

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ สถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ และความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุกับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่อาศัยอยู่ในตำบลคลองทราย อำเภอนาทวี จังหวัดสงขลา เก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1 เดือนตุลาคม ถึง 15 ตุลาคม 2556 ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้นำเสนอโดยการบรรยายประกอบตาราง ตามลำดับดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล
2. ผลการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ
3. ผลการศึกษาสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ
4. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ
5. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุกับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

ผลการศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มผู้สูงอายุ วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ ดังตาราง 3

ตาราง 3 แสดงจำนวนและร้อยละ ด้านปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง (n = 258)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	115	44.6
หญิง	143	55.4
อายุ		
60 – 69 ปี	128	49.6
70 – 79 ปี	96	37.2
80 ปีขึ้นไป	34	13.2
สถานภาพสมรส		
โสด	5	2.0
คู่	154	60.0
หย่า/หม้าย	94	36.0
แยก	5	2.0
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้เรียนหนังสือ	44	17.0
ประถมศึกษา	200	77.5
มัธยมศึกษา	10	3.9
ปวช./ปวส.	3	1.2
ปริญญาตรี	1	0.4
รายได้		
มีรายได้	258	100.0
ความเพียงพอของรายได้		
พอใช้	213	82.6
ไม่พอใช้	45	17.4
ลักษณะครอบครัว		
อยู่คนเดียว	20	7.8
อยู่กับคู่สมรส	113	43.8
อยู่กับบุตรหลาน	61	23.6
อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	64	24.8

จากตาราง 3 ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ ลักษณะครอบครัว ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 55.44 มีอายุในช่วง 60-69 ปี ร้อยละ 49.6 มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 60 จบการศึกษาระดับ

ประถมศึกษา ร้อยละ 77.5 ผู้สูงอายุมีรายได้ทุกคนและส่วนใหญ่เพียงพอต่อการใช้จ่ายร้อยละ 82.6 และได้อาศัยอยู่กับคู่สมรส ร้อยละ 43.8

ผลการศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้ศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุตามแนวคิดทฤษฎีของโอเร็ม ประกอบด้วยกิจกรรมทั้งหมด 3 ด้าน คือ การดูแลตนเองโดยทั่วไป การดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ และการดูแลตนเองตามการเบี่ยงเบนทางสุขภาพ โดยวิเคราะห์ข้อมูลทั้งรายด้านและโดยรวมด้วยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังรายละเอียดตามตาราง 4 ดังนี้

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างด้านการดูแลตนเองโดยทั่วไป รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการดูแล ตนเอง
การปฏิบัติตนในเรื่องการรับประทานอาหาร น้ำ			
การได้รับอากาศที่เพียงพอ	1.86	0.42	ปานกลาง
1. ท่านรับประทานอาหาร เช่น ปลา เนื้อสัตว์ไม่ ติดมัน ผักและผลไม้ หลากหลาย	2.34	0.60	ดี
2. ท่านดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว	1.82	1.19	ปานกลาง
3. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ยาดอง เป็นต้น	2.30	0.74	ดี
4. ท่านจัดที่อยู่อาศัยให้สะอาดและมีอากาศถ่ายเท ได้สะดวก	0.50	0.93	ไม่ดี
5. ท่านหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ผู้สูบบุหรี่	2.34	0.72	ดี

