

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการจัดการกับอาการแบบผสมผสานโดยการบริหารกายจิตแบบซิง และโปรแกรมการจัดการกับอาการแบบผสมผสานโดยการบริหารกายจิตแบบซิงร่วมกับการใช้น้ำมันหอมระเหยต่อความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็ง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือ ผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ จำนวน 40 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่มๆ ละ 20 คน โดยกำหนดให้มีความคล้ายคลึงกันในเรื่อง ความสัมพันธ์กับผู้ป่วย ประเภทของการรักษาที่ได้รับ และความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลโดยผู้ดูแลต้องมีคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยล้าต่างกันไม่เกิน 2 คะแนน ผลการวิจัยนำเสนอตามลำดับดังนี้คือ

- | | |
|----------|--|
| ส่วนที่1 | แสดงข้อมูลประวัติการเจ็บป่วยของผู้ป่วยและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง |
| ส่วนที่2 | เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ |
| ส่วนที่3 | เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งระหว่างกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 ก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ |
| ส่วนที่4 | แสดงข้อมูลค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งจำแนกตามระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล และจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน และข้อมูลการแสดงความรู้สึกภายหลังการฝึกบริหารกายจิตแบบซิง และการใช้น้ำมันหอมระเหยของกลุ่มตัวอย่าง |

ส่วนที่1 แสดงข้อมูลประวัติการเจ็บป่วยของผู้ป่วยและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
 ตารางที่1 ข้อมูลประวัติการเจ็บป่วยของผู้ป่วยที่อยู่ในความดูแลของผู้ดูแลในกลุ่มทดลองที่1
 และกลุ่มทดลองที่2 จำแนกตาม การวินิจฉัยโรค ระยะของโรค และประเภทของการรักษาที่ได้รับ

ประวัติการเจ็บป่วย	กลุ่มทดลองที่1 (n = 20)		กลุ่มทดลองที่2 (n = 20)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
การวินิจฉัยโรค				
มะเร็งเต้านม	3	15	4	20
มะเร็งระบบสืบพันธุ์หญิง	4	20	2	10
มะเร็งปอด	3	15	3	15
มะเร็งเม็ดเลือดขาว	3	15	1	5
มะเร็งต่อมน้ำเหลือง	1	5	3	15
มะเร็งลำไส้	2	10	2	10
มะเร็งตับ	1	5	2	10
มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ	1	5	-	-
มะเร็งต่อมลูกหมาก	-	-	1	5
มะเร็งหลังโพรงจมูก	-	-	2	10
มะเร็งสมอง	1	5	-	-
มะเร็งตับอ่อน	1	5	-	-
ระยะของโรค				
ระยะที่3	12	60	11	55
ระยะที่4	8	40	9	45
ประเภทของการรักษา				
ประคับประคอง	9	45	9	45
เคมีบำบัด	7	35	7	35
รังสีรักษา	4	20	4	20

จากตารางที่1 พบว่าในกลุ่มทดลองที่1 และ 2 มีผู้ป่วยอยู่ในระยะที่3 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ60 และ 55 ตามลำดับ และได้รับการรักษาแบบประคับประคองมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ45

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 จำแนกตาม เพศ ศาสนา อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด อาชีพ รายได้ของครอบครัว สิทธิการรักษา ความสัมพันธ์กับผู้ป่วย โรคประจำตัว ระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล จำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน และความรู้สึกต่อการนอนหลับพักผ่อน ของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็ง (N=40)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลองที่ 1 (n = 20)		กลุ่มทดลองที่ 2 (n = 20)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศหญิง	20	100	20	100
ศาสนาพุทธ	20	100	20	100
อายุ (ปี)				
20-29	3	15	2	10
30-39	2	10	5	25
40-49	9	45	9	45
50-59	6	30	4	20
	$\bar{x} = 43.90$	SD = 10.30	$\bar{x} = 42.75$	SD = 8.52
สถานภาพสมรส				
คู่	14	70	14	70
โสด	3	15	5	25
หย่า/แยก	2	10	1	5
หม้าย	1	5	0	0
การศึกษาสูงสุด				
ประถมศึกษา	4	20	1	5
มัธยมศึกษา	9	45	8	40
อื่นๆ(ปวช / ปวส)	4	20	6	30
ปริญญาตรี	3	15	5	25

ตารางที่ 2 (ต่อ) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 จำแนกตาม เพศ ศาสนา อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด อาชีพ รายได้ของครอบครัว สิทธิการรักษา ความสัมพันธ์กับผู้ป่วย โรคประจำตัว ระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล จำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน และความรู้สึกรู้สึกต่อการนอนหลับพักผ่อน ของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็ง (N=40)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลองที่ 1 (n = 20)		กลุ่มทดลองที่ 2 (n = 20)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ				
แม่บ้าน	12	60	14	70
ค้าขาย	5	25	4	20
รับจ้าง	2	10	2	10
ว่างงาน	1	5	-	-
รายได้ของครอบครัว				
เพียงพอ	20	100	20	100
ไม่เพียงพอ	0	0	0	0
สิทธิการรักษา				
เบิกต้นสังกัด	8	40	9	45
ประกันสุขภาพถ้วนหน้า	6	30	6	30
ประกันสังคม	6	30	5	25
ความสัมพันธ์กับผู้ป่วย				
ภรรยา	10	50	10	50
บุตรสาว	6	30	6	30
พี่หรือน้อง	4	20	4	20
โรคประจำตัว				
ไม่มีโรคประจำตัว	16	80	18	90
โรคความดันโลหิตสูง	3	15	2	10
โรคเบาหวาน	1	5	0	0

ตารางที่2 (ต่อ) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 จำแนกตาม เพศ ศาสนา อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด อาชีพ รายได้ของครอบครัว สิทธิการรักษา ความสัมพันธ์กับผู้ป่วย โรคประจำตัว ระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล จำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน และความรู้สึกต่อการนอนหลับพักผ่อน ของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็ง (N=40)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลองที่1 (n = 20)		กลุ่มทดลองที่2 (n = 20)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล				
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1 ปี	19	95	14	70
มากกว่า 1 ปี ขึ้นไป	1	5	6	30
	$\bar{x} = 7.85$	SD = 3.79	$\bar{x} = 12.10$	SD = 5.95
จำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน				
12-14	4	20	2	10
15-17	11	55	11	55
18-20	5	25	7	35
	$\bar{x} = 16$	SD = 2.15	$\bar{x} = 16.35$	SD = 1.98
ความรู้สึกต่อการนอนหลับพักผ่อน				
เพียงพอ	3	15	2	10
ไม่เพียงพอ	17	85	18	90

จากตารางที่2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งทั้งกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 จำนวนกลุ่มละ 20 คน พบว่าผู้ดูแลทั้งหมดเป็นเพศหญิงและนับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 40-49 ปี คิดเป็นร้อยละ45 โดยกลุ่มทดลองที่1 มีอายุเฉลี่ย 43.90(SD = 10.30) และกลุ่มทดลองที่2 มีอายุเฉลี่ย 42.75(SD = 8.52) มีสถานภาพสมรสคู่มาก

ที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70 เท่ากัน เมื่อพิจารณาการศึกษาพบว่าทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 45 และ 40 ตามลำดับ อาชีพของทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่คือแม่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 60 และ 70 ตามลำดับ และมีรายได้ของครอบครัวเพียงพอทุกคน สำหรับสิทธิการรักษาพบว่า ใช้สิทธิในการเบิกต้นสังกัดมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 40 และ 45 ตามลำดับ ร้อยละ 50 ของกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความสัมพันธ์กับผู้ป่วยโดยเป็นภรรยา และพบว่าส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 80 และ 90 โดยพบว่าทั้งสองกลุ่มมีโรคประจำตัวเป็นความดันโลหิตสูงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 15 และ 10 ตามลำดับ สำหรับระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแลนั้น ทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่พบว่า น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1 ปี โดยกลุ่มทดลองที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 95 ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 70 นอกจากนี้เมื่อพิจารณาจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวันพบว่าทั้งสองกลุ่มมีจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวันอยู่ในช่วง 15-17 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 55 โดยกลุ่มทดลองที่ 1 มีจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวันเฉลี่ย 16 ชั่วโมง (SD = 2.15) และกลุ่มทดลองที่ 2 มีจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวันเฉลี่ย 16.35 ชั่วโมง (SD = 1.98) สำหรับความรู้สึกต่อการนอนหลับพักผ่อนของผู้ดูแลพบว่าส่วนใหญ่ของทั้งสองกลุ่มรู้สึกว่าจะไม่เพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 85 และ 90 ตามลำดับ

