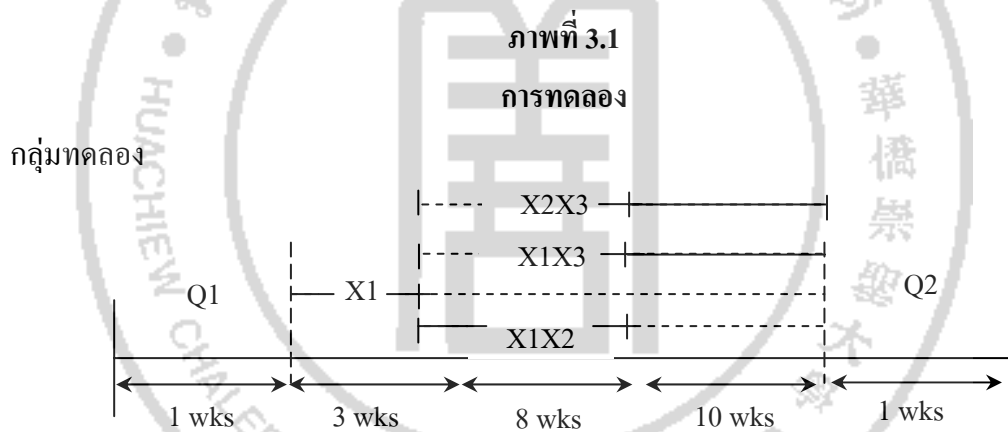


### บทที่ 3

#### ระเบียบวิธีการศึกษา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของ  
ทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง  
ในชุมชนของผู้ป่วยที่มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง  
จังหวัดแพร่ โดยใช้รูปแบบการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) ชนิดศึกษา  
แบบกลุ่มเดียว เก็บข้อมูลก่อนและหลังทดลอง (ne Groups Pre and Post Test Design) กลุ่มทดลอง  
เป็นกลุ่มผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ใช้โปรแกรมการควบคุมความดันโลหิตสูง โดยใช้ระบบ  
ปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิง



Q1 หมายถึง การรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองด้วยการสัมภาษณ์ผู้ป่วย การตรวจร่างกาย  
และการเยี่ยมบ้าน ข้อมูลประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลความรู้และการรับรู้เกี่ยวกับโรค ข้อมูล  
พฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงรายบุคคล รวมถึง การตรวจร่างกาย ก่อนการทดลอง  
และวิเคราะห์ข้อมูลระดับความดันโลหิตย้อนหลัง 3 ครั้ง ซึ่งห่างกัน 1 เดือน

Q2 หมายถึง การรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองด้วยการสัมภาษณ์ผู้ป่วย การตรวจร่างกาย  
และการเยี่ยมบ้าน โดยวิธีการและรายละเอียดเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

X1 หมายถึง การใช้โปรแกรมปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิง  
ต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ชุดที่ 1 “ผู้จักโรคตั้งเป้าหมาย  
แล้วไปด้วยกัน” กิจกรรมประกอบด้วย

1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ป่วย และพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และการปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรม

3. ตรวจร่างกายโดยพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ประเมินภาวะสุขภาพและค้นหาภาวะแทรกซ้อน ลงบันทึกผลและกราฟระดับความดันโลหิตลงในสมุดเป้าหมายความดันโลหิตสูงประจำตัว

4. จัดกลุ่มแลกเปลี่ยนในหัวข้อ “อยู่กับความดันอย่างไรให้เป็นสุข” โดยเริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ จากการป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และความรู้เกี่ยวกับโรค

5. อภิปรายแลกเปลี่ยนความคาดหวังของตนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูงในหัวข้อ “โรคความดันโลหิตสูงกับความหวังของเรา”

6. ตั้งเป้าหมายร่วมกันระหว่างผู้ป่วยและพยาบาลเกี่ยวกับพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงในหัวข้อ “เป้าหมายของเรา เราปรับด้วยกัน” สรุปและบันทึกเป้าหมายที่ตั้งร่วมกันลงในสมุดเป้าหมายความดันโลหิตสูงประจำตัว

7. สร้างแนวทางร่วมกันระหว่างผู้ป่วยและพยาบาลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบันทึกแนวทางในสมุดบันทึกการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง

X2 หมายถึง การใช้โปรแกรมปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของครอบครัว ชุดที่ 2 “ครอบครัวเขาเข้าใจ เป้าหมายเดียวกัน” กิจกรรมประกอบด้วย

1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวของผู้ป่วย และพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และการปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรม
3. พยาบาล (ผู้วิจัย) เยี่ยมบ้านผู้ป่วยโดยการประเมินภาวะสุขภาพ ประเมินพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วย เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างผู้ป่วย สมาชิกครอบครัว และพยาบาลเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานครอบครัวในเรื่องพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วย

4. ตั้งเป้าหมายร่วมกันระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวของผู้ป่วยพยาบาลเกี่ยวกับพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง ในหัวข้อ “ครอบครัวเรา เป้าหมายเดียวกัน” สรุปและบันทึกเป้าหมายที่ตั้งร่วมกันลงในสมุดเป้าหมายความดันโลหิตสูงสำหรับครอบครัว

5. สร้างแนวทางร่วมกันระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวผู้ป่วย และพยาบาล (ผู้วิจัย) ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิต และบันทึกแนวทางในสมุดเป้าหมายความดันโลหิตสูงสำหรับครอบครัว

X3 หมายถึง การใช้โปรแกรมปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของชุมชน ชุดที่ 3 “ชุมชนร่วมใจ พิชิตเป้าหมาย คลายความดันสูง” กิจกรรมประกอบด้วย

1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ป่วยชุมชนของตำบลแดนชุมพลและพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

2. ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และการปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรม
3. ประเมินปัญหาของชุมชนในการจัดการกับพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยในชุมชน และการจัดการของชุมชนเอง พร้อมสรุปปัญหาสถานการณ์
4. อภิปรายปัญหาสถานการณ์โรคไม่ติดต่อที่เป็นปัญหาของชุมชนคือ โรคความดันโลหิตสูง และพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ให้แก่ ผู้นำชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และอสม.ของหมู่บ้าน
5. อภิปรายการดำเนินกิจกรรมการพยาบาลระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายต่อพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในชุดที่ 1 ต่อผู้ป่วย ชุดที่ 2 ต่อครอบครัว พร้อมทั้งนำเสนอปัญหาและอุปสรรคที่พบและผู้มีส่วนในการแก้ปัญหาและอุปสรรค
6. สื่อสารและกระตุ้นการรับรู้ปัญหาของชุมชน โดยผู้นำชุมชน อสม.เขตรับผิดชอบประจำเขตของหมู่บ้าน เป็นผู้ดำเนินการในรูปแบบปากต่อปาก และเยี่ยมบ้านเพื่อสื่อสารของพยาบาลกับอสม.เขตรับผิดชอบ
7. ทำประชาคมของชุมชนเพื่อตั้งเป้าหมายและหาแนวทางร่วมกันในการปรับพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตสูงของชุมชน โดยสรุปและบันทึกในสมุดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมควบคุมโรคความดันโลหิตสูงของชุมชนแดนชุมพล

### 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

**ประชากร** คือ ประชากรที่ศึกษาเป็นผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง โดยแพทย์จากโรงพยาบาลชุมชนและส่งต่อมารับการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่

**กลุ่มตัวอย่าง** คือ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง โดยแพทย์จากโรงพยาบาลชุมชนและส่งต่อมารับการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่ โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 60 คน โดยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. เป็นผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยโดยแพทย์ว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูงอย่างน้อย 1 ปี
2. มีอายุระหว่าง 45-65 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง
3. สมัครเข้าร่วมการวิจัยอย่างเต็มใจ

### 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### 1. แบบวัดพฤติกรรม ประกอบด้วย

1.1 แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัว ค่าใช้จ่ายการรักษาพยาบาล ระยะเวลาที่ป่วยเป็นโรค ความดันโลหิตสูง

1.2 แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จากทฤษฎีและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลลักษณะประชากร การป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง บุคคลในครอบครัวที่ดูแลหลักและรอง

ส่วนที่ 2 การรับรู้ การเรียนรู้ ปฏิสัมพันธ์ การสื่อสาร บทบาท ของผู้ป่วย ครอบครัวและชุมชนในการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง ลักษณะคำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 5 อันดับ ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความนั้นมากที่สุดโดยเห็นว่าข้อความนั้น ๆ ตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของทุกประการ
เห็นด้วย	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความนั้น โดยเห็นว่าข้อความนั้น ๆ ตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นเป็นส่วนมาก
ไม่แน่ใจ	หมายถึง	ผู้ตอบไม่มีความคิดเห็นหรือไม่แน่ใจว่าจะเห็นด้วยกับข้อความหรือไม่
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้น ๆ โดยเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นเพียงเล็กน้อย
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งกับข้อความนั้น ๆ มากที่สุด โดยเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นเลย

การกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ คือ

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก	ข้อความที่มีความหมายทางลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	คะแนนเป็น 5	คะแนนเป็น 1
เห็นด้วย	คะแนนเป็น 4	คะแนนเป็น 2
ไม่แน่ใจ	คะแนนเป็น 3	คะแนนเป็น 3
ไม่เห็นด้วย	คะแนนเป็น 2	คะแนนเป็น 4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	คะแนนเป็น 1	คะแนนเป็น 5

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมของผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชนเกี่ยวกับการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง  
ลักษณะคำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 4 อันดับ ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้น ๆ  
เป็นประจำสม่ำเสมอ

ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้น ๆ  
เป็นส่วนใหญ่แต่ไม่ทุกครั้ง

ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้น ๆ  
เป็นบางครั้งเท่านั้น

ไม่ปฏิบัติเลย หมายถึง ผู้ตอบไม่มีพฤติกรรมหรือไม่ปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้น ๆ  
เลย

การกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ คือ

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก	ข้อความที่มีความหมายทางลบ
ปฏิบัติเป็นประจำ	คะแนนเป็น 4	คะแนนเป็น 1
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	คะแนนเป็น 3	คะแนนเป็น 2
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	คะแนนเป็น 2	คะแนนเป็น 3
ไม่ปฏิบัติเลย	คะแนนเป็น 1	คะแนนเป็น 4

2. โปรแกรมปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรม  
การควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง เป็นการพยาบาลที่ใช้กระบวนการ  
ปฏิสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องระหว่างพยาบาลกับผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชน โดยเครื่องมือที่ใช้ใน  
การดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

2.1 โปรแกรมการพยาบาลระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายทั้งหมด 3 ชุด

2.2 สมุดประจำตัวของผู้ป่วยโรคความดัน ประกอบด้วย

ระบบบุคคล Personal System

- ข้อมูลส่วนบุคคล
- กราฟระดับความดันโลหิต ผลตรวจร่างกายของผู้ป่วย
- การประเมินผู้ป่วยในเรื่องการรับรู้ ความรู้สึก ความคิด ความพร้อมของร่างกาย

และจิตใจ การจัดสรรเวลาในการดูแลสุขภาพตนเอง สรุปพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย

- เป้าหมายที่ตั้งไว้ร่วมกัน

- การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงรายบุคคล

ระบบระหว่างบุคคล (ครอบครัว)

- พฤติกรรมการบริโภคของครอบครัว ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงหลักใน

ครอบครัว

- ประเมินในเรื่องการสื่อสารในครอบครัว การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว การแสดงพฤติกรรมเมื่อมีผู้ป่วยในบ้าน ความเครียดและปัญหาที่เกิด

- เป้าหมายที่ตั้งร่วมกันของครอบครัว

- การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงกับครอบครัว

#### ระบบสังคม (ชุมชน)

- ข้อมูลสรุปพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในชุมชนตำบลแดนชุมพล

- เป้าหมายที่ตั้งร่วมกันของชุมชน

3. แบบบันทึกการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงของชุมชนตำบลแดนชุมพล ประกอบด้วย

3.1 กราฟบันทึกระดับความดันโลหิตของผู้ป่วยในกลุ่มทดลอง

3.2 แบบบันทึกรายการอาหารที่ควรหลีกเลี่ยงของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

3.3 แบบบันทึกการรับประทานยาของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

3.4 แบบบันทึกการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

3.5 แบบบันทึกสิ่งควรหลีกเลี่ยง ได้แก่ ความเครียด การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

การสูบบุหรี่

ทั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัยเป็นสิ่งที่คาดว่าจะเกิดจากการรวบรวมข้อมูลเบื้องต้น และสามารถปรับเปลี่ยนได้หากดำเนินกิจกรรม

### 3.3 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. การทดสอบความแม่นยำของเครื่องมือ (Validity) โดยนำเครื่องมือที่สร้างให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 6 ท่าน ซึ่งเป็นผู้มีความรู้ความชำนาญในการทำงานกับชุมชน มีความรู้เรื่องการใช้เครื่องมือการวิจัย เชี่ยวชาญในทฤษฎีการพยาบาลความสำเร็จตามเป้าหมาย (King's Theory of Goal Attainment) และความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง เป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้อง ความชัดเจน และนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อมูล

2. การหาค่าความเชื่อถือได้ของเครื่องมือ (Reliability) โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) จากการนำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ ตำบลหัวเมืองซึ่งเป็นตำบลในอำเภอเดียวกันกับประชากรที่จะศึกษา

และมีลักษณะคล้ายคลึงกันในเรื่องของวิถีชีวิต ประเพณี ค่านิยม โดยเฉพาะชุมชนแห่งนี้พบผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงไม่สามารถควบคุมได้เช่นกัน ค่าความเชื่อมั่นหลังการวิเคราะห์แบบสอบถามแล้วเท่ากับ 0.80

### 3.4 การเก็บข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำหนังสือแนะนำตัวจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ถึง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแคนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่ เพื่อขออนุญาตในการทำวิจัย
2. ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแคนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการทำวิจัย
3. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ 60 ราย
4. ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

#### กลุ่มทดลอง

1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ อธิบายขั้นตอนการวิจัย และขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย พร้อมทั้งพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง ดำเนินการพยาบาลตามโปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดย

สัปดาห์ที่ 1 เก็บการรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองด้วยการสัมภาษณ์ผู้ป่วย จากการตรวจร่างกายและการเยี่ยมบ้าน ข้อมูลประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับโรค การรับรู้ การเรียนรู้ ปฏิสัมพันธ์ การสื่อสาร บทบาท ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง รวมถึงการตรวจร่างกายก่อนการทดลองและวิเคราะห์ข้อมูลระดับความดันโลหิตย้อนหลัง 3 ครั้ง ซึ่งห่างกัน 1 เดือนจากประวัติของผู้ป่วยในแฟ้มสุขภาพครอบครัว (Family Folder) และสมุดประจำตัวผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

สัปดาห์ที่ 2 ใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงในชุดที่ 1 “รู้จักโรค ตั้งเป้าหมาย แล้วไปต่อยกัน” ครั้งที่ 1 (X1) กิจกรรมประกอบด้วย

1. สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ป่วย พยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน (ผู้วิจัย)
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และการปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรม

3. ประเมินผู้ป่วยในระบบบุคคล (Personal System) ประเมินในเรื่องการรับรู้ ความรู้สึก ความคิด ความพร้อมของร่างกายและจิตใจ การจัดสรรเวลาในการดูแลสุขภาพตนเอง

4. ตรวจร่างกายโดยพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน (ผู้วิจัย) ลงบันทึกผลและกราฟระดับ ความดันโลหิตลงในสมุดคู่มือความดันโลหิตสูงประจำตัว

5. จัดกลุ่มแลกเปลี่ยนในหัวข้อ “อยู่กับความดันอย่างไรให้เป็นสุข” โดยเริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพ ทำความรู้จักในกลุ่ม ต่อจากนั้นผู้วิจัยนำเข้าสู่การอภิปรายแลกเปลี่ยน ประสบการณ์จากการป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง โดยการซักถามสมาชิกแต่ละคน และเปิดโอกาสให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของแต่ละคนพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และความรู้เกี่ยวกับโรค ความดันโลหิตสูง ทั้งนี้ ในขณะที่กลุ่ม แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน พยาบาล (ผู้วิจัย) สังเกตพฤติกรรม (Action) ปฏิกริยา (Reaction) ที่แสดงออกประสบการณ์ที่ผู้ป่วยบอก (Disturbance)

6. อภิปรายแลกเปลี่ยนความคาดหวังของคนเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ในหัวข้อ “โรคความดันโลหิตสูงกับความหวังของเรา” โดยการแลกเปลี่ยนจากกลุ่มเช่นเดิม

7. หลังจากการทำกิจกรรมกลุ่ม ผู้ป่วยแต่ละรายพบพยาบาล (ผู้วิจัย) และ ตั้งเป้าหมายร่วมกัน ระหว่างผู้ป่วยและพยาบาล (ผู้วิจัย) เกี่ยวกับพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง ในหัวข้อ “เป้าหมายของเรา เราปรับด้วยกัน” สรุปและบันทึกเป้าหมายที่ตั้งร่วมกันลงใน สมุดคู่มือความดันโลหิตสูงประจำตัว

8. ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตสูง เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมาย ที่ตั้งไว้ร่วมกัน และบันทึกลงในสมุดเป้าหมายความดันโลหิตสูงประจำตัว

สัปดาห์ที่ 3 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาล ของกึ่งต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ในชุดที่ 1 “รู้จักโรค ตั้งเป้าหมาย แล้วไปต่อยกัน” ครั้งที่ 2 (X1) กิจกรรมประกอบด้วย

1. ผู้ป่วยและพยาบาล (ผู้วิจัย) ดำเนินการตามแนวทางที่ตั้งไว้ร่วมกัน
2. พยาบาล (ผู้วิจัย) ติดตามและประเมินการดำเนินการตามแนวทางที่ตั้งไว้ร่วมกัน ที่ผ่านมา 1 สัปดาห์โดยการนัดผู้ป่วยมารับการตรวจที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแดนชุมพล และเยี่ยมบ้านเพื่อประเมินภาวะสุขภาพผู้ป่วยที่บ้าน

3. ร่วมกันการแก้ไขปัญหาที่ผู้ป่วยสามารถปฏิบัติได้เองโดยมีพยาบาล (ผู้วิจัย) เป็นผู้ดูแล ให้ความรู้และเป็นพี่เลี้ยง จากนั้นตั้งเป็นแนวทางเพื่อบรรลุตามเป้าหมายร่วมกัน

4. สรุปและบันทึกเป้าหมายที่ตั้งร่วมกันลงในสมุดคู่มือความดันโลหิตสูงประจำตัว รายบุคคล และบันทึกแนวทางที่ได้เป้าหมายร่วมกันรายบุคคล สมุดบันทึกการปรับเปลี่ยน พฤติกรรม พร้อมทั้งระบุปัญหาอุปสรรคและผู้มีส่วนในการแก้ไขปัญหาที่พบ



สัปดาห์ที่ 4 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ในชุดที่ 1 “ผู้จ้กโรค ตั้งเป้าหมาย แล้วไปด้วยกัน” ครั้งที่ 3 (X1) ร่วมกับการใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมความดันโลหิตของครอบครัว ในชุดที่ 2 “ครอบครัวเขาเข้าใจ เป้าหมายเดียวกัน” ครั้งที่ 1 กิจกรรมประกอบด้วย

1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวของผู้ป่วยและพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

2. ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และการปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรม

3. ประเมินผู้ป่วยและครอบครัวในระบบระหว่างบุคคล (Interpersonal System) ในเรื่องการสื่อสารในครอบครัว การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว ในการแสดงพฤติกรรมเมื่อมีผู้ป่วยในบ้าน ความเครียดและปัญหาที่เกิดขึ้น สรุปเป็นข้อมูลเพื่อร่วมแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างผู้ป่วย สมาชิกครอบครัวและพยาบาลเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานครอบครัวในเรื่องพฤติกรรมกรบริโภค การมีส่วนร่วมในการใช้ยาโรคความดันโลหิตสูงของผู้ป่วย และข้อมูลการดำเนินงานตามรูปแบบการพยาบาลระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในชุดที่ 1 “ผู้จ้กโรค ตั้งเป้าหมาย แล้วไปด้วยกัน” พร้อมทั้งปัญหาและอุปสรรค โดยเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวครอบครัว

4. ตั้งเป้าหมายร่วมกันระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวของผู้ป่วยพยาบาล (ผู้วิจัย) (Mutual Goal Setting) เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการควบคุม โรคความดัน โลหิต และบันทึกเป้าหมายที่ตั้งร่วมกันลงในสมุดเป้าหมายความดัน โลหิตสูงสำหรับครอบครัว ซึ่งประกอบด้วย ข้อมูลสรุปพฤติกรรมกรบริโภคของครอบครัว ผู้ดูแลผู้ป่วยโรคความดัน โลหิตสูงหลักในครอบครัว เป้าหมายที่ตั้งร่วมกันของครอบครัว

5. สร้างแนวทางการปฏิบัติร่วมกันของครอบครัว สรุปและบันทึกแนวทางที่ตั้งร่วมกันลงในสมุดเป้าหมายความดัน โลหิตสูงสำหรับครอบครัว

6. ผู้ป่วยและครอบครัวปฏิบัติตามแนวทางร่วมกันตามที่สามารถดำเนินการได้ โดยมีพยาบาล (ผู้วิจัย) เป็นผู้สนับสนุน และที่ปรึกษา และตั้งเป็นแนวทางเพื่อบรรลุตามเป้าหมายร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 5-7 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์ อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมความดันโลหิตของครอบครัว ในชุดที่ 2 “ครอบครัวเขาเข้าใจ เป้าหมายเดียวกัน” ครั้งที่ 2, 3 แต่ละสัปดาห์ตามลำดับ กิจกรรมประกอบด้วย

1. ผู้ป่วยและครอบครัวปฏิบัติตามแนวทางร่วมกันตามที่สามารถดำเนินการได้ โดยมีพยาบาล (ผู้วิจัย) เป็นผู้สนับสนุนและที่ปรึกษา

2. ปรับเปลี่ยนแก้ไขแนวทางการดำเนินงานให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ร่วมกัน ระหว่างผู้ป่วย ครอบครัวของผู้ป่วย พยาบาล (ผู้วิจัย) ที่บ้านของผู้ป่วยทุกสัปดาห์โดยการเยี่ยมบ้าน

3. พยาบาล (ผู้วิจัย) ประเมินและติดตามการปฏิบัติกิจกรรม โดยการเยี่ยมบ้าน ทุกสัปดาห์

สัปดาห์ที่ 8-10 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎี การพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของครอบครัว ในชุดที่ 2 “ครอบครัวเฮา เข้าใจ เป้าหมายเดียวกัน” ครั้งที่ 4 กิจกรรมประกอบด้วย

1. พยาบาล (ผู้วิจัย) ประเมินและติดตามการปฏิบัติกิจกรรมโดยการเยี่ยมบ้านในช่วงปลายสัปดาห์

2. พยาบาล (ผู้วิจัย) ร่วมกับผู้ป่วย ครอบครัว ร่วมกันสรุปปัญหา อุปสรรค การดำเนินกิจกรรมและผู้มีส่วนในการดำเนินการให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ร่วมกัน

3. สรุปและบันทึกแนวทางที่ตั้งร่วมกันลงในสมุดเป้าหมายความดันโลหิตสูง สำหรับครอบครัว

สัปดาห์ที่ 11-12 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎี การพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของชุมชน ในชุดที่ 3 “ชุมชนร่วมใจ พิชิตเป้าหมาย คลายความดันสูง” ครั้งที่ 1 ร่วมกับการใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายต่อพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง กิจกรรมประกอบด้วย

1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ป่วยชุมชนของตำบลแดนชุมพลและพยาบาล (ผู้วิจัย)  
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และการปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรม  
3. อภิปรายปัญหาสถานการณ์โรคไม่ติดต่อที่เป็นปัญหาของชุมชนคือ โรคความดันโลหิตสูง และพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ให้แก่ ผู้นำชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ของหมู่บ้าน

4. อภิปรายการดำเนินกิจกรรมการพยาบาลระบบปฏิสัมพันธ์อย่างมีเป้าหมายต่อพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในชุดที่ 1 ต่อผู้ป่วย ชุดที่ 2 ต่อครอบครัว พร้อมทั้งนำเสนอปัญหาและอุปสรรคที่พบและผู้มีส่วนในการแก้ปัญหาและอุปสรรค

5. สื่อสารและกระตุ้นการรับรู้ปัญหาของชุมชน โดยผู้นำชุมชน อสม. เขตรับผิดชอบประจำเขตของหมู่บ้าน เป็นผู้ดำเนินการในรูปแบบปากต่อปาก และเยี่ยมบ้านเพื่อสื่อสารของพยาบาลกับอสม.เขตรับผิดชอบ

สัปดาห์ที่ 13-15 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์ อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎี การพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมควบคุมความดันโลหิตของชุมชน ในชุดที่ 3 “ชุมชนร่วมใจ พิชิตเป้าหมาย คลายความดันสูง” ครั้งที่ 2 กิจกรรมประกอบด้วย

1. พยาบาล(ผู้วิจัย)ประเมินผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชนในระบบสังคม (Social System) ในเรื่องของการจัดการปัญหาผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงในชุมชน พร้อมทั้งประเมินผู้มีอำนาจตัดสินใจในการแสดงพฤติกรรมและพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตสูงในชุมชน สรุปปัญหาเพื่อนำเสนอในการทำประชาคม

2. ทำประชาคมของชุมชน ครั้งที่ 1 เพื่อตั้งเป้าหมายและหาแนวทางร่วมกันในการปรับพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตสูงของชุมชน พร้อมทั้งบันทึกเป้าหมายและแนวทางในสมุดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงของชุมชนแผนชุมชน

3. ดำเนินกิจกรรมร่วมกันของชุมชนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตสูงของชุมชน โดยมีพยาบาล (ผู้วิจัย) เป็นผู้ประสานงาน ที่ปรึกษา ให้คำแนะนำ

4. พยาบาล (ผู้วิจัย) ประเมินผล ติดตามการดำเนินกิจกรรม โดยการเยี่ยมบ้านผู้ป่วย เยี่ยมบ้านอาสาสมัคร เยี่ยมบ้านผู้นำชุมชน เยี่ยมบ้านที่ไม่มีผู้ป่วยในชุมชน โดยเยี่ยมบ้านที่อยู่ในละแวกเดียวกันกับผู้ป่วยและญาติ

สัปดาห์ที่ 16-22 การใช้โปรแกรมระบบปฏิสัมพันธ์ อย่างมีเป้าหมายของทฤษฎีการพยาบาลของคิงต่อพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตของชุมชน ในชุดที่ 3 “ชุมชนร่วมใจพิชิตเป้าหมาย คลายความดันสูง” ครั้งที่ 3, 4, 5 แต่ละสัปดาห์ ตามลำดับ กิจกรรมประกอบด้วย

1. ดำเนินกิจกรรมร่วมกันของชุมชนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมความดันโลหิตสูงของชุมชน

2. จัดประชุมประชาคม ครั้งที่ 2 ในช่วงต้นสัปดาห์ที่ 22 เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลการดำเนินกิจกรรมการพยาบาลของแต่ละฝ่าย เพื่อกำกับและกระตุ้นการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน สรุปและบันทึกในสมุดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงของชุมชนแผนชุมชน และดำเนินกิจกรรมต่อเนื่องถึงปลายสัปดาห์ที่ 22

สัปดาห์ที่ 23 หลังสิ้นสุดกิจกรรมการพยาบาลครบทั้ง 3 ชุด เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองด้วยการสัมภาษณ์ผู้ป่วย ตรวจร่างกายและการเยี่ยมบ้าน ข้อมูลประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับโรค การรับรู้ การเรียนรู้ ปฏิสัมพันธ์ การสื่อสาร บทบาท ข้อมูลพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูง และนำข้อสังเกตจากประชุมกลุ่มทุกครั้งมาทำการจดบันทึกเพื่อประกอบการวิเคราะห์ผล

5. นำข้อมูลที่ได้นำวิเคราะห์ทางสถิติ

### 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป (Statistical Package of the Social Science/for Windows [SPSS/FW]) สถิติที่นำมาวิเคราะห์มีดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ พิสัย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการควบคุมโรคความดันโลหิตสูงระหว่างก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติการทดสอบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่สัมพันธ์กัน (Dependent T-test)
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้ การรับรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิต พฤติกรรมการควบคุมโรค บทบาทของครอบครัวและสังคมในการมีปฏิสัมพันธ์ในการควบคุมความดันโลหิตสูงก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient)

### 3.6 จริยธรรมการวิจัย

1. ปฏิบัติตามการป้องกันความเสี่ยงอย่างเคร่งครัด ได้แก่ การแนะนำอย่างสุภาพ การยืดหยุ่นมุ่งเพื่อประโยชน์แก่สังคมโดยรวม ปกป้องสวัสดิภาพของผู้ยินยอมตน
2. ชี้แจงให้ผู้ยินยอมตนในการทำวิจัยทราบถึงวิธีการ และตอบข้อข้องใจต่าง ๆ ถึงประโยชน์ และสิ่งที่อาจเกิดขึ้นขณะทำวิจัย
3. ต้องได้รับคำยินยอมจากผู้เข้าร่วมวิจัยทุกราย
4. ผู้เข้าร่วมวิจัยมีสิทธิบอกเลิกการเข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดโดยไม่มีผลกระทบในเชิงลบแต่อย่างใด
5. ข้อมูล ชื่อ นามสกุล รวมถึงสถานที่การปฏิบัติงาน และข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลจะไม่ถูกนำเสนอหรือเผยแพร่ การนำเสนอผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวมเท่านั้น
6. งานวิจัยฉบับนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ เลขที่ มจก.0110/1/ว.090 วันที่ 13 กันยายน 2553