



ภาคผนวก

## ภาคผนวก ก

### เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

เรื่อง การเสริมสร้างพลังอำนาจของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานต่อพฤติกรรมการป้องกันโรค:

กรณีศึกษาบ้านดินตาน หมู่ที่ 15 ตำบลท่าช้าง อำเภอบางกล่ำ จังหวัดสงขลา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีทั้งหมด 3 ชุด ดังต่อไปนี้

ชุดที่ 1 แบบทดสอบความรู้โรคเบาหวานและแบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน

ชุดที่ 2 แนวทางการสนทนากลุ่ม

ชุดที่ 3 สมุดประจำตัวของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน



## ชุดที่ 1

## แบบทดสอบความรู้โรคเบาหวานและแบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน

ผู้วิจัย	นางสาวศตพร รัตนโชเต
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผศ.ดร.พิศมัย ผลพุกภัยไพโร รศ.ดร.จิรเนาว์ ทิศศรี
สาขาวิชา	สาธารณสุขชุมชน
มหาวิทยาลัย	ราชภัฏสงขลา

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ให้เข้าใจ ก่อนทำแบบสอบถาม

- แบบสอบถามนี้มี 3 ตอน ประกอบด้วย
  - ตอนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป จำนวน 7 ข้อ
  - ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้โรคเบาหวาน จำนวน 18 ข้อ
  - ตอนที่ 3 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน จำนวน 11 ข้อ

2. คำตอบของท่านจะมีประโยชน์ต่อการศึกษาครั้งนี้เป็นอย่างมาก จึงใคร่ขอความกรุณาจากท่านโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อด้วยความจริง ผู้ทำการศึกษาจะใช้คำตอบของท่านเพื่อการศึกษาครั้งหน้าเท่านั้น และจะสงวนคำตอบของท่านไว้เป็นความลับ ผู้ทำการศึกษาหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(นางสาวศตพร รัตนโชเต)

นักศึกษาปริญญาโท สาขาสาธารณสุขชุมชน

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน  ตรงข้อความที่เกี่ยวกับตัวท่าน หรือเติมคำลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

1. เพศ

(1) ชาย

(2) หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรส

(1) โสด

(2) สมรส

(3) ม่าย/หย่า/แยก

4. ระดับการศึกษา

(1) ไม่ได้เรียนหนังสือ

(2) ป.4

(3) ป.6

(4) ม.3

(5) อื่น ๆ ระบุ.....

5. อาชีพ

(1) เกษตรกรรม

(2) ค้าขาย

(3) รับจ้าง

(4) แม่บ้าน/ไม่ได้ทำงาน

(5) อื่น ๆ ระบุ.....

6. รายได้ต่อเดือน.....บาท

7. ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวาน

(1) ไม่ได้รับ

(2) ได้รับจาก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

2.1 โทรทัศน์

2.2 วิทยู

2.3 เพื่อน/เพื่อนบ้าน

2.4 แพทย์/เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

2.5 อื่น ๆ ระบุ .....

ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้โรคเบาหวาน

คำชี้แจง ให้ท่านทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. โรคเบาหวาน เป็นภาวะที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ เพราะร่างกายไม่สามารถนำน้ำตาลไปใช้ได้		
2. โรคเบาหวานเป็นโรคติดต่อทางพันธุกรรม		
3. ปัจจัยเสี่ยงจากความอ้วน และการออกกำลังกายน้อย เป็นปัจจัยที่ทำให้คนไทยป่วยเป็นโรคเบาหวานมากที่สุด		
4. การใส่ยาคุมกำเนิด ยาขับปัสสาวะ ไม่จำเป็นต้องปรึกษาแพทย์ก่อนใส่ยา เพราะไม่มีผลกับการป่วยเป็นโรคเบาหวาน		
5. บุคคลที่มีพ่อแม่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จะมีโอกาสป่วยเป็นโรคเบาหวาน		
6. อาการสำคัญของโรคเบาหวานได้แก่ ถ่ายปัสสาวะมาก ดื่มน้ำมาก น้ำหนักลด		
7. การตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นการวินิจฉัยโรคเบาหวานที่ดีที่สุด		
8. ถ้าระดับน้ำตาลในเลือดมากกว่า 126 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร แสดงว่าเป็นโรคเบาหวาน		
9. การรักษาโรคเบาหวานต้องใช้อาหารลดน้ำหนัก		
10. ผู้ป่วยเบาหวานไม่จำเป็นต้องควบคุมน้ำหนักตัว หากรับประทานยาจากแพทย์เป็นประจำ		
11. ผู้ป่วยเบาหวานไม่จำเป็นต้องไปพบแพทย์เพื่อรับยาตามนัด หากยังมียาเพียงพอสำหรับรับประทาน		
12. ผู้ป่วยเบาหวานควรลดการรับประทานอาหารทอด มัน หวานและเค็ม		
13. หากปล่อยให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงนาน ๆ จะทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนตามอวัยวะหรือระบบต่างๆได้		
14. เบาหวานลงตา เป็นภาวะแทรกซ้อนที่ไม่มีอันตรายต่อผู้ป่วยเบาหวาน		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
15. บุคคลที่ไม่มีพ่อแม่ป่วยเป็นโรคเบาหวานไม่จำเป็นต้องตรวจคัดกรองเพื่อหาความเสี่ยง		
16. การควบคุมน้ำหนัก การออกกำลังกาย เป็นวิธีการป้องกันโรคเบาหวานที่ดีที่สุด		
17. การใช้ยาเพื่อป้องกันโรคเบาหวาน เป็นวิธีที่ไม่เหมาะสมและไม่เป็นที่นิยม เพราะจะเกิดการสะสมยาเกินความจำเป็นในร่างกาย		
18. ควรออกกำลังกายอย่างหนักทุกวันจึงจะสามารถป้องกันโรคเบาหวานได้		

### ตอนที่ 3 แบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน

**คำชี้แจง** ให้ท่านทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง โดยมีเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- ไม่เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเชื่อของท่านมากที่สุด
- ไม่แน่ใจ หมายถึง ข้อความนั้นไม่สามารถตัดสินใจเกี่ยวกับความเชื่อของท่านมากที่สุด
- เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเชื่อของท่านมากที่สุด

ข้อความ	ความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน		
	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
1. การรับประทานอาหารรสจัด เช่น เค็มจัด หวานจัด ไม่เป็นสาเหตุให้เกิดโรคเบาหวาน			
2. การรับประทานยาหรืออาหารเสริมเพื่อป้องกันการป่วยด้วยโรคเบาหวานเป็นสิ่งจำเป็นต้องกระทำเมื่อมีอายุ 35 ปี ขึ้นไป			
3. การรับประทานผัก ผลไม้ จะเป็นการช่วยป้องกันการป่วยด้วยโรคเบาหวานได้			
4. หากท่านอ้วน ทำให้ท่านมีโอกาสเป็นโรคเบาหวานได้มากขึ้น			
5. ถ้าพ่อแม่พี่น้องของท่านป่วยเป็นโรคเบาหวาน ท่านอาจป่วยด้วยโรคเบาหวานได้			

ข้อความ	ความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน		
	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
6. การป่วยด้วยโรคเบาหวาน มีสาเหตุจาก โรคชะตา หรือฟ้าดินลงโทษ			
7. ผู้ป่วยเบาหวานควรพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ			
8. การออกกำลังกายไม่มีผลต่อการป้องกัน โรคเบาหวานเป็นแค่การกระตุ้นหัวใจให้สูบ ฉีดดีเท่านั้น			
9. การเอาใจใส่ดูแลสุขภาพของตนเอง อยู่เสมอจะช่วยป้องกันการเกิดโรคเบาหวานได้			
10. การได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน และการป้องกันโรค ไม่ช่วยให้ท่าน ปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคเบาหวานได้ดีขึ้น			
11. การรวมกลุ่มกันเพื่อป้องกันโรคเบาหวาน ทำให้ท่านสามารถมีปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพที่พึงประสงค์ได้			

