

บทที่ 5

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพในสาขาอายุรศาสตร์ของโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ

ประชากรในการศึกษานี้ เป็นพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติแผนกสาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์จำนวน 110 คน โดยเลือกขนาดตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) โดยใช้เครื่องมือแบบสอบถาม (structured questionnaire) จำนวน 20 ข้อ เป็นข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลเกี่ยวกับเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI) การศึกษาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยมีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's alpha coefficient 0.8406 ค่าความเที่ยงตรง 0.6515 โดยเทียบกับแบบวัด WHOQOL-100 ฉบับภาษาไทยที่องค์การอนามัยโลกยอมรับอย่างเป็นทางการ โดยผู้ทำการศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลสำเร็จรูป

5.1 สรุปผลการศึกษาวิจัย

การสรุปผลการวิจัย ขอนำเสนอเป็นภาพรวม และข้อสรุปผลการศึกษาวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ เป็นไปตามวัตถุประสงค์ดังนี้

5.1.1 พยาบาลวิชาชีพเป็นเพศหญิงมากที่สุด ร้อยละ 97.30 เพศชายร้อยละ 2.70 อายุเฉลี่ย 28.79 ปี โดยมีจำนวนมากที่สุดอยู่ในช่วง 20-39 ปี ร้อยละ 92.70 ระดับการศึกษาจบปริญญาตรีมากที่สุดร้อยละ 91.80 มีสถานภาพโสดร้อยละ 89.10 มีโรคประจำตัวร้อยละ 20.90 โดยเป็นโรคภูมิแพ้มากที่สุด มีการนอนหลับมากที่สุดวันละ 5 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 62.70 และมีการใช้ยานอนหลับร้อยละ 5.50 ไม่ดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ร้อยละ 79.10 มีการดื่มกาแฟเพื่อไม่ให้ง่วงนอนขณะปฏิบัติงานร้อยละ 57.30 มีการออกกำลังกายน้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ร้อยละ 54.50 ไม่เคยออกกำลังกายคิดเป็นร้อยละ 40.00 มีรายได้เฉลี่ย 30,001-40,000 บาทร้อยละ 60.00 มีประสบการณ์การปฏิบัติงานเฉลี่ย 6.00 ปี และเป็นระดับผู้ปฏิบัติงานร้อยละ 91.80 จำนวนครั้งในการขึ้นเวรต่อเดือนของพยาบาลพบว่า มีจำนวนเวรเช้าเฉลี่ย 13 ครั้งต่อเดือน มีจำนวนเวรบ่ายเฉลี่ย 10 ครั้งต่อเดือน และมีจำนวนเวรดึกเฉลี่ย 10 ครั้งต่อเดือน ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาพยาบาลที่ลงเวรดึกและต้องไปรับงานคิดเป็นร้อยละ 7.30 และมีปัญหาในหน่วยงานเกี่ยวกับเครื่องมืออุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงานไม่เพียงพอร้อยละ 23.60 และในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมามีพยาบาลที่ลาป่วยหรือลาหยุดงานเนื่องจากมีปัญหาสุขภาพร้อยละ 6.40

5.1.2 ผลการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตโดยรวมของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ อยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 78.20 โดยมีรายละเอียดดังนี้

- 1) คุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 83.60
- 2) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 72.70
- 3) คุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคมของพยาบาลวิชาชีพ สาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 63.60
- 4) คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 83.60

5.1.3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยภายนอกกับคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับคุณภาพชีวิตโดยรวม ของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติมากที่สุด คือ จำนวนชั่วโมงในการนอน รองลงมาคือ ตำแหน่งงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < 0.05$

5.2 อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติจำนวน 110 คน ผลการศึกษาพบว่าคุณภาพชีวิตโดยรวมของพยาบาลวิชาชีพอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 78.20 ปัจจัยที่มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตโดยรวม คือ จำนวนชั่วโมงในการนอน รองลงมา คือ ตำแหน่งงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < 0.05$ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรวิทย์ ชัยพรเจริญศรี (2541) ซึ่งศึกษาคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสังกัดกระทรวงสาธารณสุขในจังหวัดสระบุรี พบว่าคุณภาพชีวิตโดยรวมของพยาบาลวิชาชีพอยู่ในระดับปานกลาง โดยที่พยาบาลวิชาชีพด้านบริหารมีคุณภาพชีวิตที่สูงกว่าพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ และสอดคล้องกับงานวิจัยของชัยยง ขามรัตน์ (2542) ซึ่งศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรสาธารณสุขในสำนักงานสาธารณสุข จังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย พบว่าคุณภาพชีวิตการทำงานอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน ซึ่งเป็นไปได้ที่วิชาชีพพยาบาลนั้นมีลักษณะการทำงานเหมือนกัน มีการผลัดเปลี่ยนเวรในการดูแลผู้ป่วยตลอด 24 ชั่วโมง ทำให้มีเวลาพักผ่อนนอนหลับที่ไม่เพียงพอ มีวันหยุดที่ไม่ตรงกับคนในครอบครัว

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยภายนอกกับคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติพบว่าจำนวนชั่วโมงการนอนหลับต่อวันและตำแหน่งในการปฏิบัติงานมีผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมคือ หากเพิ่มจำนวนชั่วโมงในการนอนขึ้นจะทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น และการดำรงตำแหน่งหัวหน้างานมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าผู้ปฏิบัติงาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของฉันทนา แรงสิงห์ (2550) ซึ่งศึกษาคุณภาพการนอนหลับและภาวะสุขภาพจิตของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลของรัฐเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า พยาบาลวิชาชีพในกลุ่มที่ศึกษานี้มีคุณภาพการนอนหลับไม่ดี และสอดคล้องกับงานวิจัย Palhares, Corrente, และ Matsubara (2014: 594-601) ซึ่งศึกษาคุณภาพการนอนหลับและคุณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลที่ประเทศบราซิล พบว่าการทำงานกะดึกมีผลกระทบกับการนอนอย่างมีนัยสำคัญ และพบว่าคุณภาพชีวิตและคุณภาพการนอนหลับมีความสัมพันธ์กัน และงานวิจัยของ กฤษดา แสงวดี และคณะ ได้ทำการวิจัยสุขภาพและชีวิตการทำงานของพยาบาลไทย จำนวน 18,765 คน ใน พ.ศ. 2553 พบว่าพยาบาลอายุน้อยจะมีคุณภาพชีวิตต่ำกว่าพยาบาลอาวุโส

5.3 ข้อเสนอแนะ

วิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพบริการที่ต้องมีการปฏิบัติ ดูแล และให้การพยาบาลโดยตรงต่อผู้ป่วย ซึ่งการปฏิบัติงานนั้นอาศัยความมีสติรอบคอบอยู่เสมอ และพยาบาลต้องมีการผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันในการดูแลผู้ป่วยตลอด 24 ชั่วโมง จากผลการศึกษาคูณภาพชีวิตโดยรวมของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติอยู่ในระดับปานกลาง ผู้ทำการศึกษาจึงขอเสนอแนะแนวทางที่สำคัญดังนี้

5.3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐาน และสามารถนำไปวางแผนในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของพยาบาลสาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์และสาขาอื่น ๆ ได้อย่างเหมาะสมต่อไป
2. จากการศึกษาพบว่าตำแหน่งงานที่สูงขึ้นทำให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น แต่ไม่สามารถที่จะทำให้พยาบาลทุกคนดำรงตำแหน่งหัวหน้างานได้ ดังนั้น จึงควรช่วยกันหาวิธีที่จะเพิ่มคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นจากเดิม เช่น เพิ่มสวัสดิการที่พึงอาศัย เพิ่มสวัสดิการด้านการรักษาพยาบาลให้ครอบคลุมถึงสมาชิกในครอบครัวของพยาบาล รวมทั้งต้องศึกษาถึงภาระงานที่เหมาะสมกับจำนวนพยาบาลที่ให้การพยาบาลในการดูแลผู้ป่วย
3. จัดให้มีโรงเรียนที่มีคุณภาพสำหรับบุตรของเจ้าหน้าที่ โดยเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานอยู่ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ จะได้รับส่วนลดสำหรับค่าเล่าเรียนของบุตร
4. มีการปรับปรุงสถานที่ทำงาน ให้เอื้อต่อการปฏิบัติงานเพื่อการทำงานอย่างมีความสุข ปลอดภัย และมีประสิทธิภาพการทำงานที่ดียิ่งขึ้น รวมทั้งควรมีการประเมินสภาพแวดล้อม ในหน่วยงานเป็นระยะ ๆ
5. ด้านเครื่องมืออุปกรณ์ในการทำงาน ควรมีการสำรวจความต้องการและความเพียงพอสำหรับการปฏิบัติงานเพื่อความสะดวก รวดเร็วในการใช้งาน และช่วยเพิ่มความปลอดภัยให้กับผู้ป่วย

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากผลการศึกษาคูณภาพชีวิตของพยาบาลวิชาชีพสาขาอายุรศาสตร์ ในโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรตินี้ ผู้ทำการศึกษาหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะก่อให้เกิดผลดีและนำไปสู่การปรับปรุงคุณภาพและการทำงาน ซึ่งจะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่และพนักงานในทุกระดับ ดังนั้นผู้ทำการศึกษาขอเสนอแนะให้มีการศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นดังต่อไปนี้

1. การศึกษาเป็นการศึกษาเฉพาะพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงาน ในหอผู้ป่วยในสาขาการพยาบาลอายุศาสตร์เท่านั้น และลักษณะงานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ต้องใช้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามแผนก จึงไม่สามารถนำมาเป็นตัวแทนของพยาบาลวิชาชีพทั้งหมดในหน่วยงานได้
2. ควรทำการศึกษาเจ้าหน้าที่และพนักงานในระดับอื่น ๆ ด้วย เช่น ผู้ช่วยพยาบาล
3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของพยาบาล ที่ปฏิบัติงานที่แผนกผู้ป่วยนอกและหอผู้ป่วย
4. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับสาเหตุของการนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ เช่น การทำงานล่วงเวลาในแต่ละวัน จำนวนชั่วโมงในการใช้อินเทอร์เน็ตก่อนนอน เช่น การใช้สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook หรือ Line เป็นต้น
5. ควรมีการศึกษาถึงระดับความสุขหรือระดับความเครียดของหัวหน้างานเนื่องจากการศึกษาพบว่าตำแหน่งงานที่สูงขึ้นทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น เพราะการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นนั้น ไม่ได้บ่งบอกถึงภาระหน้าที่ความรับผิดชอบที่เพิ่มขึ้น