

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การศึกษานี้ มีกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้สูงอายุจาก ชมรมผู้สูงอายุ อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ทำการศึกษาระหว่าง เดือน พฤศจิกายน 2553 ถึง เดือน กุมภาพันธ์ 2554 กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 40 ราย แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 20 ราย และกลุ่มควบคุม จำนวน 20 ราย

ผลการศึกษา ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลการรับรู้ถึงอำนาจและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของการรับรู้ถึงอำนาจและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

1. ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้สูงอายุที่ศึกษาจำนวน 40 ราย เป็นเพศหญิง มากกว่าเพศชาย ส่วนมากเป็นแม่บ้าน

ร้อยละ 42.5 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ไม่เกิน 2,000 บาท ร้อยละ 55.0

เมื่อพิจารณา รายละเอียดในแต่ละตัวแปร ของ ผู้สูงอายุที่ศึกษา จำนวน 40 ราย แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 20 ราย และกลุ่มควบคุม 20 ราย พบว่า ในกลุ่มทดลอง เป็นเพศหญิง ร้อยละ 70.0 และ เพศชาย ร้อยละ 30.0 อายุ ต่ำสุด 60 ปี สูงสุด 67 ปี จำนวนมากที่สุดมีอายุระหว่าง 60-65 ปี อายุเฉลี่ย = 63.10 ปี อาชีพ เป็นแม่บ้าน ร้อยละ 50.0 รองลงมา รับจ้างและค้าขาย ร้อยละ 25.0 เท่ากันรายได้

เฉลี่ยต่อเดือน อยู่ระหว่าง 2,000-4,000 บาท ร้อยละ 45.0 รองลงมา ไม่เกิน 2,000 บาท ร้อยละ 30.0, 4,100-6,000 ร้อยละ 20.0 และ มากกว่า 6,000 บาท ร้อยละ 5.0 ส่วนในกลุ่มควบคุม เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75.0 กลุ่มอายุ 60-65 ปีและ 66-70 ปี ร้อยละ 50.0 เท่ากัน อายุต่ำสุด 60 ปี สูงสุด 68 ปี อายุเฉลี่ย 66.85 ปี อาชีพ เป็นแม่บ้าน ร้อยละ 35.0 รองลงมา รับจ้าง ร้อยละ 25.0, เกษตรกร ร้อยละ 20.0 ค้าขาย ร้อยละ 15.0 และจักรสาน ร้อยละ 5.0 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ไม่เกิน 2,000 บาท ร้อยละ 80.0 รองลงมา 2,000-4,000 บาท ร้อยละ 20.0 ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง(n=20) และ
กลุ่มควบคุม (n=20)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.เพศ				
- ชาย	6	30.0	5	25.0
- หญิง	14	70.0	15	75.0
2. อายุ				
- 60-65 ปี	17	85.0	10	50.0
- 66-70 ปี	3	15.0	10	50.0
Mean = 64.97 SD = 45.4	Min = 60	Mix = 68		
3.อาชีพ				
- แม่บ้าน	10	50.0	7	35.0
- รับจ้าง	5	25.0	5	25.0
- ค้าขาย	5	25.0	3	15.0
- เกษตรกร	0	0	4	20.0
- จักสาน	0	0	1	5.0
4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน				
- ไม่เกิน 2000 บาท	6	30.0	16	80.0
- 2000-4000 บาท	9	45.0	4	20.0
- 4001- 6000 บาท	4	20.0	0	0
- มากกว่า 6000 บาท	1	5.0	0	0

ข้อมูลการรับรู้พลังอำนาจและพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

1. ความสามารถของผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน

1.1 การรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ เมื่อเตรียมสำรับไว้เรียบร้อยแล้ว ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ร้อยละ 95.0 สามารถรับประทานอาหารและช่วยตัวเองได้ตามปกติ มีเพียงร้อยละ 5.0 สามารถรับประทานอาหารเองได้แต่ต้องมีคนช่วย

1.2 การทำความสะอาดหลังตื่นนอน ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ร้อยละ 95.0 สามารถทำความสะอาดตนเองหลังตื่นนอนได้ด้วยตนเอง มีเพียงร้อยละ 5.0 ที่ต้องการความช่วยเหลือ

1.3 การลุกนั่งจากเตียงหรือเก้าอี้ ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 95.0 สามารถลุกนั่งจากเตียงหรือเก้าอี้เองได้ มีเพียงร้อยละ 5.0 ที่ต้องการความช่วยเหลือบ้าง ส่วนผู้สูงอายุ กลุ่มควบคุม ร้อยละ 85.0 สามารถลุกนั่งจากเตียงหรือเก้าอี้เองได้ ต้องการความช่วยเหลือบ้าง คิดเป็นร้อยละ 15.0

1.4 การใช้ห้องสุขา ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 95.0 ช่วยตัวเองในการใช้ห้องสุขาได้ดี และ ร้อยละ 5.0 สามารถทำเองได้บ้าง ส่วนในกลุ่มควบคุม ร้อยละ 85.0 ช่วยตัวเองได้ดี และ ร้อยละ 15.0 สามารถทำเองได้บ้าง

1.5 การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้านของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 95.0 สามารถเดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง และร้อยละ 5.0 สามารถเดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย ส่วนในกลุ่มควบคุม ร้อยละ 85.0 สามารถเดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง ร้อยละ 15.0 สามารถเดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย

1.6 การสวมใส่เสื้อผ้าของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ร้อยละ 95.0 สามารถช่วยตัวเองในการสวมใส่เสื้อผ้าได้ดี และร้อยละ 10.0 สามารถช่วยตัวเองได้บ้าง

1.7 การขึ้นลงบันได 1 ชั้น ของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 95.0 สามารถขึ้นลงบันได ได้เอง และร้อยละ 5.0 ต้องการคนช่วยในการขึ้น-ลงบันได ส่วนกลุ่มควบคุม ร้อยละ 85.0 สามารถขึ้นลงบันไดได้เอง และร้อยละ 15.0 ต้องการคนช่วยในการขึ้น-ลงบันได

1.8 การอาบน้ำของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ร้อยละ 100.0 สามารถอาบน้ำเองได้

1.9 การกลั่นกรองการถ่ายอุจจาระของผู้สูงอายุใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 100.0 สามารถกลั่นกรองการถ่ายอุจจาระได้ตามปกติ ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม ร้อยละ 60.0 สามารถกลั่นกรองการถ่ายอุจจาระได้ตามปกติ และร้อยละ 40.0 กลั่นอุจจาระไม่ได้เป็นบางครั้ง (เป็นน้อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์)

1.10 การกลั่นปัสสาวะของผู้สูงอายุในระยะ 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลอง ร้อยละ 100.0 สามารถกลั่นปัสสาวะได้ตามปกติ ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม ร้อยละ 60.0 สามารถกลั่นปัสสาวะได้ตามปกติ รองลงมาร้อยละ 40.0 กลั่นปัสสาวะไม่ได้เป็นบางครั้ง (เป็นน้อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์)

ตารางที่ 2 ความสามารถของผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันก่อนการทดลอง

ความสามารถของผู้สูงอายุ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ เมื่อเตรียมสำหรับไว้เรียบร้อยแล้ว				
- ไม่สามารถดักอาหารเข้าปากได้ต้องมีคนป้อน				
- ดักอาหารเองได้ แต่ต้องมีคนช่วย	1	5.0	1	5.0
- ดักอาหารและช่วยตัวเองได้ตามปกติ	19	95.0	19	95.0
2. การทำความสะอาดหลังตื่นนอน				
- ต้องการความช่วยเหลือ	1	5.0	1	5.0
- ทำเองได้	19	95.0	19	95.0
3. การลุกนั่งจากเตียงหรือเก้าอี้				
- ไม่สามารถนั่งได้	0	0	0	0
- ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากถึงนั่งได้	0	0	0	0
- ต้องการความช่วยเหลือบ้าง	1	5.0	3	15.0
- ทำเองได้	19	95.0	17	85.0
4. การใช้ห้องสุขา				
- ช่วยตัวเองไม่ได้	0	0	0	0
- ทำเองได้บ้าง	1	5.0	3	15.0
- ช่วยตัวเองได้ดี	19	95.0	17	85.0
5. การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้านของผู้สูงอายุ				
- เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้				
- ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองให้เคลื่อนที่ได้เอง	0	0	0	0
- เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย	1	5.0	3	15.0
- เดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง	19	95.0	17	85.0

ตารางที่ 2 ความสามารถของผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันก่อนการทดลอง (ต่อ)

ความสามารถของผู้สูงอายุ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
6.การสวมใส่เสื้อผ้าของผู้สูงอายุ				
- ต้องมีคนสวมให้ ช่วยตัวเองแทบไม่ได้หรือน้อย				
- ช่วยตัวเองได้ราวร้อยละ 50 ที่เหลือต้องมีคนช่วย	1	5.0	1	5.0
- ช่วยตัวเองได้ดี	19	95.0	19	95.0
7.การขึ้นลงบันได 1 ชั้น ของผู้สูงอายุ				
- ไม่สามารถทำได้	0	0	0	0
- ต้องการคนช่วย	1	5.0	3	15.0
- ขึ้นลงได้เอง	19	95.0	17	85.0
8.การอาบน้ำของผู้สูงอายุ				
- ต้องมีคนช่วยหรือทำให้	0	0	0	0
- อาบน้ำเองได้	20	100.0	20	100.0
9.การกลั่นกรองถ่ายอุจจาระของผู้สูงอายุ ใน 1 สัปดาห์ ที่ผ่านมา				
- กลั่นไม่ได้	0	0	0	0
- กลั่นไม่ได้เป็นบางครั้ง(เป็นน้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	0	0	8	40.0
- กลั่นได้ปกติ	20	100.0	12	60.0
10.การกลั่นปัสสาวะของผู้สูงอายุ ใน 1 สัปดาห์ ที่ผ่านมา				
- กลั่นไม่ได้หรือใส่สายสวนปัสสาวะแต่ไม่สามารถดูแลตนเองได้	0	0	0	0
- กลั่นไม่ได้เป็นบางครั้ง(เป็นน้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	0	0	8	40.0
- กลั่นได้ปกติ	20	100.0	12	60.0

2. การรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ

2.1 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ ก่อนการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ ร้อยละ 60.0 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ มีคะแนนรวมอยู่ในระดับสูง (51-75 คะแนน) และ ร้อยละ 40.0 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุมีคะแนนรวมอยู่ในระดับปานกลาง (26-50 คะแนน) ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม ร้อยละ 85.5 มีระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูงเช่นกัน และ ร้อยละ 15.0 มีระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 3 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ ก่อนการทดลอง

ระดับการรับรู้พลังอำนาจ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
- ระดับการรับรู้พลังอำนาจต่ำ (0-25 คะแนน)	0	0.0	0	0.0
-ระดับการรับรู้พลังอำนาจปานกลาง(26-50 คะแนน)	8	40.0	3	15.0
-ระดับการรับรู้พลังอำนาจสูง (51-75คะแนน)	12	60.0	17	85.0
รวม	20	100.0	20	100.0

ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลอง ร้อยละ 100.0 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุมีคะแนนรวมอยู่ในระดับสูง (51-75 คะแนน) ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม ร้อยละ 90.0 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุมีคะแนนรวมอยู่ในระดับสูง (51-75 คะแนน) ร้อยละ 10.0 มีระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง (26-50 คะแนน)

ตารางที่ 4 ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ หลังการทดลอง

ระดับการรับรู้พลังอำนาจ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
- ระดับการรับรู้พลังอำนาจต่ำ (0-25 คะแนน)	0	0.0	0	0.0
-ระดับการรับรู้พลังอำนาจปานกลาง (26-50 คะแนน)	0	0.0	2	10.0
-ระดับการรับรู้พลังอำนาจสูง (51-75คะแนน)	20	100.0	18	90.0
รวม	20	100.0	20	100.0

3. พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

3.1 ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ก่อนการทดลอง พบว่า ส่วนใหญ่พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุมีคะแนนรวมอยู่ในระดับสูง (21-30 คะแนน) ซึ่งในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 60.0 อยู่ในระดับสูง ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม ร้อยละ 95.5 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับสูงเช่นกัน และในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 40.0 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนกลุ่มควบคุม ร้อยละ 5.0 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ก่อนการทดลอง

ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
- พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ระดับต่ำ (0-10 คะแนน)	0	0.0	0	0.0
-พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ระดับปานกลาง (11-20 คะแนน)	8	40.0	1	5.0
-พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ระดับสูง (21-30 คะแนน)	12	60.0	19	95.5
รวม	20	100.0	20	100.0

ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ หลังการทดลอง พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ ร้อยละ 95.0 พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุมีคะแนนรวมอยู่ในระดับสูง (21-30 คะแนน) และ ร้อยละ 5.0 พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุมีคะแนนรวมอยู่ในระดับปานกลาง (11-20 คะแนน) ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม ร้อยละ 75.0 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับสูงเช่นกัน รองลงมา ร้อยละ 20.0 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง (11-20 คะแนน) และ ร้อยละ 5.0 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับต่ำ (0-10 คะแนน) ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ หลังการทดลอง

ระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
- พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ระดับต่ำ(0-10 คะแนน)	0	0.0	1	5.0
-พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ระดับปานกลาง(11-20 คะแนน)	1	5.0	4	20.0
-พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ระดับสูง (21-30 คะแนน)	19	95.0	15	75.0
รวม	20	100.0	20	100.0

เปรียบเทียบความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจและพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ

1. การรับรู้พลังอำนาจ การรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.05 ($p=0.000$) โดยคะแนนเฉลี่ยภายหลังการทดลอง สูงกว่า ก่อนการทดลอง จึงกล่าวได้ว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้พลังอำนาจสูงขึ้น ดังตาราง ที่ 7

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง
ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

กลุ่มทดลอง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p-value
ก่อนได้รับโปรแกรม	20	56.43	11.69	4.250	0.000
หลังได้รับโปรแกรม	20	65.80	7.62		

P<.05

การรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุก่อนได้รับโปรแกรม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.05 ($p=0.039$) โดยคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม สูงกว่า กลุ่มทดลอง จึงกล่าวได้ว่า ผู้สูงอายุทั้ง 2 กลุ่ม ก่อนได้รับโปรแกรม มีการรับรู้พลังอำนาจที่แตกต่างกันที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ผลการทดสอบความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจ ก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p-value
ทดลอง	20	52.65	11.65	2.138	0.039
ควบคุม	20	60.20	10.71		

P<.05

การรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
แล้วนั้น ผู้สูงอายุมิฉะนั้นจะเน้นเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ < 0.05 ($p=0.005$) โดยกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพมีการรับรู้พลังอำนาจ
สูงกว่า กลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ผลการทดสอบความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจ หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริม
สุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรม
ส่งเสริมสุขภาพ

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p-value
ทดลอง	20	67.80	6.16	3.061	0.005
ควบคุม	20	63.80	8.52		
P<.05					

2. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุก่อนและ
หลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ($p=0.136$) โดยคะแนนเฉลี่ยภายหลังการ
ทดลอง สูงกว่า ก่อนการทดลอง ดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง
ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

กลุ่มทดลอง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p-value
ก่อนได้รับโปรแกรม	20	23.18	4.31	1.507	0.136
หลังได้รับโปรแกรม	20	24.65	4.44		
P<.05					

พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม นั้น พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.159$) โดยคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองสูงกว่า ผู้สูงอายุ กลุ่มควบคุม ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11 ผลการทดสอบความแตกต่างของพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ก่อน ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p-value
ทดลอง	20	22.20	5.45	1.449	0.159
ควบคุม	20	24.15	2.54		

$P<.05$

พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม นั้น พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.05 ($p=0.005$) โดยผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพมีพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพสูงกว่า กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12 ผลการทดสอบความแตกต่างของพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ หลัง ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p-value
ทดลอง	20	26.60	2.68	3.061	0.005
ควบคุม	20	22.70	5.03		

$P<.05$