

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ว่าเรื่องการประเมินผลการจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและประเมินผลซึ่งนำเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 5 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ผลการประเมินด้านปฏิกิริยา (Reaction Evaluation) ได้แก่ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อเนื้อหาความรู้ระยะเวลา ประโยชน์ในการนำไปปรับใช้ วิทยากรและทีมสุขภาพ สื่อและเอกสารประกอบการเรียนรู้ สถานที่การประสานงานและการอำนวยความสะดวก

ส่วนที่ 3 ผลการประเมินและเปรียบเทียบระดับความรู้และเจตคติ (Learning and Attitude Evaluation) ต่อโรคเบาหวาน

3.1 ผลการประเมินและเปรียบเทียบระดับความรู้ 5 ด้านเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ได้แก่ ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน ความรู้เรื่องอาหารเบาหวาน ความรู้เรื่องยาเบาหวาน ความรู้เรื่องการออกกำลังกายและความรู้เรื่องการดูแลเท้า

3.2 ผลการประเมินและเปรียบเทียบระดับเจตคติต่อโรคเบาหวาน 4 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การใช้ยาเบาหวาน การออกกำลังกายและการดูแลเท้า และการประเมินสุขภาพตนเอง

ส่วนที่ 4 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเอง (Behavior Evaluation) 5 ด้าน ได้แก่ การดูแลตนเองเป็นประจำ การรับประทานอาหาร การใช้ยาเบาหวาน การออกกำลังกายและการดูแลเท้า

ส่วนที่ 5 ผลลัพธ์ (Result Evaluation) ได้แก่ค่าของระดับน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร 6 - 8 ชั่วโมง หลังเข้าร่วมกิจกรรม 2 เดือน

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมาย ผู้ศึกษาค้นคว้าได้ใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

n แทน จำนวนผู้ให้ข้อมูล

\bar{X} แทน ค่าเฉลี่ย

S.D. แทน ค่าสถิติความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

t แทนค่าสถิติที่ใช้ในการบอกนัยสำคัญของความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์แล้วว่าเป็นโรคเบาหวาน และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเลือกเข้าร่วมกิจกรรม

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพ จำนวนปีที่เป็นเบาหวาน และระดับน้ำตาลในเลือดก่อนเข้ากิจกรรม

สถานภาพ	จำนวน (n = 200)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	77	38.50
หญิง	123	61.50
อายุ		
40 – 50 ปี	14	7.00
51 – 60 ปี	78	39.00
61 – 70 ปี	108	51.00
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	16	8.00
ประถมศึกษา	106	53.00
มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	42	21.00
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	10	5.00
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	26	13.00

ตาราง 3 (ต่อ)

สถานภาพ	จำนวน (n = 200)	ร้อยละ
อาชีพ		
ไม่ประกอบอาชีพ	93	46.50
รับราชการหรือพนักงานบริษัท	24	12.00
เกษตรกรรม	40	20.00
รับจ้างทั่วไป	19	9.50
ค้าขายหรือธุรกิจส่วนตัว	24	12.00
สถานภาพ		
โสด	11	5.50
สมรส	165	82.50
หย่าหรือหม้าย	24	12.00
จำนวนปีที่ เป็นเบาหวาน		
1 -5 ปี	27	13.50
6 -10 ปี	53	26.50
มากกว่า 10 ปีขึ้นไป	120	60.00
ระดับน้ำตาลในเลือดก่อนเข้ากิจกรรม		
< 127 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร	0	0.00
127-140 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร	12	6.00
> 140 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร	188	94.00

จากตาราง 3 พบว่า ผู้ป่วยเบาหวานส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงจำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 61.50 ส่วนเพศชายมีจำนวน 77 คนคิดเป็นร้อยละ 38.50 ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 61-70 ปี จำนวน 108 คนคิดเป็นร้อยละ 54.00 รองลงมาคืออายุอยู่ในช่วง 51- 60 ปีจำนวน 78 คนคิดเป็นร้อยละ 39.00 การศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษาจำนวน 106 คนคิดเป็นร้อยละ 53.00 รองลงมาจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่าจำนวน 42 คนคิดเป็นร้อยละ 21.00 ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพจำนวน 93 คนคิดเป็นร้อยละ 46.50 รองลงมาคืออาชีพ

เกษตรกรรมจำนวน 40 คนคิดเป็นร้อยละ 20.00 สถานภาพส่วนใหญ่สมรสแล้วจำนวน 165 คนคิดเป็นร้อยละ 82.50 รองลงมาหย่าหรือหม้ายจำนวน 24 คนคิดเป็นร้อยละ 12.00 ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานมากกว่า 10 ปีขึ้นไปจำนวน 120 คนคิดเป็นร้อยละ 60.00 รองลงมาประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานอยู่ในช่วง 6-10 ปี จำนวน 53 คนคิดเป็นร้อยละ 26.50 และส่วนใหญ่พบว่ามีความดันโลหิตสูงในเลือดหลังอดอาหาร 6-8 ชั่วโมงก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อยู่ในช่วง 211-250 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร จำนวน 102 คนคิดเป็นร้อยละ 51.00 รองลงมาความดันโลหิตสูงในเลือดอยู่ในช่วง 130-170 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร จำนวน 53 คนคิดเป็นร้อยละ 26.50

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ประเมินด้านปฏิบัติการ ได้แก่ ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อเนื้อหาความรู้ระยะเวลา ประโยชน์ในการนำไปปรับใช้ วิทยากรและทีมสุขภาพ สื่อและเอกสารประกอบการเรียนรู้ สถานที่ การประสานงานและการอำนวยความสะดวกความสะดวกอำนวยความสะดวก

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม

ประเด็นการประเมิน	n = 200		ระดับ	เกณฑ์	การตัดสินใจ
	\bar{X}	S.D.	ความพึงพอใจ		
1. เนื้อหาการเรียนรู้ตรงกับความต้องการ					
1.1 โรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน	4.50	0.60	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
1.2 ความรู้เรื่องยาเบาหวาน	4.47	0.59	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
1.3 ความรู้เรื่องอาหารเบาหวาน	4.54	0.60	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
1.4 ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย	4.55	0.57	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
1.5 ความรู้เรื่องการดูแลเท้า	4.58	0.54	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
2. ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ใน					
2.1 การบรรยายให้ความรู้	4.49	0.58	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
2.2 การฝึกปฏิบัติด้านการดูแลเท้าและการ นวดเท้า	4.41	0.62	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
3. การเรียนรู้มีประโยชน์สามารถนำไปปฏิบัติ หรือปรับใช้ได้จริง	4.47	0.58	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
4. วิทยากรและทีมสุขภาพมีความสามารถใน การถ่ายทอดความรู้	4.69	0.47	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน

ตาราง 4 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	n = 200		ระดับ	เกณฑ์	การตัดสินใจ
	\bar{X}	S.D.	ความพึงพอใจ		
5. สื่อและเอกสารประกอบการเรียนรู้	4.44	0.55	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
6. ความเหมาะสมของสถานที่	4.48	0.53	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
7. การประสานงานและการอำนวยความสะดวก	4.58	0.52	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน
รวมเฉลี่ย	4.85	0.37	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน

จากตาราง 4 พบว่าผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ป่วยเบาหวานที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน ภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.85$) เมื่อจำแนกรายข้อพบว่า ข้อ 4 วิทยากรและทีมสุขภาพมีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้และกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.69$) รองลงมา คือ ข้อ 1.5 เนื้อหาการเรียนรู้ตรงความต้องการในความรู้เรื่องการดูแลทำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.58$) และข้อ 7 การประสานงานและการอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุดเช่นกัน ($\bar{X} = 4.58$) ส่วนข้อที่มีต่ำที่สุด คือ ข้อ 2 ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกปฏิบัติด้านการดูแลเท้าและการนัดเท้า ($\bar{X} = 4.41$)

ดังนั้นผลการประเมินความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในศูนย์เบาหวานผ่านเกณฑ์การประเมิน ($\bar{X} \geq 3.51$) ทั้งภาพรวมและรายข้อการประเมินย่อย

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ประเมินและเปรียบเทียบระดับความรู้และเจตคติต่อโรคเบาหวานของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในศูนย์เบาหวาน

ส่วนที่ 3.1 ผลการประเมินและเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินและเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมรายด้าน

ประเด็นการเปรียบเทียบ	คะแนนเต็ม	ก่อน		หลัง		t	p-value	การตัดสินใจ
		n = 200		n = 200				
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.			
1. ความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน	7	5.42	0.96	6.69	0.49	20.45*	0.00	ผ่าน
2. ความรู้เรื่องอาหารเบาหวาน	7	5.31	0.99	6.74	0.65	29.57*	0.00	ผ่าน
3. ความรู้เรื่องยาเบาหวาน	5	3.40	1.09	4.52	0.52	18.29*	0.00	ผ่าน
4. ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย	6	4.43	1.04	4.96	0.87	14.98*	0.00	ผ่าน
5. ความรู้เรื่องการดูแลเท้า	5	4.77	0.41	4.95	0.21	6.49*	0.00	ผ่าน
รวมเฉลี่ย	30	23.34	2.32	27.87	1.44	44.80*	0.00	ผ่าน

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่าค่าเฉลี่ยระดับความรู้โดยภาพรวมพบวก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมินที่กำหนดในระดับสูงมาก ($\bar{X} = 27.87$)

ตาราง 6 จำนวนและร้อยละการตอบถูกและตอบผิดของการประเมินด้านความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม จำแนกตามรายชื่อของประเด็นการประเมิน

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสินใจ	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสินใจ
ด้านความรู้เรื่องโรคเบาหวานและภาวะแทรกซ้อน								
1. คนที่เป็นโรคเบาหวานคือ มีค่าระดับน้ำตาลในเลือดหลังคอาหาร	149 (74.50%)	51 (25.50%)	>80	ไม่ผ่าน	199 (99.50%)	1 (0.50%)	>80	ผ่าน
2. อาการของผู้ป่วยเบาหวาน คือ กระจายน้ำตาลบ่อย กินจุ แต่น้ำหนักตัวลด และปัสสาวะบ่อย โดยเฉพาะตอนกลางคืน	180 (90.00%)	20 (10.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
3. เมื่อผู้ป่วยมีอาการใจสั่นเหงื่อออกควรรดน้ำหวาน น้ำผลไม้หรืออมลูกอมรสหวานทันที	178 (89.00%)	22 (11.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
4. จากการเป็นโรคเบาหวานนานๆ ไม่สามารถทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนเหล่านี้ได้เช่น โรคไตวาย โรคอัมพฤกษ์และโรคจอประสาทตาเสื่อม เป็นต้น**	85 (42.50%)	115 (57.50%)	>80	ไม่ผ่าน	189 (94.50%)	11 (5.50%)	>80	ผ่าน
5. โรคเบาหวานเกิดขึ้นเนื่องจากร่างกายไม่	151 (75.50%)	49 (24.50%)	>80	ไม่ผ่าน	179 (89.50%)	21 (10.50%)	>80	ผ่าน

ตาราง 6 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน
สามารถนำน้ำตาลในเลือดไปใช้ได้ตามปกติ								
6. อาการของภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำได้แก่เหงื่อออก ใจสั่น เวียนศีรษะ มึนงง เป็นต้น	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
7. เป้าหมายของการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติคือให้มีระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเช้า 90 - 130 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร	141 (70.50%)	59 (29.50%)	>80	ไม่ผ่าน	171 (85.50%)	29 (14.50%)	>80	ผ่าน
ด้านความรู้เรื่อง								
8. การรับประทานอาหารให้ตรงเวลาและปริมาณอาหารควรใกล้เคียงกันทุกวัน เพื่อรักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้สม่ำเสมอ	189 (94.50%)	11 (5.50%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
9. ผู้ป่วยเบาหวานสามารถรับประทานทุเรียน ขนุน ลิ้นจี่ได้ตามต้องการเพราะรับประทานยาเบาหวานเป็นประจำอยู่แล้ว**	0 (0.00%)	200 (100.00%)	>80	ไม่ผ่าน	199 (99.50%)	1 (0.50%)	>80	ผ่าน

ตาราง 6 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน
10. ผู้ป่วยเบาหวานควร เลือกบริโภคอาหาร ที่มีเส้นใยสูง เช่น ข้าว ซ้อมมือ ผัก ผลไม้	189 (94.50%)	11 (5.50%)	>80	ผ่าน	189 (94.50%)	11 (5.50%)	>80	ผ่าน
11. อาหารที่ผู้ป่วย เบาหวานควรจำกัด ปริมาณ ได้แก่ ข้าว แป้ง กว๊ายเตี้ย ขนมจีน ขนมปัง	161 (80.50%)	39 (19.50%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
12. ในวันหนึ่งๆ ผู้ป่วย เบาหวานควร รับประทานข้าวมีอละ 2 ทัพพี เนื้อสัตว์ 2 ชิ้น ไข่หรือช้อนคว ผักสดปริมาณตาม ต้องการและ ผลไม้ มีอละ 1 ส่วน เช่น เงาะ 4 ลูก ฝรั่ง ขนาดกลาง ครึ่งผล ส้มเขียวหวาน 1 ลูก เป็นต้น	150 (75.00%)	50 (25.00%)	>80	ไม่ผ่าน	190 (95.00%)	10 (5.50%)	>80	ผ่าน
13. อาหารที่ผู้ป่วย เบาหวานควร หลีกเลี่ยง รับประทาน ได้แก่ ขนมหวาน น้ำอัดลม ผลไม้วรส	171 (85.50%)	29 (14.50%)	>80	ผ่าน	190 (95.00%)	10 (5.50%)	>80	ผ่าน
14. ควรรับประทาน อาหารมีแอลกอฮอล์ ปริมาณน้อย และรับประทาน มีแอลกอฮอล์มากที่สุด**	180 (90.00%)	20 (10.00%)	>80	ผ่าน	180 (90.00%)	20 (10.00%)	>80	ผ่าน

