

การพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารและ
การออกกำลังกาย ในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

THE DEVELOPMENT OF A GROUP LEARNING APPROACH PROGRAM FOR
BEHAVIORAL MODIFICATION ON DIETARY AND PHYSICAL ACTIVITIES IN
PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

วลัยรัตน์ อ่อนจุติ 4936709 NSFN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัว)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: นันทวัน สุวรรณรูป, Ph.D. (Nursing), ปนัดดา ปรียทฤณ,
วทม. (วิทยาการระบาด)

บทคัดย่อ

การพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารและการ
ออกกำลังกายในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 พัฒนาจากการใช้รูปแบบการพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์ของ
Soukup (2000) ซึ่งมีกระบวนการพัฒนา 4 ขั้นตอน การศึกษาครั้งนี้ได้ทำการศึกษาเฉพาะ 2 ขั้นตอนแรกเท่านั้น คือ
ขั้นตอนของการค้นหาปัญหา (Evidence-triggered phase) ขั้นตอนที่ 2 การสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ (Evidence-
supported phase) ผลการสืบค้นได้หลักฐานเชิงประจักษ์ทั้งหมด 8 เรื่อง เป็น Randomized controlled trial 2 เรื่อง และ
Non-Randomized controlled trial 3 เรื่อง การทบทวนงานวิจัยอย่างเป็นระบบของงานวิจัยเชิงบรรยาย 1 เรื่อง และ
หลักฐานจากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ (Opinion of experts) 2 เรื่อง นำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์เป็นโปรแกรม
โดยใช้แนวคิดการรับรู้ความสามารถตนเอง (Perceive self-efficacy) และแนวคิดกระบวนการกลุ่มในการพัฒนา
โปรแกรม รายละเอียดของโปรแกรมประกอบด้วย ขั้นตอนการเตรียมการ การดำเนินการ โดยจัดกิจกรรมกลุ่ม
แลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งหมด 4 ครั้ง ห่างกัน 2 สัปดาห์ เป็นระยะเวลาทั้งสิ้น 7 สัปดาห์ และติดตามประเมินผลลัพธ์ของ
ระดับ Body Mass Index, FBS, BP, Knowledge, Behavioral change จากนั้นนำโปรแกรมไปผ่านการตรวจสอบความ
ถูกต้องจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน และทำการปรับปรุงแก้ไขจนได้โปรแกรมที่เหมาะสมในการนำไปปฏิบัติ

โปรแกรมที่สร้างขึ้นควรนำไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง ทำการประเมินผลโปรแกรม และเผยแพร่
โปรแกรมไปยังหน่วยงานอื่น พร้อมทั้งประเมินผลอย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาโปรแกรมให้เหมาะสมกับหน่วยงานและ
การดูแลผู้ป่วยเบาหวาน

คำสำคัญ: โรคเบาหวานชนิดที่ 2 / การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม/ การเรียนรู้แบบกลุ่ม / โปรแกรมการเรียนรู้ / การรับรู้
ความสามารถตนเอง

THE DEVELOPMENT OF A GROUP LEARNING APPROACH PROGRAM FOR BEHAVIORAL MODIFICATION ON DIETARY AND PHYSICAL ACTIVITIES IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

WALAIRAT ONJUTI 4936709 NSFN/M

M.N.S. (FAMILY NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: NANTAWON SUWONNAROOP, Ph.D. (Nursing), PANUDA PRIYATRUK, M.N.S. (Epidemiology)

ABSTRACT

The Group Learning Approach Program for Behavioral Modification on Dietary and Physical Activities in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus was developed through a guiding framework of the Center for Advanced Nursing Practice Evidence-Based Practice Model (Soukup, 2000), which comprise 4 phases. This paper employed only the first 2 phases: Evidence-triggers phase and Evidence-supported phase. A total of 8 articles, 2 randomized controlled trial studies, 3 non-randomized controlled trial studies, 1 systematic review of a descriptive study, and 2 articles of expert opinion, were acquired. Those articles were analyzed and synthesized into a program by employing the concept of perceived self-efficacy and the concept of group process in the development of the program. The details of the program comprise preparation procedures and arrangement of a total of 4 group activities at 2 week-intervals for a total duration of 7 weeks with follow-up on resulting Body Mass Index, FBS, BP, knowledge and behavioral changes. Then, the program was submitted to a panel of 5 qualified experts who checked for validity and whose recommendations were applied to the improvement of the program until an appropriate program was acquired for implementation.

The developed program should be implemented in actual settings and evaluate the effects of the program. The program should also be distributed to other work units with continual testing and evaluation of the results in order to develop the program for suitability with the work unit and diabetes patient care.

KEY WORDS: TYPE 2 DIABETES MELLITUS / BEHAVIORAL MODIFICATION / GROUP LEARNING / LEARNING PROGRAM / PERCEIVED SELF-EFFICACY

113 pages