ส่วนที่2 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 ในช่วงเวลา ก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์

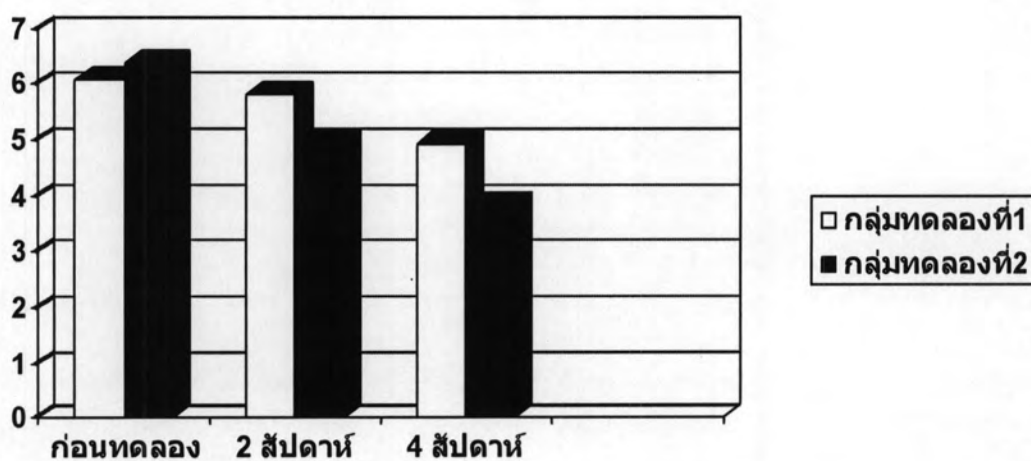
ตารางที่3 ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่1 (n=20) และกลุ่มทดลองที่2 (n=20)

	ก่อนการทดลอง		หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์		หลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์	
	\bar{x}	ระดับ	\bar{x}	ระดับ	\bar{x}	ระดับ
	(SD)		(SD)		(SD)	
กลุ่มทดลองที่1 (n=20)	6.09 (0.67)	ปานกลาง	5.82 (0.54)	ปานกลาง	4.94 (0.39)	ปานกลาง
กลุ่มทดลองที่2 (n=20)	6.38 (0.66)	ปานกลาง	4.97 (0.46)	ปานกลาง	3.85 (0.39)	เล็กน้อย

ตารางที่3 พบว่า ในช่วงเวลาต่างกันคือก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าภายในกลุ่มทดลองที่1 มีแนวโน้มลดลง(6.09, 5.82 และ 4.94 ตามลำดับ) แต่ระดับของความเหนื่อยล้ายังคงเดิมคืออยู่ในระดับปานกลาง และค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าภายในกลุ่มทดลองที่2 ก็มีแนวโน้มลดลงเช่นกัน(6.38, 4.97 และ 3.85 ตามลำดับ) และพบว่าระดับความเหนื่อยล้าได้ลดลงจากระดับปานกลาง เป็นระดับเล็กน้อย ภายหลังจากสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ จากการวิเคราะห์พบว่าก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าระหว่างกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 นั้นมีค่าใกล้เคียงกัน แต่จะแตกต่างกันมากขึ้นหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และแตกต่างกันมากที่สุดหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์

ภาพที่ 8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้า(\bar{x})



ภาพที่ 8 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในช่วงเวลาต่างกัน คือ

คะแนนความเหนื่อยล้าครั้งที่ 1 ประเมินก่อนการทดลอง

คะแนนความเหนื่อยล้าครั้งที่ 2 ประเมินหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์

คะแนนความเหนื่อยล้าครั้งที่ 3 ประเมินหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่ 1 ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Repeated Measure Analysis of Variance (n=20)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ผู้ดูแล	16.07	19	0.85	
ช่วงเวลา	14.52	2	7.26	363*
ผู้ดูแล x ช่วงเวลา	0.82	38	0.02	
รวม	31.41	59		

* p<.05

จากตารางที่ 4 พบว่า ค่า F คำนวณ มีค่า = 363 ซึ่งมากกว่า F(.05) df = 2,38 จากตารางที่มีค่า 3.23 สรุปได้ว่า ปฏิเสธสมมติฐานทางสถิติที่กล่าวว่า ค่าเฉลี่ยความเหนื่อยล้าทั้ง 3 ช่วงเวลา คือ ก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ เท่ากัน ที่ระดับ .05 จึงสมควรทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธีการ Scheffe' ต่อไป