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อความคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการดูแล ตนเอง
การปฏิบัติตนเพื่อให้มีการขับถ่ายและระบายของ เสียเป็นไปตามปกติ			
1. ท่านมักกลั้นปัสสาวะเป็นเวลานาน ๆ	1.06	0.53	ปานกลาง
2. ท่านใช้ยาระบายเมื่อมีอาการท้องผูก	0.67	0.75	ไม่ดี
3. ท่านถ่ายอุจจาระ 1-2 วันต่อครั้ง	0.75	0.83	ไม่ดี
	1.75	0.99	ปานกลาง
การปฏิบัติตนในการออกกำลังกาย การนอนหลับ พักผ่อน			
1. ท่านออกกำลังกายแต่ละครั้งไม่น้อยกว่า 30 นาที เช่น การเดินเร็ว การถีบจักรยาน ว่ายน้ำพลอง หรืออื่น ๆ	1.84	0.52	ปานกลาง
2. ในแต่ละวันท่านทำงานที่ต้องออกแรง เช่น ทำกับข้าว ล้างจาน กวาดบ้าน ถูบ้าน ซักผ้า และ รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น	1.65	1.03	ปานกลาง
3. ท่านรับประทานยานอนหลับ เมื่อนอนไม่หลับ	2.28	1.54	ดี
4. ท่านนอนหลับรวมทั้งกลางวันและกลางคืน รวมกันวันละไม่น้อยกว่า 7-8 ชั่วโมง	0.46	0.78	ไม่ดี
5. ท่านทำกิจกรรมการผ่อนคลายก่อนเข้านอน เช่น ดูโทรทัศน์ สวดมนต์ เป็นต้น	2.31	0.80	ดี
	2.53	0.68	ดี
การปฏิบัติตนเพื่อการใช้เวลาว่างเป็นส่วนตัว และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น			
1. ท่านไปร่วมงานประเพณี งานบุญ หรือกิจกรรม อื่น ๆ ของชุมชน	2.36	0.55	ดี
2. ท่านมีเวลาเป็นส่วนตัวของท่านเองตามที่ต้องการ	2.29	0.82	ดี
3. ท่านทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัวเสมอ ๆ เช่น รับประทานอาหารร่วมกัน ดูโทรทัศน์ร่วมกัน หรือไปนอกบ้านด้วยกัน	2.46	0.62	ดี
	2.26	0.87	ดี

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อความคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการดูแล ตนเอง
4. ท่านปฏิบัติตนเพื่อสร้างมิตร ให้ความรัก ความผูกพัน กับบุคคลรอบข้างเพื่อจะได้พึ่งพาซึ่งกันและกัน	2.41	0.67	ดี
การปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันอันตรายต่อชีวิต	2.22	0.51	ดี
1. ท่านจัดเก็บข้าวของในบ้านไว้อย่างเป็นระเบียบ	2.29	0.73	ดี
2. ท่านไม่เปลี่ยนท่าทางหรืออิริยาบถอย่าง กะทันหัน	1.69	0.89	ปานกลาง
3. ท่านใช้ความระมัดระวังทุกครั้งที่ข้ามถนนหรือ ลงบันได	2.69	0.58	ดี
การปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการ	2.37	0.51	ดี
1. ท่านอาบน้ำทำความสะอาดร่างกายด้วยสบู่ อย่างน้อย วันละ 1 ครั้ง	2.57	0.65	ดี
2. ท่านดูแลความสะอาดช่องปากและฟัน อย่างน้อย วันละ 2 ครั้ง	2.48	0.69	ดี
3. ท่านล้างมือทุกครั้งหลังสัมผัสสิ่งสกปรก	2.47	0.72	ดี
4. ท่านสังเกตอาการผิดปกติต่าง ๆ ที่อาจเกิดกับ ตนเอง เช่น เวียนศีรษะ หน้ามืด ใจสั่น ปัสสาวะบ่อย เป็นต้น	2.16	0.85	ดี
5. ท่านพูดคุยสอบถาม หรือหาความรู้จากแหล่ง อื่น ๆ เช่น หนังสือ วิทยุ โทรทัศน์ เพื่อการดูแล สุขภาพของตนเองให้ดี	2.16	0.79	ดี
รวม	1.99	0.32	ปานกลาง

ตาราง 4 ผลการศึกษาการดูแลตนเองโดยทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า การดูแลตนเองที่
จำเป็นโดยทั่วไป อยู่ในระดับปานกลาง โดยพบว่า การปฏิบัติตนในเรื่องการรับประทานอาหาร น้ำ การได้รับ
อากาศที่เพียงพอ อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.86 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีการดูแล
ตนเองอยู่ในระดับดี ได้แก่ การรับประทานอาหาร เช่น ปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ผักและผลไม้ หลากหลาย
การหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ผู้สูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ยาตอง เป็นต้น มี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.34, 2.34 และ 2.30 ตามลำดับ การดูแลตนเองในระดับปานกลาง ได้แก่ การดื่ม

