

ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการควบคุมอาหารของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2
EFFECTS OF SELF – REGULATION PROGRAM ON DIET CONTROL FOR PATIENTS WITH
TYPE 2 DIABETES

สุกาญจน์ อยู่คง 5436842 PHPH/ M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: มลีนี สมภพเจริญ, ประ.ด., ธาราดล เก่งการพานิช, พบ.ม.,
ทัศนีย์ รวีวรกุล, Ph.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมการควบคุมอาหารของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่เข้ารับการรักษาในสถานีกาชาดที่ 2 กรุงเทพมหานคร และไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ รูปแบบการวิจัยเป็นแบบทดลองกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง (One-group pre-test post-test experiment) กลุ่มทดลอง จำนวน 28 คน เข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเอง กิจกรรมการทดลองประกอบด้วย การบรรยายประกอบสไลด์ การอภิปรายกลุ่ม การฝึกทักษะเลือกรับประทานอาหาร การใช้ตัวแบบทั้งมีชีวิตและตัวแบบสัญลักษณ์ ระยะเวลาในการทดลองนาน 8 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลอง ด้านการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติตัวด้านการควบคุมอาหาร และพฤติกรรมการควบคุมอาหารด้วยสถิติ Paired Samples t-test ผลการศึกษาพบว่าโปรแกรมการกำกับตนเอง มีผลทำให้ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ รับรู้ความสามารถตนเอง ($p < 0.001$) มีความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติตัวด้านการควบคุมอาหาร ($p < 0.001$) และมีพฤติกรรมการควบคุมอาหาร ซึ่งดีขึ้นก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการกำกับตนเองมีผลทำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีพฤติกรรมการควบคุมอาหารดีขึ้น ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย โปรแกรมการกำกับตนเองนี้สามารถนำรูปแบบการจัดกิจกรรมดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ เพื่อการควบคุมอาหารในผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ เพื่อควบคุมและยังสามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวานได้อีกด้วย

คำสำคัญ: โปรแกรมการกำกับตนเอง / การควบคุมอาหาร /ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

EFFECTS OF SELF-REGULATION PROGRAM ON DIET CONTROL FOR PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES

SUKAN YOUKONG 5436842 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES

THESIS ADVISORY COMMITTEE: MALINEE SOMPOPCHAROEN, Ph.D., THARADOL KENGGANPANICH, M.A., TASSANEE RAWIWORRAKUL, Ph.D.

ABSTRACT

The purpose of this quasi experimental research was to study self-regulation program on diet control for patients with type 2 diabetes that were unable to control blood glucose and were treated at Red Cross station 2, Bangkok. The methodology was one-group pre-test and post-test design experiment of 28 patients who had joined self-regulation program. The self – regulation program consisted of providing nutrition knowledge with slides presentation, group discussion, practical skill for food selection and applied both life and symbolic models in 8 weeks. Data was collected by questionnaires. The statistics were analyzed by percentage, mean and standard deviation. Paired samples t-test was used to compare between average before and after participating a self regulation program. The results of this study showed that samplings have increased in self-perception efficiency ($p < 0.001$), outcome expectancy ($p < 0.001$) and self-regulation on diet control behavior. These results showed that a self-regulation program regulates diet behavior of type 2 diabetes patients. This research suggested applying the self-regulation program to regulate diet cannot control blood glucose of diabetes patients and protect from complications from diabetes.

KEY WORDS: SELF-REGULATION PROGRAM / DIET CONTROL /
TYPE 2 DIABETES

137 pages