

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมการดูแลตนเองด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ
จังหวัดสระแก้ว

ชื่อผู้เขียน นายอนุชา ขุนเมือง

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร. หรรษา	เศรษฐบุปผา	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. พิชราภรณ์	อารีย์	กรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. ชวพรพรรณ	จันทร์ประสิทธิ์	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร	สุคำวัง	กรรมการ

บทคัดย่อ

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ทำให้ผู้สูงอายุจำเป็นต้องมีการดูแลตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุข การศึกษาเชิงพรรณนาคครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดสระแก้ว เลือกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจากผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดสระแก้ว จำนวน 70 คน รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน มกราคม ถึงเดือน มีนาคม 2546 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือ แบบสอบถามประกอบด้วย 2 ส่วนคือ 1) ข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ของจินตนา ยูนิพันธุ์ (2534) นำมาวิเคราะห์หาค่าความตรงตามเนื้อหา ได้ค่าความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .94 และหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวิเคราะห์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .94 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านจิตใจโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และรายด้านทั้งหมด 6 ด้านได้แก่ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับด้านการพัฒนาการรู้จักตนเอง ด้านการติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการเผชิญปัญหา ด้านการพัฒนาและดำรงรักษาระบบสนับสนุนทางสังคม ด้านการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน โดยคิดเป็นร้อยละ 58.6, 55.9, 62.9, 50.0, 54.3 และ 54.3 ตามลำดับ

ผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐาน ในการวางแผนเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านจิตใจที่เหมาะสม โดยเฉพาะด้านการเผชิญปัญหา ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสภาพจิตใจที่ดีต่อไป



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title Psychological Self - Care Behaviors of the Elderly Attending an Elderly Club in Sa Kaeo Province

Author Mr. Anucha Kunmuang

M.N.S. Mental Health and Psychiatric Nursing

Independent Study Examining Committee:

Lect. Dr. Hunsu	Sethabouppha	Chairman
Assoc. Prof. Dr. Patcharaporn	Aree	Member
Assoc. Prof. Dr. Chawapornpan	Chanprasit	Member
Asst. Prof. Dr. Khanokporn	Sucamvang	Member

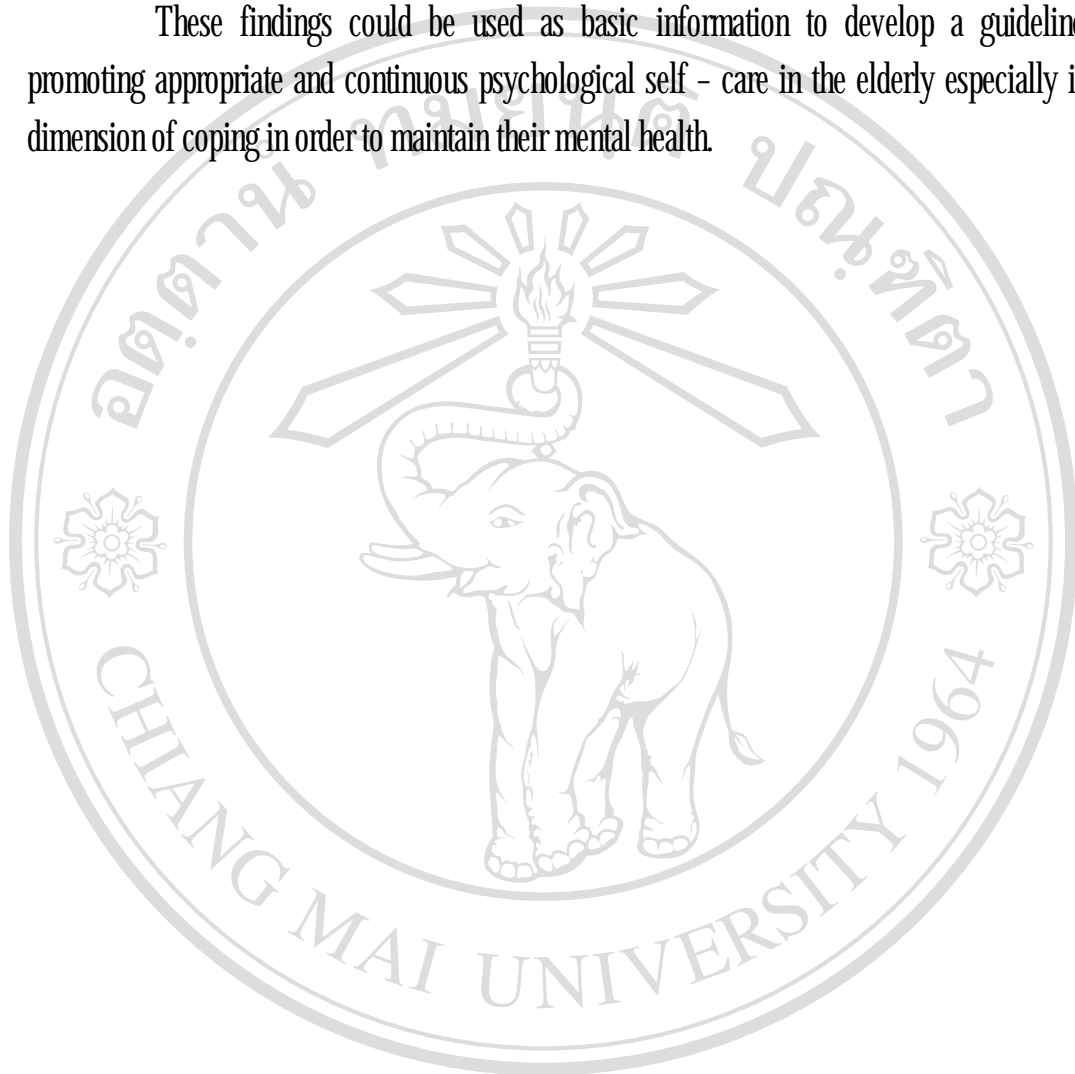
Abstract

The elderly unavoidably have to face with physical, psychological, social, and spiritual changes. Therefore, the elderly need to care for themselves both physically and psychologically in order to live well. The purpose of this descriptive study was to investigate the psychological self – care behaviors of the elderly attending the elderly club in Sa Kaeo Province. The study sample was selected by purposive sampling and consisted of 70 elderly who were the members attending the elderly club in Sa Kaeo Province. Data were collected during January to March, 2003. The instrument was a questionnaire consisting of 2 main parts: 1) demographic data, and 2) the Psychological Self – Care Behaviors of the Elderly modified from the Psychological Self – Care of Thai people developed by Jintana Yunibhund (1991). Content validity index was .94 and reliability was obtained by means of Cronbach’s alpha coefficient which was .94. Data were analyzed by using descriptive statistics.

The study results showed that the elderly psychological self – care behavior was at a moderate level. Considering to each dimension, it was found that self development behavior, effective communication, efficient time management, coping, development and social support

maintenance, and religion activities was also at a moderate level which accounted for 58.6 percent, 55.9 percent, 62.9 percent, 50.0 percent, 54.3 percent and 54.3 percent respectively.

These findings could be used as basic information to develop a guideline for promoting appropriate and continuous psychological self - care in the elderly especially in the dimension of coping in order to maintain their mental health.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved