที่บ้านมีพฤติกรรมดูแลตนเองดีกว่าผู้ป่วยกลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ พบว่า การสอนรายบุคคลที่บ้านช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมดูแลตนเองดีขึ้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ด้านปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรนำรูปแบบการสอนรายบุคคลที่บ้านไปใช้ในการสอนผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และนำไปเป็นแนวทางในการสอนผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ ต่อไป
2. ด้านการบริหารการพยาบาล ผู้บริหารควรเห็นความสำคัญของการสอนรายบุคคลที่บ้าน และจัดสรรบุคลากรในการเข้าไปให้บริการเชิงรุกแก่ผู้ป่วยที่บ้านผู้ป่วย
3. ด้านการศึกษาพยาบาล อาจารย์พยาบาลสามารถนำรูปแบบการสอนรายบุคคลที่บ้านนี้ไปสอนนักศึกษาพยาบาล เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้และความเข้าใจ และสามารถนำไปสอนผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 และประยุกต์ใช้ในการสอนผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ ได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งนี้ทำการทดลองกับผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่อ่านออกเขียนได้ใน การวิจัยครั้งต่อไปควรมีการคิดค้นวิธีการสอนที่จะช่วยให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่อ่านไม่ออก หรือเขียนไม่ได้ให้ได้รับการเรียนรู้ได้มากที่สุด โดยอาจจะต้องใช้สื่อการสอนแตกต่างออกไป เช่น วีดีโอ ที่มีทั้งภาพและเสียงประกอบ เป็นต้น
2. ควรมีการศึกษาผลของการสอนรายบุคคลที่บ้านในกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น ศึกษาในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจ เป็นต้น