

บทปริทัศน์บทความเรื่อง
การส่งเสริมสุขภาพ : องค์ความรู้ทางการพยาบาล
และ
แบบจำลองเชิงสาเหตุของพฤติกรรมออกกำลังกายของ
ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร

สมจิต ปทุมานนท์

ความเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการวิจัยกับการพัฒนาองค์ความรู้ทางการพยาบาล

งานวิจัยนี้เป็นตัวอย่างหนึ่งของกรวิจัยทางการพยาบาลที่เน้นการทดสอบสมมติฐาน/ทดสอบแบบจำลองโดยใช้สถิติขั้นสูง ให้ความสำคัญน้อยกับการพรรณาปรากฏการณ์ที่ศึกษา ซึ่งเมื่อพิจารณาถึงลักษณะขององค์ความรู้ทางการพยาบาลแล้ว กระบวนทัศน์ในการสืบค้นความรู้ทางการพยาบาลที่อยู่บนพื้นฐานของ 2 กระบวนทัศน์ (Leddy, 1998: 133)

กระบวนทัศน์แรกคือ กระบวนทัศน์ด้านปฏิฐานนิยม (The postivist paradigm) ซึ่งมีข้อตกลงเบื้องต้นว่าความจริงมีอยู่แล้วในโลกไม่ใช่เกิดขึ้นจากการสร้างขึ้นของมนุษย์ แต่เกิดขึ้นเพราะมีสาเหตุ นำ ในการวิจัยนักวิจัยจะทำความเข้าใจปรากฏการณ์และสาเหตุที่เกิดปรากฏการณ์ต่าง ๆ ตามกระบวนทัศน์นี้การออกแบบการวิจัยจะเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ

กระบวนทัศน์ที่สอง คือ กระบวนทัศน์ด้านธรรมชาตินิยม หรือปรากฏการณ์นิยม (Phenomenologic หรือ Constructivist paradigm) กระบวนทัศน์นี้มีความเชื่อว่าความจริงที่เกิดขึ้นไม่คงที่แน่นอน โดยเฉพาะอย่างการศึกษาเกี่ยวกับคนในบริบทต่างๆ กระบวนการสืบค้นความรู้เป็นแบบอุปนัยวิจัยหรือสืบหาความรู้ตามกระบวนทัศน์นี้ เป็นแบบอุปนัย (Inductive สืบค้นความรู้เป็นแบบอุปนัย (inductive process) เน้นที่ปรากฏการณ์ความเป็นองค์รวม การแปลผลปรากฏการณ์ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของตัวอย่างในการวิจัย ความรู้จะเพิ่มมากขึ้นเมื่อช่องว่างระหว่างผู้วิจัยกับผู้ที่เป็นตัวอย่างลดลง ถ้าเชื่อตามกระบวนทัศน์นี้การออกแบบการวิจัยจะเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในทางปฏิบัติผู้วิจัยไม่จำเป็นต้องออกแบบการวิจัยโดยใช้กระบวนทัศน์ใดกระบวนทัศน์หนึ่งแต่ควรพิจารณาลักษณะปัญหาหรือปรากฏการณ์

ที่จะทำวิจัยเป็นหลัก อาจจะทำแบบการวิจัยโดยยึดกระบวนทัศน์ใดกระบวนทัศน์หนึ่งหรือผสมผสานกระบวนทัศน์ทั้งสองเข้าด้วยกัน

จากกระบวนทัศน์การสืบค้นความรู้ดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า การออกแบบการวิจัยที่ไม่เหมาะสมกับลักษณะของปัญหาผลการวิจัยอาจเพิ่มองค์ความรู้ได้ไม่ดีเท่าที่ควร

แบบจำลองเชิงสาเหตุของพฤติกรรมออกกำลังกายของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบตัดขวาง (Cross-sectional Study) ใช้แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย วัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบจำลองเชิงสาเหตุในการอธิบายพฤติกรรมออกกำลังกายของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยจำแนกพฤติกรรมออกกำลังกายออกเป็นสองแบบ คือการออกกำลังกายที่มีรูปแบบ (Leisure-time exercise) และการออกกำลังกายไม่มีรูปแบบ (Lifestyle exercise) การทดสอบแบบจำลองโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ LISREL ซึ่งผู้วิจารณ์มีข้อวิพากษ์ดังต่อไปนี้

