

**ENHANCING SELF-CARE ABILITY AND QUALITY OF LIFE
AMONG RURAL-DWELLING THAI ELDERLY WITH TYPE 2
DIABETES THROUGH A SELF-HELP GROUP:
A PARTICIPATORY ACTION RESEARCH APPROACH**

ARISSARA SUKWATJANEE

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF DOCTOR OF PHILOSOPHY (NURSING)
FACULTY OF GRADUATE STUDIES
MAHIDOL UNIVERSITY
2009**

COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY

Copyright by Mahidol University

ENHANCING SELF-CARE ABILITY AND QUALITY OF LIFE AMONG RURAL-DWELLING THAI ELDERS WITH TYPE 2 DIABETES THROUGH A SELF-HELP GROUP: A PARTICIPATORY ACTION RESEARCH APPROACH

ARISSARA SUKWATJANEE 4737738 NRNS/D

Ph.D. (NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: KANAUNGNIT PONGTHAVORNKAMOL, Ph.D. (NURSING), NANTAWON SUWONNAROOP, Ph.D. (NURSING), WANPEN PINYOPASAKUL, Ph.D. (NURSING), GAIL LOW, Ph.D. (NURSING), SURACHAI CHOKKHANCHITTHAI, M.D.**ABSTRACT**

The purposes of this study were to investigate the impact of self-help group participation on enhancing self-care ability and quality of life, as well as to explore perceptions about experiences of group participation among rural-dwelling Thai elders with type-2 diabetes. Participatory Action Research (PAR) with an integration of both qualitative and quantitative approaches was designed for the study. Critical social theory was used as a guiding framework to emancipate the rural elders with type-2 diabetes from disadvantaged conditions for a better life. Twenty participants were purposively recruited from rural elders with type-2 diabetes living at a rural village of Ayutthaya Province to participate in the self-help group meetings offered twice a month for six months. Quantitative data assessing the participant's self-efficacy, quality of life, and blood sugar level were analyzed by paired-samples *t* test. Qualitative data from focus group discussion and observation were analyzed by content analysis.

The results revealed that after 6-month group participation, participants reported significantly increased self-efficacy and quality of life while their fasting blood sugar level significantly decreased. In addition, they perceived benefits of group participation in enhancing their self-care ability and quality of life. Culturally-sensitive knowledge and a sense of empowerment that individuals received from the group increased their self-control and power for better managing the disease. A sense of self-efficacy fostered them to conform to others for improved self-care activities. The recommendation is that the self-help group as a form of mutual aid that could offer great benefits to rural elders with type 2-diabetes should be implemented in community care setting.

**KEY WORDS: SELF-CARE/ QUALITY OF LIFE/ RURAL ELDER/
TYPE 2 DIABETES/ SELF-HELP GROUP**

247 pages

การส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไทยในชนบทที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่สอง โดยกลุ่มช่วยเหลือตนเอง: การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ENHANCING SELF-CARE ABILITY AND QUALITY OF LIFE AMONG RURAL-DWELLING THAI ELDERLY WITH TYPE 2 DIABETES THROUGH A SELF-HELP GROUP: A PARTICIPATORY ACTION RESEARCH APPROACH

อริสรา สุขวักนี้ 4737738 NRNS/D

ปร.ค. (การพยาบาล)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: คณิงนิจ พงศ์ถาวรกมล, Ph.D. (Nursing), นันทวัน สุวรรณรูป, Ph.D. (Nursing), วันเพ็ญ ภิญโญภาสกุล, Ph.D. (Nursing), GAIL LOW, Ph.D. (Nursing), สุรัชย์ โชคครรชิตไชย, M.D.

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเองต่อการส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิต ตลอดจนศึกษาการรับรู้เกี่ยวกับประสบการณ์การเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองของผู้สูงอายุไทยในชนบทที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่สอง เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่มีการเก็บข้อมูลทั้งเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ โดยใช้ทฤษฎีวิพากษ์สังคมเป็นกรอบแนวคิดที่จะเสริมพลังผู้สูงอายุในชนบทที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่สองให้พ้นจากสภาพค้ำอัยโอกาสที่เป็นอยู่ไปสู่สภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งนี้ผู้ร่วมวิจัย 20 คนถูกคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจงจากผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่สองซึ่งอาศัยอยู่ที่หมู่บ้านแห่งหนึ่งในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาเพื่อเข้าร่วมประชุมกลุ่มเดือนละสองครั้งเป็นเวลาหกเดือน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณจากแบบวัดความสามารถในการดูแลตนเอง แบบวัดคุณภาพชีวิตและปริมาณน้ำตาลในเลือดก่อนรับประทานอาหารเช้าด้วยสถิติวิเคราะห์ความแตกต่างแบบ paired-samples *t* test วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสนทนากลุ่มและการสังเกตด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่าหลังเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเองเป็นเวลา 6 เดือน ผู้ร่วมวิจัยมีคะแนนความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและมีระดับน้ำตาลในเลือดก่อนรับประทานอาหารเช้าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยยังรับรู้ถึงประโยชน์จากการเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเองว่าทำให้ความสามารถในการดูแลตนเองและคุณภาพชีวิตดีขึ้น การได้รับความรู้ที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมท้องถิ่นและการรับรู้ว่าคุณเองมีพลังอำนาจได้ทำให้มีการควบคุมตนเองและรู้สึกรู้ว่าตนเองมีอำนาจที่จะบริหารจัดการกับโรคเบาหวานที่เป็นอยู่ การรับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถในการดูแลตนเองได้ผลักดันให้เกิดการปฏิบัติตามผู้อื่นเพื่อที่จะปรับพฤติกรรมดูแลตนเองให้ดีขึ้น ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการศึกษาคือกลุ่มช่วยเหลือตนเองในรูปแบบการช่วยเหลือซึ่งกันและกันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับผู้สูงอายุในชนบทที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่สอง และสมควรนำไปปฏิบัติในการดูแลสุขภาพชุมชนต่อไป