

ผลของการใช้สื่ออารมณ์ขันต่อความวิตกกังวลของผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดี

สุจิตรา ทัดเที่ยง¹ เสาวคนธ์ ทัดเที่ยง^{2*}

¹วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีพุทธชินราช ²โรงพยาบาลพุทธชินราช

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้สื่ออารมณ์ขันต่อความวิตกกังวลของผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดีกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาโดยการตัดถุงน้ำดี ณ หอผู้ป่วยพิเศษ ๔๔ กรุณาบน โรงพยาบาลพุทธชินราช ระหว่างมกราคมถึงพฤศจิกายน 2553 จำนวน 40 คน จับสลากแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 20 คน ทั้งสองกลุ่มได้รับคำแนะนำการเตรียมตัวก่อนและหลังผ่าตัดเหมือนกัน ส่วนกลุ่มทดลองให้ชมวิดีโอที่สนัดลก เครื่องมือประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความวิตกกังวลของสปิลเบอร์เกอร์และวิดีโอที่สนัดลก วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยาย และการทดสอบค่า t ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนความวิตกกังวลหลังทดลองต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ($38.8 \pm 5.56, 49.6 \pm 5.01, p < 0.001$) และมีคะแนนความวิตกกังวลหลังทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ($38.8 \pm 5.56, 48.0 \pm 5.11, p < 0.001$)

คำสำคัญ : ความวิตกกังวล สื่ออารมณ์ขัน การตัดถุงน้ำดี

Effect of Humorous Media on anxiety of patients before cholecystectomy

Sujitra Tudtheang¹, Soawakon Tudtheang²

¹Boromarajonani college of nursing Buddhachinaraj, ²Buddhachinaraj Hospital

Abstract

The purpose of this quasi experimental research was to examine the effect of Humorous Media on anxiety of patients before cholecystectomy. The sample comprised 40 patients who had to undergo cholecystectomy and attended private ward 44 KARUNA-BON of Buddhachinaraj Hospital during January 2010 to November 2010. Subject were divided equally into an experimental and a control group. Two groups received routine nursing care whereas the experimental group received Humorous Media . The instruments use in this study were the demographic data record form and the questionnaire of Spielberger et al. Data were analyzed using descriptive statistics and t-test. The main results revealed that in experimental group, the posttest score on anxiety were significantly lower than the pretest score ($38.8 \pm 5.56, 49.6 \pm 5.01, p < .001$). Comparison of posttest scores between the experimental and control group, it was showed that the experimental group was significantly lower on anxiety than the control group ($38.8 \pm 5.56, 48.0 \pm 5.11, p < .001$).

Key word : Anxiety, Humorous Media , Cholecystectomy

คำถามการวิจัย

สื่ออารมณ์ขันด้วยวิดิทัศน์ตลกมีผลต่อความวิตกกังวลของผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดีหรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดี ก่อนและหลังการใช้สื่ออารมณ์ขัน

2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลระหว่างผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดี ที่ใช้สื่ออารมณ์ขันกับกลุ่มผู้ป่วยที่ไม่ใช้สื่ออารมณ์ขัน

สมมุติฐานการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดีภายหลังจากที่ใช้สื่ออารมณ์ขันต่ำกว่าก่อนการทดลอง

2. คะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของผู้ป่วยก่อนได้รับการตัดถุงน้ำดีภายหลังจากที่ใช้สื่ออารมณ์ขันต่ำกว่ากลุ่มผู้ป่วยที่ไม่ใช้สื่ออารมณ์ขัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ด้านการบริการ เป็นแนวทางส่งเสริมกิจกรรมทางการแพทย์เพื่อลดความวิตกกังวลก่อนผ่าตัด
2. ด้านการศึกษา เป็นแนวทางในการนำผลการวิจัยไปประกอบการเรียน การสอน แก่นักศึกษาพยาบาลเพื่อให้นักศึกษาสามารถประยุกต์การใช้สื่ออารมณ์ขันในการลดความวิตกกังวลผู้ป่วยก่อนผ่าตัด
3. ด้านการวิจัยเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยเกี่ยวกับผลการใช้สื่ออารมณ์ขัน เพื่อลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยกลุ่มอื่น

วิธีการศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยผ่าตัดครั้งแรกที่แพทย์นัดผ่าตัดนี้วันในถุงน้ำดีชนิดรอได้ มีความวิตกกังวลระดับปานกลางถึงรุนแรง ยินดีเข้าร่วมวิจัยและมารับการรักษาที่หอผู้ป่วยพิเศษ ๔๔ กรุณาบน โรงพยาบาลพุทธชินราช ระหว่างเดือนมกราคมถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 จำนวน 40 คนจับสลากแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 20 คน ทั้งสองกลุ่มได้รับคำแนะนำการเตรียมตัวก่อนและหลังผ่าตัดเหมือนกัน ส่วนกลุ่มทดลองให้ชมวิดิทัศน์ตลก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ชุดคือเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นสื่อวิดิทัศน์จำอวดหน้าม่านจากรายการคุณพระช่วย ซึ่งขออนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์แล้ว มีความยาว 30 นาที

ชุดที่ 2 เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งเป็น 2 ส่วน

2.1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

2.2 แบบวัดความวิตกกังวลของสปิลเบอร์กอร์ฉบับแปลภาษาไทยซึ่งประกอบ

2.2.1 แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญเป็นการประเมินระดับความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะทำการทดลอง ประกอบด้วยข้อความจำนวน 20 ข้อลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 อันดับ

2.2.2 แบบวัดความวิตกกังวลแฝงเป็นการประเมินระดับความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในสภาพการณ์ทั่วไป ประกอบด้วยข้อความจำนวน 20 ข้อลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 อันดับ

คะแนนรวมของความวิตกกังวลเป็นคะแนนรวมจากแบบวัดมีค่าต่ำสุดคือ 20 คะแนน และสูงสุดคือ 80 คะแนน โดยมีเกณฑ์แบ่งระดับความวิตกกังวลดังนี้

คะแนน 20-34 หมายถึง มีความวิตกกังวลระดับเล็กน้อย

คะแนน 35-49 หมายถึง ความวิตกกังวลระดับปานกลาง

คะแนน 50-64 หมายถึง ความวิตกกังวลระดับรุนแรง

คะแนน 65-80 หมายถึง ความวิตกกังวลระดับรุนแรงมากที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. วัตถุประสงค์จำอาวดหน้าม่านจากรายการคุณพระช่วย ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา เช่น ศิลปะการใช้ถ้อยคำ รูปแบบการนำเสนอ เนื้อหาการแสดง เป็นต้น

2. แบบสอบถามความวิตกกังวลของสปิลเบอร์กอร์ผู้วิจัยนำไปทดสอบความเชื่อมั่นในผู้ป่วยที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.80

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างให้ตรงกับคุณสมบัติที่กำหนด จับสลากเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน

กลุ่มทดลอง เป็นกลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติร่วมกับได้รับชมวิดีโอทัศนคติ หลังจากที่ได้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบสอบถามความวิตกกังวลขณะเผชิญรวมทั้งได้รับคำแนะนำตามปกติแล้ว ผู้วิจัยนำสื่อทัศนคติมาเปิดให้ชมจำนวน 1 ครั้ง เวลา 30 นาที หลังจาก ผู้วิจัยจึงวัดความวิตกกังวลอีกครั้ง โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญ

กลุ่มควบคุม เป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับชมวิดีโอทัศนคติแต่ได้รับคำแนะนำตามปกติหลังจากที่ได้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบสอบถามความวิตกกังวลขณะเผชิญรวมทั้งได้รับคำแนะนำตามปกติแล้ว ผู้วิจัยจึงวัดความวิตกกังวลอีกครั้งโดยใช้แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ด้วยจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. คะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของผู้ป่วยก่อนผ่าตัดวิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนหลังกับก่อนการทดลองของความวิตกกังวลของกลุ่มทดลอง วิเคราะห์โดยค่าทีแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)
4. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนหลังกับก่อนการทดลองของความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม วิเคราะห์โดยค่าทีแบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample)

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่างและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบ อธิบายให้เข้าใจว่าการศึกษานี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่าง การปฏิเสธไม่มีผลต่อการรักษา และสามารถขอยุติการเข้าร่วมวิจัยก่อนกำหนดโดยไม่มีผลกระทบใดๆต่อกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 41-60 ปี สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สถานภาพสมรส คู่
 2. การเปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังได้รับชมวิดีโอทัศน์ลดการให้คำแนะนำตามปกติพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองลดลงจาก 49.60 (SD=5.01) เป็น 38.80 (SD=5.56) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลอง หลังการทดลองมีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังตารางที่ 1
- ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มตัวอย่างด้วยการทดสอบค่าที

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	x	SD	t	P-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อน	20	49.60	5.019.74	.000**	
หลัง	20	38.80	5.56		
กลุ่มควบคุม					
ก่อน	20	49.00	6.54	.348	.623***
หลัง	20	48.805.11			

** P-value < .001 *** P > .001

3. การเปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลองพบว่าในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 38.80 (SD=5.56) ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 48.80 (SD=5.11) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่าความวิตกกังวลของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 2 ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองหลังการทดลองด้วยการทดสอบค่าที