จุดเด่น

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาพฤติกรรมออกกำลังกาย โดยศึกษาการออกกำลังกายที่มีรูปแบบ และไม่มีรูปแบบซึ่งการออกกำลังกายแบบหลังนี้ ได้เป็นที่สนใจของนักส่งเสริมสุขภาพ เพราะมีความสะดวกและเป็นไปได้มากกว่าที่จะส่งเสริมให้ออกกำลังกายแบบมีรูปแบบ ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่า การออกกำลังกายที่ไม่มีรูปแบบจะทดแทนการออกกำลังกายแบบมีรูปแบบได้ แต่จะใช้เป็นจุดเริ่มต้นสำหรับผู้ที่ไม่มีเวลาหรือไม่สนใจการออกกำลังกายแบบมีรูปแบบ ได้มีการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวันให้มากขึ้น ซึ่งเพนเดอร์ (Pender, 1996 : 196) เชื่อว่าการส่งเสริมให้ผู้ที่ไม่ออกกำลังกายได้เริ่มออกกำลังกายแบบไม่มีรูปแบบ จะช่วยให้มีการเปลี่ยนแปลงไปสู่การออกกำลังกายแบบมีรูปแบบได้ง่ายขึ้น
2. การทดสอบแบบจำลองเชิงสาเหตุ หรือ Structural Equation Modeling (SEM) ที่ผู้วิจัยเลือกใช้โปรแกรมทางสถิติ LISREL ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ได้รับความนิยมในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสังคมศาสตร์ และเป็นโปรแกรมที่ได้รับการอ้างอิงมากในบทความที่เกี่ยวกับ SEM ซึ่งกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย การ Validating the measurement model และ Fitting the structural model (Pendhazur and Schmelkin, 1991 : 699)

จุดอ่อน/ข้อสังเกต

1. ปัญหานำมาสู่การวิจัยไม่สอดคล้องกับเขตแดนของความรู้ (State of the art) ด้านการส่งเสริมพฤติกรรมออกกำลังกายซึ่ง Sonstroem (อ้างใน Pender, 1996 : 196) ได้กล่าวว่างานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสามารถในการพยากรณ์พฤติกรรมการออกกำลังกาย มีการศึกษามากแต่ผลการวิจัยไม่มีความคงที่ ขึ้นอยู่กับตัวพยากรณ์ที่เลือกและลักษณะประชากรที่ศึกษา ประกอบกับความสามารถในการพยากรณ์ไม่สูงเท่าที่ควร จึงเสนอแนะว่าควรจะเปลี่ยนจากการวิจัยที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายเป็นการศึกษากระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยใช้ทฤษฎีต่างๆ เช่น state of change theory เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย
2. การกำหนดตัวแปรในแบบจำลองเชิงสาเหตุ ไม่ครอบคลุมตามแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ โดยไม่ได้ศึกษาปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคลและประสบการณ์การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ผลจากการวิจัยจึงสรุปไม่ได้ว่าเป็นการทดสอบทฤษฎีของเพนเดอร์ อย่างไรก็ดีผลการวิจัยครั้งนี้ตัวแปรพยากรณ์สามารถอธิบายความแปรปรวนการออกกำลังกายแบบมีรูปแบบได้ร้อยละ 52 ซึ่งใกล้เคียงกับงานวิจัยของเพนเดอร์และคณะ หลายโครงการที่ใช้ตัวแปรพยากรณ์ครบหรือเกือบครบตามทฤษฎี และสามารถอธิบายความแปรปรวนการออกกำลังกายในประชากรกลุ่มต่างๆที่ศึกษาได้ระหว่าง ร้อยละ 23 ถึง ร้อยละ 59 (Pender, 1996:193)
3. ไม่ได้กำหนดเกณฑ์ในการเลือกตัวอย่าง จึงไม่ทราบว่าได้ศึกษากับผู้สูงอายุที่มีข้อจำกัดในการเคลื่อนไหวด้วยหรือไม่ ทำให้ผลการวิจัยนำไปเปรียบเทียบกับการวิจัยอื่นๆที่กำหนดเกณฑ์ดังกล่าวไว้ได้
4. การเลือกใช้เครื่องมือในการวัดพฤติกรรมการออกกำลังกายโดยใช้แบบสำรวจกิจกรรมทางกายของเยล (Yale physical activity survey) ไม่น่าจะสอดคล้องกับคำจำกัดความของพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ผู้วิจัยกำหนดไว้เพราะในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยไม่สามารถจำแนกได้ว่าผู้สูงอายุออกกำลังกายแบบมีรูปแบบ ไม่มีรูปแบบ และออกกำลังกายทั้งสองแบบ จำนวนเท่าใด
5. แนวคิดในการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลในส่วนการพรรณนาข้อมูล (Descriptive Statistic) มีข้อที่สังเกตประเด็นต่างๆ คือ
 - 5.1 ไม่ทราบว่าได้แบ่งกลุ่มอายุตามเกณฑ์ตามทฤษฎีที่แบ่งผู้สูงอายุเป็น 3 กลุ่ม หรือไม่เพราะการนำเสนอข้อมูลระบุว่าผู้สูงอายุร้อยละ 40 มีอายุระหว่าง 60-87 ปี

