

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ



203367



ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารยแห่งตน
และกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย

HEALTH PROMOTION FOR DIABETES PATIENTS TYPE 2 USING
ENHANCEMENT OF SELF-EFFICACY, GROUP PROCESS AND
SOCIAL SUPPORT. A STUDY UNDERTAKEN AT THE ERAWAN
HOSPITAL, AMPHUR ERAWAN, LOEI PROVINCE

นางดวงสมร นิลตานนท์

วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

พ.ศ. 2553



ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตน
และกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย

HEALTH PROMOTION FOR DIABETES PATIENTS TYPE 2 USING
ENHANCEMENT OF SELF - EFFICACY, GROUP PROCESS AND
SOCIAL SUPPORT- A STUDY UNDERTAKEN AT THE ERAWAN
HOSPITAL, AMPHUR ARAWAN, LOEI PROVINCE



นางดวงสมร นิลตานนท์

วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

พ.ศ. 2553

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตน
และกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2
โรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย

นางดวงสมร นิลตานนท์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการบริหารสาธารณสุข

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น

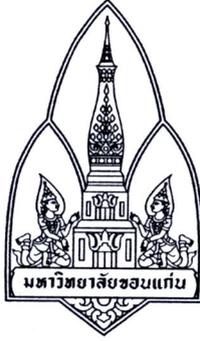
พ.ศ. 2553

**HEALTH PROMOTION FOR DIABETES PATIENTS TYPE 2 USING
ENHANCEMENT OF SELF - EFFICACY, GROUP PROCESS AND
SOCIAL SUPPORT- A STUDY UNDETAKEN AT THE ERAWAN
HOSPITAL, AMPHUR ARAWAN, LOEI PROVINCE**

MRS. DAUNGSAMORN NILTANON

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF MASTER OF PUBLIC HEALTH
IN HEALTH EDUCATION AND HEALTH PROMOTION
GRADUATE SCHOOL KHON KAEN UNIVERSITY**

2010



ใบรับรองวิทยานิพนธ์

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

หลักสูตร

สาขารณศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ

ชื่อวิทยานิพนธ์: ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตน และกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย

ชื่อผู้ทำวิทยานิพนธ์: นางดวงสมร นิลตานนท์

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรรณี บัญชรหัตถกิจ ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. จุฬากรณ์ โสตะ กรรมการ
อาจารย์ ดร. สมเสาวนุช จมูศรี กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์:

..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร. จุฬากรณ์ โสตะ)

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร. ลำปาง แม่นมาตย์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

.....
(รองศาสตราจารย์พิชญ อุตตมะเวทิน)

คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยขอนแก่น

ดวงสมร นิลตานนท์. 2553. ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถความสามารถแห่งตนและกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: รองศาสตราจารย์ ดร. จุฬารัตน์ โสตะ

บทคัดย่อ

203367

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนและกระบวนการกลุ่มร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรงพยาบาลเอราวัณ อำเภอเอราวัณ จังหวัดเลย กลุ่มตัวอย่างรวม 70 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 35 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขภาพ ประกอบด้วย การบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การสาธิตและฝึกปฏิบัติ การจัดกิจกรรมกลุ่ม โดยได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากแกนนำชุมชนและจากครอบครัวในการออกเยี่ยม ระยะเวลาดำเนินการ 12 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนน วิเคราะห์ด้วยสถิติ Paired Sample t-test และ Independent t-test ที่ระดับ นัยสำคัญ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนน และค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน การจัดการความเครียดของผู้ป่วยเบาหวาน มีคะแนนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีระดับน้ำตาลในเลือดลดลงมากกว่าก่อนการทดลองและลดลงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ดังนั้น การประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนและกระบวนการกลุ่ม ร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมมีผลทำให้ผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้สามารถควบคุมโรคได้ดีขึ้น ซึ่งช่วยให้ผู้ป่วยลดความเสี่ยงจากการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ของโรคเบาหวาน และโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพนี้สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ป่วยในชุมชนได้

Daungsamorn Niltanon. 2010. **Health Promotion for Diabetes Patients Type 2 Using Enhancement of Self-Efficacy, Group Processes and Social Support – A Study Undertaken at the Erawan Hospital, Amphur Erawan, Loei Province.** Master of Public Health Thesis in Health Education and Health Promotion, Graduate School, Khon Kaen University.

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. Chulaporn Sota

ABSTRACT

203367

The main objective of this quasi - experimental research was to study how health promotion can enhance the well-being of diabetes patients type 2 by promoting self efficiency, group processes and giving social support for patients at the Erawan hospital. Erawan district, Loei province. Seventy diabetes patients type 2 were enrolled in the study and were distributed to an experimental- and a control group consisting out of 35 patients in each group. Based on the self - efficacy theory, and initiating group processes as well as giving social support, activities for health promotion for the participants of the experimental group were planned and implemented. Information was collected by questionnaires and by self care records. Ordinary descriptive statistics were used for assessing the outcome of the study and for analytical purposes inferential statistics such as the paired t-test and the independent t-test was applied. Statistical significance was set at $p < 0.05$.

After the intervention the experimental group had significantly higher mean scores as far as their know-how about diabetes mellitus was concerned, and patients improved self-efficacy and self care. They improved their understanding about the important of keeping the appointments for clinical investigations and treatment, improved perceived outcome expectation of self care, and actually increased self care. The improvements were statistically significant in comparison with the baseline data (p -value < 0.001). After finishing the investigation the experimental group had lower blood sugar levels in comparison to the baseline data and the control group ($p < 0.001$).

203367

Obviously measures based on the self-efficacy theory, group processes and social support are effective in controlling unstable blood sugar levels, and by this reduce the risks associated with diabetes mellitus to suffer from complications. The program could be applied to be used for the best benefit of patients in the community.

วิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอมอบส่วนดีให้กับบุพการี คณาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รศ. ดร. จุฬารัตน์ โสตะ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รวมถึง รศ. ดร. พรรณี บัญชรหัตถกิจ และ ผศ. ดร. สมเสาวนุช จมูศรี ที่ได้ให้คำแนะนำทางด้านวิชาการและตรวจสอบเครื่องมือในการศึกษา พร้อมทั้งเป็นกำลังใจและเป็นแบบอย่างที่ดีในการทำงานให้แก่ผู้วิจัยตลอดมา ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ทั้ง 3 ท่านมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ นายแพทย์วิชัย ผลิคนนท์เกียรติ นายแพทย์เชี่ยวชาญ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเอราวัณ ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่ประจำคลินิก เบาหวาน โรงพยาบาลเอราวัณ โรงพยาบาลนาด้วง และโรงพยาบาลผาขาวทุกท่าน ที่กรุณาให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี ขอขอบคุณอาสาสมัครสาธารณสุข บ้านเอราวัณหมู่ 10 ทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมระหว่างการวิจัยด้วยดี ขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ให้ทุนอุดหนุนการวิจัย

สุดท้ายนี้ผลประโยชน์และความดีงามอันเกิดจากการศึกษาวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบแด่คุณพ่อที่เคารพ และครอบครัวอันเป็นที่รักยิ่ง หากมีข้อบกพร่องประการใด ๆ ผู้วิจัยขอน้อมรับด้วยความขอบคุณยิ่ง

ดวงสมร นิลตานนท์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
คำอุทิศ	ง
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
2. คำถามการวิจัย	3
3. วัตถุประสงค์การวิจัย	3
4. สมมติฐานการวิจัย	4
5. ขอบเขตการวิจัย	4
6. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องในการวิจัย	5
7. นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	5
8. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
บทที่ 2 วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
1. ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน	9
2. อาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน	28
3. การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน	31
4. แนวคิดทฤษฎีความสามารถของตนเอง	35
5. แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม	42
6. แนวคิดทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม	46
7. แนวคิดการจัดการความเครียด	54
8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	58
9. กรอบแนวคิดการวิจัย	63

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	65
1. รูปแบบการวิจัย	65
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	67
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	71
4. การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ	76
5. วิธีการดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล	76
6. การวิเคราะห์ข้อมูล	78
7. จริยธรรมในการวิจัย	79
บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล	81
1. ผลการวิจัย	81
2. อภิปรายผล	110
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	115
1. สรุปผลการวิจัย	115
2. ข้อเสนอแนะในการวิจัย	117
เอกสารอ้างอิง	119
ภาคผนวก	123
ภาคผนวก ก แผนจัดกิจกรรม	125
ภาคผนวก ข คู่มือโรคเบาหวาน	133
ภาคผนวก ค เครื่องมือในการวิจัย	141
ภาคผนวก ง ผลการวิเคราะห์รายชื่อของกลุ่มทดลอง	157
ภาคผนวก จ หนังสือรับรองโครงการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์	165
ภาคผนวก ฉ รายงานผู้เชี่ยวชาญและทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ	169
ประวัติผู้เขียน	173

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	83
ตารางที่ 2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน	85
ตารางที่ 3	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานภายในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง	86
ตารางที่ 4	การเปรียบเทียบความต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	87
ตารางที่ 5	การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	88
ตารางที่ 6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง จำแนกตามระดับการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง	89
ตารางที่ 7	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการดูแลตนเอง ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	90
ตารางที่ 8	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้ความสามารถในการดูแลตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	91
ตารางที่ 9	การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการดูแลตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	92
ตารางที่ 10	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง จำแนกตามระดับความคาดหวังในผลลัพธ์ในการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง	93

สารบัญตาราง (ต่อ)

		หน้า
ตารางที่ 11	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง	94
ตารางที่ 12	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	95
ตารางที่ 13	การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์การปฏิบัติตัวในการดูแลตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	96
ตารางที่ 14	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง จำแนกตามระดับการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวาน	97
ตารางที่ 15	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวาน ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	98
ตารางที่ 16	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	99
ตารางที่ 17	การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	100
ตารางที่ 18	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง จำแนกตามระดับความเครียดของผู้ป่วยเบาหวาน	100
ตารางที่ 16	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดของผู้ป่วยเบาหวานภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	101
ตารางที่ 20	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดของผู้ป่วยเบาหวาน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	102

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า	
ตารางที่ 21	การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนความเครียดของผู้ป่วยเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ	103
ตารางที่ 22	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง จำแนกตามระดับคะแนนระดับน้ำตาลในเลือด	104
ตารางที่ 23	เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของระดับน้ำตาลในเลือด ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง	105
ตารางที่ 24	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับน้ำตาลในเลือด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง	106
ตารางที่ 25	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนระดับน้ำตาลในเลือด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ภายหลังจากการทดลอง	106
ตารางที่ 26	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง จำแนกตามค่าฮีโมโกลบินของผู้ป่วยเบาหวาน	107
ตารางที่ 27	การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของการควบคุมค่าฮีโมโกลบินของผู้ป่วยเบาหวานภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง	108
ตารางที่ 28	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของการควบคุมค่าฮีโมโกลบินของผู้ป่วยเบาหวานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	109
ตารางที่ 29	การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลต่างการควบคุมค่าฮีโมโกลบินของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	110
ตารางที่ 30	จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลอง ที่ตอบความรู้เรื่องโรคเบาหวาน เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง จำแนกรายข้อ	159
ตารางที่ 31	จำนวนและร้อยละของการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง จำแนกรายข้อ	160

สารบัญตาราง (ต่อ)

		หน้า
ตารางที่ 32	จำนวนและร้อยละของคะแนนความคาดหวังผลลัพธ์ในการปฏิบัติในการดูแลตนเองของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง จำแนกรายข้อ	162
ตารางที่ 33	จำนวนและร้อยละของคะแนนการปฏิบัติในการดูแลตนเองของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง จำแนกรายข้อ	163
ตารางที่ 34	จำนวนและร้อยละของระดับความเครียดของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง จำแนกรายข้อ	164

สารบัญภาพ

	หน้า	
ภาพที่ 1	แสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของพฤติกรรมของมนุษย์	36
ภาพที่ 2	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถตนเอง และความคาดหวังที่จะเกิดขึ้น	39
ภาพที่ 3	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถตนเอง และความคาดหวังเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น	41
ภาพที่ 4	กรอบแนวคิดในการวิจัย	63
ภาพที่ 5	แผนการทดลอง	66
ภาพที่ 6	แสดงขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	71