

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการสอนเพื่อสร้างเสริมความรู้และความสามารถแห่งตนต่อความรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคกระดูกพรุนในสตรีวัยหมดประจำเดือน กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีวัยหมดประจำเดือน ที่มีค่าดัชนีทางชีวเคมี β -CrossLaps $> 0.31 \text{ ng/ml}$ และ P1NP $< 44 \text{ ng/ml}$ และยังไม่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคกระดูกพรุน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการสอนเพื่อสร้างเสริมความรู้และความสามารถแห่งตน ในขณะที่กลุ่มควบคุมได้รับการสอนตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามพฤติกรรม แบบทดสอบความรู้และโปรแกรมการสอนเพื่อสร้างเสริมความรู้และความสามารถแห่งตน ซึ่งโปรแกรมการสอน แบบทดสอบความรู้และแบบประเมินพฤติกรรมได้ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ ค่าความเที่ยงของแบบทดสอบความรู้และแบบประเมินพฤติกรรมการป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุน มีค่าเท่ากับ 0.76 และ 0.80 ตามลำดับ ทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติ t test

ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคกระดูกพรุนภายหลังได้รับโปรแกรมการสอนเพื่อสร้างเสริมความรู้และความสามารถแห่งตน สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการสอนที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.001 และกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคกระดูกพรุนภายหลังได้รับโปรแกรมการสอนสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.001

จากผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการสอนเพื่อสร้างเสริมความรู้และความสามารถแห่งตน สามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางเพื่อป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุนในสตรีวัยหมดประจำเดือนได้

The purpose of quasi-experimental research was to study the result of using the teaching program for promoting knowledge and self-efficacy on knowledge and behavior to prevent osteoporosis in menopause' women. The subjects were menopausal women who had a biochemical index of β -CrossLaps > 0.31ng/ml and P1NP <44ng / ml, and had not been diagnosed with osteoporosis. Thirty subjects were purposively selected and assigned to either experimental and control group. The experimental group received the teaching program for promoting knowledge and self-efficacy whereas the control group received regular knowledge. The instrument's were demographic data and a questionnaire on knowledge and behavior to prevent osteoporosis. Five experts verified the program and questionnaire. The internal consistency of the questionnaire of knowledge and behavior to prevent osteoporosis were 0.76 and 0.80 respectively. The hypothesis was tested by t-test.

The result showed that the experimental group had significantly mean score of knowledge and behavior to prevent osteoporosis higher than more control group ($p < 0.001$). It is also found that the experimental group had significantly higher mean score of knowledge and behavior to prevent osteoporosis, after received teaching program for promoting knowledge and self-efficacy compared to before received this program.

The study indicates that the program can be used to promote for prevention osteoporosis in menopause' women.