## ชุดที่ 2

### แนวคำถามสนทนากลุ่ม

#### การจัดกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน

ขั้นตอน	ระยะเวลา	กิจกรรม	แนวคำถามสนทนากลุ่ม	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
<p>1. การค้นพบสถานการณ์จริง (Discovering reality) เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทราบว่าภาวะร่างกายตนเองมีแนวโน้มจะป่วยเป็นโรคเบาหวานได้ในอนาคต และเพื่อให้มีความรู้ ความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวานที่ถูกต้อง</p>	<p>45 นาที (15.00-15.45 น.) กลุ่มที่ 1 : 29 ม.ค. 53 กลุ่มที่ 2 : 30 ม.ค. 53</p>	<p>1. แจกผลการทำแบบสอบถาม และผลารชั่งน้ำหนัก ค่าดัชนีมวลกาย</p> <p>2. การทบทวนความรู้ความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน</p>	<p>(ผู้วิจัยอ่านผลการทำแบบสอบถาม น้ำหนัก และค่าดัชนีมวลกาย ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม)</p> <p>1. ท่านทราบหรือไม่ว่าการที่ท่านมีน้ำหนักเกิน (อ้วน) จะทำให้ท่านมีโอกาสป่วยด้วยโรคเบาหวาน</p> <p>2. ท่านทราบหรือไม่ว่า โรคเบาหวาน คืออะไร อาการสำคัญของโรคเบาหวาน มีอะไรบ้าง</p> <p>3. ท่านคิดว่าโรคเบาหวานเป็นโรคร้ายแรงหรือไม่อย่างไร</p> <p>4. ท่านคิดว่าปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้บุคคลป่วยเป็นโรคเบาหวาน มีอะไรบ้าง</p> <p>5. การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเบาหวานควรเป็นอย่างไร</p>	<p>1. แนวคำถามสนทนากลุ่ม</p> <p>2. สมุดบันทึกข้อมูลภาคสนาม</p> <p>3. กล้องถ่ายรูป</p> <p>4. เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>5. ผู้วิจัย</p> <p>6. ผู้ช่วยวิจัย</p>



ต่อ

ขั้นตอน	ระยะเวลา	กิจกรรม	แนวคำถามสนทนากลุ่ม	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
<p>2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) เพื่อช่วยให้เกิดทักษะในการทำความเข้าใจปัญหา สาเหตุที่ทำให้ตนเองมีภาวะอ้วนและน้ำหนักเกิน การพิจารณาแสวงหาทางเลือก</p>	<p>45 นาที (15.00-15.45 น.) กลุ่มที่ 1 : 3 ก.พ.53 กลุ่มที่ 2 : 4 ก.พ.53</p>	<p>1. อ่านบททวนผลกิจกรรมกิจกรรมครั้งที่ 1</p> <p>2. วิเคราะห์พฤติกรรมการป้องกันโรคเบาหวาน และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง</p>	<p>(ผู้วิจัยอ่านผลการทำแบบสอบถาม นำหน้าค่าดัชนีมวลกาย ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมรายบุคคล และกิจกรรมที่ร่วมกันเรียนรู้ในครั้งที่ 1)</p> <p>1. ท่านคิดว่าตัวท่านมีพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกายอย่างไร มีด้านดีและไม่ดีอย่างไร สาเหตุใดที่ทำให้ท่านอ้วน</p> <p>ให้แต่ละคนพูดผลการทบทวนการการปฏิบัติตนให้กลุ่มฟัง เพื่อให้ทุกคนได้เรียนรู้ร่วมกัน</p>	<p>1. แนวคำถามสนทนากลุ่ม</p> <p>2. สมุดบันทึกข้อมูลภาคสนาม</p> <p>3. กล้องถ่ายรูป</p> <p>4. เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>5. ผู้วิจัย</p> <p>6. ผู้ช่วยวิจัย</p>

ต่อ

ขั้นตอน	ระยะเวลา	กิจกรรม	แนวคำถามสนทนากลุ่ม	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
<p>3 การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม (Taking charge) เพื่อช่วยให้เกิดการตัดสินใจเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเอง</p>	<p>45 นาที (15.00-15.45 น.) กลุ่มที่ 1 : 10 ก.พ.53 กลุ่มที่ 2 : 11 ก.พ.53</p>	<p>1. อ่านบททวนผลกิจกรรมกิจกรรมครั้งที่ 2 2. การเล่าประสบการณ์จากผู้ป่วยเบาหวาน 3. ร่วมกันค้นหาวิธีการควบคุมน้ำตาลในเลือดเพื่อป้องกันโรคเบาหวาน 4. สรุปวิธีการควบคุมน้ำตาลในเลือดเพื่อป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่ม</p>	<p>(ผู้วิจัยอ่านผลการเข้าร่วมกิจกรรมที่ร่วมกันเรียนรู้ในครั้งที่ 2)  1. ท่านคิดว่าจะใช้ทางแนวการควบคุมน้ำตาลในเลือดเพื่อป้องกันโรคเบาหวานอย่างไร และคิดว่าสมาชิกในกลุ่มสามารถนำไปปฏิบัติได้ 2. ท่านเห็นด้วยหรือไม่ อย่างไร กับแนวทางการควบคุมน้ำตาลในเลือดที่ได้รับมติจากกลุ่ม 3. ท่านสามารถปฏิบัติตนเพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือดตามแนวทางการปฏิบัติที่กลุ่มลงมติร่วมกัน พร้อมทั้งการจดบันทึกกิจกรรมการควบคุมน้ำตาลในเลือดเพื่อป้องกันโรคเบาหวานไว้ในสมุดประจำตัวกลุ่ม ได้</p>	<p>1. แนวคำถามสนทนากลุ่ม 2. สมุดบันทึกข้อมูลภาคสนาม 3. กล้องถ่ายรูป 4. เครื่องบันทึกเสียง 5. สมุดประจำตัวของกลุ่มเสียง 6. ผู้วิจัย 7. ผู้ช่วยวิจัย</p>

ต่อ

ขั้นตอน	ระยะเวลา	กิจกรรม	แนวคำถามสนทนากลุ่ม	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
			3. ท่านคิดว่าหากปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติของกลุ่ม จะทำให้ท่านมีสุขภาพดีแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานหรือไม่ อย่างไร 4. ท่านรู้สึกมีกำลังใจในการปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติของกลุ่มหรือไม่อย่างไร	
4 การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ (Holding on) ครั้งที่ 1 เพื่อกระตุ้นและติดตามการปฏิบัติตามของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน	45 นาที (15.00-15.45 น.) กลุ่มที่ 1 : 27 ก.พ.53 กลุ่มที่ 2 : 28 ก.พ.53	1.ให้สมาชิกเล่าประสบการณ์  2.ร่วมกันแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหา	1.ท่านได้ปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติของกลุ่มหรือไม่ อย่างไร 2. ผลการปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติของกลุ่มเพื่อป้องกันโรคเบาหวานภายในระยะเวลา 2 สัปดาห์ เป็นอย่างไร 3. ท่านคิดว่าท่านประสบความสำเร็จ หรือล้มเหลวในการปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติของกลุ่ม ปัญหาอุปสรรคเป็นอย่างไร 1.ท่านมีความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นอย่างไร	1. แนวคำถามสนทนากลุ่ม 2. สมุดบันทึกข้อมูลภาคสนาม 3. กล้องถ่ายรูป 4. เครื่องบันทึกเสียง 5. สมุดประจำตัวของกลุ่มเสี่ยง 6. ผู้วิจัย 7. ผู้ช่วยวิจัย

