

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) ประเภทสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two – Factors Experimental with Repeated Measure on One Factor) เพื่อศึกษาผลของการเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเองต่อความรู้และการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแล กลุ่มตัวอย่าง คือ ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ที่มารับบริการที่คลินิกโรคเบาหวาน ศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา โดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง จำนวน 3 ครั้ง ๆ ละ 1 – 1½ ชั่วโมง ได้รับการประเมินความรู้และการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมได้รับการบริการทางสุขภาพตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ แผนการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเอง แบบสัมภาษณ์ความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแล และแบบสัมภาษณ์การปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแล ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ค่าความยากง่าย ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติ และวิเคราะห์ความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแล โดยใช้วิธีของ กูเดอร์-ริชาร์ดสัน (KR-20) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 และแบบสัมภาษณ์การปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแลใช้วิธีสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .88 จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 11.0 สถิติที่ใช้ คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measure Analysis of Variance: One between – Subjects Variance and One within - Subjects Variance) โดยใช้โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยภาษา QBASIC ของ รศ. ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม (อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและวัดการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ ดังนี้

1. ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน ส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุ 20-39 ปี และ 40-59 ปี คิดเป็นร้อยละ 50 เท่ากัน เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 80 และ 20 ตามลำดับ สำหรับความสัมพันธ์กับผู้ป่วยนั้นส่วนใหญ่เป็นบุตรหรือหลานคิดเป็นร้อยละ 80 มีสถานภาพสมรสโสดคิดเป็นร้อยละ 70 มีสถานภาพเป็นสมาชิกของครอบครัวคิดเป็นร้อยละ 80 จำนวนสมาชิกในครอบครัวประมาณ 1-5 คน คิดเป็นร้อยละ 70 การศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา และระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 30 เท่ากัน แหล่งรายได้ส่วนใหญ่มาจากการประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 70 มีความเพียงพอของรายได้ คิดเป็นร้อยละ 90 ทั้งหมดมีญาติเป็นผู้ช่วยดูแล มีจำนวนผู้สูงอายุในครอบครัว จำนวน 1 และ 2 คน คิดเป็นร้อยละ 50 เท่ากัน และส่วนใหญ่มีระยะเวลาในการดูแลผู้ป่วย อยู่ในช่วง 1-5 ปี คิดเป็นร้อยละ 60

ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน ส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุ 20-39 ปี คิดเป็นร้อยละ 50 เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 70 และ 30 ตามลำดับ สำหรับความสัมพันธ์กับผู้ป่วยนั้นส่วนใหญ่เป็นบุตรหรือหลานคิดเป็นร้อยละ 70 มีสถานภาพสมรสคู่คิดเป็นร้อยละ 80 มีสถานภาพเป็นสมาชิกของครอบครัวคิดเป็นร้อยละ 70 จำนวนสมาชิกในครอบครัวประมาณ 1-5 คน คิดเป็นร้อยละ 60 การศึกษาอยู่ในระดับอาชีวศึกษา คิดเป็นร้อยละ 40 แหล่งรายได้ส่วนใหญ่มาจากการประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 70 มีความเพียงพอของรายได้ คิดเป็นร้อยละ 90 ส่วนใหญ่มีญาติเป็นผู้ช่วยดูแล คิดเป็นร้อยละ 90 มีจำนวนผู้สูงอายุในครอบครัว จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 60 และส่วนใหญ่มีระยะเวลาในการดูแลผู้ป่วย อยู่ในช่วง 1-5 ปี คิดเป็นร้อยละ 50

2. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองต่อความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

3. ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

4. ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

13. ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที ไม่แตกต่างจากหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 2 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 12

การอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลตามลำดับ ดังนี้

1. ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน จากผลการศึกษา นี้อธิบายได้ว่าผลการเปลี่ยนแปลงความรู้ดังกล่าวเกิดขึ้นเนื่องจากผู้วิจัยได้ประยุกต์แนวคิดกลุ่มช่วยเหลือตนเองมาเป็นหลักในการกำหนดกิจกรรม ซึ่งกลุ่มช่วยเหลือตนเองเป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการสนับสนุนทางสังคม โดยผู้วิจัยได้นำสมาชิกกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานมารวมกลุ่มกัน มีการสนทนา สนับสนุน ประคับประคอง ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดสัมพันธภาพระหว่างสมาชิก อีกทั้งยังมีการแลกเปลี่ยนความรู้ ข้อมูลข่าวสาร และประสบการณ์เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ได้อย่างดีตามหลักการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (Adult Learning) เนื่องจากสมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ นอกจากจะได้รับความรู้จากสมาชิกด้วยกันแล้ว ยังได้รับความรู้เพิ่มเติมจากผู้วิจัยและสื่อประกอบให้ความรู้ ได้แก่คู่มือการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานจากผู้วิจัยอีกด้วย

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังเป็นผู้อำนวยความสะดวกและจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพให้เหมาะสมกับการทำกิจกรรมกลุ่ม มีการกำหนดช่วงเวลาที่เหมาะสม อีกทั้งในขณะที่ทำกลุ่มผู้วิจัยคอยสรุปประเด็นสำคัญ และให้ข้อมูลความรู้เพิ่มเติมที่ถูกต้องโดยผ่านสื่อ ภาพประกอบคำบรรยายผ่านโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นซึ่งมีความชัดเจนและเข้าใจง่าย ซึ่งวิธีการเหล่านี้ทำให้ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานที่เข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง เกิดการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน จึงทำให้ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของทอสแลนด์, รอสซิเตอร์ และลาเบรคควี (Toseland, Rossiter & Labrecque, 1989) เรื่องผลของกลุ่มช่วยเหลือตนเองในผู้ดูแลโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้จำนวน 62 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 31 คน ผลการศึกษาพบว่าผู้ดูแลในกลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะและความสามารถในการปฏิบัติต่อผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ภายหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่าญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่ม

ทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ ไม่แตกต่างจากหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน สามารถอธิบายได้ว่าการที่ผู้วิจัยนำแนวคิดกลุ่มช่วยเหลือตนเองมาประยุกต์ใช้กับญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานอย่างมีขั้นตอนดังที่กล่าวมาแล้ว ส่งผลให้ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานมีความรู้เพิ่มขึ้น อีกทั้งแผนการทำกิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น กำหนดให้หัวหน้ากลุ่มต้องทบทวนความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมกลุ่มในครั้งที่ผ่านมาก่อนเริ่มกิจกรรมกลุ่มทุกครั้ง และผู้วิจัยได้แจกคู่มือการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานที่ญาติผู้ดูแลสามารถทบทวนความรู้ได้ตลอดเวลา นอกจากนี้สถานที่ที่ใช้จัดกิจกรรมมีความสะดวกสบาย เป็นสัดส่วน ไม่มีสิ่งรบกวน ทำให้ญาติผู้ดูแลมีสมาธิในการเรียนรู้ ส่งผลให้ญาติผู้ดูแลเกิดความสนใจ และให้ความสำคัญต่อข้อมูลข่าวสารที่ได้รับ ทำให้เกิดการทบทวนเหตุการณ์ ความรู้ซ้ำ ๆ กันหลาย ๆ ครั้ง ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นความพยายามสะสมประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับการเรียนรู้ทั้งทางตรงและทางอ้อมแล้ว จึงสามารถถ่ายทอดออกมาในรูปของการระลึกได้หรือจำได้ (กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ, 2523)

การทบทวนแบบซ้ำ ๆ (Rehearsal) ข้อมูลที่ได้รับนั้นจะมีการประมวล และเปลี่ยนรูปจากความจำระยะสั้นไปไว้ในความจำระยะยาว (Processed and Transformed) กระบวนการนี้เรียกว่าการเข้ารหัส (Encoding) นอกจากนี้การทวนซ้ำ ๆ จะช่วยให้สิ่งที่เรียนรู้สามารถนำไปเก็บในความจำระยะยาวแล้ว ยังทำให้เกิดกระบวนการขยายความคิด (Elaborative Operation Process) ที่ใช้ในการเรียนรู้สิ่งที่มีความหมาย (Meaningful Learning) คือ วิธีการที่ผู้เรียนนำความสัมพันธ์ของสิ่งที่เคยเรียนรู้ใหม่กับสิ่งที่เคยเรียนรู้มาก่อนมาเก็บอยู่ในความจำระยะยาว (สุรางค์ โคว์ตระกูล, 2536, หน้า 160) ซึ่ง ชิฟฟริน และแอตकिनสัน (Shiffrin & Atkinson, 1969 cited in Klausmeier, 1985, p. 106) กล่าวว่า ความจำระยะนี้เป็นความจำที่คงทนถาวรไม่สามารถลบเลือนได้ และระยะเวลาของการคงทนในการเรียนรู้นั้น สามารถวัดได้โดยการสอบซ้ำ ซึ่งเวลาในการทดสอบครั้งแรก และครั้งที่สอง ควรเว้นห่างกันประมาณ 2-4 สัปดาห์ โดยใช้แบบทดสอบฉบับเดียวกัน ไปสอบกับบุคคลกลุ่มเดียวกัน การเว้นช่วงระยะเวลาที่ใช้วัดความคงทนในการเรียนรู้จะทำให้เกิดความคงทนที่ของคะแนนที่ได้จากการสอบซ้ำ (ชาวล แพรัตกุล, 2513, หน้า 1) ด้วยเหตุผลดังกล่าว จึงทำให้ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ ไม่แตกต่างจากหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของกัลยารัตน์ อนนทร์รัตน์ (2547) เรื่องผลการเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง

ของพระภิกษุสูงอายุโรคเบาหวานในโรงพยาบาลสงฆ์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งได้ศึกษาในพระสงฆ์สูงอายุโรคเบาหวานจำนวน 24 รูป แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 12 รูป โดยกลุ่มทดลองเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองทั้งหมด 3 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลสุขภาพตามปกติจากเจ้าหน้าที่ ผลการศึกษาพบว่า ระยะเวลาหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องโรคเบาหวาน และการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหารสูงกว่าก่อนการทดลอง และระดับน้ำตาลในเลือดในระยะเวลาหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องโรคเบาหวาน และการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร สูงกว่าก่อนการทดลอง และระดับน้ำตาลในเลือดต่ำกว่าก่อนการทดลอง และไม่แตกต่างจากระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติการณ์ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในระยะเวลาหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้เนื่องจากในการทดลองนี้มีกิจกรรมที่ส่งเสริมปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติการณ์ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน กล่าวคือ ผู้วิจัยใช้แนวคิดการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองมาประยุกต์ใช้ ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งของการสนับสนุนทางสังคม โดยผู้วิจัยได้นำสมาชิกกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานมารวมกลุ่มกัน เพื่อพูดคุยกันโดยเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มมีการสนทนา ซักถาม แลกเปลี่ยนข้อมูล ความรู้ แสดงความคิดเห็น สนับสนุน ประคับประคอง ให้กำลังใจซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพระหว่างสมาชิก และร่วมหาแนวทางการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นจากการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ทำให้ได้รับความรู้และแนวทางปฏิบัติในการดูแลมากขึ้น นอกจากนี้ยังได้รับความรู้จากสมาชิกกลุ่มด้วยกันแล้ว ยังได้รับความรู้เพิ่มเติมจากผู้วิจัยและสื่อประกอบการให้ความรู้ได้แก่คู่มือการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอีกด้วย ทำให้ญาติผู้ดูแลสามารถจดจำเข้าใจสิ่งต่างๆ ได้ดี สามารถนำความรู้ ความเข้าใจในสิ่งที่รู้นั้นไปใช้แก้ไขปัญหาได้ ทั้งยังสามารถวิเคราะห์ว่าความรู้ที่ได้รับสิ่งใดเป็นสิ่งสำคัญ และสามารถประเมินได้ว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่เหมาะสมที่สุดในการปฏิบัติพฤติกรรมทางสุขภาพ (พรรณี บัญชรหัตถกิจ, 2540)

นอกจากนี้ในกระบวนการของกลุ่มช่วยเหลือตนเองยังเปิดโอกาสให้ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานได้นำคำแนะนำที่ได้จากกลุ่มไปปฏิบัติการณ์ดูแลและนำผลการปฏิบัติการณ์ดูแลมาสนทนา เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน รวมทั้งช่วยกันวิเคราะห์และหาแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ประกอบกับการได้เห็นผลสำเร็จของญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มจึงเป็นแรงจูงใจให้เกิดการปฏิบัติการณ์ดูแลให้ผู้สูงอายุโรคเบาหวานควบคุมโรคได้อย่างถูกต้อง ดังนั้นจึงทำให้ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย

การปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของธนาภรณ์ อาจศึก (2544) เรื่องประสิทธิผลของกลุ่มช่วยเหลือตนเองชุมชนเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ตำบลตะไก้ อำเภอนองบุณาก จังหวัดนครราชสีมา โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 42 คน ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง 5 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นในเรื่องความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน พฤติกรรมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการตรวจตามนัด สำหรับค่าระดับน้ำตาลสะสมในเม็ดเลือดแดง และดัชนีมวลกาย ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และจากการศึกษาของลอมบาโด และคณะ (Lombado et al., 1988, pp. 121-123) ศึกษาในผู้ป่วยโรคผิวหนังเป็นระยะเวลา 1 ปี พบว่า ผู้ป่วยที่เข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองมีการปฏิบัติในการให้ความร่วมมือในการรักษาดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง และดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการรักษาตามปกติ

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่าญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ ไม่แตกต่างจากหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ผลการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติการดูแลดังกล่าวเกิดขึ้นเนื่องจากผู้วิจัยประยุกต์แนวคิดกลุ่มช่วยเหลือตนเองมาจัดกิจกรรมกลุ่มให้แก่ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ทำให้ญาติผู้ดูแลเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ที่ถูกต้องและเหมาะสม นอกจากนี้สมาชิกภายในกลุ่มยังได้ใช้ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านมาช่วยกันแก้ไขปัญหาซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะบุคคลที่แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ผ่านมาแล้ว จะใช้ประสบการณ์ของตนเองช่วยแก้ไขปัญหของสมาชิกคนอื่น ๆ (Resnick, 1986; Steiger & Lipson, 1985) ซึ่งเป็นแบบอย่าง (Role Model) ที่ดีและคำแนะนำต่าง ๆ ที่เกิดจากการเสนอแนะของสมาชิกกลุ่มง่ายต่อการเข้าใจ ญาติผู้ดูแลสามารถเลือกวิธีการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการดูแลได้เหมาะสมกับตนเอง จึงช่วยทำให้มีความรู้ ความเข้าใจ มองเห็นความสำคัญ และความจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของยุวมาลย์ ศรีปัญญาพิศศักดิ์ (2546) เรื่องผลของกลุ่มช่วยเหลือตนเองในผู้สูงอายุโรคเบาหวาน

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุโรคเบาหวานจำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน โดยกลุ่มทดลองเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองทั้งหมด 3 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการทางสุขภาพตามปกติ ผลการวิจัยพบว่า ในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีการปฏิบัติตนในการควบคุมโรค ความรู้สึกคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และในระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 4 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีการปฏิบัติตนในการควบคุมโรค ความรู้สึกคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง และไม่แตกต่างจากรยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในงานต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1.1 พยาบาลที่ปฏิบัติงานประจำคลินิกโรคเบาหวาน ควรนำวิธีการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมความรู้และการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแล นอกจากนี้ยังสามารถนำวิธีการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองไปดัดแปลงและประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรม เพื่อส่งเสริมความรู้และการปฏิบัติการดูแลของญาติผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่นๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หรือโรคเบาหวาน เป็นต้น โดยปรับเนื้อหาความรู้ให้เหมาะสมกับโรคนั้นๆ

1.2 พยาบาลที่ปฏิบัติงานประจำแผนกผู้ป่วยในควรนำวิธีการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมความรู้และการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานของญาติผู้ดูแล โดยปรับการนัดหมายการทำกิจกรรมกลุ่มตามความเหมาะสม เนื่องจากการทดลองนี้ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือตนเองจำนวน 3 ครั้ง ในระยะเวลา 1 เดือน แต่ผู้สูงอายุโรคเบาหวานอาจได้รับการรักษาแผนกผู้ป่วยในระยะเวลาสั้น ดังนั้นการจัดกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือตนเองให้แก่ญาติผู้ดูแลทั้งหมด 3 ครั้ง โดยจัดกิจกรรมกลุ่มครั้งแรกที่แผนกผู้ป่วยใน ส่วนกิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3 ควรประสานงานกับพยาบาลที่ปฏิบัติงานประจำคลินิกโรคเบาหวาน เพื่อนัดหมายญาติผู้ดูแลเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือตนเองครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3 ที่จัดขึ้นที่คลินิกโรคเบาหวาน แผนกผู้ป่วยนอก เพื่อให้ความสะดวกแก่ญาติผู้ดูแล

1.3 พยาบาลที่ปฏิบัติงานประจำคลินิกโรคเบาหวานและแผนกผู้ป่วยใน สามารถนำแผนการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองและสื่อภาพประกอบคำบรรยายโดยผ่านโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้ ไปประกอบการให้ความรู้ขณะทำกลุ่มช่วยเหลือตนเอง

และนำคู่มือการดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานไปจัดพิมพ์และนำไปเผยแพร่ให้กับญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานที่มารับบริการนำกลับไปไว้อ่านที่บ้าน เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้และการปฏิบัติ การดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานได้อย่างถูกต้องและต่อเนื่องต่อไป

1.4 บุคลากรในทีมสุขภาพ เช่น เจ้าหน้าที่สถานีนามัย ศูนย์ฟื้นฟูสุขภาพ หรือ ศูนย์บริการผู้สูงอายุ ควรนำวิธีจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมให้แก่ ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้และการปฏิบัติดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานได้อย่างถูกต้องต่อไป

2. ด้านการศึกษาพยาบาล

2.1 คณาจารย์ในสถาบันการศึกษาพยาบาล ควรนำวิธีจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ที่พัฒนาขึ้นในงานวิจัยครั้งนี้ ไปใช้ประกอบการเรียนการสอนแก่นักศึกษาพยาบาลในเนื้อหา ที่เกี่ยวข้องกับโรคเบาหวานทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ

2.2 นักศึกษาพยาบาล ควรนำวิธีจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองไปประยุกต์ใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ โดยการจัดกิจกรรมให้แก่ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานหรือ ญาติผู้ดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้และการปฏิบัติดูแลผู้ป่วยสูงอายุ ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

3. ด้านการบริหารการพยาบาล

ผู้บริหารโรงพยาบาลและผู้บริหารทางการพยาบาลควรสนับสนุนให้เจ้าหน้าที่ทาง การพยาบาลประยุกต์วิธีการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ไปใช้กับญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานทั้ง ที่คลินิกโรคเบาหวานแผนกผู้ป่วยนอก และแผนกผู้ป่วยใน เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้และ การปฏิบัติดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานได้อย่างถูกต้อง

4. ด้านการวิจัย

4.1 ประชากรที่ศึกษาในครั้งนี้ เป็นญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานเฉพาะที่มา รับบริการที่ศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี จึงทำให้มีความจำกัดใน การนำผลการวิจัยไปอ้างอิงในญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวานกลุ่มอื่น ดังนั้นควรมีการนำวิธีการ จัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองไปใช้ในพื้นที่อื่น ๆ เพื่อให้สามารถขยายผลการวิจัยไปใช้ได้กว้างขวาง ยิ่งขึ้น

4.2 การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาในญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ในการทำวิจัย ครั้งต่อไปควรศึกษาในญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคเรื้อรังอื่น ๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาเสื่อม หรือโรคไตวายเรื้อรัง เป็นต้น

4.3 การวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาผลกลุ่มช่วยเหลือตนเองต่อตัวแปรอื่น ๆ เช่น
คุณภาพการดูแล ความรู้สึกคุณค่าในตนเองของญาติผู้ดูแล คุณภาพชีวิตของญาติผู้ดูแล เป็นต้น

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University