น้ำวันละ 6-8 แก้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.82 และการดูแลตนเองในระดับไม่ดี ได้แก่ การจัดที่อยู่อาศัยให้สะอาดและมีอากาศถ่ายเทได้สะดวก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.50

ด้านการปฏิบัติตนเพื่อให้มีการขับถ่ายและระบายของเสียเป็นไปตามปกติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ได้แก่ การถ่ายอุจจาระ 1-2 วันต่อครั้ง การดูแลตนเองในระดับไม่ดี ได้แก่ การใช้ยาระบายเมื่อมีอาการท้องผูก และมักกลิ่นปัสสาวะเป็นเวลานาน ๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.75 และ 0.67 ตามลำดับ

ด้านการปฏิบัติตนในการออกกำลังกาย การนอนหลับพักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ได้แก่ การทำกิจกรรมการผ่อนคลายก่อนเข้านอน เช่น ดูโทรทัศน์ สวดมนต์ เป็นต้น การนอนหลับรวมทั้งกลางวันและกลางคืน รวมกันวันละไม่น้อยกว่า 7-8 ชั่วโมง และการทำงานที่ต้องออกแรง เช่น ทำกับข้าว ล้างจาน กวาดบ้าน ถูบ้าน ซักผ้า และรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.53, 2.31 และ 2.28 ตามลำดับ ส่วนการดูแลตนเองในระดับปานกลาง ได้แก่ การออกกำลังกายแต่ละครั้งไม่น้อยกว่า 30 นาที เช่น การเดินเร็ว การถีบจักรยาน ไร่ไม้พลอง หรืออื่น ๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.65 และการดูแลตนเองในระดับไม่ดี ได้แก่ การรับประทานยานอนหลับเมื่อนอนไม่หลับ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.46

ด้านการปฏิบัติตนเพื่อการใช้เวลาว่างเป็นส่วนตัวและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น อยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ได้แก่ การมีเวลาเป็นส่วนตัวของผู้สูงอายุ ตามที่ ต้อง มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 2.46 รองลง คือ การปฏิบัติตนเพื่อสร้างมิตร ให้ความรัก ความผูกพันกับบุคคลรอบข้างเพื่อจะได้พึ่งพาซึ่งกันและกัน การไปร่วมงานประเพณี งานบุญ หรือกิจกรรมอื่น ๆ ของชุมชน และการทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัวเสมอ ๆ เช่น รับประทานอาหารร่วมกัน ดูโทรทัศน์ร่วมกัน หรือไปนอกบ้านด้วย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.41, 2.29 และ 2.26 ตามลำดับ

ด้านการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันอันตรายต่อชีวิต อยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ได้แก่ การใช้ความระมัดระวังทุกครั้งที่ข้ามถนนหรือลงบันได มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.69 รองลงมา คือ การจัดเก็บข้าวของในบ้านไว้อย่างเป็นระเบียบ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.29 ส่วนการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ การไม่เปลี่ยนท่าทางหรืออิริยาบถอย่างกะทันหัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.69

ด้านการปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการ อยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ทุกข้ออยู่ในระดับดี ได้แก่ การอาบน้ำทำความสะอาดร่างกายด้วยสบู่อย่างน้อย วัน 1 ครั้ง มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 2.57 รองลงมา คือ การดูแลความสะอาดช่องปากและฟัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง การล้างมือทุกครั้งหลังสัมผัสสิ่งสกปรก การสังเกตอาการผิดปกติต่าง ๆ ที่อาจเกิดกับตนเอง เช่น เวียนศีรษะ หน้ามืด ใจสั่น ปัสสาวะบ่อย เป็นต้น และการพูดคุย สอบถาม หรือหาความรู้จากแหล่งอื่น ๆ เช่น หนังสือ วิทยุ โทรทัศน์ เพื่อการดูแลสุขภาพของตนเองให้ดี ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.48, 2.47, 2.16 และ 2.16 ตามลำดับ

