

ชื่อเรื่อง	ผลของการประยุกต์โปรแกรมการจัดการสุขภาพตนเองต่อระดับพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ตำบลขามป้อม อำเภอบ้าน ปทุม จังหวัดมหาสารคาม
ชื่อ-สกุลนักศึกษา	ประวีณา คงสัดย
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปณิธาน กระสังข์
หลักสูตร	สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	การบริหารสาธารณสุข
ปี พ.ศ.	2568

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ก่อนและหลังได้รับโปรแกรม 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนและหลังได้รับโปรแกรม โดยประยุกต์กรอบแนวคิด ทฤษฎี การจัดการตนเองของ แคนเฟอร์ และเครือข่ายการจัดการตนเอง 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การตั้งเป้าหมาย 2) การรวบรวมข้อมูล 3) การวิเคราะห์และประเมินข้อมูล 4) การตัดสินใจ 5) การปฏิบัติ 6) การสะท้อนผลการปฏิบัติหรือการประเมินตนเอง ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณแบบกึ่งทดลอง กลุ่มเดียววัดสองครั้ง ประชากรเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 226 คน กำหนดสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*Power (Buchner, 2010) จำนวน 30 คน เลือกแบบเจาะจง ที่มีค่าน้ำตาลในเลือดมากกว่า 140 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบทดสอบความรู้ และแบบสอบถามสถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ แจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติการทดสอบ t-test ผลการศึกษา พบว่า 1) หลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน สูงวกาก่อนได้รับโปรแกรม และ 2) หลังได้รับโปรแกรม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตนเอง สูงวกาก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ โปรแกรมการจัดการสุขภาพตนเอง การส่งเสริมสุขภาพตนเอง ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2



Title	The Effects of Applying a Self-Health Management Program on the Level of Health-Promoting Behaviors among Patients with Type 2 Diabetes in Kham Pom Subdistrict, Wapi Pathum District, Maha Sarakham Province
Name	Praweena Kongsut
Advisor	Assistant Professor Dr. Panitan Grasung
Degree	Master of Public Health
Program	Public Health Administration
Year	2025

Abstract

The objectives of this study were to 1) compare the average scores of diabetes knowledge before and after receiving the program, and 2) compare the average self-health promotion behaviors of patients with type 2 diabetes before and after receiving the program. The conceptual framework was applied to self-management theories of Kanfer and Creer. Six steps of self-management: 1) goal setting, 2) information gathering, 3) data analysis and evaluation, 4) decision making, 5) implementation 6) reflection or self-evaluation. The study methodology was quantitative research, a one-group pretest-posttest quasi-experimental design. The population consists of 226 individuals diagnosed with type 2 diabetes. A sample size of 30 participants was determined using the G*Power software (Buchner, 2010). The participants were selected purposively, specifically those with blood glucose levels greater than 140 milligrams per deciliter. The research instrument was a knowledge test and a questionnaire. Statistics used for the data analysis include frequency, percentage, mean and standard deviation, and t-test statistics. The research findings were as follows: 1) After receiving the program, the experimental group had a higher average score of knowledge about diabetes than before receiving the program, and 2) after receiving the program, the experimental group had a significantly higher mean score in health-promoting behaviors compared to before receiving the program, at the .01 level of statistical significance.

Keywords : Personal health management program, Self-health promotion, Patients with Type 2 diabetes

