

14 JUN 2002



**THE EFFECTIVENESS OF HEALTH PROMOTION PROGRAM FOR
THE THAI MUSLIM ELDERLY IN NONGJOK DISTRICT OF
BANGKOK MUNICIPALITY**

NAREEMARN NEELAPAICHIT

^M

With compliments
of

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF MASTER OF SCIENCE (PUBLIC HEALTH)
MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES
FACULTY OF GRADUATE STUDIES
MAHIDOL UNIVERSITY**

2002

ISBN 974-04-1487-7

COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY

TH
N 225 2
2002
c. 2

4236571 PPH/M : MAJOR : HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES; M.Sc.(PUBLIC HEALTH)

KEY WORDS : HEALTH PROMOTION / EDERLY / SELF-EFFICACY

NAREEMARN NEELAPAICHIT : THE EFFECTIVENESS OF HEALTH PROMOTION PROGRAM FOR THE THAI MUSLIM ELDERLY IN NONGJOK DISTRICT OF BANGKOK MUNICIPALITY. THESIS ADVISORS: CHANCHAI YAMARAT, M.S.P.H., ROONGROTE POOMRIEW, Ph.D., BOONTHAM KIJPREDABORISUTHI, M.Ed., ANUSON TANEEPAN, M.D., Thai Board of Med. 172p. ISBN 974-04-1487-7

This quasi-experimental research aimed to study the effectiveness of a health promotion program using the application of Self-efficacy Theory to improve the exercise behavior and healthy food consumption in the Thai Muslim elderly. The sample consisted of 87 elderly people from Nongjok District, Bangkok Municipality. Forty-two subjects were assigned to the experimental group and forty-five subjects were assigned to the comparison group. The experimental group received a health promotion program, while the comparison group did not receive program. The program consisted of 12 weeks intervention and follow up after 4 weeks. Interviews and physical fitness tests were administered before and after the experiment, and data were recorded. Statistical analysis was performed by using percentage, mean, standard deviation, independent t-test and paired t-test. Level of significance were set at 0.05.

The results of this study indicated that after implementing the program, the experimental group had significantly better knowledge, self-efficacy, outcome expectation, practice, body mass index (BMI), mean arterial pressure (MAP), total cholesterol, and physical status than before the experiment, but fasting blood sugar and triglyceride showed no significant difference. Knowledge, self-efficacy, outcome expectation, practice and mean arterial pressure (MAP) of the experimental group were better than those of the comparison group. There was no significant difference in the body mass index (BMI) between the experimental group and the comparison group.

The results of this research have showed that a health promotion program applying Self-efficacy Theory is effective in increasing exercise and healthy food consumption behavior and in improving the overall health of the Thai Muslim elderly. Thus, it is recommended that this program should be taken into consideration and applied to the elderly in other areas.

4236571 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : สุขศึกษาและพลศึกษา ; วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร)

นริมาลย์ นีละไพจิตร : ประสิทธิภาพของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุชาวไทยมุสลิม เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร (THE EFFECTIVENESS OF HEALTH PROMOTION PROGRAM FOR THE THAI MUSLIM ELDERLY IN NONGJOK DISTRICT OF BANGKOK MUNICIPALITY) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : ชาญชัย ยามะรัต, M.S.P.H., รุ่งโรจน์ พุ่มรีว, Ph.D., บุญธรรม กิจปรีดาวิสุทธิ, ค.ม.(วิจัยการศึกษา), อนุสรณ์ ตานีพันธ์, พ.บ., ว.ว.อายุรกรรม 172หน้า. ISBN 974-04-1487-7

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้สูงอายุชาวไทยมุสลิม เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุชาวไทยมุสลิม เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร จำนวน 87 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 42 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 45 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบไม่ได้รับกิจกรรม ตามแผนการสอนที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้นเป็นเวลา 12 สัปดาห์ และติดตามผลหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ และทดสอบสมรรถภาพทั้งก่อนและหลังการทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Independent t-test และ Paired t-test ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในความสามารถตนเองและการปฏิบัติตัวในเรื่องการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารมากกว่าก่อนทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งส่งผลให้ความดันเฉลี่ยในหลอดเลือดแดง ระดับไขมันรวมในเลือดและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ระดับน้ำตาลในเลือด ระดับไตรกลีเซอไรด์ของกลุ่มทดลองไม่มีความแตกต่างจากก่อนการทดลอง ส่วนดัชนีมวลกายดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติแต่ไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

ผลการศึกษาวิจัยแสดงให้เห็นว่าประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุชาวไทยมุสลิม โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารส่งเสริมสุขภาพ เป็นผลให้มีการเพิ่มพฤติกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุชาวไทยมุสลิม ดังนั้น โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพในรูปแบบดังกล่าวนี้ควรนำไปประยุกต์ใช้กับผู้สูงอายุในกลุ่มอื่นต่อไป