

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive study) เพื่อศึกษาการปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน อายุ 45-59 ปี ของอำเภอพิชัย จังหวัดอุตรดิตถ์ และเปรียบเทียบการปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน ระหว่างสตรีที่มีประจำเดือนมาแต่ไม่สม่ำเสมอ และสตรีที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี โดยรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์โดยใช้แบบสอบถามและการตรวจร่างกายของสตรีกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 97 ของ 206 คน จากแบบสัมภาษณ์ที่สมบูรณ์ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่าง 3 คน ย้ายถิ่น และอีก 3 คน ไปอยู่ต่างจังหวัดเป็นเวลานานไม่สามารถติดตามได้ ผลการศึกษาได้เสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 3 ส่วนตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลการตรวจร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นสตรีวัยหมดประจำเดือน จำนวน 200 คน จำแนกตามอายุ การศึกษา สถานภาพสมรส ศาสนา อาชีพ รายได้ของครอบครัว อายุที่มีประจำเดือน ครั้งแรกและครั้งสุดท้าย ลักษณะประจำเดือนในอดีต ระยะเวลาที่หมดประจำเดือน ข้อมูลส่วนบุคคล นำเสนอไว้ในตารางที่ 1 และ 2 ตามลำดับ

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ศาสนา อาชีพ และรายได้ของครอบครัว

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	200	100
อายุ /ปี		
45 – 49	66	33.00
50 – 54	65	32.50
55 – 59	69	34.50
ระดับการศึกษาสูงสุด		
ไม่ได้เรียนหนังสือ	16	8.00
ประถมศึกษา	181	90.50
มัธยมศึกษาตอนต้น	3	1.50
สถานภาพสมรส		
โสด	8	4.00
คู่	164	82.00
ม้าย	20	10.00
หย่า	1	0.50
แยก	7	3.50
ศาสนา		
พุทธ	200	100.00

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ศาสนา อาชีพ และรายได้ของครอบครัว (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	200	100
อาชีพ		
เกษตรกรรม	147	73.50
รับจ้าง	18	9.00
งานบ้าน	14	7.00
ค้าขาย	21	10.50
รายได้จากครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน/บาท		
ต่ำกว่า 5,000	169	84.50
5,001 – 10,000	26	13.00
10,001 ขึ้นไป	5	2.50
ความเพียงพอของรายได้		
เพียงพอ	118	59.00
ไม่เพียงพอ	82	41.00

อายุเฉลี่ย 52.03 ปี (SD. = 4.28) อายุต่ำสุด 45 ปี สูงสุด 59 ปี

รายได้เฉลี่ย 3397.25 บาท (SD. = 2411.66) รายได้ต่ำสุด 500 บาท สูงสุด 14,500 บาท

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในระหว่าง 55-59 ปี มากที่สุดคือ ร้อยละ 34.50 อายุเฉลี่ย 52.03 ปี ระดับการศึกษาสูงสุด จบชั้นประถมศึกษา ร้อยละ 90.50 สถานภาพสมรสกลุ่มมากที่สุดคือ ร้อยละ 82 กลุ่มตัวอย่างทุกคนนับถือศาสนาพุทธ ประกอบอาชีพเกษตรกรรม มากที่สุด ร้อยละ 73.50 ครอบครัวมีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน มากที่สุดร้อยละ 84.50 โดยมีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 3,397.25 บาท และรายได้ที่ได้รับมีความเพียงพอต่อการดำเนินชีวิต ร้อยละ 59

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุการมีประจำเดือนครั้งแรก ลักษณะประจำเดือนในอดีต - ปัจจุบัน อายุที่มีประจำเดือนเริ่มมาไม่สม่ำเสมอ อายุที่มีประจำเดือนครั้งสุดท้าย และ ระยะเวลาที่ไม่มีประจำเดือนแล้ว

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	200	100
อายุของการมีประจำเดือนครั้งแรก /ปี		
10 - 14	73	36.50
15 - 19	124	62.00
20 ปีขึ้นไป	3	1.50
ลักษณะประจำเดือนในอดีต		
มาสม่ำเสมอ	180	90.00
มาไม่สม่ำเสมอ	20	10.00
ลักษณะประจำเดือนในปัจจุบัน		
มีแต่ไม่สม่ำเสมอ	59	29.50
ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี	141	70.50
อายุที่ประจำเดือนเริ่มมาไม่สม่ำเสมอ (กลุ่มที่มีประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ) 59		
35 - 39	(1)	(1.70)
40 - 44	(13)	(22.03)
45 - 49	(36)	(61.02)
50 - 54	(9)	(15.25)
อายุที่มีประจำเดือนครั้งสุดท้าย (กลุ่มที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี) 141		
30 - 34	(1)	(0.71)
35 - 39	-	-
40 - 44	(30)	(21.27)
45 - 49	(65)	(46.10)
50 - 54	(42)	(29.79)
55 - 59	(3)	(2.13)

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุการมีประจำเดือนครั้งแรก ลักษณะประจำเดือนในอดีต - ปัจจุบัน อายุที่มีประจำเดือนเริ่มมาไม่สม่ำเสมอ อายุที่มีประจำเดือนครั้งสุดท้าย และ ระยะเวลาที่ไม่มีประจำเดือนแล้ว (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	200	100
ระยะเวลาที่ไม่มีประจำเดือนแล้ว/ปี (N = 141)		
1 - 4	60	42.55
5 - 9	51	36.17
10 - 14	15	10.64
15 ปีขึ้นไป	15	10.64

อายุเฉลี่ยของการมีประจำเดือนครั้งแรก 15.16 ปี (SD. = 4.28) ต่ำสุด 12 ปี สูงสุด 20 ปี
 อายุเฉลี่ยที่ประจำเดือนเริ่มมาไม่สม่ำเสมอ 46.51 ปี (SD. = 3.26) ต่ำสุด 37 ปี สูงสุด 54 ปี
 อายุเฉลี่ยที่มีประจำเดือนครั้งสุดท้าย 47.13 ปี (SD. = 4.36) ต่ำสุด 31 ปี สูงสุด 57 ปี
 ระยะเวลาที่ไม่มีประจำเดือน 6.43 ปี (SD. = 4.60) น้อยที่สุด 1 ปี มากที่สุด 18 ปี

จากตารางที่ 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรกมีอายุระหว่าง 15 - 19 ปี มากที่สุด คือร้อยละ 62.00 (อายุเฉลี่ย 15.16 ปี) ลักษณะประจำเดือนในอดีตมาสม่ำเสมอมากที่สุด ร้อยละ 90 ลักษณะประจำเดือนในปัจจุบัน กลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี พบร้อยละ 70.50 ประจำเดือนที่เริ่มมาไม่สม่ำเสมอ พบว่ามีอายุระหว่าง 45 - 49 ปี มากที่สุด คือ ร้อยละ 61.02 (อายุเฉลี่ย 46.51 ปี) กลุ่มตัวอย่างที่ประจำเดือนหมดแล้วเกิน 1 ปี มีประจำเดือนครั้งสุดท้ายเมื่ออายุอยู่ระหว่าง 45 - 49 ปี มากที่สุดคือ ร้อยละ 46.10 (อายุเฉลี่ย 47.13) ปี ระยะเวลาที่หมดประจำเดือน 1 - 4 ปี มากที่สุดคือร้อยละ 42.55 (เฉลี่ย 6.43 ปี)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลการตรวจร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง

การตรวจร่างกายของสตรีวัยหมดประจำเดือน เป็นการศึกษานี้เพื่อใช้แปลผลร่วมกับการสัมภาษณ์การปรับตัวด้านร่างกาย โดยใช้เป็นแบบบันทึกการตรวจร่างกายทั่วไป คือ การเต้นของชีพจร อัตราการหายใจ วัดความดันโลหิต ชั่งน้ำหนัก-วัดส่วนสูง ตรวจสอบความยืดหยุ่นของผิวหนัง และดูสีของเยื่อบุเปลือกตาต่าง ซึ่งผลการวิเคราะห์ นำเสนอไว้ในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามผลของการตรวจร่างกายเกี่ยวกับการเต้นของชีพจร อัตราการหายใจ ความดันโลหิต น้ำหนัก-ส่วนสูง ความยืดหยุ่นของผิวหนัง และเยื่อบุเปลือกตา

การตรวจร่างกาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	200	100
การเต้นของชีพจร		
ปกติ	195	97.50
ผิดปกติ	5	2.50
อัตราการหายใจ		
ปกติ	199	99.50
ผิดปกติ	1	0.50
ความดันโลหิต		
ปกติ	185	92.50
ผิดปกติ	15	7.50
น้ำหนัก-ส่วนสูง		
ปกติ	93	46.50
ผิดปกติ	107	53.50
ภาวะโภชนาการเกิน	(86)	(43.00)
ภาวะโภชนาการต่ำ	(21)	(10.50)

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามผลของการตรวจร่างกายเกี่ยวกับการเดินของชีพจร อัตราการหายใจ ความดันโลหิต น้ำหนัก-ส่วนสูง ความยืดหยุ่นของผิวหนัง และเยื่อเปลือกตา (ต่อ)

การตรวจร่างกาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	200	100
ความยืดหยุ่นของผิวหนัง		
ปกติ	198	99.00
ผิดปกติ	2	1.00
เยื่อเปลือกตา		
ปกติ	193	96.50
ผิดปกติ	7	3.50

จากตารางที่ 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเดินของชีพจรที่ปกติ ร้อยละ 97.50 อัตราการหายใจเดินปกติ ร้อยละ 99.50 ความดันโลหิตปกติร้อยละ 92.50 แต่มีภาวะโภชนาการผิดปกติมากกว่าครึ่งคือ ร้อยละ 53.50 โดยมีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 43.00 ภาวะโภชนาการต่ำ ร้อยละ 10.50 ความยืดหยุ่นของผิวหนังปกติร้อยละ 99.00 และเยื่อเปลือกตาล่างเป็นปกติร้อยละ 96.50

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาทำการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน จากการสัมภาษณ์โดยใช้แบบสอบถาม ซึ่งจำแนกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ และด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน นำเสนอการประเมินการปรับตัวโดยรวมรายด้านและจำแนกรายข้อ ผลการวิเคราะห์ แสดงไว้ในตารางที่ 4 ถึง 19 ตามลำดับดังนี้

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการปรับตัวโดยรวมและรายด้าน

การปรับตัว	ระดับการปรับตัว (คน) N=200			
	มาก		น้อย	
	จำนวน	%	จำนวน	%
การปรับตัวโดยรวม	117	58.50	83	41.50
การปรับตัวรายด้าน				
ด้านร่างกาย	114	57.00	86	43.00
ด้านอัตมโนทัศน์	120	60.00	80	40.00
ด้านบทบาทหน้าที่	119	59.50	81	40.50
ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน	104	52.00	96	48.00

ค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวโดยรวม เท่ากับ 189.18 SD. = 23.40

ค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวด้านร่างกาย เท่ากับ 66.45 SD. = 11.47

ค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ เท่ากับ 37.98 SD. = 5.44

ค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ เท่ากับ 48.78 SD. = 6.42

ค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน เท่ากับ 35.96 SD. = 5.44

จากตารางที่ 4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 58.50 ส่วนการปรับตัวรายด้านพบว่า ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ ด้านร่างกาย และด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน มีการปรับตัวอยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกันคือ ร้อยละ 60 59.50 57 และ 52 ตามลำดับ

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านร่างกายของกลุ่มตัวอย่างจำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 200)	\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
1. ยั้งแข็งแรงสุขภาพดี	3.62	1.27	มาก
2. หน้ามืดเวียนศีรษะ*	3.32	1.19	ปานกลาง
3. ท้องอืดแน่นจุกเสียด*	3.65	1.20	มาก
4. เหนื่อยอ่อนเพลีย*	3.10	1.15	ปานกลาง
5. เกร็งเป็นตะคริว*	4.00	1.19	มาก
6. ปัญหาสุขภาพฟัน*	3.62	1.27	มาก
7. เมื่ออาหารรับประทานข้าวไม่ได้*	3.65	1.28	มาก
8. ซาปลายมือ-ปลายเท้า*	3.70	1.33	มาก
9. ท้องผูกถ่ายอุจจาระลำบาก*	4.07	1.08	มาก
10. รับประทานอาหารที่มีกากใยเพิ่มขึ้น	3.92	1.31	มาก
11. ปัสสาวะแสบขัด*	4.10	1.20	มาก
12. คับบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และช่องคลอด*	4.26	1.14	มาก
13. ปัสสาวะบ่อย*	3.54	1.44	ปานกลาง
14. ใต้เท้าอ่อนหย่อนใจ	3.99	1.10	มาก
15. นอนหลับสนิทตลอดคืน	3.72	1.28	มาก
16. ดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว	4.03	1.13	มาก
17. ร้อนวูบวาบตามตัว-หลัง	3.68	1.37	มาก
18. ปวดเมื่อยตามร่างกายบ่อย ๆ*	2.43	1.23	น้อย

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านร่างกายจำแนกรายข้อทั้งหมด 18 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมาก 14 ข้อ ปานกลาง 3 ข้อ ได้แก่ มีอาการหน้ามืดเวียนศีรษะ เหนื่อยอ่อนเพลีย ปัสสาวะบ่อย และมีการปรับตัวอยู่ในระดับน้อย 1 ข้อ ได้แก่ มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายบ่อย ๆ

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 200)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
19.(1)	ไม่มีเสน่ห์เหมือนเดิม*	3.71	1.22	มาก
20.(2)	กังวลต่อวัยที่สูงขึ้น*	3.02	1.40	ปานกลาง
21.(3)	น้ำหนักเพิ่มขึ้น/ลดลง*	3.26	1.41	ปานกลาง
22.(4)	ผิวหนังเหี่ยวย่นเร็วเกินไป*	3.81	1.18	มาก
23.(5)	มีความสุขมั่นใจในชีวิต	4.03	1.06	มาก
24.(6)	พึงพอใจความเป็นตัวเอง	4.55	4.38	มาก
25.(7)	มั่นใจแก้ปัญหาเองได้	4.24	0.89	มาก
26.(8)	หงุดหงิดโกรธง่าย*	2.91	1.42	ปานกลาง
27.(9)	ภาคภูมิใจในตัวเอง	4.26	0.87	มาก
28.(10)	มีคุณค่าเป็นที่รักของครอบครัว	4.48	0.75	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 6 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ จำแนกรายข้อ ทั้งหมด 10 ข้อ ปรับตัวได้ในระดับมาก 7 ข้อ ปานกลาง 3 ข้อ ได้แก่ รู้สึกกังวลต่อวัยที่สูงขึ้น น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น/ลดลง รู้สึกหงุดหงิดโกรธง่าย ไม่มีการปรับตัวในระดับน้อย

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 200)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
29.(1)	ยังมีส่วนร่วมตัดสินใจปัญหาครอบครัว	4.26	0.97	มาก
30.(2)	เหนื่อยที่ต้องรับภาระงานบ้าน*	2.84	1.42	ปานกลาง
31.(3)	ทำหน้าที่แม่บ้านดีที่สุดแม้จะเหนื่อย	3.81	1.28	มาก
32.(4)	รับฟังปัญหาครอบครัว	4.26	0.95	มาก
33.(5)	ไม่สามารถดูแลการเงินของครอบครัวได้*	3.56	1.46	มาก
34.(6)	แก้ปัญหาความขัดแย้งครอบครัว	3.95	1.10	มาก
35.(7)	รับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน	4.33	0.92	มาก
36.(8)	ปฏิบัติหน้าที่การงานได้ดีเหมือนเดิม	4.16	1.00	มาก
37.(9)	เข้ากับผู้อื่นได้ดี	4.51	0.78	มาก
38.(10)	ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน	4.38	0.85	มาก
39.(11)	ร่วมงานสังสรรค์กับผู้อื่นในชุมชน	4.37	0.89	มาก
40.(12)	ช่วยเหลืองานของชุมชนได้ตามปกติ	4.32	0.95	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 7 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่จำแนกรายข้อ ทั้งหมด 12 ข้อ กลุ่มตัวอย่างปรับตัวได้ในระดับมากเกือบทั้งหมด มีเพียง 1 ข้อ ที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ รู้สึกเหนื่อยที่ต้องรับภาระงานบ้าน

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย
ระหว่างกัน ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 200)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
41. (1)	สมาชิกในครอบครัวเอาใจใส่	4.25	0.89	มาก
42. (2)	ไม่กล้าขอความช่วยเหลือ*	3.65	1.40	มาก
43. (3)	เมื่อเจ็บป่วยจะปล่อยให้หายเอง*	4.11	1.22	มาก
44. (4)	รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเพื่อนบ้าน	2.54	1.35	น้อย
45. (5)	รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข	2.58	1.49	ปานกลาง
46. (6)	แนะนำผู้อื่นให้ดูแลสุขภาพ	2.56	1.25	ปานกลาง
47. (7)	พึ่งพาใครไม่ได้*	3.83	1.31	ปานกลาง
48. (8)	อยากอยู่คนเดียวไม่ยุ่งกับใคร*	3.91	1.39	มาก
49. (9)	ครอบครัว/เพื่อนบ้านดูแลเอาใจใส่	4.25	0.91	มาก
50. (10)	ให้ความช่วยเหลือเมื่อมีผู้มาขอความช่วยเหลือ	4.24	0.93	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 8 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน จำแนกรายข้อทั้งหมด 10 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมาก 7 ข้อ ปานกลาง 2 ข้อ ได้แก่ การได้รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และแนะนำผู้อื่นให้ดูแลสุขภาพ การปรับตัวในระดับน้อยมี 1 ข้อ ได้แก่ การได้รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเพื่อนบ้าน

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ จำแนกตามระดับการปรับตัวโดยรวมและรายด้าน

การปรับตัว	ระดับการปรับตัว (คน) N=59			
	มาก		น้อย	
	จำนวน	%	จำนวน	%
การปรับตัวโดยรวม	36	61.02	23	38.98
การปรับตัวรายด้าน				
ด้านร่างกาย	35	59.32	24	44.68
ด้านอัตรโนทัศน์	36	61.02	23	38.98
ด้านบทบาทหน้าที่	35	59.32	24	40.68
ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน	29	49.15	30	50.85

จากตารางที่ 9 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวโดยรวมและด้านอัตรโนทัศน์อยู่ในระดับมาก เท่ากันคือร้อยละ 61.02 ส่วนการปรับตัวด้านร่างกายและด้านบทบาทหน้าที่ ปรับตัวอยู่ในระดับมาก เท่ากัน คือ ร้อยละ 59.32 แต่การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกันมีการปรับตัวอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 50.85 แต่ก็มีถึงร้อยละ 49.15 ที่มีความสามารถในการปรับตัวอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านร่างกาย ของกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N=59)	\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
1. ยิ่งแข็งแรงสุขภาพดี	3.98	1.12	มาก
2. หน้ามืดเวียนศีรษะ*	3.13	1.34	ปานกลาง
3. ท้องอืดแน่นจุกเสียด*	3.84	1.17	มาก
4. เหนื่อยอ่อนเพลีย*	3.13	1.21	ปานกลาง
5. เกร็งเป็นตะคริว*	4.15	1.07	มาก
6. ปัญหาสุขภาพฟัน*	3.52	1.30	ปานกลาง
7. เบื่ออาหารรับประทานข้าวไม่ได้*	3.74	1.32	มาก
8. ขาปลายมือ-ปลายเท้า*	3.86	1.22	มาก
9. ท้องผูกถ่ายอุจจาระลำบาก*	4.16	1.03	มาก
10. รับประทานอาหารที่มีกากใยเพิ่มขึ้น	4.45	1.07	มาก
11. ปัสสาวะแสบขัด*	4.10	1.07	มาก
12. คับบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และช่องคลอด*	4.27	0.94	มาก
13. ปัสสาวะบ่อย*	3.27	1.50	ปานกลาง
14. ได้พักผ่อนหย่อนใจ	4.27	0.94	มาก
15. นอนหลับสนิทตลอดคืน	4.06	1.15	มาก
16. ดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว	4.05	1.05	มาก
17. ร้อนวูบวาบตามตัว-หลัง*	3.46	1.44	ปานกลาง
18. ปวดเมื่อยตามร่างกายบ่อยๆ *	2.20	1.09	น้อย

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 10 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ มีการปรับตัวด้านร่างกาย ทั้งหมด 18 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมาก 12 ข้อ ปานกลาง 5 ข้อ ได้แก่ มีอาการหน้ามืดเวียนศีรษะ รู้สึกเหนื่อยอ่อนเพลีย มีปัญหาสุขภาพฟัน ปัสสาวะบ่อย และปรับตัวอยู่ในระดับน้อย 1 ข้อ ได้แก่ รู้สึกมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายบ่อยๆ

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัว ด้านอัตมโนทัศน์ ของกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ จำนวนรายข้อ

การปรับตัวจำนวนรายข้อ (N =59)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
19. (1)	ไม่มีเสน่ห์เหมือนเดิม*	2.33	1.39	น้อย
20. (2)	กังวลต่อวัยที่สูงขึ้น *	3.67	1.33	มาก
21. (3)	น้ำหนักเพิ่มขึ้น/ลดลง*	3.33	1.28	ปานกลาง
22. (4)	ผิวหน้าเหี่ยวขุ่นเร็วเกินไป*	3.81	1.12	มาก
23. (5)	มีความสุขมั่นใจในชีวิต	4.10	1.07	มาก
24. (6)	พึงพอใจความเป็นตัวเอง	4.27	0.78	มาก
25. (7)	มั่นใจแก้ปัญหาเองได้	4.32	0.83	มาก
26. (8)	หงุดหงิดโกรธง่าย*	2.71	1.31	ปานกลาง
27. (9)	ภาคภูมิใจในตัวเอง	4.32	0.79	มาก
28. (10)	มีคุณค่าเป็นที่รักของครอบครัว	4.67	0.60	มากที่สุด

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 11 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ มีการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ ทั้งหมด 10 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมากที่สุด 1 ข้อ ได้แก่ รู้สึกมีคุณค่าเป็นที่รักของครอบครัว ระดับมาก 6 ข้อ ปานกลาง 2 ข้อ ได้แก่ รู้สึกมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น/ลดลง รู้สึกหงุดหงิดโกรธง่าย อยู่ในระดับน้อย 1 ข้อ ได้แก่ รู้สึกไม่มีเสน่ห์เหมือนอย่างเดิม

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัว ด้านบทบาทหน้าที่ ของกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N =59)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
29.(1)	ยังมีส่วนร่วมตัดสินใจปัญหาครอบครัว	4.45	0.79	มาก
30.(2)	เหนื่อยที่ต้องรับภาระงานบ้าน*	2.37	1.32	น้อย
31.(3)	ทำหน้าที่แม่บ้านดีที่สุดแม้จะเหนื่อย	4.05	1.10	มาก
32.(4)	รับฟังปัญหาครอบครัว	4.28	0.91	มาก
33.(5)	ไม่สามารถดูแลการเงินของครอบครัวได้*	3.54	1.47	ปานกลาง
34.(6)	แก้ปัญหาความขัดแย้งครอบครัว	4.05	1.08	มาก
35.(7)	รับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน	4.50	0.67	มาก
36.(8)	ปฏิบัติหน้าที่การงานได้ดีเหมือนเดิม	4.32	0.87	มาก
37.(9)	เข้ากับผู้อื่นได้ดี	4.76	0.50	มากที่สุด
38.(10)	ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน	4.62	0.82	มากที่สุด
39.(11)	ร่วมงานสังสรรค์กับผู้อื่นในชุมชน	4.64	0.84	มากที่สุด
40.(12)	ช่วยเหลืองานของชุมชนได้ตามปกติ	4.57	0.96	มากที่สุด

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 12 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ มีการปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่ ทั้งหมด 12 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมากที่สุด 4 ข้อ ระดับมาก 6 ข้อ ปานกลาง 1 ข้อ ได้แก่ ไม่สามารถดูแลการเงินของครอบครัวได้ ปรับตัวอยู่ในระดับน้อย 1 ข้อ ได้แก่ รู้สึก เหนื่อยที่ต้องรับภาระงานบ้าน

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัว ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกันของกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N=59)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
41. (1)	สมาชิกในครอบครัวเอาใจใส่	4.57	0.74	มากที่สุด
42. (2)	ไม่กล้าขอความช่วยเหลือ*	3.59	1.42	มาก
43. (3)	เมื่อเจ็บป่วยจะปล่อยให้หายเอง*	4.22	1.09	มาก
44. (4)	รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเพื่อนบ้าน	2.66	1.44	ปานกลาง
45. (5)	รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	2.32	1.50	น้อย
46. (6)	แนะนำผู้อื่นให้ดูแลสุขภาพ	2.23	1.19	น้อย
47. (7)	พึ่งพาใครไม่ได้*	3.96	1.23	มาก
48. (8)	อยากอยู่คนเดียวไม่ยุ่งกับใคร*	4.15	1.39	มาก
49. (9)	ครอบครัว/เพื่อนบ้านดูแลเอาใจใส่	4.44	0.79	มาก
50. (10)	ให้ความช่วยเหลือเมื่อมีผู้มาขอให้ช่วย	4.54	0.75	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 13 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ มีการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน ทั้งหมด 10 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมากที่สุด 1 ข้อ ระดับมาก 6 ข้อ ปานกลาง 1 ข้อ ได้แก่ การได้รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเพื่อนบ้าน ระดับน้อย 2 ข้อ ได้แก่ การได้รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และการแนะนำผู้อื่นให้ดูแลสุขภาพ

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี จำแนกตามระดับการปรับตัวโดยรวมและรายด้าน

การปรับตัว	ระดับการปรับตัว (คน) N=141			
	มาก		น้อย	
	จำนวน	%	จำนวน	%
การปรับตัวโดยรวม	81	57.45	60	42.55
การปรับตัวรายด้าน				
ด้านร่างกาย	79	56.03	62	43.97
ด้านอึดมโนทัศน์	76	53.90	65	46.10
ด้านบทบาทหน้าที่	81	57.45	60	42.55
ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน	77	54.61	64	45.39

จากตารางที่ 14 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวโดยรวมและด้านบทบาทหน้าที่อยู่ในระดับมาก คือ ร้อยละ 57.45 เท่ากัน ส่วนด้านร่างกาย ด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน และด้านอึดมโนทัศน์ มีการปรับตัวอยู่ในระดับมากเช่นเดียวกัน คือ ร้อยละ 56.03 54.61 และ 53.90 ตามลำดับ

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านร่างกาย ของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 141)	\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
1. ยังแข็งแรงสุขภาพดี	3.47	1.30	ปานกลาง
2. หน้ามีดิวีนศีรษะ*	3.40	1.14	ปานกลาง
3. ท้องอืดแน่นจุกเสียด*	3.57	1.20	มาก
4. เหนื่อยอ่อนเพลีย*	3.08	1.13	ปานกลาง
5. เกร็งเป็นตะคริว*	3.93	1.23	มาก
6. ปัญหาสุขภาพฟัน*	3.66	1.26	มาก
7. เบื่ออาหารรับประทานข้าวไม่ได้*	3.61	1.26	มาก
8. ซาปลายมือ-ปลายเท้า*	3.63	1.37	มาก
9. ท้องผูกถ่ายอุจจาระลำบาก*	4.03	1.11	มาก
10. รับประทานอาหารที่มีกากใยเพิ่มขึ้น	3.70	1.34	มาก
11. ปัสสาวะแสบขัด*	4.09	1.25	มาก
12. คับบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และช่องคลอด*	4.26	1.22	มาก
13. ปัสสาวะบ่อย*	3.65	1.41	มาก
14. ได้พักผ่อนหย่อนใจ	3.87	1.14	มาก
15. นอนหลับสนิทตลอดคืน	3.57	1.30	มาก
16. คิมน้ำวันละ 6-8 แก้ว	4.02	1.17	มาก
17. ร้อนวูบวาบตามตัว-หลัง	3.77	1.33	มาก
18. ปวดเมื่อยตามร่างกายบ่อยๆ*	2.53	1.28	น้อย

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 15 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี มีการปรับตัวด้านร่างกาย ทั้งหมด 18 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมาก 14 ข้อ ระดับปานกลาง 3 ข้อ ได้แก่ ยังมีร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี มีอาการหน้ามีดิวีนศีรษะ เหนื่อยอ่อนเพลีย ปรับตัวในระดับน้อยเพียง 1 ข้อ ได้แก่ มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายบ่อยๆ

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์
ของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 141)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
19. (1)	ไม่มีเสน่ห์เหมือนเดิม*	3.30	1.30	ปานกลาง
20. (2)	กังวลต่อวัยที่สูงขึ้น *	3.72	1.18	มาก
21. (3)	น้ำหนักเพิ่มขึ้น/ลดลง*	3.22	1.47	ปานกลาง
22. (4)	ผิวหน้าเหี่ยวย่นเร็วเกินไป*	3.81	1.21	มาก
23. (5)	มีความสุขมั่นใจในชีวิต	4.00	1.06	มาก
24. (6)	พึงพอใจความเป็นตัวเอง	4.67	5.19	มากที่สุด
25. (7)	มั่นใจแก้ปัญหาเองได้	4.20	0.91	มาก
26. (8)	หงุดหงิดโกรธง่าย*	3.00	1.46	ปานกลาง
27. (9)	ภาคภูมิใจในตัวเอง	4.23	0.90	มาก
28. (10)	มีคุณค่าเป็นที่รักของครอบครัว	4.39	0.80	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 16 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี มีการปรับตัวด้าน
อัตมโนทัศน์ ทั้งหมด 10 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมากที่สุด 1 ข้อ ได้แก่ มีความพึงพอใจความเป็น
ตัวเอง ระดับมาก 6 ข้อ ปานกลาง 3 ข้อ ได้แก่ รู้สึกไม่มีเสน่ห์เหมือนเดิม รู้สึกน้ำหนักเพิ่มขึ้น/ลดลง
รู้สึกหงุดหงิด โกรธง่าย