ตัวแปร	จำนวน(คน)	x	SD	t	P-value
ความวิตกกังวล					
กลุ่มควบคุม	20	48.005.116.88		.000*	
กลุ่มทดลอง	20	38.80	5.56		

*P-value < .001

สรุป อภิปรายผล

จากการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของผู้ป่วยก่อนผ่าตัด ในกลุ่มที่ได้รับชมวิดีโอทัศน์คลกร่วมกับการให้คำแนะนำตามปกติภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองลดลงจาก 49.60 (SD=5.01) เป็น 38.80 (SD=5.56) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองหลังการทดลองมีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 1) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐาน การใช้อารมณ์ขันทำให้บุคคลเกิดอารมณ์ขัน ซึ่งอารมณ์ขันนี้เป็นกลไกการปรับตัวอย่างหนึ่งที่ใช้เผชิญต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจ โดยการปลดปล่อยสิ่งที่ไม่ต้องการ เช่น ความวิตกกังวลและความเครียด ความโกรธและความคับแค้นใจ นอกจากนี้ยังช่วยเบี่ยงเบนความสนใจไปทางอื่นในขณะที่ใช้อารมณ์ขัน

การใช้อารมณ์ขันร่วมกับการพยาบาลโดยทั่วไปก่อนผ่าตัด สามารถลดความวิตกกังวลก่อนผ่าตัดของผู้ป่วยได้ โดยที่บุคคลตอบสนองต่ออารมณ์ขันด้วยการยิ้ม หัวเราะหึๆหรือหัวเราะอย่างหนัก จะมีผลไปกระตุ้นไฮโปทาลามัสและระบบลิมบิก ทำให้ผู้ป่วยอารมณ์ดี รู้สึกสบาย ผ่อนคลาย และความวิตกกังวลลดลง สอดคล้องกับเอเบลล์ที่พบว่าอารมณ์ขันช่วยทำให้บุคคลมีมุมมองใหม่ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลคลายทุกข์ วิตกกังวลได้ นอกจากนี้ยังช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของผู้ป่วยออกจากเหตุการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าให้เกิดความวิตกกังวลและความกลัวต่างๆช่วยให้สามารถปรับตัวและเผชิญการเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่ดีขึ้น

จากการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลขณะเผชิญของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลองพบว่าในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 38.80 (SD=5.56) ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล 48.00(SD=5.11) และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่าความวิตกกังวลของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 2) จึงเป็นการยืนยันว่าการใช้สื่ออารมณ์ขันด้วยวิดีโอทัศน์ตลกมีผลในการลดความวิตกกังวลของกลุ่มทดลองได้อย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะ

1. ด้านการบริการ ควรมีการสนับสนุน เผยแพร่ให้บุคลากรในทีมสุขภาพ ได้ตระหนักความสำคัญของการดูแลผู้ป่วยให้ครอบคลุมทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยสอดแทรกอารมณ์ขันในการพยาบาล
2. ด้านการศึกษา เป็นแนวทางในการนำผลการวิจัยไปประกอบการเรียน การสอน แก่นักศึกษาพยาบาลเพื่อให้นักศึกษาสามารถประยุกต์การใช้สื่อวิดีโอทัศน์กับการให้การพยาบาลผู้ป่วยทั้งนี้เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาให้เห็นบทบาทอิสระของวิชาชีพและนำอารมณ์ขันไปใช้ในการวางแผนการพยาบาล
3. ด้านการวิจัยเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยในผู้ป่วยกลุ่มอื่นหรือโรคอื่นที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันต่อไปเพื่อขยายผลการศึกษาและการยืนยันผลการศึกษา

บรรณานุกรม

- ช่อลดา พันธุ์เสนา . การพยาบาลจิตสังคมในผู้ป่วยภาวะวิกฤติตามแบบแผนสุขภาพ. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป;2536.
- คาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา.ความวิตกกังวล:เทคนิคการลดความวิตกกังวล กระบวนการพยาบาล.ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.2538
- ชัญญา ไชลล่อ. การสื่อสารอารมณ์ขันของนักแสดงตลก"รายการโทรทัศน์ก่อนบ่ายคลายเครียด" (วิทยานิพนธ์) กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย;2544. 154 หน้า.
- Kuhiman,T.L. Humor and psychotherapy. Illionis: Dow Jone-Irwin;1989.
- Bellert,J.I. Humor: A therapeutic approach in oncology nursing. Cancer Nursing, 12(2): 65-70;1989.
- Abel, M.H. Humor, stress and coping strategies. Humor: International Journal of Humor Research. 2002; 15(4):365-81.