

# สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	(1)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	(3)
กิตติกรรมประกาศ .....	(5)
สารบัญ .....	(6)
สารบัญตาราง .....	(8)
สารบัญภาพ .....	(11)
<b>บทที่ 1 บทนำ .....</b>	<b>1</b>
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	4
คำถามในการวิจัย .....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
<b>บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....</b>	<b>9</b>
ข้อมูลทั่วไปต่อบลคลองแห.....	10
โรคเบาหวาน.....	13
พฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน.....	22
กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน.....	30
แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ.....	31
การจัดประสบการณ์การเรียนรู้.....	35
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	47
<b>บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....</b>	<b>52</b>
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	53
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	55
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	59
วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล.....	60

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 4 ผลการวิจัย.....</b>	<b>61</b>
ข้อมูลปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล .....	61
ข้อมูลการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานและพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน ก่อนการทดลอง.....	63
ข้อมูลการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานและพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน หลังการทดลอง.....	81
ผลการทดสอบสมมติฐาน.....	100
เปรียบเทียบการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง.....	100
เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองระหว่างก่อน และหลังการทดลอง.....	101
เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง.....	102
เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง.....	102
<b>บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....</b>	<b>104</b>
สรุปผลการวิจัย .....	104
อภิปรายผล.....	111
ข้อเสนอแนะ .....	116
<b>บรรณานุกรม .....</b>	<b>119</b>
<b>ภาคผนวก .....</b>	<b>123</b>
ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	124
ภาคผนวก ข รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ.....	173
ภาคผนวก ค แบบสรุปผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง.....	176
ภาคผนวก ง แบบสรุปผลการจัดลำดับคะแนนพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน.....	184
ภาคผนวก จ แบบสรุปผลการวัดผลการจัดประสบการณ์การเรียนรู้.....	187
ภาคผนวก ฉ ตารางวิเคราะห์ข้อความการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน.....	209
ภาคผนวก ช รายชื่อผู้ช่วยวิจัย.....	226
ภาคผนวก ซ ภาพกิจกรรม.....	228
<b>ประวัติผู้วิจัย.....</b>	<b>240</b>