ต่อ

ขั้นตอน	ระยะเวลา	กิจกรรม	แนวคำถามสนทนากลุ่ม	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
<p>4 การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ (Holding on) ครั้งที่ 2 การสรุป ประเมินผล และปิดการจัดกิจกรรม</p>	<p>45 นาที (15.00-15.45 น.) กลุ่มที่ 1 : 18 มี.ค.53 กลุ่มที่ 2 : 19 มี.ค.53</p>	<p>1. แจงผลการทำแบบสอบถาม และเปรียบเทียบผลความรู้ ความเชื่อของกลุ่มก่อน และหลังการเข้าร่วม กิจกรรม</p> <p>2. แจงผลการชั่งน้ำหนักตัว ค่าดัชนีมวลกาย หลังการ จัดกิจกรรม และเปรียบเทียบ น้ำหนักตัว ค่าดัชนีมวล กายก่อนและหลังการเข้า ร่วมกิจกรรม</p> <p>3.สรุปผลการเสริมสร้างพลังอำนาจของกลุ่มต่อการ ป้องกันโรคเบาหวาน</p>	<p>1. ท่านคิดว่าในการจัดกิจกรรมนี้มีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร มีสิ่งใดที่ต้องปรับปรุงบ้าง</p> <p>2. ท่านคิดว่าจะปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติ ของกลุ่มต่อไปหรือไม่ อย่างไร</p>	<p>1. แนวคำถามสนทนากลุ่ม</p> <p>2. สมุดบันทึกข้อมูลภาคสนาม</p> <p>3. กล้องถ่ายรูป</p> <p>4. เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>5. สมุดประจำตัวของกลุ่มเสียง</p> <p>6. ผู้วิจัย</p> <p>7. ผู้ช่วยวิจัย</p>

### ชุดที่ 3 สมุดประจำตัวกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน



ผู้ประสานงาน : นางสาวศตพร รัตนโชติ  
นักวิชาการสาธารณสุข 5 สถานีอนามัยตำบลท่าช้าง  
โทรศัพท์ 074-581064

Email: jumaya\_06@hotmail.com



สมุดประจำตัวกลุ่มเสี่ยง  
เพื่อป้องกันโรคเบาหวาน

ม.15 บ้านดินลาน

ต.ท่าช้าง อ.บางกล่ำ จ.สงขลา



ชื่อ.....สกุล.....

ที่อยู่.....







ภาคผนวก ข

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย



## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

1. แพทย์หญิงอภิัญญา ณรงค์กุล                      นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางกล่ำ อำเภอบางกล่ำ  
จังหวัดสงขลา
2. แพทย์หญิงเสมอจันทร์ กองสุวรรณ                นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ  
ฝ่ายอายุรกรรมโรงพยาบาลหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่  
จังหวัดสงขลา
3. ดร. สุปรีชา แก้วสวัสดิ์                                    อาจารย์สาขาสาธารณสุขศาสตร์  
คณะวิทยาการสุขภาพและกีฬา  
มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง  
อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง





ภาคผนวก ค  
แบบสรุปผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง

## แบบสรุปผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง

### (Item-Objective Congruency Index หรือ IOC)

#### แบบทดสอบความรู้โรคเบาหวานและแบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน

ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัดที่ใช้ในการวิจัยโดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item-Objective Congruency Index หรือ IOC) เป็นการตรวจสอบ 3 ส่วน ได้แก่ ความตรงเฉพาะหน้า (Face Validity), ความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และ ความตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) ซึ่งจะใช้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญกับสิ่งที่จะวัดเป็นผู้ทำการตรวจสอบ สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ใช้จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิร่วมตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัด 3 คน วิธีการหาค่า IOC ของเครื่องมือวัด ผู้ทำวิจัยจะนำเครื่องมือวัดที่สร้างขึ้นมาให้ผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านตรวจสอบและให้คะแนนรายชื่อตามดุลยพินิจของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยการให้คะแนนรายชื่อของผู้ทรงคุณวุฒินั้นจะมี 3 ค่า คือ

