

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของโปรแกรมสร้างเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกายต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายของผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจ

ผู้เขียน นางสาวจุฑารัตน์ อินทรตุล

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

| | | |
|--------------------------------|------------|---------------|
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อัจฉรา | สุคนธ์สรรพ | ประธานกรรมการ |
| ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ. วีระชัย | นาวารวงศ์ | กรรมการ |

บทคัดย่อ

ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายที่เพิ่มขึ้นเป็นเป้าหมายสูงสุดของการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจ จากการศึกษาพบว่าผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจมีแรงจูงใจในการออกกำลังกายต่ำ จึงทำให้ปฏิบัติกิจกรรมน้อยและไม่มีการออกกำลังกาย ส่งผลให้ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายลดลง การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกายต่อความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายของผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจที่เข้ารับการรักษาที่ห้องตรวจศัลยกรรม 1 แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ระหว่างเดือนมกราคมถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2548 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบจำเพาะเจาะจง จำนวน 30 ราย สุ่มกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 ราย โดยทั้งสองกลุ่มมีความคล้ายคลึงกันในเรื่องเพศ อายุ ระดับความรุนแรงของอาการตามเกณฑ์ของสมาคมโรคหัวใจแห่งนิวยอร์คและระยะเวลาหลังจากได้รับการผ่าตัด กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสร้างเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกาย ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ 1) โปรแกรมสร้างเสริมแรงจูงใจในการออกกำลังกาย 2) คู่มือการปฏิบัติกิจกรรมและการออกกำลังกายสำหรับผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจ 3) แบบประเมินปัจจัยที่มีผล

ต่อแรงงูใจในการออกกำลังกายที่ประกอบด้วย แบบวัดการรับรู้ความสามารถในการออกกำลังกาย ที่มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .91 แบบวัดความคาดหวังในการออกกำลังกายที่มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .96 แนวคำถามสัมภาษณ์ปัจจัยที่มีผลต่อแรงงูใจในการออกกำลังกาย 4) แบบบันทึกการปฏิบัติกิจกรรมและการออกกำลังกาย 5) เทปบรรยายประสบการณ์การออกกำลังกายของตัวแบบที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจ 6) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล และ 7) แบบบันทึกความสามารถในการเดินบนพื้นราบในเวลา 6 นาที (six minute walk test [6MWT]) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย ไคสแควร์ สถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน และสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายจากการประเมินระยะทางที่สามารถเดินได้บนพื้นราบในเวลา 6 นาทีของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมสร้างเสริมแรงงูใจในการออกกำลังกายสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมสร้างเสริมแรงงูใจในการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายจากการประเมินระยะทางที่สามารถเดินได้บนพื้นราบในเวลา 6 นาทีของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมสร้างเสริมแรงงูใจในการออกกำลังกายสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าการสร้างเสริมแรงงูใจในการออกกำลังกายทำให้ผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจเริ่มและดำรงไว้ซึ่งการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายเพิ่มขึ้น จึงควรนำการสร้างเสริมแรงงูใจในการออกกำลังกายไปใช้เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายที่เป็นปัจจัยสำคัญอันจะทำให้ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายในผู้ที่ได้รับการผ่าตัดทำทางเบี่ยงหลอดเลือดหัวใจในการฟื้นฟูสภาพหัวใจระยะผู้ป่วยนอกเพิ่มขึ้น