

โครงการสร้างพลังร่วมกับการตั้งเป้าหมายเพื่อปรับพฤติกรรมตนเองของ  
ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช จังหวัดตาก



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)  
สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล  
พ.ศ. 2551

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

โปรแกรมการสร้างพลังร่วมกับการตั้งเป้าหมายเพื่อปรับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2  
โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช จังหวัดตาก (EMPOWERMENT PROGRAM WITH GOAL SETTING FOR  
TYPE II DIABETES PATIENTS' SELF-CARE BEHAVIORS AT SOMDEJPRAJOATAKSINMAHARAJ  
HOSPITAL, TAK PROVINCE)

ธิดา ศิริ 4637222 PPHM/M

วท.ม. (สาขารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : นิรัตน์ อิมามิ, Ph.D., มันทนา ประทีปะเสน, Dr.P.H.,  
ชราวล เก่งการพานิช, พบ.ม., มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์, Ph.D.

#### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างพลังร่วมกับการตั้งเป้าหมายเพื่อปรับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ซึ่งประยุกต์แนวทางการสร้างพลังร่วมกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม และการตั้งเป้าหมายเป็นกรอบแนวคิดในการกำหนดกิจกรรมสุขศึกษา กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ ผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มารับบริการตรวจรักษาที่คลินิกพิเศษโรคเบาหวาน แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 40 ราย และกลุ่มเปรียบเทียบ 40 ราย กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการสร้างพลังร่วมกับการตั้งเป้าหมาย ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับบริการตามปกติจากแพทย์ผู้รักษาและเจ้าหน้าที่คลินิกพิเศษโรคเบาหวาน ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ก่อนและหลังการทดลอง แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ในเรื่องของคุณลักษณะทางประชากรและการเจ็บป่วย ความรู้เรื่องโรคเบาหวาน การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง และพฤติกรรมในการดูแลตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบทางสถิติด้วย Independent's t-test และ Paired samples t-test

ผลการศึกษา พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง พฤติกรรมในการดูแลตนเองดีมากกว่าก่อนการทดลอง และระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเข้าลดลงมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม พบว่า ก่อนการทดลองทั้ง 2 กลุ่มมีความแตกต่างในเรื่องการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง หลังการทดลองจึงได้วิเคราะห์ผลต่างของคะแนนเฉลี่ย พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเองมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องโรคเบาหวาน พฤติกรรมการดูแลตนเองดีมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ และมีคะแนนเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเข้าลดลงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

จากการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการสร้างพลังร่วมกับการตั้งเป้าหมายเพื่อปรับพฤติกรรมการดูแลตนเอง สามารถทำให้ผู้ป่วยเบาหวาน มีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้น นำมาซึ่งการลดระดับน้ำตาลในเลือดและน่าจะมีส่วนช่วยลดภาวะแทรกซ้อนจากการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ ดังนั้น โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช จึงควรนำโปรแกรมการสร้างพลังร่วมกับการตั้งเป้าหมายเพื่อปรับพฤติกรรมการดูแลตนเองให้กับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ในคลินิกพิเศษโรคเบาหวาน เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้องและเหมาะสม และนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

คำสำคัญ : โปรแกรมการสร้างพลัง / การตั้งเป้าหมาย / ผู้ป่วยเบาหวาน

170 หน้า

EMPOWERMENT PROGRAM WITH GOAL SETTING FOR TYPE II DIABETES PATIENTS' SELF-CARE BEHAVIORS AT SOMDEJPRAJOATAKSINMAHARAJ HOSPITAL, TAK PROVINCE

THIDA SIRI 4637222 PPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES

THESIS ADVISORS: NIRAT IMAMEE, Ph.D., MANDHANA PRADIPASEN, Dr.P.H., THARADOL KENGGANPANICH, M.A., MANIRAT THERAWIWAT, Ph.D.

**ABSTRACT**

The objective of this quasi-experimental research was to assess the effectiveness of and empowerment program with goal setting to enhance self-care behaviors of Type II diabetes patients. The sample comprised 80 diabetes patients who attended Special Diabetes Clinic, Outpatient Department, Somdejprajoataksinmaharaj hospital. Control factors were used to select and the subjects they were assigned into two equal groups, an experimental and a comparison group. The experimental group received the program activities 4 times at one month intervals while the comparison group received regular services from the clinic staffs. Interview questionnaires, regarding general information, knowledge about diabetes, perceived self-efficacy, and self-care behaviors in relation to blood sugar control were used to collect data.

Results of the study showed that after the experiment, the experimental group had significantly better knowledge about diabetes, perceived self-efficacy in performing diabetes control behaviors, and behavioral practices regarding eating, exercises, and taking prescribed medicine than before the experiment as well as than those of the comparison group ( $p < 0.001$ ). Fasting Blood Sugar level of the experimental group were also significantly decreased compared to those before the experiment and those of the comparison group ( $p < 0.001$ ). These results indicate that the empowerment program with goal setting activities made the diabetes patients in the experimental group better perform self-care practices about eating, exercises, and taking prescribed medicine. The proper self-care practices resulted in significant decreasing of blood sugar level that aided the prevention of complication from diabetes. Therefore, this program should be applied for diabetes patients who can not control their blood sugar level.

**KEY WORDS:** EMPOWERMENT PROGRAM/ GOAL SETTING/ DIABETES PATIENT

170 pp.