ค่า +1 คือ ผู้ตรวจสอบแน่ใจว่าข้อความนั้นสามารถใช้วัดค่าตัวแปรที่จะศึกษาได้

ค่า 0 คือ ผู้ตรวจสอบไม่แน่ใจว่าข้อความนั้นสามารถใช้วัดค่าตัวแปรที่จะศึกษาได้หรือไม่

ค่า -1 คือ ผู้ตรวจสอบแน่ใจว่าข้อความนั้นไม่สามารถใช้วัดค่าตัวแปรที่จะศึกษาได้

เมื่อได้ผลคะแนนจากผู้ทรงคุณวุฒิครบทุกท่านแล้วให้นำข้อมูลที่ได้มาทำการคำนวณตามสูตรหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

IOC หมายถึง ดัชนีความสอดคล้อง

R หมายถึง ค่าคะแนนรายชื่อตามดุลยพินิจของผู้ตรวจสอบหรือผู้ทรงคุณวุฒิ

N หมายถึง จำนวนผู้ตรวจสอบหรือทรงคุณวุฒิ

ผลที่ได้จากการคำนวณนั้นควรมีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ +0.5 ขึ้นไป จึงจะถือว่าเป็นข้อความที่สามารถนำไปใช้งานได้ แต่หากค่า IOC น้อยกว่า +0.5 และผู้วิจัยอาจมี

ความจำเป็นต้องใช้ข้อความนั้น อาจทำได้โดยให้ผู้วิจัยทำการพัฒนาปรับปรุงข้อความนั้นให้เหมาะสมขึ้นตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิที่ทำการตรวจสอบ ซึ่งผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบทดสอบความรู้โรคเบาหวานและแบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวานของกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานมีดังนี้

ข้อความ	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
<b>ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป</b>						
1. เพศ						
2. อายุ						
3. สถานภาพสมรส						
4. ระดับการศึกษา						
5. อาชีพ						
6. รายได้ต่อเดือน						
7. ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคเบาหวาน	1	1	1	3	1	
<b>ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน</b>						
1. โรคเบาหวาน เป็นภาวะที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ เพราะร่างกายไม่สามารถนำน้ำตาลไปใช้ได้	1	1	0	2	0.66	
2. โรคเบาหวานเป็นโรคติดต่อทางพันธุกรรม	1	1	1	3	1	
3. ปัจจัยเสี่ยงจากความอ้วน และการออกกำลังกายน้อย เป็นปัจจัยที่ทำให้คนไทยป่วยเป็นโรคเบาหวานมากที่สุด	1	0	0	1	0.33	ปรับปรุง
4. อายุที่เพิ่มมากขึ้น ไม่ใช่ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคเบาหวาน	0	1	0	1	0.33	ปรับปรุง

ข้อความ	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
5. การใช้ยาคุมกำเนิด ยาขับปัสสาวะ ไม่จำเป็นต้องปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ยา เพราะไม่มีผลกับการป่วยเป็นโรคเบาหวาน	1	1	1	3	1	
6. บุคคลที่มีพ่อแม่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จะมีโอกาสป่วยเป็นโรคเบาหวาน	1	1	1	3	1	
7. อาการสำคัญของโรคเบาหวาน ได้แก่ ถ่ายปัสสาวะมาก ดื่มน้ำมาก น้ำหนักลด และรับประทานอาหารจุ	0	0	1	1	0.33	ปรับปรุง
8. ถ้าพบว่าปัสสาวะมีมดขี้ แสดงว่าท่านไม่ได้ป่วยเป็นโรคเบาหวาน	0	1	0	1	0.33	ปรับปรุง
9. การตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นการวินิจฉัยโรคเบาหวานที่ดีที่สุด	1	1	1	3	1	
10. ก่อนตรวจวัดน้ำตาลในเลือด ควรงดน้ำและอาหารเป็นเวลา 8 ชั่วโมง	1	1	0	2	0.66	
11. ถ้าระดับน้ำตาลในเลือดมากกว่า 126 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร แสดงว่าเป็นโรคเบาหวาน	0	1	0	1	0.33	ปรับปรุง
12. การรักษาโรคเบาหวานต้องใช้ยาฉีดเท่านั้น	1	1	0	2	0.66	
13. ผู้ป่วยเบาหวานไม่จำเป็นต้องควบคุม น้ำหนักตัว หากรับประทานยาจากแพทย์เป็นประจำ	1	1	1	3	1	

ข้อความ	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
14. หากมีบาดแผลผู้ป่วยเบาหวาน ควรรีบปรึกษาแพทย์ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่างๆ	1	1	1	3	1	
15. ผู้ป่วยเบาหวานไม่จำเป็นต้องไปพบแพทย์เพื่อรับยาตามนัด หากยังมียาเพียงพอสำหรับรับประทาน	1	1	1	3	1	
16. การรับประทานใบสะเดา มะระจีนก ผักตำลึง เตยหอม ใบเมี่ยง สามารถลดน้ำตาลในเลือดได้	1	1	1	3	1	
17. ผู้ป่วยเบาหวานควรลดการรับประทานอาหารทอด มัน หวานและเค็ม	1	1	1	3	1	
18. หากปล่อยให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงนาน ๆ จะทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนตามอวัยวะหรือระบบต่างๆได้	1	1	0	2	0.66	
19. เบาหวานลงตา เป็นภาวะแทรกซ้อนที่ไม่มีอันตรายต่อผู้ป่วยเบาหวาน	1	1	1	3	1	
20. บุคคลที่ไม่มีพ่อแม่ป่วยเป็นโรคเบาหวานไม่จำเป็นต้องตรวจคัดกรองเพื่อหาความเสี่ยง	1	1	1	3	1	
21. การควบคุมน้ำหนัก การออกกำลังกาย เป็นวิธีการป้องกันโรคเบาหวานที่ดีที่สุด	1	1	1	3	1	

ข้อความ	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
22. การใช้ยาเพื่อป้องกันโรคเบาหวาน เป็นวิธีที่ไม่เหมาะสมและไม่เป็นที่นิยม เพราะจะเกิดการสะสมยาเกินความจำเป็นในร่างกาย	1	1	0	2	0.66	
23. ควรออกกำลังกายอย่างหนักทุกวันจึงจะสามารถป้องกันโรคเบาหวานได้	1	1	0	2	0.66	
<b>ตอนที่ 3 ความเชื่อเกี่ยวกับโรคเบาหวาน</b>						
1. โรคเบาหวาน ไม่ได้เป็นโรคร้ายแรงสามารถรักษาให้หายได้	0	1	0	1	0.33	ปรับปรุง
2. การรับประทานอาหารรสจัด เช่น เค็มจัด หวานจัด ไม่เป็นสาเหตุให้เกิดโรคเบาหวาน	1	1	1	3	1	
3. การรับประทานยาหรืออาหารเสริมเพื่อป้องกันการป่วยด้วยโรคเบาหวานเป็นสิ่งจำเป็นตั้งกระทันหันเมื่อมีอายุ 35 ปี ขึ้นไป	1	1	1	3	1	
4. การรับประทานผักผลไม้ จะเป็นการช่วยป้องกันการป่วยด้วยโรคเบาหวานได้	1	1	1	3	1	
5. หากท่านอ้วน ทำให้ท่านมีโอกาสเป็นโรคเบาหวานได้ มากขึ้น	1	1	1	3	1	
6. ถ้าพ่อแม่พี่น้องของท่านป่วยเป็นโรคเบาหวาน ท่านอาจป่วยด้วยโรคเบาหวานได้	1	1	1	3	1	

ข้อคำถาม	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
7. การป่วยด้วยโรคเบาหวาน มีสาเหตุจากโรคหัดหรือ ไข้คิงดงโทษ	1	1	1	3	1	
8. ถ้าท่านป่วยด้วยโรคเบาหวาน ท่านสามารถใช้ ชีวิตประจำวันได้ตามปกติ	1	1	1	3	1	
9. ถ้าท่านป่วยด้วยโรคเบาหวานจะทำให้ครอบครัวของ ท่านมีปัญหาทางเศรษฐกิจ	0	1	0	1	0.3	ปรับปรุง
10. การเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน ถ้าขาดการดูแลที่ดีจะ ทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆตามมาได้	1	1	1	3	1	
11. ผู้ป่วยเบาหวานควรพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ	1	1	1	3	1	
12. ท่านคิดว่าเวลาที่แพทย์นัดให้คนไข้ไปพบทุกเดือน เพราะเป็นการเลี้ยงไข้	1	1	1	3	1	
13. ท่านเชื่อถือการวินิจฉัยโรครวมถึงการรักษาโรคของ แพทย์ที่ทำงานนานเท่า นั้น	1	1	1	3	1	
14. แพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขแนะนำวิธีการปฏิบัติตัว ที่สามารถนำไปทำได้ในชีวิตประจำวัน	1	1	1	3	1	
15 . การควบคุมอาหาร จะช่วยลดความเสี่ยงในของการ เกิดโรคแทรกซ้อนในผู้ป่วยเบาหวานได้	1	1	1	3	1	

ข้อคำถาม	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
16. การตรวจคัดกรองเพื่อหาความ เสี่ยงเบาหวาน ไม่สามารถช่วย ป้องกันโรคเบาหวานได้	1	1	1	3	1	
17. ท่านไม่เชื่อถือการตรวจวัด	1	1	1	3	1	



ระดับน้ำตาลในเลือดของ อาสาสมัครสาธารณสุข						
18. ท่านมีโอกาสเป็นโรคเบาหวาน น้อยเพราะรับการตรวจคัดกรอง สม่ำเสมอ	1	1	1	3	1	
19. ท่านคิดว่าการเข้ารับการตรวจ สุขภาพ เพื่อคัดกรองโรคเบาหวาน ไม่ใช่สิ่งจำเป็น เพราะเสียเวลาใน การทำงาน	1	1	1	3	1	
20. การออกกำลังกายไม่มีผลต่อการ ป้องกันโรคเบาหวานเป็นแค่การ กระตุ้นหัวใจให้สูบฉีดดีเท่านั้น	1	1	1	3	1	
21. การทำบุญตักบาตรทุกวันพระ เป็นประจำ ผลบุญจะส่งให้ท่านไม่ ป่วยด้วยโรคเบาหวาน	1	1	1	3	1	
22. การเอาใจใส่ดูแลสุขภาพของ ตนเองอยู่เสมอจะช่วยป้องกันการเกิด โรคเบาหวานได้	1	1	1	3	1	
23. การได้รับความรู้เกี่ยวกับ โรคเบาหวานและการป้องกันโรค ไม่ช่วยให้ท่านปฏิบัติตัวเพื่อ ป้องกันโรคเบาหวานได้	1	1	1	3	1	

ข้อคำถาม	ผลการพิจารณา					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ผลรวม	IOC	ข้อเสนอแนะ
24. การรวมกลุ่มกันเพื่อป้องกัน โรคเบาหวาน ทำให้ท่านสามารถ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึง ประสงค์ได้	1	1	0	2	0.66	





ภาคผนวก ง  
ภาพกิจกรรม

## ภาพกิจกรรม

### 1. พื้นที่ศึกษา

#### 1.1 ลักษณะภูมิประเทศ



สวนยางพาราและสวนแก้วมังกร



พื้นที่ราบลุ่มสำหรับทำนาด้านทิศตะวันออก

1.2 การคมนาคม



สถานีรถไฟบ้านดินลาน



ถนนในหมู่บ้านดินลาน

1.3 สภาพทางวัฒนธรรม



พิธีรับเทวดาใหม่หรือพิธีรับเทยมดา



งานประเพณีเดือนสิบ



## 2. ขั้นตอนดำเนินการ

### 2.1 ขั้นตอนการค้นพบสถานการณ์จริง



### 2.2 ขั้นตอนการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ



### 2.3 ขั้นตอนการตัดสินใจเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่เหมาะสม



### 2.4 ขั้นตอนการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ



การรำไม้กระบอง



การรำโนราห์บิคซ์