ตาราง 6 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน
ด้านความรู้เรื่องยา								
เบาหวาน								
15. การรับประทานยา								
เบาหวานก่อนอาหาร								
ควรรับประทานยา								
ก่อนประมาณ 30								
นาทีเพื่อ ให้อา								
ออกฤทธิ์เหมาะสมกับ								
ระดับน้ำตาลในเลือด								
16. ผู้ป่วยเบาหวานควร	189	11	>80	ผ่าน	200	0	>80	ผ่าน
รับประทานยาให้	(94.50%)	(5.50%)			(100.00%)	(0.00%)		
สม่ำเสมอและตรง								
เวลาตามชนิด เวลา								
และขนาดที่แพทย์								
สั่งไม่ควรหยุดยาหรือ								
เพิ่มยาเอง								
17. ผู้ป่วยเบาหวาน	122	78	>80	ไม่ผ่าน	168	32	>80	ผ่าน
สามารถรับประทาน	(61.00%)	(39.00%)			(84.00%)	(16.00%)		
ยาสมุนไพรที่เชื่อว่า								
ลดน้ำตาลในเลือดได้								
ร่วมกับยาเบาหวาน								
ได้เพราะจะได้มีผลใน								
การช่วยลดระดับ								
น้ำตาลในเลือดด้วย**								
18. ถ้าผู้ป่วยเบาหวานไม่	191	9	>80	ผ่าน	200	0	>80	ผ่าน
รับประทานยา	(95.50%)	(4.50%)			(100.00%)	(0.00%)		
เบาหวานให้ต่อเนื่อง								
ตามแพทย์สั่งจะมีผล								
ต่อการควบคุม								
ระดับน้ำตาลในเลือด								
19. การลิ้มรับประทาน	83	117	>80	ไม่ผ่าน	138	62	>80	ไม่ผ่าน
ยาเบาหวานในมือใด	(58.50%)	(41.50%)			(69.00%)	(31.00%)		

ตาราง 6 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสินใจ	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสินใจ
สามารถรับประทาน เพิ่มปริมาณในมื้อถัด มาได้**								
ด้านความรู้เรื่องการ ออกกำลังกาย								
20. การออกกำลังกาย สม่ำเสมอ เช่น การ เดินแอโรบิคหรือ การเล่นกีฬาที่ท่าน ชอบจะช่วยลดน้ำหนัก ลดความดันโลหิตและ ป้องกันโรคระบบหัวใจ และหลอดเลือดได้	140 (70.00%)	60 (30.00%)	>80	ไม่ผ่าน	178 (89.00%)	22 (11.00%)	>80	ผ่าน
21. การออกกำลังกาย สม่ำเสมอในลักษณะที่ อยู่กับที่ เช่น โยคะ และกายบริหารไม่ได้ ช่วยให้น้ำตาลในเลือด ลดลง**	130 (65.00%)	70 (35.00%)	>80	ไม่ผ่าน	83 (41.50%)	117 (58.50%)	>80	ไม่ผ่าน
22. การเดินอย่างต่อเนื่อง ประมาณ 30 นาทีก็ เป็นการออกกำลังกาย	178 (89.00%)	22 (11.00%)	>80	ผ่าน	199 (99.50%)	1 (0.50%)	>80	ผ่าน
23. ควรออกกำลังกาย อย่างน้อย 3 - 4 ครั้ง ต่อสัปดาห์	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
24. เมื่อมีกิจกรรมที่ต้อง ใช้แรงงานมากกว่า ปกติที่เคยปฏิบัติหรือ ออกกำลังกายมาก กว่าเดิมควร รับประทานอาหาร	117 (58.50%)	49 (41.50%)	>80	ไม่ผ่าน	151 (75.50%)	49 (24.50%)	>80	ไม่ผ่าน

ตาราง 6 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน
มากขึ้น								
25. ก่อนการออกกำลังกาย กาย ควรเริ่มอบอุ่น ร่างกาย 5 นาทีแล้วจึง ออกกำลังกายอย่าง สม่ำเสมอ อย่างน้อย 20 นาทีและคลาย ความอบอุ่น 5 นาที	182 (91.00%)	18 (9.00%)	>80	ผ่าน	182 (91.00%)	18 (9.00%)	>80	ผ่าน
ด้านความรู้เรื่องการ ดูแลเท้า								
26. ผู้ป่วยเบาหวานควร ทำความสะอาด ฝ่าเท้า หลังเท้า ซอก นิ้วเท้าและซบให้แห้ง ทุกครั้ง	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
27. รองเท้าที่ไม่ เหมาะสมสำหรับ ผู้ป่วย เบาหวาน ได้แก่ รองเท้าแตะหูหนีบ ที่ เป็นพลาสติก	185 (92.50%)	15 (7.50%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
28. ผู้ป่วยเบาหวานควร นวดเท้าทุกวันเพื่อให้ เลือดที่ปลายเท้า ไหลเวียนดีขึ้น	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
29. ถ้ามีชาหรือปวดแสบ ที่เท้าแสดง ว่าอาจเริ่ม มีอาการของปลาย ประสาทอักเสบ	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน	200 (100.00%)	0 (0.00%)	>80	ผ่าน
30. การนั่งควรหลีกเลี่ยง การนั่งไขว่ห้างหรือ การนั่งพับเพียบ	170 (85.00%)	30 (15.00%)	>80	ผ่าน	190 (95.00%)	10 (5.00%)	>80	ผ่าน

ตาราง 6 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200				หลัง n = 200			
	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน	ตอบถูก	ตอบผิด	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การ ตัดสิน
เพราะจะทำให้ การไหลเวียน ของเลือดไม่ดี								
รวมเฉลี่ย	158.36 (79.75%)	41.64 (20.25%)	>80	ไม่ผ่าน	179.13 (92.90%)	20.87 (7.10%)	>80	ผ่าน

** เป็นแบบสอบถามเชิงลบ

จากตาราง 6 ผลการประเมินความรู้ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน ในภาพรวมพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมตอบถูก (ร้อยละ 92.90) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (ร้อยละ 79.75) ซึ่งผ่านเกณฑ์การประเมินที่กำหนด เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่ตอบถูกและผ่านเกณฑ์การประเมิน ยกเว้น ข้อ 19 การลิ้มรับประทานยาเบาหวานในมือใดสามารถรับประทานเพิ่มปริมาณในมือถัดมาได้** (ตอบถูกร้อยละ 69.00) ข้อ 21 การออกกำลังกายสม่ำเสมอในลักษณะที่อยู่กับที่ เช่น โยคะและกายบริหารไม่ได้ช่วยให้น้ำตาลในเลือดลดลง** (ตอบถูกร้อยละ 41.50) และข้อ 24 เมื่อมีกิจกรรมที่ต้องใช้แรงงานมากกว่าปกติที่เคยปฏิบัติหรือออกกำลังกายมากกว่าเดิม ควรรับประทานอาหารมากขึ้น (ตอบถูกร้อยละ 75.50)

ส่วนที่ 3.2 ผลการวิเคราะห์ประเมินและเปรียบเทียบเจตคติต่อโรคเบาหวานของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานในศูนย์เบาหวาน

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินและเปรียบเทียบด้านเจตคติต่อโรคเบาหวานของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมทุกด้าน

ประเด็นการเปรียบเทียบ	ก่อน n = 200			หลัง n = 200			การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม	การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม	t	p-value
	\bar{X}	S.D.	ความหมาย	\bar{X}	S.D.	ความหมาย	เกณฑ์	ผลการตัดสินใจ		
1. การรับประทาน อาหาร	3.54	0.70	มาก	3.99	0.30	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	10.82*	0.00
2. การใช้ยา เบาหวาน	3.65	0.37	มาก	4.47	0.24	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	45.55*	0.00
3. การออกกำลังกาย	3.63	0.56	มาก	4.12	0.41	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	20.17*	0.00
4. การประเมิน สุขภาพ ตนเอง	4.11	0.51	มาก	4.50	0.39	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	16.10*	0.00
รวมเฉลี่ย	3.77	0.37	มาก	4.27	0.24	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	33.68*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 ผลการประเมินเปรียบเทียบเจตคติต่อโรคเบาหวานของผู้ป่วยเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่าก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมภาพรวมพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภาพรวมผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับมาก ($\bar{X} = 4.27$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ข้อ 4 การประเมินสุขภาพตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.50$) รองลงมา คือ ข้อ 2 การใช้ยาเบาหวานอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.47$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 1 การรับประทานอาหาร ($\bar{X} = 3.99$)

ตาราง 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินเจตคติต่อโรคเบาหวานด้าน การรับประทานอาหารก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
1. ฉันเชื่อว่าการควบคุมปริมาณอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาล มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในผู้ป่วยโรคเบาหวาน	4.47	0.85	มาก	4.76	0.43	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.52*	0.00
2. ฉันเชื่อว่าการรับประทานอาหารที่ตรงเวลาและไม่รับประทานจุบจิบจะทำให้ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้	4.11	1.18	มาก	4.56	0.49	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.78*	0.00
3. ฉันคิดว่า การรับประทานอาหารจำพวกแป้งมากและผลไม้ที่มีรสหวาน มีผลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นได้	4.28	1.11	มาก	4.67	0.47	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.86*	0.00
4. ฉันคิดว่า การไม่เติมเครื่องปรุงรส เช่น ซอส น้ำปลา ซีอิ๊ว ปริมาณมากๆ ในอาหารที่	3.84	1.31	มาก	4.24	0.88	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.51*	0.00

ตาราง 8 (ต่อ)

ประเด็นการ ประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
	รับประทานอาหารจะช่วย ควบคุมระดับ น้ำตาลในเลือดได้									
5. ฉันเชื่อว่าการ ดื่มเหล้าและ แอลกอฮอล์ ไม่มีผลต่อการ ควบคุมโรค เบาหวาน**	1.80	1.24	น้อย	3.43	1.42	ปาน กลาง	$\bar{X} \geq 3.51$	ไม่ผ่าน	16.11*	0.00
6. ฉันคิดว่า การ รับประทานอาหาร ที่เหมาะสม กับโรคเบาหวาน ทำให้ชีวิตยุ่งยาก**	2.79	1.45	ปาน กลาง	2.33	1.07	น้อย	$\bar{X} \geq 3.51$	ไม่ผ่าน	8.58*	0.00
รวมเฉลี่ย	3.54	0.70	มาก	3.99	.30	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	10.82*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ประเมินเจตคติเชิงลบ

จากตาราง 8 ผลการประเมินและเปรียบเทียบเจตคติต่อโรคเบาหวานด้านการรับประทานอาหาร พบว่าค่าเฉลี่ยเจตคติก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่มีเจตคติเชิงบวกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ยกเว้น ข้อ 6 การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานทำให้ชีวิตยุ่งยาก ที่ผู้ป่วยมีเจตคติหลังการเข้าร่วมกิจกรรมต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวม พบว่าผู้ป่วยมีเจตคติเชิงบวกต่อโรคเบาหวานอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.99$) และเมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 1 เชื่อว่าการควบคุมปริมาณอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาล มีผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในผู้ป่วย

โรคเบาหวาน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.76$) รองลงมา คือ ข้อ 3 การรับประทานอาหารเช้าพวกแป้งมากและผลไม้ที่มีรสหวานมีผลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นได้ ($\bar{X} = 4.67$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 6 การรับประทานอาหารเช้าที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานทำให้ชีวิตยุ่งยาก ($\bar{X} = 2.33$) และพบว่าข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนด ได้แก่ ข้อ 5 การดื่มเหล้าและแอลกอฮอล์ไม่มีผลต่อการควบคุมโรคเบาหวาน ($\bar{X} = 2.43$) และ ข้อ 6 การรับประทานอาหารเช้าที่เหมาะสมกับโรคเบาหวานทำให้ชีวิตยุ่งยาก ($\bar{X} = 2.33$)

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินเจตคติต่อโรคเบาหวานด้านการใช้ยาเบาหวาน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการประเมิน	ก่อน		หลัง		การตัดสินใจ		การเปรียบเทียบ			
	n = 200		n = 200		หลังกิจกรรม		เจตคติ			
	\bar{X}	S.D.	ความหมาย	\bar{X}	S.D.	ความหมาย	เกณฑ์	ผลการตัดสินใจ	t	p-value
1. ถึงแม้ว่าฉันจะรับประทานยาหลายชนิด แต่เชื่อว่าสามารถเลือกหิบบยารักษาเบาหวานได้ถูกต้อง	4.01	1.22	มาก	4.80	0.36	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	12.51*	0.00
2. ฉันคิดว่ากรมฯ แพทย์ตามนัดเพื่อรับยาไปรับประทานต่อเนื่องช่วยในการควบคุมโรคได้	2.43	0.67	น้อย	3.96	0.78	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	25.27*	0.00
3. ฉันคิดว่ากรรับประทานยาเบาหวานตรงตามเวลาทุกครั้งเป็นสิ่งจำเป็น	4.74	0.55	มากที่สุด	4.90	0.30	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.56*	0.00
4. ฉันคิดว่ายาเบาหวานสามารถลดน้ำตาลในเลือดโดยไม่ออกกำลังกาย**	3.44	1.49	ปานกลาง	4.22	0.97	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	10.16*	0.00

ตาราง 9 (ต่อ)

ประเด็นการประเมิน	ก่อน		หลัง		การตัดสินใจ		การเปรียบเทียบ			
	n = 200		n = 200		หลัง		เจตคติ			
	\bar{X}	S.D.	ความ	\bar{X}	S.D.	ความ	เกณฑ์	ผลการ	t	p-value
รวมเฉลี่ย	3.65	0.37	มาก	4.47	0.24	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	45.55*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ประเมินเจตคติเชิงลบ

จากตาราง 9 ผลการประเมินและเปรียบเทียบเจตคติต่อโรคเบาหวานด้านการใช้ยาเบาหวาน พบว่าเจตคติก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีเจตคติเชิงบวกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมพบว่ามีเจตคติเชิงบวกด้านการใช้ยาเบาหวานอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.47$) และเมื่อจำแนกรายข้อ พบว่าข้อ 3 การรับประทานยาเบาหวานตรงตามเวลาทุกครั้งเป็นประจำเป็นอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.90$) รองลงมา คือ ข้อ 1 การรับประทานยาหลายชนิด แต่สามารถเลือกหยิบยาเบาหวานได้ถูกต้อง ($\bar{X} = 4.80$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 2 การมาพบแพทย์ตามนัดเพื่อรับยาไปรับประทานต่อเนื่องช่วยในการควบคุมโรคเบาหวานได้ ($\bar{X} = 3.96$) ซึ่งถือว่าผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินเจตคติต่อโรคเบาหวานด้านการออกกำลังกายและการดูแลเท้าก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการประเมิน	ก่อน		หลัง		การตัดสินใจ		การเปรียบเทียบ			
	n = 200		n = 200		หลัง		เจตคติ			
	\bar{X}	S.D.	ความ	\bar{X}	S.D.	ความ	เกณฑ์	ผลการ	t	p-value
1. คิดว่าการออกกำลังกายไม่	3.29	1.66	ปานกลาง	4.12	1.05	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	9.85*	0.00

ตาราง 10 (ต่อ)

ประเด็นการ ประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสิน	t	p-value
ช่วยให้น้ำตาลใน เลือดของฉันท ลดลง**										
2. ฉันคิดว่าการ ออกกำลังกาย เพียงครั้งละ 10 นาที ก็เป็นการ เพียงพอแล้ว**	2.63	1.34	ปาน กลาง	2.32	1.13	น้อย	$\bar{X} \geq 3.51$	ไม่ผ่าน	6.37*	0.00
3. ฉันคิดว่าการ ออกกำลังกายได้ อย่างน้อย สัปดาห์ ละ 3 ครั้งขึ้นไป จะช่วยในการ ควบคุม โรคเบาหวานได้	3.82	1.38	มาก	4.38	0.71	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.96*	0.00
4. ฉันคิดว่าการ สวมรองเท้าผ้าใบ หุ้มส้นขณะออก กำลังกายจะช่วย ป้องกัน การเกิดแผลที่ เท้าได้	3.14	1.69	ปาน กลาง	4.57	0.58	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	13.56*	0.00
5. ฉันคิดว่าขณะ ออกกำลังกายทุก ครั้ง ควรสังเกต อาการน้ำตาลใน เลือดต่ำ เช่น ใจ สั่น หน้ามืด วิงเวียนศีรษะ เป็นต้น	4.44	0.84	มาก	4.90	0.30	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.65*	0.00

ตาราง 10 (ต่อ)

ประเด็นการ ประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
6. คิดว่าการ ออกกำลังกายไม่ ทำให้ชีวิตของฉันท ยุ่งยาก	4.30	0.87	มาก	4.45	0.58	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	3.75*	0.00
7. คิดว่าการ ดูแลผิวหนังและ เท้าโดยการ อาบน้ำวันละ 2 ครั้งก็เพียงพอ	3.79	1.22	มาก	4.16	0.77	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.77*	0.00
รวมเฉลี่ย	3.63	0.56	มาก	4.12	0.41	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	20.17*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ประเมินเจตคติเชิงลบ

จากตาราง 10 แสดงผลการประเมินและเปรียบเทียบเจตคติต่อโรคเบาหวานในด้านของ การออกกำลังกายและการดูแลเท้า พบว่าเจตคติก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีเจตคติเชิงบวกสูงกว่าก่อนการเข้า ร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมมีเจตคติเชิงบวกด้านการออกกำลังกายและการดูแลเท้าอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.12$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 5 ขณะออกกำลังกายทุกครั้งควรสังเกตอาการน้ำตาลใน เลือดต่ำ เช่น ใจสั่น หน้ามืด วิงเวียนศีรษะ เป็นต้น อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.90$) รองลงมา ข้อ 4 การสวมรองเท้าผ้าใบหุ้มส้นขณะออกกำลังกายจะช่วยป้องกันการเกิดแผลที่เท้าได้ ($\bar{X} = 4.57$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดและไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนด คือ ข้อ 2 การออกกำลังกายเพียงวันละ 10 นาทีก็เป็นการเพียงพอแล้ว ($\bar{X} = 2.32$)

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินเจตคติต่อโรคเบาหวาน
ด้านการประเมินสุขภาพตนเอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการ ประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	S.D.	ความ หมาย	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value		
	\bar{X}		\bar{X}							
1. ฉันเชื่อว่าการ ดูแลปากและฟัน ให้สะอาดอยู่เสมอ ทุกวันช่วยป้องกันการ ติดเชื้อใน ช่องปากได้	4.38	0.71	มาก	4.51	0.58	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.30*	0.00
2. ฉันคิดว่าการ สังเกตอาการตา มัวเป็นการเฝ้า ระวังอาการจอ ประสาทตาเสื่อม หรือเบาหวานขึ้น ตา	4.47	0.73	มาก ที่สุด	4.61	0.48	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	5.80*	0.00
3. ฉันคิดว่าการ เกิดภาวะน้ำตาล ในเลือดต่ำ เช่น เวียนศีรษะ ใจสั่น หน้ามืด เป็นมาจากการ ควบคุมระดับ น้ำตาลในเลือด ได้ไม่ดี	4.34	0.99	มาก	4.56	0.56	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.29*	0.00
4. ฉันคิดว่าจะ สังเกตอาการมีไข้ ของตนเองทุกวัน เพราะมีผลต่อ ระดับน้ำตาลใน เลือด	3.98	0.96	มาก	4.31	0.46	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.66*	0.00

ตาราง 11 (ต่อ)

ประเด็นการ ประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสิน	t	p-value
5. ฉันคิดว่า การผ่อนคลาย ความเครียด โดยการทำใจ ให้สงบและ พักผ่อนมากๆ จะมีผลต่อสุขภาพ	4.55	0.59	มากที่สุด	4.65	0.47	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.57*	0.00
6. ฉันคิดว่าการพก บัตรหรือสมุด เบาหวานติดตัว เป็นสิ่งยุ่งยาก ในชีวิต**	3.51	1.40	มาก	3.91	1.09	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	9.67*	0.00
7. ฉันคิดว่าการมา พบแพทย์ตามนัด ทุกครั้งมี ความสำคัญเพราะ เป็นการติดตาม ผลการรักษาอย่าง ต่อเนื่อง	4.27	1.22	มาก	4.84	0.41	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.49*	0.00
8. ฉันเห็นว่าการ สำรวจตัวเองทุก วันไม่ทำให้ชีวิต ของฉันยุ่งยาก	3.45	1.44	ปาน กลาง	4.67	0.70	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	12.40*	0.00
รวมเฉลี่ย	4.11	0.51	มาก	4.50	0.39	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	16.10*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ประเมินเจตคติเชิงลบ

จากตาราง 11 ผลการประเมินและเปรียบเทียบเจตคติต่อโรคเบาหวานด้านการประเมินสุขภาพตนเอง พบว่า เจตคติก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าเจตคติหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมพบว่ามีเจตคติเชิงบวกด้านการประเมินสุขภาพตนเองอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.47$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 7 การมาพบแพทย์ตามนัดทุกครั้งมีความสำคัญเพราะเป็นการติดตามผลการรักษาอย่างต่อเนื่อง อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.84$) รองลงมา ข้อ 8 การสำรวจตัวเองทุกวันไม่ทำให้ชีวิตยุ่งยาก ($\bar{X} = 4.67$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 6 การพบกับัตรหรือสมุดเบาหวานติดตัวเป็นสิ่งยุ่งยากในชีวิต ($\bar{X} = 3.91$) ซึ่งถือว่าผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ส่วนที่ 4 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการประเมินเปรียบเทียบด้านพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเอง ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมทุกด้าน

ประเด็นการเปรียบเทียบ	ก่อน		หลัง		การตัดสินใจ		การเปรียบเทียบ			
	n = 200		n = 200		การตัดสินใจ		เจตคติ			
	\bar{X}	S.D.	ความหมาย	\bar{X}	S.D.	ความหมาย	เกณฑ์	ผลการตัดสินใจ	t	p-value
1. การดูแลตนเองที่จำเป็น	3.70	0.79	มาก	4.19	0.43	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	14.87*	0.00
2. การรับประทานอาหาร	3.68	0.48	มาก	4.29	0.34	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	20.63*	0.00
3. การใช้ยาเบาหวาน	4.06	0.48	มาก	4.60	0.46	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	16.37*	0.00
4. การออกกำลังกาย	3.58	0.90	มาก	4.06	0.60	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	16.36*	0.00
5. การดูแลเท้า	4.60	0.56	มากที่สุด	4.82	0.28	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	10.08*	0.00

ตาราง 12 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
รวมเฉลี่ย	3.89	0.28	มาก	4.38	0.22	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	32.95*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 ผลการเปรียบเทียบด้านพฤติกรรมการดูแลตนเองพบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่ามีพฤติกรรมการดูแลตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งถือว่าผ่านเกณฑ์การประเมินที่กำหนด ภาพรวมค่าเฉลี่ยด้านพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.38$) เมื่อจำแนกรายข้อพบว่า ข้อ 5 การดูแลเท้าอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.82$) รองลงมาคือ ข้อ 3 การใช้ยาเบาหวาน ($\bar{X} = 4.60$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 4 การออกกำลังกาย ($\bar{X} = 4.06$)

ตาราง 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง
ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
1. ทานสังเกต อาการผิดปกติของ ร่างกาย เป็นประจำเช่น	3.87	1.50	มาก	4.50	0.68	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	8.57*	0.00

ตาราง 13 (ต่อ)

ประเด็นการ ประเมิน	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสิน	t	p-value
มีไข้สูง มีความเครียด ปัสสาวะบ่อย กระหายน้ำบ่อย หน้ามืด ใจสั่น มึนงง อาการรวมที่เท้าและ การมีแผล เป็นต้น										
2. ท่านใส่ใจต่อ การควบคุม ระดับน้ำตาล ในเลือดให้ อยู่ในเกณฑ์ปกติ อย่างสม่ำเสมอ	4.32	0.78	มาก	4.46	0.59	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.30*	0.00
3. ท่านจำกัดปริมาณ การรับประทาน อาหารที่มีส่วนผสม ของแป้งมากหรือ ผลไม้ที่มีรสหวานมาก อย่างสม่ำเสมอ	3.52	1.07	มาก	4.20	0.50	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	11.50*	0.00
4. ท่านมีลูกอม หรือ น้ำตาลก้อนพกติดตัว ไว้ตลอดเวลา	3.16	1.57	ปาน กลาง	3.69	1.12	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	8.60*	0.00
5. ท่านปรึกษาผู้ให้ บริการด้าน สาธารณสุขเมื่อมี ปัญหาสุขภาพ เกิดขึ้น	3.67	1.21	มาก	4.12	0.72	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.36*	0.00
รวมเฉลี่ย	3.70	0.79	มาก	4.19	0.43	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	14.87*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็น พบว่าค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยพบว่าผู้มีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.19$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 1 การสังเกตอาการผิดปกติของร่างกายเป็นประจำ มีไข้สูงมีความเครียดปัสสาวะบ่อยกระหายน้ำบ่อยหน้ามืดใจสั่นมีง่วงอาการบวมที่เท้าและการมีแผลเป็นต้น อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.50$) รองลงมา คือ ข้อ 3 การใส่ใจต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติอย่างสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 4.46$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 4 ท่านมีลูกอมหรือน้ำตาลก้อนพกติดตัวไว้ตลอดเวลา ($\bar{X} = 3.69$) ซึ่งถือว่าผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมและรายข้อผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ตาราง 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง
ด้านการรับประทานอาหารก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน		หลัง		การตัดสินใจ		การตัดสินใจ		การเปรียบเทียบ	
	n = 200		n = 200		หลัง		ก่อน-หลัง		ก่อน-หลัง	
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
1. ท่านเลือกปรุง อาหารด้วยการ นึ่ง ย่าง ต้ม อบ แทนการผัดหรือ ทอดเป็นประจำ	3.76	0.88	มาก	4.14	0.47	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	8.21*	0.00
2. ท่านเลือกใช้ น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันดอก ทานตะวัน น้ำมันรำข้าว แทนการใช้ น้ำมันหมูใน	3.85	1.06	มาก	4.91	0.42	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	13.76*	0.00

ตาราง 14 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
การปรุงอาหาร ทุกครั้ง										
3. ท่านเลือกดื่ม น้ำเปล่าแทน น้ำอัดลมหรือ น้ำหวานเป็น ประจำ	4.29	1.03	มาก	4.82	0.49	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.51*	0.00
4. ท่านรับประทาน อาหารตรงเวลา และรับประทาน อาหารในปริมาณ ที่เท่ากันในแต่ละ วันเพื่อควบคุม ระดับน้ำตาลใน เลือดให้คงที่เป็น ประจำ	3.91	0.81	มาก	4.15	0.64	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.92*	0.00
5. ท่านรับประทาน อาหารประเภท แป้ง นม เนื้อ ไขมัน และผลไม้ที่ มีรสหวานใน ปริมาณที่จำกัด อย่างสม่ำเสมอ	3.62	1.36	มาก	4.27	0.54	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	8.41*	0.00
6. ท่านดื่ม น้ำตาลในอาหาร เพื่อให้มีรสดีขึ้น เป็นประจำ**	3.47	1.60	มาก	4.14	1.04	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	8.45*	0.00
7. ท่านดื่ม ชา กาแฟ ไมโล	2.85	1.49	ปาน กลาง	3.80	1.28	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	11.50*	0.00

ตาราง 14 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
	โอวัลติน เป็นประจำ**									
8. ท่านรับประทาน อาหารที่มีไขมันสูง เช่น ขาหมู กะทิ ไข่แดง อาหาร ทอด ปลาหมึก นม เนย เป็นประจำ**	3.61	1.05	มาก	4.15	0.71	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	12.47*	0.00
9. ท่านรับประทาน อาหารว่าง ขนม ของจุบจิบระหว่าง มื้ออาหาร เป็นประจำ**	3.16	1.02	ปาน กลาง	4.03	0.57	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	14.87*	0.00
10. ท่านเคยดื่ม สุรา เบียร์ หรือ เครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์**	4.30	1.17	มาก	4.60	0.65	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	14.87*	0.00
รวมเฉลี่ย	3.68	0.48	มาก	4.29	0.34	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	14.87*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** ประเมินพฤติกรรมเชิงลบ

จากตาราง 14 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรับประทานอาหาร พบว่าพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรับประทานอาหารก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรับประทานอาหารหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม

อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.29$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 2 การเลือกใช้น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันดอกทานตะวัน น้ำมันรำข้าว แทนการใช้ไขมันหมูในการปรุงอาหารทุกครั้ง ($\bar{X} = 4.91$) รองลงมา คือ ข้อ 3 การเลือกดื่มน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลมหรือน้ำหวานเป็นประจำ ($\bar{X} = 4.82$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 7 การดื่ม ชา กาแฟ ไมโล โอวัลติน เป็นประจำ** ($\bar{X} = 3.69$) ซึ่งถือว่าผู้ป่วยมีพฤติกรรมมารับประทานอาหารหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมและรายข้อผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ตาราง 15 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านการใช้จ่ายเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการเปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value	
1. ท่านเคย รับประทานยา สมุนไพรหรือพืช สมุนไพรที่ เชื่อว่าจะลด น้ำตาลในเลือด ได้ร่วมกับยา เบาหวานที่ แพทย์สั่ง**	3.24	1.56	ปาน กลาง	4.65	0.72	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	13.25*	0.00
2. ท่าน รับประทานยา ตามขนาดที่ แพทย์สั่งเป็น ประจำ	4.73	0.70	มาก ที่สุด	4.80	0.68	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	2.43*	0.00
3. ท่าน รับประทานยา ในเวลาเดียวกัน	4.21	1.40	มาก	4.51	0.92	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.70*	0.00
4. ท่านเคยลืม รับประทานยา	3.42	1.52	มาก	4.22	0.93	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	11.34*	0.00

ตาราง 15 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200			การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม		
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value
	เบาหวาน**									
5. ท่านใส่ใจที่ จะรับประทาน ยาสม่ำเสมอ เพื่อควบคุม ระดับน้ำตาลใน เลือด	4.75	0.50	มาก	4.84	0.44	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.51*	0.00
รวมเฉลี่ย	4.06	0.48	มาก	4.60	0.46	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	16.37*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** ประเมินพฤติกรรมเชิงลบ

จากตาราง 15 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการใช้ยาเบาหวาน พบว่าพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการใช้ยาเบาหวานก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการใช้ยาเบาหวานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.60$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 5 การใส่ใจที่จะรับประทานยาสม่ำเสมอเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.84$) รองลงมา คือ ข้อ 2 การรับประทานยาตามขนาดที่แพทย์สั่งเป็นประจำ ($\bar{X} = 4.80$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 4 และมีพฤติกรรมการใช้ยาเบาหวานในเรื่องการเคยล้มรับประทานยาเบาหวาน** ($\bar{X} = 4.22$) ซึ่งถือว่าผู้ป่วยมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการใช้ยาเบาหวานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมและรายข้อผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ตาราง 16 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง
ด้านการออกกำลังกาย ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value		
			ความ หมาย	ความ หมาย						
1. ท่านออก กำลังกาย ต่อเนื่องกัน อย่างน้อย 20 นาทีเป็นประจำ	3.94	0.89	มาก	4.12	0.78	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.60*	0.00
2. ท่านออก กำลังกายโดย การบริหารฯ และทำเป็น ประจำ อย่าง น้อยวันละ 15 – 20 นาที อย่าง สม่ำเสมอ	3.97	1.32	มาก	4.38	0.67	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.96*	0.00
3. ท่านดื่ม น้ำเปล่า หลัง การออกกำลังกาย จนเหงื่อซึม ออกเป็นประจำ	4.00	1.34	มาก	4.18	1.04	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.06*	0.00
4. ท่านเตรียม น้ำตาลหรือ ลูกอมรสหวาน พกติดตัวไว้ขณะ ออกกำลังกาย ทุกครั้ง	2.38	1.60	น้อย	3.71	1.07	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	15.52*	0.00
5. ท่านออก กำลังกายอย่าง น้อย 4 ครั้ง ต่อสัปดาห์	3.66	1.04	มาก	3.91	0.79	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	7.82*	0.00

ตาราง 16 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200			หลัง n = 200			การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม	
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสิน	t	p-value
	รวมเฉลี่ย	3.58	0.90	มาก	4.06	0.60	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	16.36*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกาย พบว่า พฤติกรรมการออกกำลังกายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการออกกำลังกายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.06$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่าข้อ 2 การออกกำลังกายโดยการบริหารขาและเท้าเป็นประจำอย่างน้อยวันละ 15-20 นาที อย่างสม่ำเสมอมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.38$) รองลงมา คือ ข้อ 3 การดื่มน้ำเปล่า หลังจากการออกกำลังกายจนเหงื่อซึมออกตามผิวหนังเป็นประจำ ($\bar{X} = 4.18$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ข้อ 4 การเตรียมน้ำตาลหรือลูกอมรสหวานพกติดตัวไว้ขณะออกกำลังกายทุกครั้ง ($\bar{X} = 3.71$) ซึ่งถือว่าผู้ป่วยมีพฤติกรรมการออกกำลังกายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมและรายข้อผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ตาราง 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินพฤติกรรมการดูแลตนเอง
ด้านการดูแลเท้า ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200			หลัง n = 200			การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม	
	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	\bar{X}	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสิน	t	p-value
	1. ท่านบริหาร	4.00	1.34	มาก	4.18	1.04	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	4.06*

ตาราง 17 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	S.D.	ความ หมาย	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value		
	เท้าและนิ้วเท้า เป็นประจําเพื่อให้ เลือดไหลเวียน สู่อวัยวะส่วน ปลายเท้า									
2. ท่านตรวจเท้า เพื่อดูแผล โดยเฉพาะ ตามซอกนิ้วเท้า อย่างสม่ำเสมอ	2.38	1.60	น้อย	3.71	1.07	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	15.52*	0.00
3. ท่านใส่ใจใน การสวมรองเท้า ให้เหมาะสมกับ ผู้ป่วยเบาหวาน อย่างสม่ำเสมอ เช่น ใส่รองเท้า แบบสวมหรือ รองเท้าผ้าใบ หุ้มส้น ไม่ใช่ รองเท้าหุ้มหีบ เป็นต้น	4.39	1.07	มาก	4.75	0.43	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	5.50*	0.00
4. ท่านใส่ใจใจอยู่ สม่ำเสมอที่จะ ไม่นั่งไขว่ห้าง เพราะจะทำให้ เลือดไหลเวียน ไม่สะดวก	4.75	0.54	มากที่สุด	5.00	0.00	มากที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	6.46*	0.00

ตาราง 17 (ต่อ)

ประเด็นการ เปรียบเทียบ	ก่อน n = 200		หลัง n = 200		การตัดสินใจ หลัง กิจกรรม		การเปรียบเทียบ เจตคติ ก่อน-หลัง เข้าร่วมกิจกรรม			
	S.D.	ความ หมาย	S.D.	ความ หมาย	เกณฑ์	ผลการ ตัดสินใจ	t	p-value		
	5. ท่านได้ใช้ โลชั่นสำหรับทา ผิว ทาผิวหน้า บริเวณขาและ เท้าของท่านหลัง อาบน้ำทุกครั้ง	4.77	0.67	มาก ที่สุด	4.95	0.20	มาก ที่สุด	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	5.31*
รวมเฉลี่ย	4.60	0.56	มาก ที่สุด	4.82	0.28	มาก	$\bar{X} \geq 3.51$	ผ่าน	10.08*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17 ผลการประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลเท้า พบว่าพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลเท้าก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการดูแลเท้าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.82$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า ข้อ 4 ท่านใส่ใจใจอยู่เสมอที่จะไม่นั่งไขว่ห้างเพราะจะทำให้เลือดไหลเวียนไม่สะดวกอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 5.00$) รองลงมา คือ ข้อ 5 ท่านได้ใช้โลชั่นสำหรับทาผิว ทาผิวหน้าบริเวณขาและเท้าของท่านหลังอาบน้ำทุกครั้ง ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 2 ท่านตรวจเท้าเพื่อดูแผล โดยเฉพาะตามซอกนิ้วเท้า อย่างสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 3.71$) ซึ่งถือว่าผู้ป่วยมีพฤติกรรมดูแลเท้าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมและรายข้อผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

ส่วนที่ 5 ผลการประเมินด้านผลลัพธ์ ได้แก่ ค่าของระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน 2 เดือนหลังการเข้าร่วมกิจกรรมจัดการเรียนรู้เพื่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน ในศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลพุทธชินราช

ตาราง 18 ความถี่และร้อยละค่าระดับน้ำตาลในเลือดก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

กลุ่มผู้ป่วยแบ่งตามระดับน้ำตาลในเลือด	ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม n = 200			หลังเข้าร่วมกิจกรรม n = 200		
	ความถี่	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การตัดสินใจ	ความถี่	เกณฑ์ (ร้อยละ)	การตัดสินใจ
ควบคุมไม่ดี ระดับน้ำตาลในเลือดมากกว่า 140 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์	188	(94.00%)		52	26.00%	
ควบคุมได้พอใช้ ระดับน้ำตาลในเลือด 127 – 140 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์	12	(6.00%)		23	11.50%	
ควบคุมได้ดี ระดับน้ำตาลในเลือดน้อยกว่า 127 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์	0	(0.00%)	>80 ไม่ผ่าน	125	62.50%	> 80 ไม่ผ่าน

จากตาราง 18 แสดงผลระดับค่าน้ำตาลในเลือดหลังการอดอาหาร 6-8 ชั่วโมง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีผู้ป่วยกลุ่มควบคุมไม่ดีมีจำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 26.00 ลดลงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งมีจำนวน 188 คนคิดเป็นร้อยละ 94.00 ผู้ป่วยหลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีผู้ป่วยกลุ่มควบคุมได้ดีมีจำนวนสูงถึง 125 คนคิดเป็นร้อยละ 62.50 และพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีผู้ป่วยในกลุ่มที่ควบคุมได้พอใช้มีจำนวน 23 คนคิดเป็นร้อยละ 11.50 ซึ่งมากกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมเช่นกัน คือ จำนวน 12 คนคิดเป็นร้อยละ 6.00

พิจารณาในภาพรวมพบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรม มีกลุ่มผู้ป่วยที่ควบคุมระดับน้ำตาลได้ดี จำนวน 125 คนคิดเป็นร้อยละ 62.50 ซึ่งยังไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน