

**EFFECT OF MUSIC ON QUALITY OF SLEEP
IN CRITICALLY ILL PATIENTS**

SUPEEDA KOMENTHAI

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF MASTER OF NURSING SCIENCE
(ADULT NURSING)
FACULTY OF GRADUATE STUDIES
MAHIDOL UNIVERSITY
2003**

**ISBN 974-04-4183-1
COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY**

ผลของดนตรีต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยในหอผู้ป่วยหนัก (EFFECT OF MUSIC ON QUALITY OF SLEEP IN CRITICALLY ILL PATIENTS)

สุกัฎดา โกเมนไทย 4237327 NSAN/M

พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : เพ็ญจันทร์ เสรีวิวัฒนา, M.Sc., กรองไฉ่ อุณหสูต. Ed.D.,
ชนกพร จิตปัญญา, Ph.D.

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของดนตรีต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยในหอผู้ป่วยหนัก กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยหนักที่เข้ารับการรักษาในหอผู้ป่วย MICU 2 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ตั้งแต่เดือนเมษายน 2544 ถึงสิงหาคม 2545 จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย เทปดนตรี นาน 30 นาที เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล คุณภาพการนอนหลับของ Verran & Snyder –Halpern sleep scale และแบบสังเกตอัตราการเต้นของหัวใจและอัตราการหายใจทุก 5 นาที ในช่วง 30 นาที ก่อน ขณะ และหลังฟังดนตรี วันแรกกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามข้อมูลในเวลากลางวันและฟังดนตรีก่อนนอนในเวลากลางคืน โดยผู้วิจัยสังเกตอัตราการเต้นของหัวใจและอัตราการหายใจของผู้ป่วยตั้งแต่ 30 นาที ก่อน ขณะ และหลังฟังดนตรี วันที่สองผู้วิจัยสอบถาม คุณภาพการนอนหลับภายหลังการฟังดนตรี และความรู้สึกของผู้ป่วยต่อดนตรีที่ฟังก่อนนอน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที และวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA)

ผลการศึกษาพบว่า

1. คะแนนเฉลี่ยของคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยหนักหลังฟังดนตรีมีค่าสูงกว่าก่อนฟังดนตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$)

2. คะแนนเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจและอัตราการหายใจ ในช่วง 30 นาที ขณะฟังดนตรี และหลังฟังดนตรี แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

จากผลการศึกษาที่มีข้อเสนอแนะ คือ ดนตรีสามารถนำมาเข้ามามีใช้ในการส่งเสริมคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยหนัก และพยาบาลในหอผู้ป่วยหนักสามารถนำดนตรีไปใช้เป็นบทบาทอิสระในการส่งเสริมคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยในหอผู้ป่วยหนักได้

EFFECT OF MUSIC ON QUALITY OF SLEEP IN CRITICALLY ILL PATIENTS

SUPEEDA KOMENTHAI 4237327 NSAN/M

M.N.S.(ADULT NURSING)

THESIS ADVISORS : PENCHUN SAREEWIWATTHANA,M.Sc., KRONGDAI UNHASUTA, Ed.D.,CHANOKPORN JITPANYA, Ph.D.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effectiveness of music on quality of sleep in critically ill patients. The samples were 30 critically ill patients admitted to the Medical Intensive Care Unit 2 at King Chulalongkorn Memorial Hospital from April 2001 to August 2002.

The instrument used for intervention was a 30 minute cassette tape consisting of soothing music that facilitates relaxation and a portable cassette tape player. The instrument used for data collection consisted of demographic characteristics of the patients, Verran & Snyder-Halpern (VSH) sleep scale and an observation parameter record designed to record heart rate and respiratory rate every 5 minutes for 30 minutes before, during, and after listening to the music. The researcher visited the patient for two days. On the first day, during the daytime, the patients were asked to answer the questionnaires about demographic data and quality of sleep on the prior night. At night, they were asked to listen to the 30-minute tape of soothing music. And the researcher remained at bed side to record the physiological parameters. On the second day, patients were asked to answer the questionnaires about the quality of sleep, feelings about the musical listening and the effect of musical listening of the previous night. The data were analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, paired t-test and analysis of covariance.

These findings revealed that:

1. The mean scores of quality of sleep of the critically ill patients after listening to the music was statistically significantly higher than before listening to the music ($p < 0.01$).
2. The mean scores of physiological parameters; heart rate and respiratory rate; 30 minutes during and after listening to the music were statistically significantly different ($p < 0.05$).

These findings suggest that music should be used as an independent nursing intervention to promote quality of sleep in critically ill patients.

KEY WORDS : QUALITY OF SLEEP / MUSIC / CRITICALLY ILL PATIENT

87 P. ISBN 974-04-4183-1