

## ชื่อวิทยานิพนธ์

ผลการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มเสี่ยงที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรง : กรณีศึกษาตำบลคลองแห อำเภอลำปาง จังหวัดสงขลา

## ผู้วิจัย

นางสาววารุณี จุลนวล ปีการศึกษา 2555

## ปริญญา

สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา สาธารณสุขชุมชน

## อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ชาญชัย เรืองขจร

## อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ดร.กัลยา ต้นสกุล

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 3) เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 4) เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยทดลองจริง (True – experimental research) กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรง ได้แก่ พ่อ หรือ แม่ หรือ พี่ หรือ น้อง ในตำบลคลองแห อำเภอลำปาง จังหวัดสงขลา จำนวน 44 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 22 คน และกลุ่มควบคุม 22 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ชุดการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ประกอบด้วย การบรรยายประกอบกับการใช้ตัวแบบ การสาธิตและฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน และแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สถิติที่ใช้การวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการทดสอบ Paired Sample t – test และการทดสอบทีอิสระ (Independent t – test)

ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลองแล้ว 1 เดือน กลุ่มทดลองมีการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานด้านการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรค ด้านการรับรู้ความรุนแรงของโรค ด้านการรับรู้ถึงประโยชน์ของการป้องกันโรคสูง ด้านการรับรู้ต่ออุปสรรคในการป้องกันโรค และการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานโดยรวมแตกต่างกันก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) หลังการทดลองแล้ว 1 เดือน กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานโดยรวมแตกต่างกันก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป และด้านการจัดการความเครียด พบว่าไม่แตกต่างกัน 3) หลังการทดลองแล้ว 1 เดือน กลุ่มควบคุมมี

พฤติกรรมด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป ด้านการจัดการความเครียด และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานโดยรวมไม่แตกต่างกับก่อนการทดลอง และ 4) หลังการทดลองแล้ว 1 เดือน กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานโดยรวมแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป และด้านการจัดการความเครียด พบว่าไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ คือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา รวมทั้งหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ควรส่งเสริมการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานอย่างต่อเนื่อง อันเป็นการเพิ่มความสามารถในการป้องกันโรคเบาหวาน และกระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้ได้ผล แต่ทั้งนี้การจัดประสบการณ์การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ต้องเตรียมการอย่างจริงจัง ซึ่งใช้เวลา งบประมาณ ตลอดจนการควบคุมจำนวนผู้เข้าร่วมการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้ครบตามที่กำหนด ซึ่งหากหน่วยงานไม่มีความพร้อมในด้านต่าง ๆ ก็อาจจะปรับรูปแบบการจัดประสบการณ์ให้มีความเหมาะสมกับพื้นที่หรือกลุ่มประชากร เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อไป

**Thesis Title** Perceptions on Diabetes Mellitus Preventive Behaviors of Family's Risk Group after Attending Learning Experience Process: A Case Study of Thambon Khlonghae, Amphur Hatyai, Songkhla Province

**Researcher** Miss Warujee Joolnual **Academic Year** 2012

**Degree** Master of Public Health in Community Health

**Advisors** 1. Associate Professor Charnchai Ruangajorn  
2. Dr. Kanlaya Tansakul

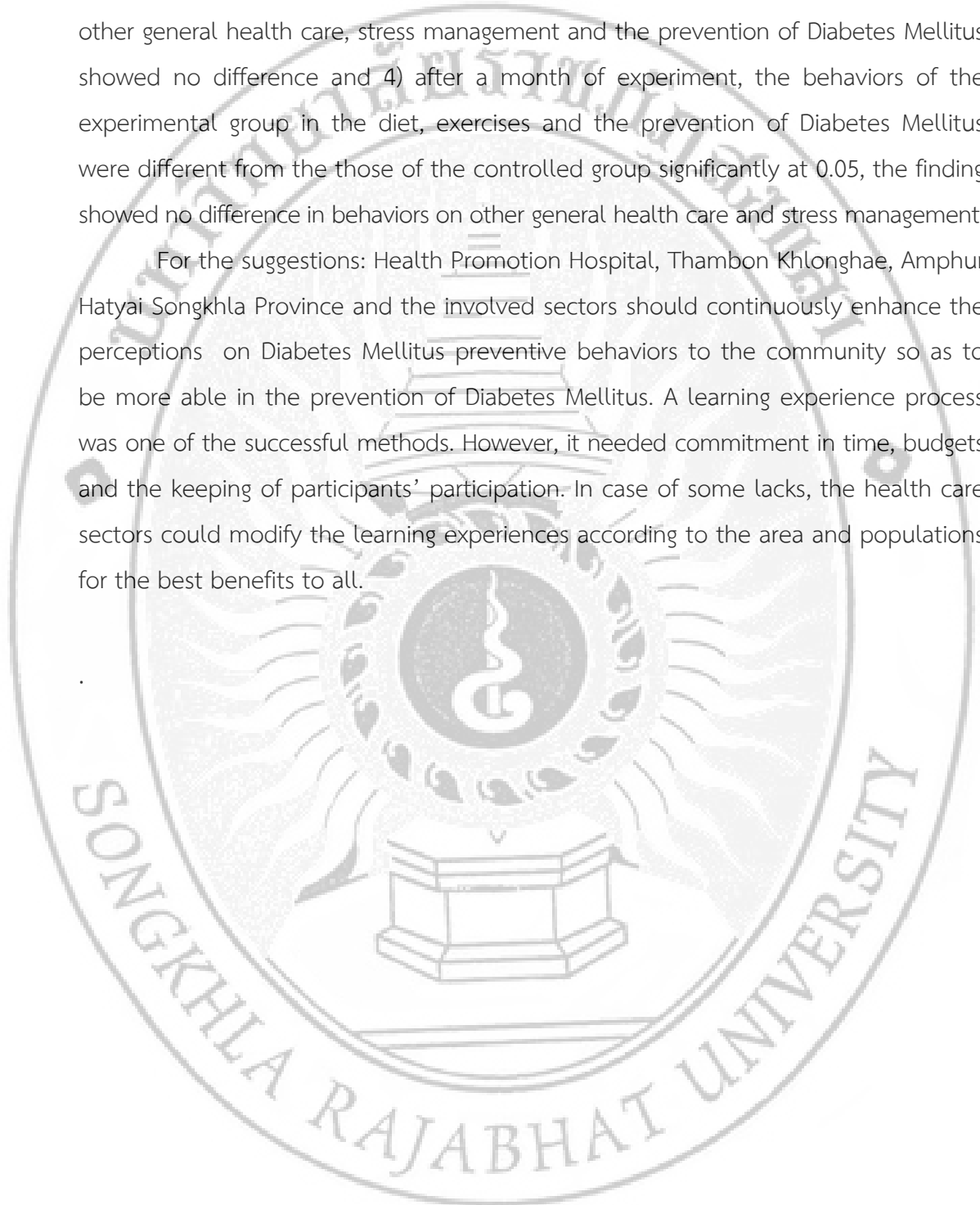
### ABSTRACT

The 4 objectives of the research were 1) to compare the perceptions on Diabetes Mellitus preventive behaviors of the experimental group before and after the experiments 2) to compare the preventive behaviors of the experimental group before and after the experiments 3) to compare the preventive behaviors of the controlled group before and after the experiments 4) to compare the preventive behaviors of the experimental group and the controlled group after the experiment. The research was a true experimental research with the research subjects of 44 Family's risk persons over 35 years of age in Thambon Khlonghae, Amphur Hatyai, Songkhla Province. The subjects were grouped into 2 groups of 22 persons each. The research instrument was a kit of learning experience process which included a lecture and models, demonstrations and practices on the prevention of Diabetes Mellitus and interview form on the perceptions on the risk of Diabetes Mellitus and its prevention. The data were analyzed with computerized program. The research statistics included frequency, percentile, mean, standard deviation, Paired Sample test, t-test and independent t-test.

