

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม และปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม โดยศึกษาในผู้สูงอายุที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาล ปทุมธานี จำนวน 160 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์ประกอบด้วย 6 ส่วน คือ ข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความรุนแรงของอาการปวดของ ดาวนี่ และคณะ (Downie et al., 1978) แบบวัดความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ประเมินโดยดัชนีบาร์เทล (Modified Barthel's ADL Index) ที่แปลโดย สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล (2537) แบบวัดภาวะซึมเศร้าโดยเครื่องมือ The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) ซึ่งแปลเป็นภาษาไทย โดย ชวรัชย์ วรพงษ์ และคณะ (2533) แบบสัมภาษณ์การสนับสนุนทางสังคมของ แบรินท์ และ ไวเนิร์ท ที่แปลและดัดแปลงเป็นภาษาไทยโดย วลิตถา คุณทรงเกียรติ (2542) และแบบสัมภาษณ์การปรับตัว ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยกรอบแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวของรอย

ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ผล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิเคราะห์สถิติทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for Windows Version 10) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสหสัมพันธ์ และสมการถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression) ผลการวิเคราะห์สรุปได้ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 80) มีอายุระหว่าง 60-75 ปี (ร้อยละ 95) มีสถานภาพสมรสคู่ (ร้อยละ 68.1) และได้รับการศึกษา 1-4 ปีมากที่สุด (ร้อยละ 59.4) ส่วนใหญ่ไม่มีรายได้ของตนเอง (ร้อยละ 65.6) และรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน อยู่ในช่วง 5,000-10,000 บาท (ร้อยละ 33.1) โดยมีความเพียงพอของรายได้ (ร้อยละ 78.8) อาชีพส่วนใหญ่คืองานบ้าน (ร้อยละ 89.4) อาศัยอยู่กับคู่สมรสมากที่สุด (ร้อยละ 68.1) มีระยะเวลาของการเจ็บป่วยต่ำกว่า 1 ปี (ร้อยละ 55.0) ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีโรคประจำตัว (ร้อยละ 73.8)

2. กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีระดับความรุนแรงของอาการปวดในระดับปานกลาง (ร้อยละ 60.6) ต้องพึ่งพาผู้อื่นในระดับต่ำ (ร้อยละ 100) ส่วนใหญ่ไม่มีภาวะซึมเศร้า (ร้อยละ 79.2) โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 65.0) และพบว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม

มีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.83, SD = 0.37$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีการปรับตัวทุกด้าน อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ การปรับตัวด้านร่างกาย ($\bar{X} = 2.93, SD = .24$)

3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทำนายกับการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .376, r = .225, r = .224$ ตามลำดับ $p < .05$) ระดับความรุนแรงของอาการปวดและภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.238, r = -.297, p < .05$) ตามลำดับ ส่วนระยะเวลาการเจ็บป่วย ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เพศ สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .14, r = .10, r = .11, r = .14$ ตามลำดับ $p < .05$)

4. การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยสหสัมพันธ์แบบเชิงชั้น พบว่าตัวแปรทั้งหมดที่นำมาเข้าวิเคราะห์สามารถร่วมทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้ โดยการสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรที่มีน้ำหนักในการทำนายการปรับตัวได้มากที่สุด ($Beta = .324$) รองลงมาได้แก่ความรุนแรงของอาการปวด ($Beta = -.173$) ระดับการศึกษา ($Beta = .156$) ตามลำดับ ซึ่งสามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้ร้อยละ 26.9 ($r^2 = .269$) และสามารถเขียนสมการถดถอยมาตรฐานในการทำนายดังนี้

$$\begin{aligned} \text{การปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม} = & .324 (\text{การสนับสนุนทางสังคม}) - .173 \\ & (\text{ความรุนแรงของอาการปวด}) + .156 \\ & (\text{ระดับการศึกษา}) \end{aligned}$$

อภิปรายผล

ผลการศึกษาปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม สามารถนำมาอภิปรายได้ดังนี้

1. จากการวิเคราะห์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรทำนาย ได้แก่ ระดับความรุนแรงของอาการปวด ระยะเวลาการเจ็บป่วย ภาวะซึมเศร้า ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เพศ สถานภาพสมรส รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษา การสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม พบว่า ตัวแปรที่นำมาเข้าสมการถดถอย สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้ ร้อยละ 26.9 โดยการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว และมีน้ำหนักในการทำนายมากที่สุด ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

