

**ชื่อวิทยานิพนธ์** ผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของกลุ่มเสี่ยง  
อำเภอเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี

**ผู้วิจัย** นายศราวุฒิ บุญญะรัง **รหัสนักศึกษา** 2595100633 **ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
(การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน) **อาจารย์ที่ปรึกษา** (1) อาจารย์ พ.ต.หญิง ดร.นภาพัณ จันทขัมมา  
(2) รองศาสตราจารย์ ดร.มุกดา หนูศรี **ปีการศึกษา** 2561

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรม  
การป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ดัชนีมวลกาย รอบเอว และ ความดันโลหิต ก่อนและหลังการทดลองใช้  
โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของกลุ่มเสี่ยง อำเภอเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี ของ  
กลุ่มทดลอง และเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ดัชนีมวล  
กาย รอบเอว และความดันโลหิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ หลังการใช้โปรแกรมฯ

กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงที่เลือกมาโดยการสุ่มอย่างง่ายได้ตำบลโคกกกลาง  
เป็นกลุ่มทดลอง และตำบลสุขสำราญเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ และเลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์การ  
คัดเข้าได้ตัวอย่างกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองเป็นโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันโรค  
ความดันโลหิตสูงในกลุ่มเสี่ยง ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามแนวคิดแบบจำลองฟรีสต์-โพรสตี ใช้เวลา 8 สัปดาห์  
เครื่องมือการวิจัย มี 2 ชุด คือ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกัน  
โรคความดันโลหิตสูง 2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถาม ซึ่งผ่านการตรวจสอบ  
ความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน มีค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาอยู่ระหว่าง .80-1.00 หาค่า  
ความเที่ยงโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถาม ตอนที่ 2 เท่ากับ .85  
วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา (ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน) และสถิติทดสอบที่

ผลการวิจัย พบว่า หลังใช้โปรแกรมฯ กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิต  
สูงอยู่ในระดับมาก ซึ่งสูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมฯ ที่อยู่อยู่ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ .05 และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังใช้โปรแกรมฯ กลุ่มทดลอง  
มีค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกาย เส้นรอบเอว ระดับความดันโลหิตซิสโตลิกน้อยกว่าก่อนใช้โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .05 และน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นค่าเฉลี่ย  
ความดันโลหิตไดแอสโตลิก ซึ่งก่อนใช้โปรแกรมฯ ลดลงน้อยกว่าหลังใช้โปรแกรมฯ และน้อยกว่ากลุ่ม  
เปรียบเทียบ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ** โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ฟรีสต์-โพรสตี กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง

**Thesis title:** Effects of a Behavioral Change Program for Hypertension Prevention in a High Risk Group at Phen District, Udon Thani Province

**Researcher:** Mr.Sarawut Boonyarang; ID: 2595100633; Degree: Master of Nursing Science (Community Health Nurse Practitioner); **Thesis advisors:** (1) Dr. Napaphen Jantacumma; (2) Dr. Mukda Nuysri, Associate Professo; **Academic year:** 2018

### Abstract

The purposes of this quasi-experimental research were: to compare the differences preventive behavior of hypertension, body mass index, waist circumference and blood pressure before and after the program trial of the experimental group and to compare the differences preventive behavior of hypertension, body mass index, waist circumference and blood pressure before starting the program among the experimental group and the comparison group, and after participating the program.

The sample included of a hypertension risk group. They were recruited by simple random which Khokklang subdistrict was the experimental group and Sumsao subdistrict was the comparison group. Then 30 risk people of hypertension were selected by purposive sampling for each group. The experimental tool was the behavioral change for hypertensive prevention program in risk group. This program was developed based on the PRECEDE-PROCEED model within 8 weeks duration. The tools of this research were: 1) the behavioral change for hypertensive prevention program and 2) questionnaires for data collecting. The content validity of the tools were verified by five experts, and the CVIs of the second to forth section were 0.80-1.00, the Cronbach's alpha coefficients of sections 2 were .85. Data were analyzed by descriptive statistics (percentage, mean, and standard deviation), paired t-test, and independent t-test.

The results of this study were as follows. After applying the program, The experimental group had the mean score of the behavioral change for hypertensive prevention after participating the program at a high level which is significantly higher than before which is at a moderate level ( $p < .05$ ), also significantly higher than the comparison group ( $p < .05$ ). After applying the program, The experimental group had average body mass index, waist circumference, systolic blood pressure level significantly lower than before participating the program ( $p < .05$ ), and significantly lower than the comparison group ( $p < .05$ ). Except the average diastolic blood pressure which decrease lower than after participating the program and lower than the comparison group without significantly ( $p < .05$ ). Before using the program Decreased less than after using the program and less than the control group Without were significantly lower than the control group ( $p < .05$ ).

**Keywords:** The behavioral change for hypertensive prevention program, PRECEEC-PROCEED, A hypertension risk group