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ ของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 141)	\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
29.(1) ยังมีส่วนร่วมตัดสินใจปัญหาครอบครัว	4.17	1.03	มาก
30.(2) เหนื่อยที่ต้องรับภาระงานบ้าน*	3.04	1.42	ปานกลาง
31.(3) ทำหน้าที่แม่บ้านดีที่สุดแม้จะเหนื่อย	3.70	1.34	มาก
32.(4) รับฟังปัญหาครอบครัว	4.25	0.98	มาก
33.(5) ไม่สามารถดูแลการเงินของครอบครัวได้*	3.56	1.46	มาก
34.(6) แก้ปัญหาความขัดแย้งครอบครัว	3.91	1.11	มาก
35.(7) รับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน	4.25	1.00	มาก
36.(8) ปฏิบัติหน้าที่การงานได้ดีเหมือนเดิม	4.09	1.05	มาก
37.(9) เข้ากับผู้อื่นได้ดี	4.41	0.85	มาก
38.(10) ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน	4.27	0.85	มาก
39.(11) ร่วมงานสังสรรค์กับผู้อื่นในชุมชน	4.26	0.90	มาก
40.(12) ช่วยเหลืองานของชุมชนได้ตามปกติ	4.21	0.92	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 17 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ ทั้งหมด 12 ข้อ ปรับตัวอยู่ในระดับมากเกือบทั้งหมด คือ 11 ข้อ มีเพียง 1 ข้อ ที่ปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ รู้สึกเหนื่อยที่ต้องรับภาระงานบ้าน

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนและระดับการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย
ระหว่างกัน ของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี จำแนกรายข้อ

การปรับตัวจำแนกรายข้อ (N = 141)		\bar{X}	SD	ระดับการปรับตัว
41. (1)	สมาชิกในครอบครัวเอาใจใส่	4.11	0.91	มาก
42. (2)	ไม่กล้าขอความช่วยเหลือ*	3.68	1.40	มาก
43. (3)	เมื่อเจ็บป่วยจะปล่อยให้หายเอง*	4.07	1.27	มาก
44. (4)	รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเพื่อนบ้าน	2.49	1.31	น้อย
45. (5)	รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข	2.69	1.48	ปานกลาง
46. (6)	แนะนำผู้อื่นให้ดูแลสุขภาพ	2.69	1.25	ปานกลาง
47. (7)	พึ่งพาใครไม่ได้*	3.78	1.35	มาก
48. (8)	อยากอยู่คนเดียว ไม่ยุ่งกับใคร*	3.81	1.38	มาก
49. (9)	ครอบครัว/เพื่อนบ้านดูแลเอาใจใส่	4.17	0.95	มาก
50. (10)	ให้ความช่วยเหลือเมื่อมีผู้มาขอให้ช่วย	4.12	0.98	มาก

* ข้อคำถามทางด้านลบ

จากตารางที่ 18 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี มีการปรับตัวด้าน
การพึ่งพาอาศัยระหว่างกัน ทั้งหมด 10 ข้อ มีการปรับตัวอยู่ในระดับมาก 7 ข้อ ระดับปานกลาง
2 ข้อ ได้แก่ การได้รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและแนะนำผู้อื่นให้ดูแล
สุขภาพ มีการปรับตัวระดับน้อยเพียง 1 ข้อ ได้แก่ การได้รับความรู้การดูแลสุขภาพจากเพื่อนบ้าน

ตารางที่ 19 เปรียบเทียบการปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือนระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยในการปรับตัวด้วยค่าทีอิสระ

ระดับการปรับตัว	ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ (N=59)		ไม่มีประจำเดือนเกิน 1 ปี (N=141)		ค่า t
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
	การปรับตัวโดยรวม	197.96	17.86	185.92	
การปรับตัวรายด้าน					
ด้านร่างกาย	69.81	9.30	65.04	12.02	2.72**
ด้านอ้อมโนทัศน์	39.88	5.02	37.61	8.06	1.99*
ด้านบทบาทหน้าที่	51.22	5.34	47.76	6.58	3.56***
ด้านการพึ่งพาอาศัย ระหว่างกัน	37.05	5.41	35.50	5.41	1.84

t* (.05, df 198) = 3.267

t** (.01, df 198) = 4.318

t***(.001, df=198) = 5.565

จากตารางที่ 19 พบว่า มีการปรับตัวโดยรวมของสตรีวัยหมดประจำเดือนระหว่างกลุ่มที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ และไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการปรับตัวรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ ด้านร่างกาย และด้านอ้อมโนทัศน์ มีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 .01 และ .05 ตามลำดับ โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอปรับตัวได้มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีประจำเดือนแล้วเกิน 1 ปี แต่การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยระหว่างกันไม่มีความแตกต่างกัน