จึงไม่ทราบว่ามีผู้สูงอายุที่เป็นตัวอย่างมีอายุสูงสุดเท่าใด เพราะผลการวิจัยที่ผ่านมาพบว่าอายุมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกาย ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยไม่ได้กำหนดให้อายุเป็นตัวแปรอยู่ในกรอบแนวคิดการวิจัย (แบบจำลองเชิงสาเหตุ)

- 5.2 ไม่ได้พรรณนาผลการวัดตัวแปรพยากรณ์ และการพรรณนาตัวแปรตาม (พฤติกรรมการออกกำลังกาย) ไม่สอดคล้องกับคำจำกัดความและเครื่องมือที่ใช้วัด เช่น พรรณนาข้อมูลว่า “ตัวอย่างร้อยละ 59 ไม่ออกกำลังกายและกลุ่มตัวอย่าง ออกกำลังกายที่ต้องออกแรงในระดับเบาและระดับปานกลาง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ออกกำลังกายแบบยืดเหยียดกล้ามเนื้อ คิดเป็นร้อยละ 38.4 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 23 ออกกำลังกายคนเดียว และร้อยละ 16.70 ออกกำลังกายกับเพื่อน”
6. การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนของการทดสอบแบบจำลองเชิงสาเหตุ ไม่ได้ตอบวัตถุประสงค์ที่กำหนดว่าจะทดสอบแบบจำลองเชิงสาเหตุพฤติกรรมการออกกำลังกายในแต่ละรูปแบบ เพราะในแบบจำลองทั้งสอง latent endogenous variable (พฤติกรรมการออกกำลังกาย) ใช้ตัวชี้วัดกลุ่มเดียวกันจึงคาดว่าผู้วิจัยน่าจะใช้ค่าจากการวัดค่าเดียวกันในการวิเคราะห์แบบจำลองทั้งสอง ส่วนตัวแปรพยากรณ์ หรือ latent exogenous variables อื่น ๆ ใช้ค่าแตกต่างกัน เพราะผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดขึ้นใหม่ให้สอดคล้องกับพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ไม่มีรูปแบบ
7. การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะในการวิจัย มีข้อสังเกตดังนี้ คือ
 - 7.1 ไม่มีการอภิปรายผลการวิจัยที่ได้จากการวิเคราะห์เชิงพรรณนาข้อมูล ทำให้ไม่ทราบว่าผู้สูงอายุที่เป็นตัวอย่างในการวิจัยมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตน การรับรู้อุปสรรค การได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านออกกำลังกาย และเจตจำนงต่อแผนการออกกำลังกายอย่างไร ทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุไม่สามารถนำผลการวิจัยนี้ไปใช้เป็นประโยชน์ในการวางแผนให้บริการหรือเป็นข้อมูลอ้างอิงได้
 - 7.2 การเขียนข้อเสนอแนะในการวิจัย เน้นให้ทำการวิจัยต่อเนื่อง ไม่มีการเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล จึงขาดความเชื่อมโยงระหว่างการวิจัยกับการปฏิบัติ

สรุป

โดยสรุปรายงานการวิจัยที่ปริทัศน์เรื่องนี้ถึงแม้ว่าจะมีจุดอ่อนในการออกแบบการวิจัยอยู่บ้าง ผลการวิจัยก็เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติการพยาบาลถ้าได้นำเสนอผลการวัดตัวแปรที่

ศึกษาโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และควรอภิปรายและเสนอแนะผลการวิจัยให้เชื่อมโยงกับการปฏิบัติพยาบาลและให้สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

- Leddy, S.K.(1998). **Conceptual Base of Professional Nursing**. Philadelphia: Lippincott-Raven Publishers.
- Pender, N.J.(1996). **Health Promotion in Nursing Practice**. Connecticut: Appleton & Lange.
- Pendhazer E.J. and Schmelkin L.P.(1991). **Measurement, Design and Analysis: An Integrated Approach**. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate. Inc.