

# สังเคราะห์งานวิจัย

ฉบับที่ 2 ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2564



อาจารย์วิกมา ธรรมเจริญ  
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

สถาบันวิจัยและพัฒนา มีบทสังเคราะห์งานวิจัยที่น่าสนใจ มาฝากผู้อ่านทุกท่านฉบับนี้เป็นงานวิจัย เรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลสองพี่น้อง อำเภอกำแพง จังหวัดจันทบุรี เป็นผลงานวิจัยของอาจารย์วิกมา ธรรมเจริญ และอาจารย์นิทัศน์ ธรรมเจริญ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี โดยได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี ปีงบประมาณ 2561 จากสภาพปัจจุบันการเข้าสู่สังคมสูงอายุเป็นปัญหาสำคัญยิ่งสำหรับประเทศไทย ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะดำเนินการวิจัย โดยมีวัตถุประสงค์หลัก 1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลสองพี่น้อง อำเภอกำแพง จังหวัดจันทบุรี 2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลสองพี่น้อง อำเภอกำแพง จังหวัดจันทบุรี 3. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล ภาวะสุขภาพ แรงแสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ตำบลสองพี่น้อง อำเภอกำแพง จังหวัดจันทบุรี

วิธีการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในตำบลสองพี่น้องจำนวน 276 คน โดยใช้การสุ่มแบบสองขั้น (Two-Stage Sampling) และใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ คือ สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการหาความสัมพันธ์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ส่วนสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ T-test และ One-Way ANOVA (F-test)

ผลการวิจัย พบว่า ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X} = 4.49$ ) แรงแสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 4.18$ ) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.90$ ) และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดี และปานกลาง โดยมีร้อยละ 49.28 และ 43.12 ตามลำดับ เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง กับคุณภาพชีวิตโดยรวม พบว่า ทุกข้อมีความสัมพันธ์เชิงบวก ข้อที่มีความสัมพันธ์มากที่สุด 3 อันดับแรกคือ การพัฒนาการรู้จักตนเอง ( $r=.342$ ), การเผชิญปัญหา ( $r=.306$ ) และการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ( $r=.224$ )



สถาบันวิจัยและพัฒนา  
มรภ รำไพพรรณี



039-319-111 ต่อ 10800  
086-440-2639



research\_rbru2010  
@hotmail.com

เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ พบว่า เพศ โรคประจำตัว และการสูบบุหรี่ ระดับการศึกษา แผลงที่มาของรายได้ ลักษณะครอบครัว ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของตนเองไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่หมู่บ้าน อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของตนเองแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

นอกเหนือจากผลการวิจัยดังกล่าวแล้ว ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ เพื่อการขยายผล หรือต่อยอดงานวิจัย ที่คาดว่า จะเป็นประโยชน์ต่อไปคือ จากการศึกษาพบว่า การพัฒนาการรู้จักตนเองเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุด ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะ สัมพันธ์บุคคลในวัยเดียวกันหรือต่างวัย เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทักทาย ได้พูดคุยหรือให้คำปรึกษา ซึ่งกันและกัน ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลสำคัญ และมีคุณค่าอยู่เสมอส่งผลให้มีการพัฒนา การรู้จักตนเองมากขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมในด้าน การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพของผู้สูงอายุ เสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับบุคคลในชุมชน ทำให้ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้างด้วย

#### ข้อมูลจาก

อาจารย์วิทมา ธรรมเจริญ หัวหน้าโครงการวิจัย

หมายเลขติดต่อ 086-6086671

อาจารย์นิทัศน์ย์ เจริญงาม

หมายเลขติดต่อ 089-9135517

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี