



รายงานการวิจัย
เรื่อง

ผลของการใช้โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม
ต่อพฤติกรรมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี
The Effect of Using Holistic Health Care Program to Health Behavior and Quality of Life
among the Elderly in Chonburi Province.

โดย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรรวรรณ น้อยวัฒน์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารยา ประเสริฐชัย

การวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากโครงการบริการวิชาการแก่สังคม (อิงรูปแบบงานวิจัย)

ประจำปี 2559

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ชื่อเรื่อง : ผลของการใช้โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมต่อพฤติกรรมสุขภาพและคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี

ชื่อผู้วิจัย : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรวรรณ น้อยวัฒน์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารยา ประเสริฐชัย

ปีที่แล้วเสร็จ : 2561

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (2) เปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (3) เปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มที่ได้รับและกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (4) เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (5) เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มที่ได้รับและกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (6) ศึกษาการปฏิบัติของครอบครัวภายหลังการได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุ และ (7) ศึกษาการรับรู้ของชุมชนและสังคมภายหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุในกลุ่มชุมชนและสังคม

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยนี้คือ ผู้สูงอายุ ครอบครัว และคนในชุมชนที่อาศัยอยู่ในจังหวัดชลบุรี ได้แก่ ตำบลพลูตาหลวงและตำบลห้วยใหญ่ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 55 คน กลุ่มตัวอย่างได้จากการคัดเลือกตามเกณฑ์และการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เป็นการจัดกิจกรรม 6 ครั้ง ที่ประกอบด้วยกิจกรรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม พฤติกรรมสุขภาพ และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของครอบครัว และการรับรู้ของชุมชนและสังคม เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบประเมินตนเองในด้านการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม พฤติกรรมสุขภาพ และคุณภาพชีวิต มีค่าความเชื่อมั่น 0.81, 0.75 และ 0.87 ตามลำดับ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการใช้โปรแกรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 (2) หลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 (3) กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 (4) หลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p = 0.114$ (5) กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมมีคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p = 0.183$ (6) กลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม มีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติด้านสุขภาพของครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูงร้อยละ 68.2 และกลุ่มเปรียบเทียบอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 63.6 (7) กลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม มีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ของชุมชนและสังคม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูงร้อยละ 54.5 และกลุ่มเปรียบเทียบอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 54.5

คำสำคัญ : โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม พฤติกรรมสุขภาพ คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ

Research Title : The Effect of Using Holistic Health Care Program to Health Behavior and Quality of Life among the Elderly in Chonburi Province.

Researchers : Assistant Professor Orawan Noiwat and Assistant Professor Dr. Araya Prasertchai

Year : 2018

Abstract

The objectives of this research were : (1) to compare holistic health care among the elderly before and after the holistic health care program ; (2) to compare health behaviors among the elderly before and after the holistic health care program; (3) to compare health behaviors among the elderly in the experimental group and the comparison group; (4) to compare quality of life among the elderly before and after the holistic health care program; (5) to compare quality of life among the elderly in the experimental group and the comparison group; (6) to study health behaviors of the families in the experimental group after the holistic health care program; and (7) to study community and social perception in the experimental group after the holistic health care program.

The samples consisted of fifty elderly from Tambol Plutaluang and Tambol Huayyai, Chonburi Province. The samples were divided in the experimental and comparison groups, 55 each by selection criteria and simple random sampling. The experimental instruments was holistic health care program with six-items activities. The activities had five aspects ; namely, holistic health care, health behaviors , quality of life among the elderly, health behaviors of the families, and community and social perception. Data were collected by self-report about holistic health care, health behaviors, quality of life among the elderly with the reliability of 0.81, 0.75, and 0.87. Data were collected before and after the experiment. The statistics used to analyze the data were percentage, mean, standard deviation, and t-test statistic.

The results of the study showed that the average score of holistic health care : (1) posttest of the experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of holistic health care higher than that before the experiment at the level of 0.001; (2) posttest of the experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of health behaviors higher than that before the experiment at the level of 0.001; (3) experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of health behaviors higher than that of comparison group at the level of 0.001; (4) posttest of the experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of quality of life higher than that before the experiment but not significant ($p=0.114$); (5) the experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of quality of life higher than that of comparison group but not significant ($p =0.183$); (6) posttest of the experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of health behaviors of the families at high level 68.2% and comparison group at moderate level 63.6% ; and (7) posttest of the experimental group elderly participating in the holistic health care program had an average score of community and social perception at high level 54.5% and comparison group at moderate level 45.5%.

Keyword(s) : Holistic health care program , Health behaviors , Quality of life , Elderly

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยเรื่องผลของการใช้โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมต่อพฤติกรรมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งของที่ปรึกษาโครงการวิจัย และผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ รวมทั้งทีมวิทยากร ผู้ช่วยนักวิจัย และทุกท่านที่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณทุกท่าน ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือเพื่อให้การวิจัยสำเร็จไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกขอบพระคุณในความกรุณาของทุกท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูง

ส่วนหนึ่งของความสำเร็จในครั้งนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณวิทยากรทุกท่าน ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลพลูตาหลวง เพื่อนร่วมงานและสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ซึ่งให้ความช่วยเหลือทุกเรื่องมาอย่างดี จึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ ที่นี้

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรรวรรณ น้อยวัฒน์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารยา ประเสริฐชัย



สารบัญ

หน้า	
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	ง
สารบัญ.....	จ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	5
สมมติฐานการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	9
ข้อจำกัดการวิจัย.....	10
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	10
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.....	12
แนวคิดและทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษาวิจัย.....	14
การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุ.....	25
พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ.....	28
คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ.....	30
ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	36
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	38
รูปแบบการวิจัย.....	38
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	39
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	41

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การดำเนินการทดลอง.....	47
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	48
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	48
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
ส่วนที่ 1 ข้อมูลลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง.....	51
ส่วนที่ 2 การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง.....	58
ส่วนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง.....	61
ส่วนที่ 4 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง.....	63
ส่วนที่ 5 การปฏิบัติของครอบครัว ภายหลังจากได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพ แบบองค์รวมของผู้สูงอายุ.....	66
ส่วนที่ 6 การรับรู้ของชุมชนและสังคมภายหลังจากได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพ แบบองค์รวมของผู้สูงอายุ.....	67
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	68
สรุปการวิจัย.....	68
อภิปรายผล.....	74
ข้อเสนอแนะ.....	77
บรรณานุกรม.....	79
ภาคผนวก.....	85
ก รายงานผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือ	
ข ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย	
ค แผนการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	
ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	
จ การวิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้อง (Index of item Object Congruence - IOC)	
ประวัติผู้วิจัย	

สารบัญตาราง

	หน้า	
ตารางที่ 3.1	ค่าความเที่ยงตรงของแบบประเมินตนเองเรื่องผลของการใช้โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมต่อพฤติกรรมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี.....	46
ตารางที่ 3.2	ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบประเมินตนเองเรื่องผลของการใช้โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมต่อพฤติกรรมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดชลบุรี.....	47
ตารางที่ 4.1	จำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตามกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในกลุ่มผู้สูงอายุ.....	51
ตารางที่ 4.2	จำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตามกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในกลุ่มครอบครัวหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ.....	55
ตารางที่ 4.3	จำนวนและร้อยละของลักษณะประชากร จำแนกตามกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในกลุ่มคนในชุมชน.....	57
ตารางที่ 4.4	คะแนนเฉลี่ยการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง.....	59
ตารางที่ 4.5	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของระดับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม.....	60
ตารางที่ 4.6	การเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ.....	60
ตารางที่ 4.7	คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง.....	61
ตารางที่ 4.8	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของระดับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม.....	62
ตารางที่ 4.9	การเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ.....	62
ตารางที่ 4.10	คะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง.....	63

ตารางที่ 4.11	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม.....	64
ตารางที่ 4.12	การเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ก่อนและหลังได้รับ โปรแกรมการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ.....	65
ตารางที่ 4.13	คะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติของครอบครัว ภายหลังจากได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพ แบบองค์รวมของผู้สูงอายุ.....	66
ตารางที่ 4.14	คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ของชุมชนและสังคม ภายหลังจากได้รับโปรแกรมการดูแลสุขภาพ แบบองค์รวมของผู้สูงอายุ.....	67



สารบัญภาพ

		หน้า
ภาพที่ 1.1	กรอบแนวคิดการวิจัย.....	9
ภาพที่ 2.1	สุขภาพแบบองค์รวมระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคม.....	27