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง
ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการดูแล ตนเอง
ด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ			
1. เมื่อท่านรู้สึกโกรธ เสียใจ หรือหงุดหงิด จะเก็บอารมณ์ไว้คนเดียว ไม่บอกให้ใครทราบ	1.28	0.93	ปานกลาง
2. ท่านยอมรับได้กับร่างกายของท่านเสื่อมถอยลง	2.25	0.82	ดี
3. ท่านยอมรับว่าการที่บุคคลที่รักเสียชีวิตเป็นเรื่องของธรรมชาติที่ไม่สามารถฝืนได้	2.22	0.77	ดี
4. ท่านแสวงหาความรู้เกี่ยวกับสาเหตุของความเจ็บป่วยของท่าน	2.08	0.77	ดี
รวม	1.96	0.54	ปานกลาง

จากตาราง 5 ผลการศึกษาการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า การยอมรับได้กับที่ร่างกายเสื่อมถอยลง มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 2.25 รองลงมา คือ ยอมรับว่าการที่บุคคลที่รักเสียชีวิตเป็นเรื่องของธรรมชาติที่ไม่สามารถฝืนได้ มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.22 แสวงหาความรู้เกี่ยวกับสาเหตุของความเจ็บป่วยของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.08 และรู้สึกโกรธ เสียใจ หรือหงุดหงิด จะเก็บอารมณ์ไว้คนเดียว ไม่บอกให้ใครทราบ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.28

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง
ด้านการดูแลตนเองตามการเบี่ยงเบนทางสุขภาพ รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการดูแล ตนเอง
ด้านการดูแลตนเองตามการเบี่ยงเบนทางสุขภาพ			
1. เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านไปพบแพทย์หรือบุคลากร สาธารณสุข	2.49	0.62	ดี
2. เมื่อท่านเจ็บป่วย ได้รับประทานยาและปฏิบัติ ตามแพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุขแนะนำ	2.62	0.54	ดี
3. ท่านมีบุคคลที่ท่านพึ่งพาได้ในยามเจ็บป่วย	2.62	0.57	ดี
รวม	2.58	0.48	ดี

จากตาราง 6 ผลการศึกษาการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ด้านการดูแลตนเองตามการเบี่ยงเบนทางสุขภาพ อยู่ในระดับดี เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า มีบุคคลที่ท่านพึ่งพาได้ในยามเจ็บป่วยและเมื่อเจ็บป่วย ได้รับประทานยาและปฏิบัติตามแพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุขแนะนำ มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 2.62 รองมา คือ เมื่อเจ็บป่วยท่านไปพบแพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.49

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง
รายด้าน และโดยรวม (n=258)

พฤติกรรมดูแลตนเอง 3 ด้าน	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	ระดับการดูแล ตนเอง
1. ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป	1.99	0.32	ปานกลาง
2. ด้านการดูแลตนเองตามระยะ พัฒนาการ	1.96	0.54	ปานกลาง
3. ด้านการดูแลตนเองตามการเบี่ยงเบน สุขภาพ	2.58	0.48	ดี
รวม	2.04	0.30	ดี

จากตาราง 7 จากการศึกษาการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ จำแนกรายด้าน พบว่า ด้านที่ผู้สูงอายุมีการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี คือ ด้านการดูแลตนเองตามการเบี่ยงเบนทางสุขภาพ มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.58 ส่วนด้านที่ผู้สูงอายุมีการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง มี 2 ด้าน ได้แก่ ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 1.99 และด้านการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 1.96

ตาราง 8 จำนวน และร้อยละ ของระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง โดยรวม (n=258)

ระดับพฤติกรรมการดูแลตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับดี	133	51.6
ระดับปานกลาง	125	48.4
ระดับไม่ดี	0	0.0

รวมการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี ($\bar{x} = 2.04, S.D. = 0.30$)

จากตาราง 8 พบว่า ผู้สูงอายุ ร้อยละ 51.6 มีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับดี และร้อยละ 48.4 มีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการศึกษาสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้ศึกษาสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุตามแนวคิดสุขภาพของพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2552 ประกอบด้วย มิติสุขภาพทั้งหมด 4 ด้าน คือ สุขภาพทางกาย สุขภาพทางจิตใจ สุขภาพทางสังคม สุขภาพทางปัญญา โดยวิเคราะห์ข้อมูลทั้งรายด้านและโดยรวมด้วยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังรายละเอียดตามตาราง 9 ดังนี้

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสถานะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ด้านสุขภาพทางกาย รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับสถานะ สุขภาพ
สถานะสุขภาพทางกาย			
1. ท่านมักหลงลืมเรื่องราวต่าง ๆ ได้ง่าย	1.56	0.83	ปานกลาง
2. ท่านยังมองเห็นได้ดี	2.16	0.73	ดี
3. ท่านยังได้ยินเสียงได้ดี	2.21	0.77	ดี
4. ท่านป่วยเป็นโรคเรื้อรัง (เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ มะเร็ง หลอดเลือดในสมอง)	0.79	0.78	ไม่ดี
5. ท่านกลั้นปัสสาวะไม่อยู่	0.83	0.92	ไม่ดี
6. ท่านสามารถเดินไปไหนมาไหนได้ด้วยตนเอง หรือใช้ไม้เท้า	2.38	1.05	ดี
7. ท่านเคี้ยวและกลืนอาหารลำบาก	1.12	1.05	ปานกลาง
8. ท่านปวดตามข้อแขนและขา	1.64	0.88	ปานกลาง
9. ท่านป่วยเป็นหวัดบ่อยๆ	1.05	0.71	ปานกลาง
10. ท่านสามารถช่วยตนเองในกิจวัตรประจำวัน เช่น อาบน้ำ แต่งตัว กินอาหาร เข้าห้องน้ำ เคลื่อนไหวในบ้าน	2.79	0.50	ดี
11. ท่านสามารถทำงานที่ต้องใช้กำลังมากหรือ ออกกำลังกายได้โดยไม่เหน็ดเหนื่อยง่าย	1.82	0.97	ปานกลาง
รวม	1.68	0.37	ปานกลาง

จากตาราง 9 พบว่า ผู้สูงอายุมีสถานะสุขภาพทางกายโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ระดับสุขภาพทางกายดี ได้แก่ ความสามารถช่วยตนเองในกิจวัตรประจำวันได้ เช่น อาบน้ำ แต่งตัว กินอาหาร เข้าห้องน้ำ เคลื่อนไหวในบ้าน เป็นต้น มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 2.79 รองลงมา คือ ความสามารถเดินไปไหนมาไหนได้ด้วยตนเองหรือใช้ไม้เท้า การได้ยินเสียงได้ดี และการมองเห็นได้ดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.38, 2.21 และ 2.16 ตามลำดับ

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสถานะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ด้านสุขภาพทางจิตใจ รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับสถานะ สุขภาพ
สุขภาพทางจิตใจ			
1. ท่านมั่นใจว่าสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงเกิดขึ้น	1.89	0.78	ปานกลาง
2. ท่านไม่มั่นใจที่จะเผชิญเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต	1.54	0.83	ปานกลาง
3. ท่านรู้สึกกังวลใจกับเรื่องทุกเรื่องที่มากระทบตัวท่าน	1.59	0.75	ปานกลาง
4. ท่านเห็นว่าปัญหาส่วนใหญ่เป็นสิ่งที่แก้ไขได้	2.13	0.77	ดี
5. ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์	0.90	0.89	ไม่ดี
6. ท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านลำบากเมื่อยามแก่เฒ่า	1.06	0.97	ปานกลาง
7. ท่านรู้สึกพึงพอใจกับฐานะทางสังคมและความเป็นอยู่ของท่าน	2.31	0.74	ดี
8. ท่านยังต้องการงานให้มีรายได้มากกว่าเดิม	1.69	0.99	ปานกลาง
9. ท่านสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองมากกว่าพึ่งคนอื่น	2.18	0.83	ดี
10. ท่านรู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง	0.51	0.79	ไม่ดี
รวม	1.58	0.40	ปานกลาง

