

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูงของกลุ่มเสี่ยง
อำเภอเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี
ชื่อและนามสกุล นายศราวุฒิ บุญยะรัง
แขนงวิชา การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
สาขาวิชา พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
อาจารย์ที่ปรึกษา 1. อาจารย์ พันตรีหญิง ดร.นภาพัฒญา จันทขัมมา
2. รองศาสตราจารย์ ดร.มุกดา หนูยศรี

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2562

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



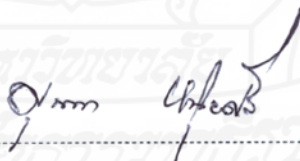
ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาภาพร เพ่าวัฒนา)



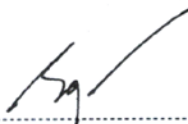
กรรมการ

(อาจารย์ พันตรีหญิง ดร.นภาพัฒญา จันทขัมมา)



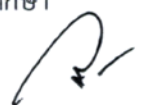
กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.มุกดา หนูยศรี)



ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.กฤษณา รุ่งโรจน์วนิชย์)



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

กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงที่เลือกมาโดยการสุ่มอย่างง่ายได้ตำบลโคกกลาง
เป็นกลุ่มทดลอง และตำบลสุขสำราญเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ และเลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์การ
คัดเข้าได้ตัวอย่างกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองเป็นโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันโรค
ความดันโลหิตสูงในกลุ่มเสี่ยง ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามแนวคิดแบบจำลองฟรีสต์-โพรสตีด์ 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-โพรสตีด์ 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

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถอย่างยิ่งของ อาจารย์ พันตรีหญิง ดร. นภาพีญา จันทขัมมา และรองศาสตราจารย์ ดร.มุกดา หนูยศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ข้อคิด คำแนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ คอยกระตุ้นเตือนพร้อมทั้งให้กำลังใจอย่างดียิ่งตลอดมา ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง และขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อาภาพร เผ่าวัฒนา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมนึก สกุดหงส์โสภณ อาจารย์ ดร. ชลการ ทรงศรี นายแพทย์รัชตะ สิริโคตร และคุณจิรภา พิจารณ์จันทร์ ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือการวิจัยครั้งนี้ ทุกท่านได้ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น และขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อาภาพร เผ่าวัฒนา ประธานกรรมการสอบป้องกันวิทยานิพนธ์ ที่ได้คำแนะนำเพื่อปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้และประสบการณ์ที่มีค่ายิ่งแก่ศิษย์ ขอขอบคุณเพื่อน ๆ นักศึกษาหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชทุกท่านที่คอยช่วยเหลือและให้กำลังใจตลอดมา

ขอขอบพระคุณคุณพ่อเสาร์ คุณแม่สมใจ บุญญะรัง ผู้ให้กำเนิด ซึ่งวางรากฐานชีวิต เป็นแรงบันดาลใจและเป็นกำลังใจให้แก่ผู้วิจัยเสมอมา

ท้ายที่สุดขอขอบพระคุณสาธารณสุขอำเภอฟะนุ คณะเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพนสวรรค์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพนสวรรค์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสมเ้า เจ้าหน้าที่ ผู้ใหญ่บ้าน และอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน (อสม.) ในพื้นที่ตำบลโคกกลาง อำเภอฟะนุ จังหวัดอุดรธานี ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล และขอบพระคุณกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่กรุณาสละเวลาในการให้ข้อมูล และให้ความร่วมมือในการร่วมกิจกรรม ระหว่างการศึกษาเป็นอย่างดี

ความดีอันเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่บิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

ศราวุฒิ บุญญะรัง

กุมภาพันธ์ 2562

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	5
กรอบแนวคิดการวิจัย	6
สมมติฐานการวิจัย	7
ขอบเขตการวิจัย.....	8
นิยามคำศัพท์.....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	11
โรคความดันโลหิตสูงและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
PRECEDE-PROCEDE.....	39
บริบทการให้บริการของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพนสวรรค์.....	55
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	60
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	70
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	71
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	73
การดำเนินการวิจัย.....	77
การวิเคราะห์ข้อมูล	85

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	86
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง	86
ตอนที่ 2 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูง ดัชนีมวลกาย รอบเอว และความดันโลหิต ของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง.....	91
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ดัชนีมวลกาย รอบเอว และความดันโลหิตของกลุ่มเสี่ยง โรคความดันโลหิตสูง.....	95
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	102
สรุปการวิจัย	102
อภิปรายผล	110
ข้อเสนอแนะ	122
บรรณานุกรม	124
ภาคผนวก	132
ก รายงานผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย.....	133
ข เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	135
ค หนังสือเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยการวิจัย หนังสือขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองใช้เครื่องมือการวิจัย และหนังสือขออนุมัติให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย.....	137
ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	147
จ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูงของกลุ่มทดลองจำแนกตามระยะการทดลอง และการเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูง.....	159
ฉ การทดสอบ Assumption กลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังใช้โปรแกรมฯ โดยใช้สถิติ One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	176
ประวัติผู้วิจัย	179

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 4.1	จำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลอง และทดสอบความเป็นเอกพันธ์ และความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของข้อมูลของทั้งสองกลุ่มโดยใช้สถิติ ไคสแควร์และสถิติการทดสอบทีชนิดอิสระ ตามลำดับ.....	87
ตารางที่ 4.2	จำนวนและร้อยละของข้อมูลทางคลินิกของกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลอง และทดสอบความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ยของข้อมูลของทั้งสองกลุ่มโดยใช้สถิติการทดสอบทีชนิดอิสระ.....	90
ตารางที่ 4.3	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมการป้องกัน โรคความดันโลหิตสูงของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังใช้โปรแกรม.....	91
ตารางที่ 4.4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของดัชนีมวลกาย รอบเอว และระดับความดันโลหิตของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังใช้โปรแกรม.....	94
ตารางที่ 4.5	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ดัชนีมวลกาย รอบเอว และความดันโลหิตระหว่างก่อนและหลังใช้โปรแกรม ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้สถิติการทดสอบทีชนิดไม่อิสระ และสถิติการทดสอบวิลคอกซ์อันดับ.....	96
ตารางที่ 4.6	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ดัชนีมวลกาย รอบเอว และความดันโลหิต ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้สถิติการทดสอบทีชนิดอิสระและ สถิติการทดสอบแมนวิทน์นียู.....	99

ญ

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย	7
ภาพที่ 3.1 รูปแบบการวิจัย.....	70
ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	84