แสดงว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูงส่งผลให้มีการปรับตัวที่ดีหรือเหมาะสม ทั้งนี้ อภิปรายได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต จัดเป็นสิ่งเร้าร่วมที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว โดยเป็นแหล่งประโยชน์ที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการปรับตัวที่ถูกต้องเหมาะสม (Andrews & Roy, 1991, p. 17) การที่ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะเป็นแรงเสริมและกระตุ้นให้มีความสามารถและแก้ไขปัญหาหรือเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เลือกทางที่เหมาะสม ทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัยในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น (Wortman, 1984, p. 2534; Cobb, 1976, p. 302) สอดคล้องกับการศึกษาของ ไดมอนด์ (Diamond, 1979, pp. 101-108) พบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวในด้านขวัญและกำลังใจของผู้ป่วย และการศึกษาของ สมจิตต์ สีนุชชัย (2532) ที่พบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของผู้ป่วยข้ออักเสบรูมาตอยด์อย่างมีนัยสำคัญ รวมทั้งงานวิจัยของ สายธรรม วงศ์สถิตวิไลรุ่ง (2540) ที่พบว่าการสนับสนุนทางสังคมสามารถทำนายถึงการปรับตัวของผู้ดูแลผู้สูงอายุได้

นอกจากนี้การปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ยังขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการปวด โดยมีผลโดยตรงทางลบ สามารถทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 5 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีความรุนแรงของอาการปวดมากจะมีการปรับตัวต่ำกว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีความรุนแรงของอาการปวดน้อย ทั้งนี้อธิบายได้ว่า ความรุนแรงของอาการปวด จัดเป็นสิ่งเร้าตรงตามทฤษฎีของรอย เมื่อผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีอาการปวดจะทำให้มีการลดการเคลื่อนไหว เคลื่อนไหวลำบาก ขาดความคล่องตัว ความสามารถในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ลดลง มีผลทำให้ต้องประสบปัญหาในการดำเนินชีวิตอย่างมาก (Whitcawm, 1989, p. 36) สอดคล้องกับการศึกษาของ มูเลนแคมป์ และจอยเนอร์ (Muhlenkamp & Joyner, 1986) ที่พบว่าความรุนแรงของอาการปวดเพิ่มมากขึ้น จะเกิดความรู้สึกลดลงด้านต่าง ๆ เช่น สุขภาพลักษณ์ การเคลื่อนไหว บทบาททางสังคม และเสียค่าใช้จ่ายในการรักษา

สำหรับระดับการศึกษานั้นพบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวก และสามารถร่วมทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้ร้อยละ 5 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีการปรับตัวดีกว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมที่มีระดับการศึกษาต่ำ ทั้งนี้เนื่องจากระดับการศึกษาจัดเป็นสิ่งเร้าร่วม ตามทฤษฎีของรอย จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลมีสติปัญญา ทำให้รู้และมีเหตุผล โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเผชิญความเจ็บป่วย เพราะระดับการศึกษาของบุคคล เป็นสถานภาพที่แสดงให้เห็นความสามารถของบุคคล เป็นการสะสมประสบการณ์และความรู้ จากการอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่วัยเด็กจนถึงชรา โจโลวิตซ์ และเพาเวอร์ (Jolowicz & Power, 1981, pp. 10-15) กล่าวว่าผู้ที่ได้รับการศึกษาน้อยจะมีปัญหาในการทำ ความเข้าใจเกี่ยวกับ

สาเหตุของการเกิดโรค วิธีการรักษาและการปฏิบัติตน ซึ่งผู้ที่มีการศึกษามากจะรับรู้และทำความเข้าใจในสิ่งที่ได้เรียนรู่มากกว่า ตลอดจนเข้าใจเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างถูกต้อง ดังการศึกษาของ สมจิตต์ สินธุชัย (2532) ที่พบว่าระดับการศึกษาเป็นปัจจัยหนึ่งในการทำนายการปรับตัวของผู้ป่วย กลุ่มโรคมะเร็งเต้านม และสอดคล้องกับการศึกษาของ ถาวาลย์ อุ้นประเสริฐพงศ์ (2539) ที่พบว่าระดับการศึกษามี อิทธิพลทางบวกต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ภายใต้ทฤษฎีของรอย