จากตาราง 10 พบว่า ผู้สูงอายุมีสถานะสุขภาพทางจิตใจโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ระดับสุขภาพทางจิตใจดี ได้แก่ รู้สึกพึงพอใจกับฐานะทางสังคมและความเป็นอยู่ของท่าน มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 2.31 รองลงมา คือ ความสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองมากกว่าพึ่งคนอื่น การเห็นว่าปัญหาส่วนใหญ่เป็นสิ่งที่แก้ไขได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.18 และ 2.13 ตามลำดับ

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสถานะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ด้านสุขภาพทางสังคม รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับสถานะ สุขภาพ
สุขภาพทางสังคม			
1. ท่านได้รับการเอาใจใส่ดูแลจากบุคคลในครอบครัว	2.50	0.61	ดี
2. เมื่อท่านมีความทุกข์ไม่สามารถจะปรับทุกข์กับคนในครอบครัวได้	1.29	1.00	ปานกลาง
3. เมื่อเจ็บป่วยท่านมีคนในครอบครัวดูแล	2.51	0.63	ดี
4. ท่านมีกิจกรรมกับคนในครอบครัวเสมอ ๆ เช่น การรับประทานอาหาร ทำงานบ้าน ดูโทรทัศน์ ไปท่องเที่ยว	2.31	0.77	ดี
5. ท่านมีเพื่อนที่ติดต่อพูดคุยกันอยู่เสมอ	2.26	0.74	ดี
6. ท่านมีโอกาสได้คุยกับเพื่อนบ้านและเพื่อนในวัยเดียวกันน้อยมาก	1.87	0.84	ปานกลาง
7. ท่านเข้าร่วมงานบุญประเพณีเสมอ เช่น งานชักพระ งานวันสารทเดือนสิบ วันฮารีรายอ เป็นต้น	2.27	0.84	ดี
8. ท่านเข้าร่วมชมรมต่าง ๆ ในหมู่บ้าน เช่น ชมรมผู้สูงอายุ เป็นกรรมการหมู่บ้าน หรือเป็นสมาชิกของกลุ่มต่าง ๆ ในหมู่บ้าน	1.99	0.97	ปานกลาง
รวม	2.13	0.43	ดี

จากตาราง 11 พบว่า ผู้สูงอายุมีสถานะสุขภาพทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณา รายข้อ พบว่า ระดับสุขภาพทางสังคมดี ได้แก่ เมื่อเจ็บป่วยมีคนในครอบครัวดูแล มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 2.51 รองลงมา คือ ได้รับการเอาใจใส่ดูแลจากบุคคลในครอบครัว มีกิจกรรมกับคนในครอบครัวเสมอ ๆ เช่น การรับประทานอาหาร ทำงานบ้าน ดูโทรทัศน์ ไปท่องเที่ยว การเข้าร่วมงานบุญประเพณีเสมอ เช่น งานชักพระ งานวันสารทเดือนสิบ วันฮารีรายอ เป็นต้น มีเพื่อนที่ติดต่อพูดคุยกันอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.50, 2.31, 2.27 และ 2.26 ตามลำดับ

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพทาง
ปัญหา รายข้อ (n=258)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับสถานะ สุขภาพ
สุขภาพทางปัญหา			
1. ท่านยึดหลักศาสนาและปฏิบัติตามหลักศาสนา ที่ท่านนับถือ	2.39	0.74	ดี
2. ท่านมีความยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักคุณธรรม ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น	2.36	0.71	ดี
3. ท่านใช้หลักคำสอนทางศาสนาแก้ไขปัญหาชีวิต	2.26	0.76	ดี
4. ท่านคิดว่าท่านมีอิสรภาพในการดำรงชีวิต	2.45	0.65	ดี
5. ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเสมอเมื่อมีโอกาส	2.22	0.68	ดี
6. ท่านให้โอกาสผู้อื่นก่อนตนเองเสมอ	2.07	0.71	ดี
7. ท่านมักเสียสละแรงกายหรือทรัพย์สินเพื่อ ประโยชน์ส่วนรวมโดยหวังผลตอบแทน	1.42	1.07	ปานกลาง
8. ท่านรู้สึกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์	2.35	0.63	ดี
9. ท่านรู้สึกยินดีกับความสำเร็จของคนอื่น	2.48	0.60	ดี
รวม	2.22	0.47	ดี

จากตาราง 12 พบว่า ผู้สูงอายุมีสถานะสุขภาพทางปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณา
รายข้อ พบว่า ระดับสุขภาพทางปัญหาดี ได้แก่ การรู้สึกยินดีกับความสำเร็จของคนอื่น มีค่าเฉลี่ย
สูงสุดเท่ากับ 2.48 รองลงมา คือ การคิดว่าท่านมีอิสรภาพในการดำรงชีวิต การยึดหลักศาสนาและ
ปฏิบัติตามหลักศาสนาที่ท่านนับถือ มีความยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักคุณธรรมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
รู้สึกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์ ใช้หลักคำสอนทางศาสนาแก้ไขปัญหาชีวิต ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเสมอ
เมื่อมีโอกาส ให้โอกาสผู้อื่นก่อนตนเองเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.45, 2.39, 2.36, 2.35, 2.26, 2.22
และ 2.07 ตามลำดับ

ตาราง 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับสถานะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง รายด้าน (n=258)

สถานะสุขภาพ 4 ด้าน	ค่าเฉลี่ย (\bar{x})	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	ระดับสถานะสุขภาพ
1. สุขภาพทางกาย	1.68	0.37	ปานกลาง
2. สุขภาพทางจิตใจ	1.58	0.40	ปานกลาง
3. สุขภาพทางสังคม	2.13	0.43	ดี
4. สุขภาพทางปัญญา	2.22	0.47	ดี
รวม	1.88	0.28	ปานกลาง

จากตาราง 13 จากการศึกษาสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ จำแนกรายด้าน พบว่า ผู้สูงอายุมีสถานะสุขภาพอยู่ในระดับดี 2 ด้าน ได้แก่ ด้านสังคม มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.13 และ ด้านปัญญา มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.22 ส่วนสถานะสุขภาพโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.88

ตาราง 14 จำนวน และร้อยละ ของระดับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยรวม (n=258)

ระดับสถานะสุขภาพ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับดี	78	30.2
ระดับปานกลาง	180	69.8
ระดับไม่ดี	0	0.0
รวมสถานะสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 1.88$, S.D. = 0.28)		

จากตาราง 14 พบว่า ผู้สูงอายุ ร้อยละ 69.8 มีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และร้อยละ 30.2 มีการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับดี

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

จากการวิจัย เรื่องพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุกับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ วิทยาลัยศึกษาดำบลคลองทราย อำเภอนาหวี จังหวัดสงขลา ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ โดยข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลที่ศึกษาประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้ ระดับการศึกษา และลักษณะครอบครัว ผลการศึกษาแสดงในตาราง 15

ตาราง 15 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง (n=258)

	ตัวแปร		χ^2 Value	Sig.	Cramer's V
	การดูแลดี	การดูแลปานกลาง			
เพศ			1.75	0.19	-
ชาย					
หญิง					
อายุ			2.34	0.31	-
60 – 69 ปี					
70 – 79 ปี					
80 ปีขึ้นไป					
สถานภาพสมรส			3.74	0.05	-
โสด/หย่า/หม้าย/แยกคู่					
ระดับการศึกษา			1.58	0.45	-
ไม่ได้เรียน					
ประถมศึกษา					
มัธยมศึกษาขึ้นไป					

$\alpha = 0.05$

ตาราง 15 (ต่อ)

	ตัวแปร		χ^2	Sig.	Cramer's V
	การดูแลดี	การดูแลปานกลาง			
รายได้			0.52	0.47	-
พอใช้จ่าย					
ไม่พอใช้จ่าย					
ลักษณะครอบครัว			2.16	0.54	-
อยู่คนเดียว					
อยู่กับคู่สมรส					
อยู่กับบุตรหลาน					
อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน					

จากตาราง 15 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ พบว่า เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ ลักษณะครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุกับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ตาราง 16 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลตนเองกับสถานะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง (n = 258)

ตัวแปร	r	Sig.
พฤติกรรมการดูแลตนเองกับสถานะสุขภาพ	0.66*	0.00

p < 0.05

จากตาราง 16 พบว่าพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุกับสถานะสุขภาพของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05