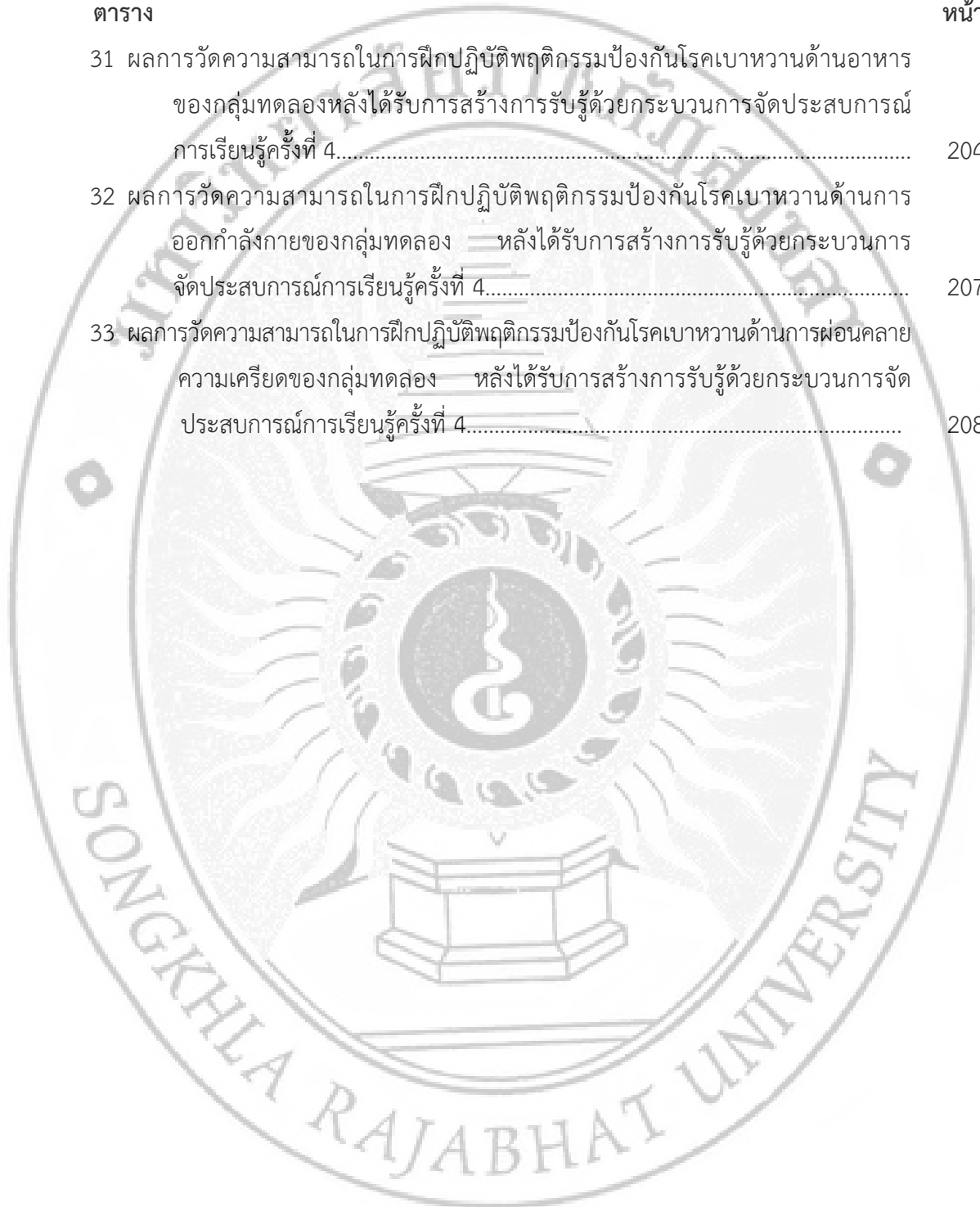
ตาราง	หน้า
1 การจัดแบ่งกลุ่มตัวอย่าง.....	53
2 จำนวนและร้อยละด้านปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	61
3 จำนวนและร้อยละของการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานจำแนกรายชื่อก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	63
4 จำนวน และร้อยละของระดับการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	70
5 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการควบคุมอาหารจำแนกรายชื่อก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	72
6 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายตามความถี่ของการออกกำลังกายก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	74
7 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายตามระยะเวลาของการออกกำลังกายก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	75
8 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายตามความต่อเนื่องสม่ำเสมอก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	75
9 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการดูแลสุขภาพทั่วไปก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	76
10 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการจัดการความเครียดก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	77
11 จำนวน และร้อยละของระดับพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	79
12 จำนวน และร้อยละของการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานจำแนกรายชื่อก่อนการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	81
13 จำนวน และร้อยละของระดับการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	89
14 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการควบคุมอาหารจำแนกรายชื่อก่อนการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	91
15 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายตามความถี่ของการออกกำลังกายหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	93
16 จำนวน ร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายตามระยะเวลาของการออกกำลังกายหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	93

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
17 จำนวน ร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายตามความ ต่อเนื่องสม่ำเสมอหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม....	94
18 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป หลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	95
19 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการจัดการความเครียด หลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	96
20 จำนวน และร้อยละของระดับพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	98
21 การเปรียบเทียบการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานระหว่างก่อนและหลังการ ทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลอง ด้วย t - test .....	100
22 การเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานระหว่างก่อนและหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มทดลอง ด้วย t - test.....	101
23 การเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานระหว่างก่อนและหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่มควบคุม ด้วย t - test .....	102
24 การเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน ของกลุ่ม ทดลองกับกลุ่มควบคุม ด้วย t - test .....	102
25 ผลการจัดลำดับคะแนนพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มตัวอย่างก่อนได้รับ การสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้.....	185
26 ผลการวัดความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองหลังได้รับการสร้างการรับรู้ ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ครั้งที่ 1.....	188
27 ผลการวัดความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองหลังได้รับ การสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ครั้งที่ 2.....	189
28 ผลการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านอาหาร ของกลุ่มทดลอง หลังได้รับการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้ครั้งที่ 3.....	190
29 ผลการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการออก กำลังกายของกลุ่มทดลอง หลังได้รับการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการ จัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 3.....	193
30 ผลการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการ ผ่อนคลายความเครียดของกลุ่มทดลองหลังได้รับการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการ จัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 3.....	196

### สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
31 ผลการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านอาหาร ของกลุ่มทดลองหลังได้รับการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้ครั้งที่ 4.....	204
32 ผลการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการ ออกกำลังกายของกลุ่มทดลอง หลังได้รับการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการ จัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 4.....	207
33 ผลการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการผ่อนคลาย ความเครียดของกลุ่มทดลอง หลังได้รับการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัด ประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 4.....	208



### สารบัญภาพ

ภาพ	หน้า
1 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	5
2 แผนที่ตำบลคลองแห .....	11
3 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ .....	34
4 แสดงขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง .....	54