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่ 1 ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ด้วยวิธีของ Scheffe' (n=20)

กลุ่ม	\bar{x}	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	หลังการทดลอง 4 สัปดาห์
ก่อนการทดลอง	6.09	-		
หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	5.82	0.27	-	
หลังการทดลอง 4 สัปดาห์	4.94	1.15*	0.88*	-

* p<.05

จากตารางที่ 5 การเปรียบเทียบรายคู่ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ของกลุ่มทดลองที่ 1 พบว่า ความเหนื่อยล้าของคู่ก่อนการทดลอง(\bar{x} = 6.09) และหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์(\bar{x} = 5.82) ไม่แตกต่างกัน แต่หลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์(\bar{x} = 4.94) แตกต่างจากก่อนการทดลอง และหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่ 2 ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ด้วยสถิติ Repeated Measure Analysis of Variance (n=20)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ผู้ดูแล	10.15	19	0.53	
ช่วงเวลา	64.49	2	32.25	248.08*
ผู้ดูแล x ช่วงเวลา	5.06	38	0.13	
รวม	79.70	59		

* $p < .05$

จากตารางที่ 6 พบว่า ค่า F คำนวณ มีค่า = 248.08 ซึ่งมากกว่า $F(.05) df = 2,38$ จากตาราง ที่มีค่า 3.23 สรุปได้ว่า ปฏิเสธสมมติฐานทางสถิติที่กล่าวไว้ว่า ค่าเฉลี่ยความเหนื่อยล้าทั้ง 3 ช่วงเวลา คือ ก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ เท่ากันที่ระดับ .05 จึงสมควรทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธีการ Scheffe' ต่อไป

ตารางที่ 7 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่ 2 ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ เป็นรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe' (n=20)

กลุ่ม	\bar{X}	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	หลังการทดลอง 4 สัปดาห์
ก่อนการทดลอง	6.38	-		
หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	4.97	1.41*	-	
หลังการทดลอง 4 สัปดาห์	3.85	2.53*	1.12*	-

* $p < .05$

จากตารางที่ 7 การเปรียบเทียบรายคู่ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ของกลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า ทุกคู่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 6.38$) มากที่สุด และค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ($\bar{X} = 3.85$) น้อยที่สุด

ส่วนที่3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วย
มะเร็งระหว่างกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 ก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุด
การทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์

ตารางที่8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็ง ในช่วง
เวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์
ระหว่างกลุ่มทดลองที่1 (n=20) และกลุ่มทดลองที่2 (n=20) ด้วยสถิติ Independent t-test

ความเหนื่อยล้า	กลุ่มทดลองที่1		กลุ่มทดลองที่2		df	t
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
ก่อนการทดลอง	6.09	0.67	6.38	0.66	38	1.37 ^{NS}
หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	5.82	0.54	4.97	0.46	38	5.39**
หลังการทดลอง 4 สัปดาห์	4.94	0.39	3.85	0.39	38	8.94**

NS = Not Significant

** p<.01

จากตารางที่8 พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งใน
ช่วงเวลาก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองที่1 เท่ากับ 6.09 และกลุ่มทดลองที่2 เท่ากับ 6.38 เมื่อนำมา
เปรียบเทียบกันด้วยวิธีทางสถิติ Independent t-test พบว่า กลุ่มทดลองที่1และกลุ่มทดลองที่2 มี
ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่1เท่ากับ 5.82 และ
กลุ่มทดลองที่2 เท่ากับ 4.97 เมื่อนำมาเปรียบเทียบกันด้วยวิธีทางสถิติ Independent t-test พบว่า
กลุ่มทดลองที่2 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งน้อยกว่ากลุ่ม
ทดลองที่1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ กลุ่ม
ทดลองที่1 เท่ากับ 4.94 และกลุ่มทดลองที่2 เท่ากับ 3.85 เมื่อนำมาเปรียบเทียบกันด้วยวิธีทาง
สถิติ Independent t-test พบว่า กลุ่มทดลองที่2 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลใน
ครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งน้อยกว่ากลุ่มทดลองที่1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งแยกเป็นรายด้าน ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 (n=20) และกลุ่มทดลองที่ 2 (n=20) ด้วยสถิติ Independent t-test

ความเหนื่อยล้า	กลุ่มทดลองที่ 1		กลุ่มทดลองที่ 2		df	t
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
1. ด้านพฤติกรรมและความรุนแรง	5.46	0.67	5.58	0.62	38	0.56 ^{NS}
2. ด้านการให้ความหมาย	6.70	0.76	6.91	0.89	38	0.81 ^{NS}
3. ด้านร่างกายและจิตใจ	6.33	0.91	6.81	0.87	38	1.72 ^{NS}
4. ด้านสติปัญญาและอารมณ์	6.02	0.85	6.38	0.81	38	1.40 ^{NS}
ความเหนื่อยล้าโดยรวม	6.09	0.67	6.38	0.66	38	1.37 ^{NS}

NS = Not Significant

จากตารางที่ 9 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งแยกเป็นรายด้าน ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งด้านพฤติกรรมและความรุนแรง ด้านการให้ความหมาย ด้านร่างกายและจิตใจ และด้านสติปัญญาและอารมณ์ ไม่มีความแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่10 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งแยกเป็นรายด้าน ในช่วงเวลาหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่1 (n=20) และกลุ่มทดลองที่2 (n=20) ด้วยสถิติ Independent t-test

ความเหนื่อยล้า	กลุ่มทดลองที่1		กลุ่มทดลองที่2		df	t
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
1. ด้านพฤติกรรมและความรุนแรง	5.33	0.64	4.73	0.50	38	3.35**
2. ด้านการให้ความหมาย	6.65	0.70	5.58	0.64	38	5.04**
3. ด้านร่างกายและจิตใจ	5.96	0.72	5.06	0.64	38	4.19**
4. ด้านสติปัญญาและอารมณ์	5.50	0.63	4.62	0.46	38	5.06**
ความเหนื่อยล้าโดยรวม	5.82	0.54	4.97	0.46	38	5.39**

** p<.01

จากตารางที่10 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งแยกเป็นรายด้าน ในช่วงเวลาหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งในทุกด้าน ซึ่งได้แก่ ด้านพฤติกรรมและความรุนแรง ด้านการให้ความหมาย ด้านร่างกายและจิตใจ และด้านสติปัญญาและอารมณ์ ของกลุ่มทดลองที่2 น้อยกว่ากลุ่มทดลองที่1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่11 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งแยกเป็นรายด้าน ในช่วงเวลาหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่1 (n=20) และกลุ่มทดลองที่2 (n=20) ด้วยสถิติ Independent t-test

ความเหนื่อยล้า	กลุ่มทดลองที่1		กลุ่มทดลองที่2		df	t
	\bar{x}	SD	\bar{x}	SD		
1. ด้านพฤติกรรมและความรุนแรง	4.64	0.48	3.66	0.53	38	6.12**
2. ด้านการให้ความหมาย	5.90	0.50	4.69	0.44	38	8.18**
3. ด้านร่างกายและจิตใจ	5.16	0.62	3.87	0.42	38	7.71**
4. ด้านสติปัญญาและอารมณ์	4.27	0.47	3.32	0.50	38	6.21**
ความเหนื่อยล้าโดยรวม	4.94	0.39	3.85	0.39	38	8.94**

** p<.01

จากตารางที่11 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งแยกเป็นรายด้าน ในช่วงเวลาหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่1 และกลุ่มทดลองที่2 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งในทุกด้าน ซึ่งได้แก่ ด้านพฤติกรรมและความรุนแรง ด้านการให้ความหมาย ด้านร่างกายและจิตใจ และด้านสติปัญญาและอารมณ์ ของกลุ่มทดลองที่2 น้อยกว่ากลุ่มทดลองที่1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- ส่วนที่4 แสดงข้อมูลค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งจำแนกตามระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล และจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน และข้อมูลการแสดงความรู้สึกภายหลังการฝึกบริหารกายจิตแบบซิง และการใช้น้ำมันหอมระเหยของกลุ่มตัวอย่าง
- ตารางที่12 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็ง จำแนกตามระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแล และจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวัน ในช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ (N=40)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลองที่1 (n = 20)			กลุ่มทดลองที่2 (n = 20)		
	ก่อน	หลัง	หลัง	ก่อน	หลัง	หลัง
	2 สัปดาห์		4 สัปดาห์	2 สัปดาห์		4 สัปดาห์
ระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบ						
ในการดูแล						
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1 ปี	6.05	5.78	4.91	6.25	4.85	3.86
มากกว่า 1 ปี ขึ้นไป	6.86	6.59	5.55	6.68	5.23	3.82
จำนวนชั่วโมงที่ให้						
การดูแลผู้ป่วยต่อวัน						
12-14	5.17	5.10	4.42	5.39	4.39	3.59
15-17	6.13	5.83	4.95	6.18	4.83	3.68
18-20	6.75	6.38	5.35	6.98	5.34	4.18

จากตารางที่12 พบว่าระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแลมากกว่า 1 ปี ขึ้นไป จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้ามากกว่าระยะเวลาที่เข้ามารับผิดชอบในการดูแลน้อยกว่าหรือเท่ากับ 1 ปี ยกเว้นในกลุ่มทดลองที่2 ที่พบว่า หลังสิ้นสุดการทดลอง 4 สัปดาห์ นั้นมีค่าใกล้เคียงกัน ส่วนจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยต่อวันของทั้งสองกลุ่มพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้ามากขึ้นตามจำนวนชั่วโมงที่ให้การดูแลผู้ป่วยที่มากขึ้นไปด้วย

ตารางที่13 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่1(n=20)ตามการฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่ก

การฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่ก	ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้า		
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	หลังการทดลอง 4 สัปดาห์
ปฏิบัติทุกวันในสัปดาห์	6.28	5.96	5.04
ปฏิบัติมากกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์	-	-	-
ปฏิบัติ 3 ครั้งต่อสัปดาห์	5.52	5.37	4.64

จากตารางที่13 พบว่าการปฏิบัติทุกวันในสัปดาห์จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ ลดลงโดยรวมเท่ากับ 1.24(6.28-5.04) ซึ่งมีค่าลดลงมากกว่าการปฏิบัติ 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ ลดลงโดยรวมเท่ากับ 0.88(5.52-4.64)

ตารางที่ 14 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าของผู้ดูแลในครอบครัวผู้ป่วยมะเร็งของกลุ่มทดลองที่ 2 (n=20) ตามการฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กง และการใช้น้ำมันหอมระเหย

การฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กง	การใช้น้ำมันหอมระเหย	ค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้า		
		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง 2 สัปดาห์	หลังการทดลอง 4 สัปดาห์
ปฏิบัติทุกวันในสัปดาห์	ปฏิบัติวันละ 1 ครั้ง	6.63	5.16	3.94
	ปฏิบัติมากกว่า วันละ 1 ครั้ง	6.99	5.35	3.68
ปฏิบัติมากกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์	ปฏิบัติวันละ 1 ครั้ง	6.23	4.86	4.00
	ปฏิบัติมากกว่า วันละ 1 ครั้ง	-	-	-
ปฏิบัติ 3 ครั้งต่อสัปดาห์	ปฏิบัติวันละ 1 ครั้ง	5.69	4.47	3.75
	ปฏิบัติมากกว่า วันละ 1 ครั้ง	-	-	-

จากตารางที่ 14 พบว่าการฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กงทุกวันในสัปดาห์ ร่วมกับการใช้น้ำมันหอมระเหยมากกว่า วันละ 1 ครั้ง จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ลดลงโดยรวมมากที่สุด เท่ากับ 3.31(6.99-3.68) ในขณะที่การฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กงทุกวันในสัปดาห์ ร่วมกับการใช้น้ำมันหอมระเหย วันละ 1 ครั้ง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าลดลงน้อยกว่าคือ ระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ลดลงโดยรวมเท่ากับ 2.69(6.63-3.94) แต่เมื่อเปรียบเทียบระหว่างการฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กงทุกวันในสัปดาห์ ร่วมกับการใช้น้ำมันหอมระเหย วันละ 1 ครั้ง การฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กงมากกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ร่วมกับการใช้น้ำมันหอมระเหย วันละ 1 ครั้ง และการฝึกบริหารกายจิตแบบซึ่กง 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ร่วมกับการใช้น้ำมันหอมระเหย วันละ 1 ครั้ง พบว่ามีค่าเฉลี่ยคะแนนความเหนื่อยล้าลดลงโดยรวมเท่ากับ 2.69(6.63-3.94), 2.23(6.23-4.00) และ 1.94(5.69-3.75) ตามลำดับ