

การไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดเป็นปัญหาสำคัญของโรคเบาหวานในผู้สูงอายุซึ่งก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนและมีผลกระทบต่อสุขภาพ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมเป็นพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคือ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 30 รายที่ได้รับการรักษาที่คลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ.2549 ถึงเดือน เมษายน พ.ศ. 2550 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง และสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 รายโดยมีความคล้ายคลึงกันในด้านคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการบริโภคอาหาร คะแนนการสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร และคะแนนพฤติกรรมในการบริโภคอาหาร กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือดำเนินการวิจัยประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการบริโภคอาหาร แบบสัมภาษณ์การสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร โปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม วิเคราะห์การเสนอตัวแบบสัญลักษณ์เรื่องการบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน คู่มือการปฏิบัติตนสำหรับผู้สูงอายุโรคเบาหวาน และคู่มือบทบาทผู้ให้การสนับสนุนทางสังคมในพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปและแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวาน ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ และทดสอบความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค โดยแบบสัมภาษณ์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการบริโภคอาหาร แบบสัมภาษณ์การสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .91, .90, .91 ตามลำดับและมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ .82, .89, .84 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติพรรณนา ทดสอบสมมติฐานใช้สถิติทดสอบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่มอิสระต่อกันและสถิติทดสอบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่มสัมพันธ์กัน

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )
2. คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับบุคลากรด้านสุขภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารในผู้สูงอายุที่เป็นเบาหวานต่อไป

## ABSTRACT

197128

The most important problem of the elderly with diabetes mellitus is the inability to control their blood sugar level which leads to diabetic complications and impacts their health. Correct food consumption is a health promoting behavior that can improve glycemic control. The influencing factors of health promoting behaviors are perceived self-efficacy and social support. The purpose of this quasi-experimental research was to examine the effect of the self-efficacy and social support enhancement program on food consumption behavior among the elderly with diabetes mellitus. The subjects, selected by purposive sampling, were 30 elderly with diabetes mellitus type II who attended the diabetic clinic at Maesariang hospital, Mae Hong Son province, Thailand during December 2006 to April 2007. The subjects were randomly assigned in equal numbers into experimental and control groups by matching the level of the perceived self-efficacy on food consumption scores, the perceived social support on food consumption scores and food consumption behavior scores. The subjects in the experimental group received the self-efficacy and social support enhancement program while those in the control group received routine nursing care. Research instruments consisted Perceived Self-efficacy on Food Consumption Questionnaire, the Social Support on Food Consumption Questionnaire, the Self-efficacy and Social Support Enhancement Program, a videotape of food consumption for the elderly with diabetes mellitus, the Self Care Handbook, and the Social Support for Food Consumption Behavior Handbook of the Elderly with Diabetes Mellitus. The assessment tools consisted of the General Information Form and Food Consumption Behavior Questionnaire. The content validity of the Self-efficacy Questionnaire, the Social Support Questionnaire, and the Food Consumption Behavior Questionnaire was examined by a panel of experts. Content Validity Indexes (CVI) were .91, .90, and .91, respectively. The reliability tested by Cronbach's alpha coefficient were .82, .89, .84, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics. Hypotheses were tested by independent t-test and paired t-test.

The results of this study revealed that:

1. The food consumption behavior scores of the experimental group after receiving the Self-efficacy and Social Support Enhancement Program were statistically significantly higher than that of the control group at level of  $p < .001$ .
2. The food consumption behavior scores of the experimental group after receiving the Self-efficacy and Social Support Enhancement Program were statistically significantly higher than before at level of  $p < .001$ .

The results of this study could be used as a guideline for health care providers to enhance food consumption behavior in the elderly with diabetes mellitus.