ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมคุณภาพการนอนต่อการจัดการกับปัญหานอนไม่หลับในผู้สูงอายุที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลศรีสะเกษ

บทคัดย่อ(ภาษาไทย)

ชื่อเรื่อง ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมคุณภาพการนอนต่อการจัดการกับปัญหานอนไม่หลับในผู้สูงอายุที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลศรีสะเกษ

ชื่อผู้วิจัย นางคมเนตร สกุลธนะศักดิ์ , นางวรานุรัตน์ เครืออาจ , น.ส.อัจฉรา อินทรบุตร , น.ส.วิจิตรา ภาดี

ปี พ.ศ. 2554

สถานที่ติดต่อ หน่วยงาน คลินิกพิเศษงานผู้ป่วยนอก

เลขหนังสือ วจ.WY.152

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ เปรียบเทียบคุณภาพการนอนหลับของกลุ่มผู้สูงอายุที่ได้รับการพยาบาลในการจัดการกับปัญหาการนอนไม่หลับกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่มารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลศรีสะเกษ จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 30 คน กลุ่มทดลอง 30 คน โดยจับคู่ให้มีความคล้ายคลึงกันกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ในขณะที่กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมคุณภาพการนอนหลับ พัฒนาขึ้นจากสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุกระทรวงสาธารณสุข โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบประเมินคุณภาพการนอนหลับมีค่าความเที่ยงจากการคำนวณสัมประสิทธิ์แอลฟาครอทบาคเท่ากับ .89 แบบประเมินปัจจัยที่รบกวนการนอนหลับ ค่าความตรงร้อยละ 87 แบบประเมินการจัดการกับปัญหาการนอนหลับของผู้สูงอายุ ค่าความตรงร้อยละ 89 คู่มือสุขลักษณะการนอนหลับ ค่าความตรงร้อยละ 97 วีซีดี สอนเทคนิคการผ่อนคลาย SKT 7 ของ รศ.ดร. สมพร กันทรดุษฎีเตรียมชัยศรี ค่าความตรงร้อยละ 94 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบที (Independent t-test)

ผลการวิจัยพบว่า 1. ผู้สูงอายุ (กลุ่มทดลอง) มีระดับคุณภาพการนอนเชิงอัตนัยระดับ ไม่ดี (ค่าเฉลี่ย = 3.06, SD. = 3.18) และหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมคุณภาพการนอน ทำให้คุณภาพการนอนเชิงอัตนัย เพิ่มขึ้นเป็นระดับดี (ค่าเฉลี่ย = 1.17, SD = 0.65) และ ประสิทธิผลขององค์ประกอบการนอนทั้งสี่องค์ประกอบ เพิ่มขึ้น ในระดับร้อยละ 65-75 เป็นร้อยละ 75-84

2. คุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุ (กลุ่มทดลอง)สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ . 05 (t = 1.27, P-value . 004)

Abstract

This research is a quasi-experimental research. For the purpose. Comparison of sleep quality of older peoples receiving care in dealing with problems with insomnia who received usual care. The sample is older peoples who receive services in Outpatient departments, Sisaket hospital. As a control group of 60 peoples 30 peoples 30 peoples by matching the experimental groups were similar in the control group received usual care. The experimental group received the quality of sleep. Developed from the Institute of Geriatric Medicine, Department of Health. By using a specific sampling method. Instruments used in this study is to assess the quality of sleep with the precision of the calculated coefficient alpha was .89 for assessment of factors that interfere with sleep. 87 percent of the direct assessment of dealing with sleep problems of the elderly. 89 percent of the value of your sleep hygiene. The 97 percent match.CD teaches relaxation techniques SKT 7 of the Asst.Prof. Guntaradusadeeteamchaisi sompon.The data were analyzed by 94 per cent of the average standard deviation of the test statistics (Independent t-test).

The major finding were as follows.

1. The older peoples (experimental group) and subjective sleep quality-oriented pre-trial level is not good (Mean = 3.06, SD .= 3.18) and after the trial level good (Mean = 1.17, SD .= 0.65) and the effectiveness of the four elements that normally lie in the first trial after trial in the 65-75 percent level of 75-84 percent.

2. The quality of sleep of the older peoples (experimental group) after the application has been enhancing the quality of sleep than the control group. The statistical significance level of .05 (t = 1.27, P-value =. 004).