สำนักงานวิทยทรัพยากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 4

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

ในบทนี้เป็นการสรุปสาระสำคัญของการวิจัย พร้อมทั้งข้อเสนอแนะเชิงนโยบายให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปวางแผนหรือกำหนดนโยบาย และข้อเสนอแนะเชิงวิชาการให้กับนักวิชาการหรือผู้สนใจได้ศึกษาต่อไป โดยมีรายละเอียดดังนี้

4.1 สรุปผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของประชากรวัยแรงงานในชุมชนแออัดเขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร โดยใช้แนวคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเอง และแนวคิดเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพและความเชื่ออำนาจความบังเอิญด้านสุขภาพ ในการสร้างกรอบแนวคิดในการศึกษา สำหรับตัวแปรตามของการศึกษาคือ การดูแลสุขภาพตนเอง ส่วนตัวแปรอิสระได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การมีประสบการณ์การเจ็บป่วย อาชีพ รายได้ การมีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล การศึกษา การรับข่าวสารด้านสุขภาพ การอาศัยอยู่ในชุมชนที่มีสถานพยาบาล ความรู้ด้านสุขภาพ ทัศนคติด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพ และความเชื่ออำนาจความบังเอิญด้านสุขภาพ

ข้อมูลที่ใช้ศึกษาได้จากการสัมภาษณ์โดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง มีจำนวนทั้งสิ้น 451 ราย ที่เลือกแบบหลายขั้นตอนจากประชากรที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดที่เป็นตัวอย่าง 4 ชุมชน ของเขตบึงกุ่ม ได้แก่ ชุมชน 35 สามัคคี ชุมชนรอดอนันต์ 1 ชุมชนรักษ์ไท และชุมชนข้างโรงเรียนสายอักษร

ในการศึกษาครั้งนี้แบ่งการเสนอผลการวิจัยเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนแรกเป็นการพรรณนาลักษณะทั่วไปของข้อมูล ส่วนที่ 2 เป็นการพรรณนาการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง และส่วนที่ 3 เป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับตัวแปรอิสระ ซึ่งแบ่งเป็นการวิเคราะห์การแปรผันสองทาง โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยแบบง่ายและการวิเคราะห์การแปรผันหลายทาง โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุ ผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

4.1.1 ลักษณะทั่วไปของข้อมูล

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายและเพศหญิงในปริมาณที่ใกล้เคียงกันโดยเพศหญิงมีปริมาณมากกว่าเล็กน้อย มีอายุเฉลี่ย 39 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสสมรส ไม่เคยมีประสบการณ์การเจ็บป่วยในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา ประกอบอาชีพในกระบวนการผลิตและกรรมกร มีรายได้เฉลี่ย 5,662 บาท มีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล โดยมีการศึกษาระดับประถมศึกษา มีการรับข่าวสารด้านสุขภาพระดับค่อนข้างสูง ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในชุมชนที่มีสถานพยาบาลในชุมชน มีความรู้ด้านสุขภาพระดับปานกลาง ทัศนคติด้านสุขภาพในทิศทางที่ดีปานกลางและมีความเชื่ออำนาจภายใน

ตนด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพ ตลอดจนความเชื่ออำนาจความบังเอิญด้านสุขภาพในระดับปานกลาง

4.1.2 **การดูแลสุขภาพตนเอง**

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการดูแลสุขภาพตนเองในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณารายละเอียดแล้วพบว่า การดูแลสุขภาพตนเองที่มักปฏิบัติเป็นประจำโดยส่วนใหญ่คือการดูแลสุขภาพตนเองในภาวะเจ็บป่วย ได้แก่ มีการอ่านฉลากทุกครั้งก่อนใช้ยา ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด และพบแพทย์ตามนัดเมื่อมีใบนัด อย่างไรก็ตาม กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพโดยการสูบบุหรี่และดื่มสุราค่อนข้างสูงด้วย

4.1.3 **การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับตัวแปรอิสระ**

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับตัวแปรอิสระ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ การวิเคราะห์การถดถอยแบบง่าย และการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุ สรุปได้ดังนี้

4.1.3.1 **การวิเคราะห์การถดถอยแบบง่าย**

ในการวิเคราะห์การถดถอยแบบง่ายระหว่างการดูแลสุขภาพตนเองกับตัวแปรอิสระ ซึ่งเป็นการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 4 ตัวแปร ได้แก่ ความรู้ด้านสุขภาพ ทัศนคติด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ และความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพ

4.1.3.2 **การวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุ**

ผลการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุ พบว่า ตัวแปรอายุ สถานภาพสมรส การมีประสบการณ์การเจ็บป่วย อาชีพ รายได้ การมีสวัสดิการค่ารักษาพยาบาล การศึกษา การรับข่าวสารด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพ และความเชื่ออำนาจความบังเอิญด้านสุขภาพ ไม่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเอง ส่วนตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีเพียง 4 ตัวแปรเท่านั้น ได้แก่ เพศ การอาศัยอยู่ในชุมชนที่มีสถานพยาบาล ความรู้ด้านสุขภาพ และทัศนคติด้านสุขภาพ โดยที่สามารถอธิบายการดูแลสุขภาพตนเองได้ร้อยละ 13

โดยสรุปผลการวิเคราะห์พบว่าตัวแปรด้านประชากรที่ส่งผลให้เกิดความแตกต่างในการดูแลสุขภาพตนเองคือตัวแปรเพศ และตัวแปรด้านสังคมคือการอาศัยอยู่ในชุมชนที่มีสถานพยาบาล ในขณะที่ตัวแปรด้านจิตวิทยาได้แก่ความรู้ด้านสุขภาพ และทัศนคติด้านสุขภาพส่งผลให้เกิดความแตกต่างดังกล่าว น่าจะเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดมีลักษณะทางประชากร เศรษฐกิจและสังคมหลายอย่างที่คล้ายคลึงกัน ทำให้ตัวแปรเหล่านั้นไม่ส่งผลให้เกิดความแตกต่างในการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง

4.2 ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะของการศึกษาครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายสำหรับผู้วางแผนหรือผู้กำหนดนโยบาย และข้อเสนอแนะเชิงวิชาการสำหรับนักวิชาการหรือผู้สนใจศึกษาต่อไป มีรายละเอียดดังนี้

4.2.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการศึกษาครั้งนี้มีข้อค้นพบที่ควรพิจารณาเป็นแนวทางในการวางแผนหรือกำหนดนโยบายในการส่งเสริมการดูแลสุขภาพตนเองดังนี้

1) ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยสำคัญอันดับแรกที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองคือความรู้ด้านสุขภาพ ดังนั้นจึงเห็นว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็น สถาบันการศึกษา สถานบริการด้านสาธารณสุขก็ดี ควรเพิ่มการเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพสู่ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นกิจกรรมสำคัญที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพกิจกรรมหนึ่ง ควรจัดให้มีรูปแบบที่เข้าใจได้ง่าย และสามารถรับรู้ได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งอาจทำได้โดย การจัดกิจกรรมรณรงค์ที่น่าสนใจตลอดจนจัดให้มีวิทยากรเพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องสู่ชุมชนต่างๆ

2) ปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งคือ ทัศนคติด้านสุขภาพ จะเห็นได้ว่าผู้ที่ทัศนคติที่แตกต่างกันย่อมนำมาสู่ความรู้สึกนึกคิด และมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันด้วย ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการในการส่งเสริมให้บุคคลมีทัศนคติด้านสุขภาพที่ดี ตัวอย่างเช่นส่งเสริมให้ประชาชนได้ตระหนักว่าการมีสุขภาพที่ดีไม่ใช่เรื่องยาก และทุกคนสามารถปฏิบัติได้ไม่ว่าจะมีฐานะทางเศรษฐกิจระดับใด

3) ผลการศึกษายังพบว่า เพศมีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองโดยเพศหญิงจะมีการดูแลสุขภาพได้ดีกว่าเพศชาย ดังนั้นควรมีการสนับสนุนจัดกิจกรรมให้ผู้ชายมีการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น

4) จากการศึกษายังพบว่า การอาศัยอยู่ในชุมชนที่มีสถานพยาบาลมีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพ ดังนั้น ภาครัฐควรจัดให้มีสถานพยาบาลภายในชุมชนให้ทั่วถึงและครอบคลุมในทุกพื้นที่เพื่อเป็นทางเลือกหนึ่งของประชาชนที่สามารถเข้าถึงบริการทางสาธารณสุขได้โดยง่าย

4.2.2 ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณที่ศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองแบบตัดขวาง โดยอาศัยข้อมูลจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชากรวัยแรงงานและอาศัยอยู่ในชุมชนเขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร ดังนั้นผู้ที่สนใจศึกษาเรื่องเดียวกันนี้อาจศึกษาเพิ่มเติมในแนวทางอื่นได้ดังนี้

1) ผู้สนใจอาจศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มอื่นได้ เช่น กลุ่มนักเรียน หรืออาจศึกษากลุ่มที่มีอายุมากขึ้น เช่น กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้อยู่อาศัยในชุมชนที่แตกต่างกัน เป็นต้น

2) การศึกษาการดูแลสุขภาพตนเองอาจดำเนินการได้โดยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ และข้อมูลที่ได้อาจนำมาเปรียบเทียบหรือเพิ่มขยายคำอธิบายผลการศึกษาด้วยวิธีวิจัยเชิงปริมาณ

3) นอกจากตัวแปรอิสระทั้ง 4 ตัวข้างต้น ผู้สนใจอาจนำตัวแปรอื่นที่น่าสนใจมาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์กับการดูแลสุขภาพตนเองได้อีก เช่น วัฒนธรรม ศาสนา ประเพณี ความเชื่อต่างๆ เป็นต้น

4) เมื่อเปรียบเทียบผลการศึกษาที่ได้จากการวิเคราะห์ครั้งนี้กับแนวคิดปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองที่ผู้วิจัยนำมาดัดแปลงเป็นกรอบในการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า มีความสอดคล้องกันหลายประการ เช่น ตัวแปรด้านประชากร ได้แก่ เพศ และตัวแปรทางด้านจิตวิทยา ได้แก่ ความรู้ด้านสุขภาพ ทัศนคติด้านสุขภาพ เป็นตัวแปรที่ส่งผลให้เกิดความแตกต่างในการดูแลสุขภาพตนเอง จึงอาจกล่าวได้ว่า แนวคิดปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของประภาเพ็ญ สุวรรณ, Orem และเบญจา ยอดดำเนิน-แอ็ตติกจ์ สามารถนำมาเป็นกรอบในการศึกษาและอธิบายการดูแลสุขภาพตนเองของประชากรได้