The findings revealed that 1) after a month of experiment, the perceptions of the experimental group in the chance of the Diabetes Mellitus risks, the serious of the disease, the benefits of the disease prevention, the obstacles of the prevention and the perceptions on the risks were significantly different at 0.05 2) after a month of experiment, the behaviors of the experimental group in the diet, exercises and the prevention of Diabetes Mellitus were significantly different at 0.05, the finding showed

no difference in behaviors on other general health care and stress management 3) after a month of experiment, the behaviors of the controlled group in the diet, exercises, other general health care, stress management and the prevention of Diabetes Mellitus showed no difference and 4) after a month of experiment, the behaviors of the experimental group in the diet, exercises and the prevention of Diabetes Mellitus were different from the those of the controlled group significantly at 0.05, the finding showed no difference in behaviors on other general health care and stress management.

For the suggestions: Health Promotion Hospital, Tambon Khlonghae, Amphur Hatyai Songkhla Province and the involved sectors should continuously enhance the perceptions on Diabetes Mellitus preventive behaviors to the community so as to be more able in the prevention of Diabetes Mellitus. A learning experience process was one of the successful methods. However, it needed commitment in time, budgets and the keeping of participants' participation. In case of some lacks, the health care sectors could modify the learning experiences according to the area and populations for the best benefits to all.



## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วย ความกรุณาช่วยเหลือ แนะนำ และให้คำปรึกษาอย่างดียิ่ง จาก รองศาสตราจารย์ชาญชัย เรืองขจร อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ดร.กัลยา ตันสกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาถ่ายทอดความรู้ แนวคิด วิธีการ คำแนะนำ และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดียิ่งตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนต์ ชาติทอง คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย รองศาสตราจารย์ ทิพย์วัลย์ เรืองขจร เลขาธิการหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน และดร.นพ.สุวิช ธรรมปาโล ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะแนวคิด ซึ่งทำให้การวิจัยฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ ดร.จิระเนาว์ ทศศรี และผู้ช่วยศาสตราจารย์เสริม ทศศรี ที่กรุณาให้คำแนะนำ และข้อเสนอแนะต่าง ๆ ตลอดจนอาจารย์ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอด ความรู้ แนวคิด ตลอดระยะเวลาที่ศึกษา

ขอขอบคุณ คุณปติตตา ชื่นชื่น ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห และเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ทุกคนที่อำนวยความสะดวก และช่วยเหลือในการดำเนินการวิจัย และกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานในเขตตำบลคลองแหทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดการวิจัย

ขอขอบคุณ คุณอำนวย เสถียรเจริญสกุล ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคูเต่า และคุณมารีเยะ จิตสุวรรณ พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคูเต่า อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ที่อำนวยความสะดวก และช่วยประสานงานในการลงพื้นที่เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์เพื่อนำมาทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือในการวิจัย

ขอขอบคุณ คุณทิพวรรณ คุณาภรณ์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลป่าดงเบงช่าร์ และคุณชินพันธ์ บิลละหิมฟาฎิล นักโภชนาการ โรงพยาบาลจะนะ ที่คอยให้คำแนะนำและร่วมถ่ายทอดประสบการณ์การเรียนรู้อันเป็นประโยชน์แก่งานวิจัย

ขอขอบคุณทุกคนในครอบครัว ที่คอยให้กำลังใจ ขอขอบคุณ คุณสำราญ สุกุลเต็น และเพื่อน ๆ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน และเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุกท่าน ที่คอยช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวกในเรื่องต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เป็นอย่างดี

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูทเวทิตาแต่บิดา มารดา บุรพอาจารย์ ที่ให้ความรัก ความหวังเฝ้า ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่าน