แต่อย่างไรก็ตามการวิจัยครั้งนี้ พบว่าตัวแปรที่นำมาศึกษาทั้งหมดสามารถอธิบายความผันแปรของการปรับตัวได้ ร้อยละ 26.9 ส่วนที่เหลือ ร้อยละ 73.1 ยังไม่สามารถอธิบายได้ อาจเป็นผลจากปัจจัยอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ซึ่งผู้วิจัยไม่ได้นำมาศึกษา

2. จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์รายคู่ของปัจจัยที่เป็นตัวทำนายกับการปรับตัว พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวเป็นรายคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่สามารถเข้าร่วมสมการทำนายได้แก่ ภาวะซึมเศร้า รายได้ของครอบครัว สำหรับภาวะซึมเศร้านั้น พบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ เมื่อนำเข้าร่วมทำนายกับตัวแปรอื่นที่เป็นสิ่งเร้าร่วม พบว่าภาวะซึมเศร้าไม่มีน้ำหนักในการทำนาย ทั้งนี้อธิบายได้ว่า อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษาส่วนใหญ่ไม่มีภาวะซึมเศร้า (ร้อยละ 79.2) รวมทั้งการที่ภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในระดับต่ำ ในขณะที่เดียวกับที่ภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กับการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าความสัมพันธ์กับการปรับตัว ดังนั้นเมื่อการสนับสนุนทางสังคมถูกเลือกเป็นตัวแปรทำนายการปรับตัวของการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแล้ว ภาวะซึมเศร้าจึงไม่ถูกเลือกเข้าสมการอีก ส่วนการที่ภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว อธิบายได้ว่า ภาวะซึมเศร้าจัดว่าเป็นสิ่งเร้าตรงที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ซึ่งเป็นผลกระทบทางจิตใจจากการเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ทำให้ผู้สูงอายุขาดความมั่นใจในตนเอง อาจทำให้เกิดพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป เช่น เก็บตัว ไม่กล้าแสดงตน แยกตัวออกจากสังคม เป็นต้น ความรู้สึกซึมเศร้า เป็นอาการทางจิตที่พบได้ถึงร้อยละ 46 ในผู้ป่วยโรคข้อเข่าอักเสบ (Anderson, 1985, p. 373) ดังที่ เกเนดี (Kennedy, 1995) พบว่า ภาวะซึมเศร้าเป็นอาการทางจิตใจที่มีความสัมพันธ์กับความเจ็บป่วยทางร่างกาย โดยที่ภาวะซึมเศร้าเป็นความไม่สบายทางจิตใจ แสดงออกมาทางอารมณ์ แยกตัวออกจากสังคม รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ทำให้รู้สึกท้อแท้ จนทำให้มีความรับรู้ถึงความเครียด ซึ่งมีผลกระทบต่อการปรับตัว (Andrews & Roy, 1991) สอดคล้องกับการวิจัยของ ไพรา ยังประดับ (2541) พบว่าภาวะซึมเศร้ามีอิทธิพลต่อการฟื้นฟูของผู้ป่วยอัมพฤกษ์ครึ่งซีก

รายได้ของครอบครัวนั้น พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม แต่ไม่สามารถเข้าร่วมสมการได้ทำนาย ทั้งนี้อธิบายได้ว่ารายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในระดับต่ำ ในขณะที่เดียวกับที่รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับระดับ

การศึกษามากกว่าความสัมพันธ์กับการปรับตัว ดังนั้นเมื่อระดับการศึกษาถูกเลือกเป็นตัวแปร ทำนายนการปรับตัวของการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแล้ว จึงทำให้รายได้ของครอบครัวไม่ถูกเลือกเข้าสมการทำนาย ส่วนการที่รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญ อธิบายได้ว่า รายได้ของครอบครัวจัดว่าเป็นสิ่งเร้าร่วมที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว โดยรายได้นั้นสามารถตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ เช่น การมีที่อยู่อาศัยที่ดี การรักษาพยาบาลที่ถูกต้อง และซื้ออุปกรณ์อำนวยความสะดวก อีกทั้งยังเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ สามารถเลือกซื้ออุปกรณ์ในการช่วยเหลือตนเองได้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีการปรับตัวที่ดี ดังเช่น ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัวของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจของ อัญชลี ฐิตะประ (2536) ที่พบว่ารายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสอดคล้องกับการศึกษาของ พอลล็อก (Pollock, 1986, p. 94) ที่พบว่าฐานะทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านจิตสังคม และสรีรภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังอย่างมีนัยสำคัญ

3. ปัจจัยที่ไม่พบความสัมพันธ์รายคู่และไม่สามารถร่วมทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ได้แก่ ระยะเวลาการเจ็บป่วย ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เพศ สถานภาพสมรส ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องจากลักษณะการกระจายของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาและตัวแปรแทรกซ้อนอื่น ๆ ดังนี้

3.1 ระยะเวลาของการเจ็บป่วย พบว่า ส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาของการเจ็บป่วยต่ำกว่า 12 เดือน (ร้อยละ 55) ซึ่งระยะเวลาการเจ็บป่วยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างได้รับการตรวจรักษาภายในระยะ 1 ปีแรกที่รับรู้ว่าเป็นโรค ทำให้มีโอกาสรับรักษาจากแพทย์อย่างถูกต้อง โดยได้รับแนวทางในการดูแลตนเองและปฏิบัติตนในเรื่องโรคที่คล้ายคลึงกันจึงทำให้มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน รวมทั้งอิทธิพลจากตัวแปรอื่น ได้แก่ ความรุนแรงของอาการปวด ที่พบว่าอยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่ จึงทำให้ระยะเวลาของการเจ็บป่วยมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ฮาร์บี มั่งเกียรติสกุล (2541) ที่พบว่าระยะเวลาที่เจ็บป่วยไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว

3.2 ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน พบว่า กลุ่มตัวอย่างสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ฟังพาคู่ในในระดับต่ำทั้งหมด จะเห็นได้ว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างมีความเป็นเอกพันธ์สูง และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 95) มีอายุระหว่าง 60-74 ปี ซึ่งจัดอยู่ในวัยสูงอายุตอนต้น (Matteson & McConnell, 1988) ที่ยังมีความแข็งแรงของร่างกาย ความเสื่อมถอยของร่างกายตามธรรมชาติเนื่องจากวัยสูงอายุ ยังน้อยกว่าวัยสูงอายุตอนปลาย จากเหตุผลดังกล่าวอาจ

เป็นผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันกับการปรับตัวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

3.3 เพศ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 80 เป็นเพศหญิง มีเพียงร้อยละ 20 ที่เป็นเพศชาย จะเห็นได้ว่าลักษณะของกลุ่มตัวอย่างมีความเป็นเอกพันธ์ค่อนข้างสูง อาจเป็นผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับการปรับตัวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

3.4 สถานภาพสมรส เนื่องจากผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่ มีโอกาสที่จะได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ การปลอบโยน และคำปรึกษาจากคู่สมรส ทำให้รู้สึกมีกำลังใจ รู้สึกว่าตนมีคุณค่า มีความสุข จึงมีความสามารถในการปรับตัว แต่ในขณะเดียวกันผู้ที่มีสถานภาพสมรสโสด ม่าย หย่า หรือแยก ก็ได้รับความรัก กำลังใจ หรือมีบุคคลที่จะดูแล เอาใจใส่ และการช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ จะเห็นได้จากคะแนนการสนับสนุนทางสังคมที่ผู้สูงอายุได้รับซึ่งอยู่ในระดับสูง และความเป็นอยู่ของครอบครัวไทยที่อยู่ร่วมกันอย่างอบอุ่น เป็นระบบเครือญาติ มีความใกล้ชิดสนิทสนม รักใคร่ผูกพันกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้านจึงสามารถช่วยเหลือผู้สูงอายุให้ปรับตัวได้ ดังนั้นผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ โสด ม่าย หย่า หรือแยก จึงมีพฤติกรรมการปรับตัวที่ไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ กุลธิดา พานิชกุล (2536) ที่สถานภาพสมรสไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว

4. การปรับตัว ผลการศึกษา พบว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่าผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีความสามารถในการปรับตัวระดับหนึ่ง ที่เป็นเช่นนี้ อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุตอนต้น ร้อยละ 95 มีอายุระหว่าง 60-74 ปี และยังมีสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน โดยมีการพึ่งพาผู้อื่นอยู่ในระดับต่ำทั้งหมด และอาจเป็นผลจากปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัว ซึ่งได้แก่ ความรุนแรงของอาการปวด การสนับสนุนทางสังคม ระดับการศึกษา โดยพบว่าความรุนแรงของอาการปวดของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง จึงมีผลต่อการปรับตัวไม่มาก อีกทั้งผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนจากสังคมในระดับสูง โดยได้รับการช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ เช่น คำแนะนำ คำปรึกษา ให้กำลังใจ หรือด้านการเงินจากบุคคลในครอบครัว ซึ่งมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมสามารถเผชิญปัญหาและสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม แต่อย่างไรก็ตาม พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 61.3) ซึ่งอาจจะมีข้อจำกัดในการพัฒนาความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพและการปรับตัว ดังนั้นจึงส่งผลให้การปรับตัวโดยรวมของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมอยู่ในระดับปานกลาง

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยพบว่า ระดับความรุนแรงของอาการปวด การสนับสนุนทางสังคม ระดับการศึกษา สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ทางด้านการปฏิบัติการพยาบาล การศึกษา และการวิจัยในครั้งต่อไป

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล ดังต่อไปนี้

1.1 พยาบาลควรนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ประโยชน์ ในการส่งเสริมการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม โดยตระหนักถึงความสำคัญของความรุนแรงของอาการปวด ระดับการศึกษา การสนับสนุนทางสังคม ต่อการปรับตัว ดังนี้

1.1.1 ให้การพยาบาลเพื่อควบคุมกับอาการปวด และสอนผู้ป่วยให้จัดการอาการปวดด้วยตนเอง ได้แก่การบริหารกล้ามเนื้อต้นขา การควบคุมน้ำหนัก การพักผ่อน การประคบ ความร้อนและความเย็น การใช้ยาตามแผนการรักษา

1.1.2 จัดสอนเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่มในกลุ่มผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม โดยเฉพาะผู้ที่มีการศึกษาไม่สูง ในเรื่องความรู้เรื่องโรคโดยจัดทำเป็นโปรแกรมการสอนที่เป็นมาตรฐาน เพื่อให้ครอบคลุมเนื้อหาทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะ อาการ การดำเนินของโรค ภาวะแทรกซ้อน ผู้ป่วยจะได้เข้าใจถึงอาการ สาเหตุที่ทำให้โรครุนแรงหรือเกิดภาวะแทรกซ้อน จะได้หลีกเลี่ยงระมัดระวังตนเองจากสาเหตุเหล่านั้น และจัดทำคู่มือ เอกสาร แผ่นพับ แจกให้ผู้ป่วยไปอ่านทบทวนภายหลังการสอน

1.1.3 ส่งเสริมและสนับสนุนให้ญาติได้มีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วยทั้งที่โรงพยาบาลและที่บ้าน เพื่อสนับสนุนผู้ป่วยในการปรับตัว

1.2 พยาบาลสามารถนำผลการวิจัยไปประเมินหรือทำนายการปรับตัวของผู้ป่วยได้เพื่อช่วยเหลือต่อไป

2. ด้านการศึกษา อาจารย์หรือนักวิชาการที่เกี่ยวข้อง สามารถนำผลการวิจัยมาเป็นตัวอย่างประกอบการสอนทฤษฎีการปรับตัวของรอย และให้นักศึกษานำไปใช้ในการประเมินการปรับตัวของผู้ป่วย รวมทั้งส่งเสริมการปรับตัวของผู้ป่วยโดยลดอาการปวด เพิ่มการสนับสนุนทางสังคม และให้ความรู้กับผู้ป่วยและญาติ

3. ด้านการวิจัย

3.1 เนื่องจากประชากรที่ศึกษาในครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมาตรวจรักษาในโรงพยาบาลทุมธานี ผลการวิจัยจึงมีข้อจำกัดในการอ้างอิงไปยังผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมในพื้นที่อื่น ๆ ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาในผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมในพื้นที่อื่น ๆ

3.2 จากผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรที่เข้าสมการสามารถทำนายการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมได้ร้อยละ 26.9 แสดงว่ายังมีตัวแปรอื่น ๆ ที่ไม่ได้ถูกนำมาศึกษาในครั้งนี้ที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการคัดสรรตัวแปรที่ทำการศึกษาให้ครอบคลุมมากขึ้น

3.3 นักวิจัยสามารถนำผลการวิจัยครั้งนี้ เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการพยาบาลเพื่อส่งเสริมการปรับตัวของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม เช่น ศึกษารูปแบบของโปรแกรมการควบคุมความเจ็บปวด การสนับสนุนทางสังคมและการให้ความรู้ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อมมีการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

4. ด้านการพัฒนาศาสตร์ ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถสนับสนุนทฤษฎีการปรับตัวของรอยได้บางส่วน คือ สิ่งเร้าบางตัวที่เป็นปัจจัยภายในและภายนอกร่างกายที่ส่งผลกระทบต่อระบบของบุคคลมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของบุคคล