

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบสำรวจ (survey research) มีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้การผิดปกติ ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน และพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของหญิงวัยหลังหมดระดูในจังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 398 ราย สุ่มโดยใช้วิธีการคัดเลือกแบบหลายขั้นตอน (multistage random sampling) จากการสุ่มจับฉลากเลือกอำเภอและนำมาจับฉลากเลือกตำบลและหมู่บ้าน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล การรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน การสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ซึ่งผ่านการหาคุณภาพของแบบสัมภาษณ์ในส่วนของความตรง โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านเป็นผู้ตรวจสอบ จากนั้นนำมาปรับปรุง และแก้ไขและนำไปทดลองสัมภาษณ์กับหญิงวัยหลังหมดระดูที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย ในส่วนแบบสัมภาษณ์การรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน และความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน พิจารณาความเที่ยงโดยใช้การสอบถามความเข้าใจและความชัดเจนของภาษา หาค่าอำนาจจำแนก และหาความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์การสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมการเผชิญความเครียดได้ค่าความเที่ยงในระดับสูง เท่ากับ .84 ($\alpha = .84$) และ .86 ($\alpha = .86$) ตามลำดับ การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ด้วยตนเอง และผู้ช่วยเก็บข้อมูลจำนวน 2 ท่าน ใช้เวลาในการเก็บทั้งสิ้น 60 วัน นับตั้งแต่วันที่ 1 กันยายน -30 ตุลาคม 2545 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ (SPSS window 10) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติสหสัมพันธ์ลำดับของสเปียร์แมน (Spearman's rank correlation) ซึ่งได้ผลการวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของหญิงวัยหลังหมดระดูที่ทำการศึกษามีดังนี้

1.1 หญิงวัยหลังหมดระดูที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 398 ราย อายุระหว่าง 50-54 ปี พบมากที่สุด มีการศึกษาระดับประถมศึกษามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.3 และมีสถานภาพสมรส คู่ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83.20

1.2 มีรายได้ในช่วง น้อยกว่า 3,000 บาท/เดือน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.54

1.3 ระยะเวลาที่หมดระดู พบมากที่สุดระหว่าง 12-36 เดือน $\bar{X}=21.24$ เดือน ($SD=10.92$ เดือน)

2. การรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมากที่สุดคือ อาการหงุดหงิด จำนวน 380 ราย คิดเป็นร้อยละ 95.5 รองลงมาคือ อาการบัสสาวะบ่อย จำนวน 365 ราย คิดเป็นร้อยละ 92.20

3. การสนับสนุนทางสังคม หญิงวัยหลังหมดระดูได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้าน โดยรวมพบอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=1.66$ $SD=0.71$) ในด้านอารมณ์ หญิงวัยหลังหมดระดูได้รับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง $\bar{X}=1.84$ ($SD=0.60$) ด้านข้อมูลข่าวสาร หญิงวัยหลังหมดระดูได้รับการสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับน้อย $\bar{X}=1.38$ ($SD=0.80$) ด้าน ทรัพยากรหญิงวัยหลังหมดระดูได้รับการสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับปานกลาง $\bar{X}=1.68$ ($SD=0.71$) และด้านการประเมินเปรียบเทียบ หญิงวัยหลังหมดระดูได้รับการสนับสนุนทางสังคม อยู่ใน ระดับปานกลาง $\bar{X}=1.81$ ($SD=0.75$)

4. ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน หญิงวัยหลังหมดระดูมี ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนในระดับไม่มีความเครียด $\bar{X}=0.26$ ($SD=0.46$)

5. คะแนนสัมพัทธ์พฤติกรรมการเผชิญความเครียดพบว่าด้านเผชิญปัญหาใช้ ในระดับน้อย ($\bar{X}=0.46$ $SD=0.10$) ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ใช้ในระดับน้อย ($\bar{X}=0.18$ $SD=0.07$) ด้านบรรเทาความเครียดใช้ในระดับน้อย $\bar{X}=0.36$ ($SD=0.08$)

6. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ระดับการศึกษา รายได้ ระยะเวลาที่หมด ระดู การสนับสนุนทางสังคม กับ การรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน และพฤติกรรมการเผชิญ ความเครียด ผลเป็นดังนี้

6.1 ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับระยะเวลาที่หมดระดูมีความสัมพันธ์ทางลบ กับลำดับการรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

($r_s = -.363$, $p < .05$; $r_s = -.199$, $p < .05$; $r_s = -.099$, $p < .05$) เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

6.2 ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับลำดับการรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = .090$, $p = .072$) ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

7. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษา รายได้ ระยะเวลาที่หมดระดู การสนับสนุนทางสังคม กับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ผลเป็นดังนี้

7.1 ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.385$, $p < .05$; $r_s = -.278$, $p < .05$; $r_s = -.109$, $p = .030$) เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

7.2 ลำดับระยะเวลาที่หมดระดูมีความสัมพันธ์กับลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = -.019$, $p = .709$) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

8. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษา รายได้ ระยะเวลาที่หมดระดู การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านการบรรเทาความเครียด ผลเป็นดังนี้

8.1 ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู ลำดับการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = .373$, $p < .05$; $r_s = .436$, $p < .05$; $r_s = .215$, $p < .05$; $r_s = .142$, $p = .019$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

8.2 ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแสดงออกทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.221$, $p < .05$; $r_s = -.374$, $p < .05$; $r_s = -.130$, $p = .033$; $r_s = -.303$, $p < .05$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

8.3 ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านบรรเทาความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r_s = -.289$, $p < .05$; $r_s = -.233$, $p < .05$; $r_s = -.128$, $p = .035$) เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

8.4 ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ($r_s = .142, p = .019$) ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

9. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลำดับการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน กับลำดับความเครียดจากการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน พบว่าลำดับการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนโดยรวม ($r_s = .547, p < .05$) มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

10. ผลการศึกษาระหว่างลำดับความเครียดจากการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน กับลำดับการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ พบว่า

10.1 ลำดับความเครียดจากการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ($r_s = -.183, p = .002$)

10.2 ลำดับความเครียดจากการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแสดงออกทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ($r_s = .306, p < .001$)

10.3 ลำดับความเครียดจากการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมีความสัมพันธ์กันทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านบรรเทาความเครียดอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ($r_s = -.098, p = .109$)

การอภิปรายผล

จากการศึกษาและการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถนำมาใช้อภิปรายผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. หญิงวัยหลังหมดระดูมีการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนทุกราย มีความเครียดในระดับน้อยถึงไม่มีความเครียดจากการผิดปกติที่เกิดขึ้นอาจเนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูอยู่ในสังคม ชนบทที่มีชีวิตความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย มีชีวิตประจำวันแบบไม่เร่งรีบมี

ความเพียงพอของรายได้ทำให้ไม่เครียดในชีวิตประจำวัน (จากการสำรวจความจำเป็นขั้นพื้นฐานของครัวเรือนปี 2546) และจากการศึกษาพบว่าหญิงวัยหลังหมดระดูมีสถานะสมรสคู่ ร้อยละ 83.20 ซึ่งจะได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวได้รับกำลังใจทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีการรับรู้อาการผิดปกติและความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนในระดับน้อย

2. การสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากหญิงวัยหลังหมดระดูยังอยู่ในภาวะที่สามารถพึ่งพาตนเองได้มีอาชีพเลี้ยงตนเอง และครอบครัวการรับรู้ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจึงมีในระดับปานกลาง (Sepulveda & Chang, 1994) อธิบายรายละเอียดของการสนับสนุนทางสังคมในแต่ละด้านได้ดังนี้ การสนับสนุนด้านอารมณ์ พบว่าได้รับการสนับสนุนในระดับปานกลาง ข้อที่กลุ่มตัวอย่างรับรู้ได้รับการสนับสนุนด้านอารมณ์มากที่สุดคือ หากเจ็บป่วย ๗ เล็กน้อย ๗ มั่นใจว่าจะได้รับการช่วยเหลือ เนื่องจากสังคมไทยในชนบทจะอาศัยอยู่รวมกันเป็นเครือญาติจึงทำให้ไม่รู้สึกถูกทอดทิ้ง และมีผู้ดูแลช่วยเหลืออย่างใกล้ชิดเมื่อเจ็บป่วย ซึ่งจากการศึกษาของ สายนาท พลไชโย (2543) พบว่าบุคคลที่ใกล้ชิดสนิทสนมผูกพันมีภารกิจพึ่งพาซึ่งกันและกัน จะเป็นการสนับสนุนด้านอารมณ์ที่มีผลโดยตรงต่อจิตใจ

2.1 การสนับสนุนด้านข่าวสาร พบว่าได้รับการสนับสนุนในระดับปานกลาง ข้อที่ได้รับการสนับสนุนด้านข่าวสารมากที่สุดคือได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง และการดูแลป้องกัน การเกิดความเสี่ยงเนื่องจากมีกลุ่มหญิงวัยหลังหมดระดูที่มีอาการผิดปกติเหมือนกันจำนวนมากมีการติดต่อสื่อสารกันดี ได้พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของชุมชนชนบท

2.2 การสนับสนุนด้านทรัพยากร พบว่าได้รับการสนับสนุนในระดับปานกลาง ข้อที่กลุ่มตัวอย่างได้รับการสนับสนุนด้านทรัพยากรมากที่สุด คือได้รับความสะดวกสบายเมื่ออยู่ที่บ้าน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนมากอาศัยอยู่กับครอบครัวทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีความสุขที่ได้อยู่บ้านตนเอง และในสังคมไทยนั้นผู้เป็นบิดา มารดา ปู่ ย่า จะได้รับการดูแลเอาใจใส่ ได้รับการไต่ถาม รวมถึงการดูแลความสะดวกสบายต่าง ๆ รวมถึงการจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านตามฐานะความเป็นอยู่ของแต่ละบุคคล

2.3 การสนับสนุนด้านการประเมินเปรียบเทียบ พบว่าได้รับการสนับสนุนในระดับปานกลาง ข้อที่กลุ่มตัวอย่างได้รับการสนับสนุนด้านการประเมินเปรียบเทียบมากที่สุดคือ เมื่อมีกิจกรรมสังคมที่เหมาะสมหญิงวัยหลังหมดระดูได้รับเชิญให้ไปร่วมงาน เช่น งานเลี้ยง งานบุญ เนื่องจากหญิงวัยหลังหมดระดูยังเป็นกำลังสำคัญของครอบครัวในการหารายได้ และเป็นบุคคลที่มี

ความสำคัญของครอบครัว และชุมชน ประกอบกับมีความสะดวกสบายในการเดินทางไปชุมชนต่าง ๆ ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น จึงทำให้มีความสามารถเข้าร่วมงานในสังคมได้

3. พฤติกรรมการเผชิญความเครียดของหญิงวัยหลังหมดระดู จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดทุกด้าน คือ ด้านเผชิญปัญหา ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด หญิงวัยหลังหมดระดูมีการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดทั้ง 3 ด้าน ในระดับน้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดในทุก ๆ ด้านในระดับปานกลาง (สุภาพ อารีเชื้อ, 2540; ไสว นรสาร, 2540; Jalowiec & Powers, 1981) และการสนับสนุนแนวคิดของการเผชิญความเครียดในทฤษฎีของลาซารัสที่ว่าในสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นความเครียด บุคคลจะใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดทั้งด้านเผชิญปัญหา และด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ผลสมานกันแต่จะใช้ด้านใดมากขึ้นขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่เผชิญ และบริบทของแต่ละบุคคล

4. สัดส่วนการใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดรายด้าน พบว่ากลุ่มตัวอย่างใช้การเผชิญความเครียดด้านเผชิญปัญหามากที่สุด รองลงมาคือ ด้านบรรเทาความเครียด และด้านการแสดงออกทางอารมณ์ เมื่อพิจารณาการเผชิญความเครียดรายข้อที่กลุ่มตัวอย่างใช้มากที่สุดคือวิธีการบอกตนเองว่าไม่ต้องกังวล เพราะทุกสิ่งอาจจะดีขึ้นเอง เข้านอนและหวังว่าทุกสิ่งจะดีขึ้นในวันพรุ่งนี้และพยายามยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นตามลำดับเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงวัยหลังหมดระดูที่มีความเครียดจากอาการผิดปกติน้อยมากจนถึงไม่มีความเครียดเมื่อมีความเครียดน้อยมากทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีแนวโน้มใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านบรรเทาความเครียดได้ (Lazarus, 1975) สำหรับการเผชิญความเครียดที่กลุ่มตัวอย่างใช้น้อยที่สุดคือคิดเพื่อฝันในสิ่งต่าง ๆ คำว่า ลาภ ทิพ สาขาน ตั๋วหนีผู้อื่นที่ทำให้เกิดปัญหา และหนีจากปัญหาหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงวัยหลังหมดระดูที่เป็นวัยผู้ใหญ่มีอารมณ์ที่มั่นคงมีเหตุผลจึงใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแสดงออกทางอารมณ์ และด้านบรรเทาความเครียดในข้อดังกล่าวในระดับน้อย

5. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลำดับระดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู ลำดับการสนับสนุนทางสังคม กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด ดังนี้

5.1 ลำดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้าน

ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด หมายความว่าลำดับการศึกษาสูงหรือต่ำ จะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามากหรือน้อยในทิศทางเดียวกัน และลำดับการศึกษาสูงหรือต่ำจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียดน้อยหรือมากในทิศทางตรงกันข้าม เนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูที่มีความรู้สูงจะมีความสามารถในการพิจารณาสิ่งทำให้เกิดความทุกข์ต่อตนเองได้อย่างถูกต้อง และสามารถเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดได้อย่างถูกต้อง (Lazarus & Folkman, 1984) ดังนั้นจึงทำให้หญิงที่มีความรู้สูง จะใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามาก และใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียดน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของ อูมาพร รักษาทรัพย์ (2537) พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบ กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียด ดังนั้นผลการศึกษาจึงพบว่าลำดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแสดงออกทางอารมณ์ และด้านบรรเทาความเครียด

5.2 ลำดับรายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด หมายความว่าลำดับรายได้สูงหรือต่ำจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามากหรือน้อยในทิศทางเดียวกัน และลำดับรายได้สูงหรือต่ำจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และด้านบรรเทาความเครียดน้อยหรือมากในทิศทางตรงกันข้าม เนื่องจากทรัพย์สินเงินทองเป็นแหล่งประโยชน์ที่ช่วยอำนวยความสะดวกทำให้ไม่เกิดความเครียดในชีวิตประจำวันจึงส่งผลในการเลือกใช้วิธีการเผชิญความเครียด (ทิพมาส ชินวงศ์, 2541) ลำดับรายได้นั้นเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ดังนั้นเมื่อหญิงวัยหลังหมดระดูมีรายได้สูงจะเลือกใช้วิธีการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามากและใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียดน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของพรณี อุ่นประดับ (2539) พบว่ารายได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญ

ความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด ดังนั้นจากผลการศึกษาจึงพบว่าลำดับรายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด

5.3 ลำดับระยะเวลาที่หมดระดูมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด หมายความว่าลำดับระยะเวลาที่หมดระดูมากหรือน้อยจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามากหรือน้อยในทิศทางเดียวกัน และลำดับระยะเวลาที่หมดระดูมากหรือน้อยจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียดน้อยหรือมากในทิศทางตรงกันข้าม เนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูที่มีระยะเวลาที่หมดระดูนานจะสามารถเรียนรู้วิธีการเผชิญความเครียดได้อย่างถูกต้องสามารถปรับตัว และแก้ปัญหาได้ถูกต้องเมื่อมีอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนเกิดขึ้น (Ray & Gibson , 1982) ดังนั้นจึงทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูที่มีระยะเวลาที่หมดระดูนานเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามาก และใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียดน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของ ปัทมา คุปตจิต (2533) พบว่าระยะเวลาที่หมดระดูมีความสัมพันธ์กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบ กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด ดังนั้นจากผลศึกษาจึงพบว่าลำดับระยะเวลาที่หมดระดูมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ และด้านบรรเทาความเครียด

5.4 ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบ กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ หมายความว่าลำดับการสนับสนุนทางสังคมมากหรือน้อยจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามากหรือน้อยในทิศทางเดียวกัน และลำดับการสนับสนุนทางสังคมของหญิงวัยหลังหมดระดูมากหรือน้อยจะทำให้เลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทาง

อารมณ์ น้อยหรือมากในทิศทางตรงกันข้าม เนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากมายถึงจะได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์และถูกต้องมาก และได้รับกำลังใจมาก ทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีความเข้าใจต่อความเครียดที่เกิดขึ้นส่งผลให้มีความเครียดลดลง ดังนั้นจึงใช้พฤติกรรมและการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหามากขึ้น และใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์น้อยลง สอดคล้องกับการศึกษาของ สายนาท พลไชโย (2543) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบ กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ดังนั้นจากผลการศึกษาดังกล่าวจึงพบว่า ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบ กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์

5.5 ลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียด หมายความว่าเมื่อหญิงวัยหลังหมดระดูได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากหรือน้อย จะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียดมากหรือน้อยในทิศทางเดียวกัน เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมที่หญิงวัยหลังหมดระดูได้รับนั้นจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีกำลังใจมีทางเลือกในการตัดสินใจก็ตาม แต่หญิงวัยหลังหมดระดูยังคงต้องพบกับสถานการณ์อื่น ๆ ที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ ความเครียดต่าง ๆ จึงมีป้องกันทางจิตด้วยการเปลี่ยนการรับรู้ต่อปัญหาเป็นยอมรับปัญหา เช่น ยอมรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น หวังว่าปัญหาหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียดที่หญิงวัยหลังหมดระดูใช้มาก ดังนั้นจากผลการศึกษาดังกล่าวจึงพบว่าลำดับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียด

6. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างลำดับการศึกษา ลำดับรายได้ ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู ลำดับการสนับสนุนทางสังคม กับลำดับการรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน

6.1 ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับการรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนหมายความว่าลำดับการศึกษา ลำดับรายได้สูง หรือต่ำจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีการรับรู้อาการผิดปกติ

จากภาวะพร่องฮอร์โมนน้อย หรือมากในทิศทางตรงกันข้าม เนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูที่มีการศึกษาสูงจะสามารถเข้าใจ และรับรู้ต่ออาการผิดปกติที่เกิดขึ้นจากภาวะพร่องฮอร์โมนได้ถูกต้อง ส่งผลให้ความเครียดลดลง และเมื่อมีรายได้สูงจะส่งผลให้ความเครียดในการดำเนินชีวิตน้อยลงทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนได้น้อยลงทำให้มีความเครียดลดลง (กระทรวงสาธารณสุข, 2539) ดังนั้นหญิงวัยหลังหมดระดูที่มีการศึกษาสูง รายได้สูงจะรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนน้อยลง และมีความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนน้อยลงด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของลินดา (Linda, 1994) พบว่าระดับการศึกษา และรายได้ มีความสัมพันธ์ทางลบกับการรับรู้การที่เกิดขึ้น และความเครียดในผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก ดังนั้นผลการศึกษาก็พบว่า ลำดับการศึกษา ลำดับรายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน

6.2 ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน หมายความว่าระยะเวลาที่หมดระดูนาน หรือเริ่มหมดระดูจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูมีการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนน้อย หรือมากในทิศทางตรงกันข้าม เนื่องจากหญิงวัยหลังหมดระดูที่มีระยะเวลาหมดระดูนานมีการเปลี่ยนแปลงสภาพจิตใจ ทำให้มีการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนลดลง (Bell, 1977) ดังนั้นผลการศึกษาก็พบว่า ลำดับระยะเวลาที่หมดระดู มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับการรับรู้การผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน

6.3 ระยะเวลาที่หมดระดู มีความสัมพันธ์กับลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจาก ความเครียดที่พบในวัยหลังหมดระดูมีระดับน้อยถึงไม่มีความเครียดทำให้ไม่รู้สึกรบกวนต่อการดำเนินชีวิต ฉะนั้นไม่ว่าระยะเวลาที่หมดระดูไม่ว่าจะนานหรือเริ่มหมดระดูจึงไม่มีผลต่อความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน สอดคล้องกับการศึกษาของ สายนาท พลไชโย (2543) พบว่าระยะเวลาที่หมดระดูมีความสัมพันธ์กับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นผลการศึกษาก็พบว่า ระยะเวลาที่หมดระดู มีความสัมพันธ์กับลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

8.1 ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแสดงออกทางอารมณ์ หมายความว่า ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมากหรือน้อยจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหาน้อยหรือมากในทิศทางตรงกันข้าม และความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนมากหรือน้อยจะทำให้หญิงวัยหลังหมดระดูเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด มากหรือน้อยในทิศทางเดียวกัน เนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูที่มีความเครียดจากอาการผิดปกติมากหรือรุนแรง จะทำให้ใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านเผชิญปัญหาน้อยลง และใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์มากขึ้น (Lazarus & Folkman, 1984) สอดคล้องกับการศึกษาของ สุมณฑา กบิลพัตร (2541) พบว่าระดับความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ด้านบรรเทาความเครียด ดังนั้นผลการศึกษาค้นพบว่า ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน มีความสัมพันธ์ทางลบกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญปัญหา และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการแสดงออกทางอารมณ์

8.2 ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน กับลำดับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียดมีความสัมพันธ์กันอย่างไม่เป็นนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่าไม่ว่าลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมนของหญิงวัยหลังหมดระดูจะมีระดับความเครียดมากน้อยเพียงใดจะไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านบรรเทาความเครียด เนื่องจาก หญิงวัยหลังหมดระดูนับถือศาสนาพุทธ ซึ่งจะทำให้มีอุเบกขา คือการวางเฉย สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองหรือหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง(วิเชียรรักการ, 2529) และข้อจำกัดของแต่ละบุคคลในการเผชิญความเครียดนั้นแตกต่างกันไปตามบุคลิกภาพ และวิธีที่เคยใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดมากขึ้นจะนั้นจึงทำให้ความเครียดที่เกิดจากภาวะพร่องฮอร์โมนจึงไม่มีผลต่อการเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของ นวรัตน์ ด้วงชะคุ้ม (2542) พบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านบรรเทาความเครียด อย่างไม่เป็นนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นผลการศึกษาค้นพบว่า ลำดับความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน มีความ

สนับสนุนให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการดูแลหญิงวัยหลังหมดระดู เช่น การเข้าร่วมคลินิกวัยทอง เพื่อรับทราบอาการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเพื่อให้เกิดความเข้าใจ และการดูแลช่วยเหลือที่ถูกต้องเหมาะสม พยาบาลชุมชนควรจัดให้มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในกลุ่มชนโดยการจัดกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่าง ๆ ระบายความรู้สึก และความเครียด ช่วยเหลือให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นการช่วยเหลือให้หญิงวัยหลังหมดระดูได้เรียนรู้ปัญหาที่เกิดขึ้น รวมทั้งการให้แหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ เพื่อเพิ่มขีดในการแก้ปัญหา

ด้านการวิจัย

1. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อหารูปแบบ หรือโครงสร้างของพฤติกรรมและการเผชิญความเครียดในกลุ่มหญิงวัยหลังหมดระดูในชนบท ในลักษณะสังคม และวัฒนธรรมไทย
2. ควรศึกษาปัจจัยอื่น ได้แก่ อายุ น้ำหนัก ค่าBMI และการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การรับประทานอาหาร การดื่มเหล้า การสูบบุหรี่ การออกกำลังกาย ที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน และพฤติกรรมในการเผชิญความเครียดในหญิงวัยหลังหมดระดู
3. ควรศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้อาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน ความเครียดจากอาการผิดปกติจากภาวะพร่องฮอร์โมน และพฤติกรรมในการเผชิญความเครียดในหญิงวัยก่อนหมดระดู และใกล้หมดระดูในชุมชนชนบทและชุมชนในเมือง