

## บทความวิจัย

# ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมแรงจิตใจผ่านการสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์ ในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูงในกลุ่มเสี่ยง

อัมภรณ์รัตน์ มากแก้ว\*

สุทธิพร มุลศาสตร์\*\* มนตรี บุญเรืองเศษ\*\*\*

### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา (1) ผลของโปรแกรมเสริมแรงจิตใจผ่านการสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์ต่อแรงจูงใจในการส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูง (2) ผลของโปรแกรมเสริมแรงจิตใจผ่านการสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์ต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง และ (3) ผลของโปรแกรมเสริมแรงจิตใจผ่านการสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์ต่อความดันเลือดแดงเฉลี่ยของกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง

กลุ่มตัวอย่างเป็นข้าราชการทหารที่เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 30 คน ซึ่งถูกสุ่มอย่างมีระบบ และจับคู่ด้วยระดับความดันโลหิต อายุ และมีกรรมพันธุ์เป็นโรคความดันโลหิตสูง กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมเสริมแรงจิตใจผ่านการสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์ โดยประยุกต์ใช้แบบจำลองแรงจูงใจของเซลล์เลอร์มีกิจกรรม (1) กระตุ้นความสนใจ โดยใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์เสนอข้อมูลและความรู้ โดยตั้งคำถาม (2) การปรับความสัมพันธ์ โดยสอบถามเป้าหมายความคาดหวังและปรับกิจกรรมให้เข้ากับเป้าหมาย (3) เสริมความเชื่อมั่นโดยใช้ชีวิตที่คนและแผนภาพ และชมเชยให้กำลังใจ (4) สอบถามความพึงพอใจและมอบรางวัล (5) กระตุ้นการตัดสินใจด้วยตัวเอง โดยให้วิเคราะห์แก้ปัญหาในสถานการณ์จำลอง ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์ เครื่องมือรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถาม มีดัชนีความตรงเท่ากับ .73 และ .95 และมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาคเท่ากับ .80 และ .93 ตามลำดับ เครื่องวัดความดันโลหิต สายวัดรอบเอว และเครื่องชั่งน้ำหนักแบบดิจิทัล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติทดสอบที

ผลการวิจัย พบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรม 1) กลุ่มทดลองกลุ่มเสี่ยงมีแรงจูงใจและพฤติกรรมป้องกันโรคความดันโลหิตสูงดีกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) กลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงที่เป็นกลุ่มทดลองมีความดันเลือดแดงเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและมีค่าน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ข้อเสนอแนะควรนัดพบกลุ่มระหว่างการทดลอง

**คำสำคัญ:** โรคความดันโลหิตสูง/ โปรแกรม/ พฤติกรรมป้องกันโรค/ แรงจูงใจ/ การสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์

\*นักศึกษาลัทธิสุทธปริญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

\*\*ผู้รับผิดชอบหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

\*\*\*อาจารย์ คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สาขาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

## Effectiveness of a Motivational Enhancing Program via Electronic Communication for Hypertension Prevention in High-Risk Persons

Ampornrat Makkaew\*

Sutteeporn Moolsart\*\* Momtree Boonreungset\*\*\*

### ABSTRACT

This quasi-experimental research aimed to study (1) the effect of motivational enhancing program through electronic communication on motivation to promote health protection behaviors of hypertension in high-risk persons, (2) the effect of motivational enhancing program through electronic communication on health protection behaviors of hypertension, and (3) the effect of motivational enhancing through electronic communication on mean arterial pressure of hypertension in high-risk persons.

Sample was 60 soldier governance officers who were in a high-risk group of hypertension. They were selected by the systematic sampling technique and divided into 30 each of experimental and comparison groups. Both two group were matched with blood pressure, age, and heredity of hypertension. Implementation instrument was a motivational enhancing program through electronic communication based on the ARCVS model of motivational design developed by Kellor. The program was ran for 8 weeks. A questionnaire. Content validities were .73 and .95, and Cronbach's alpha coefficient of both sections were .80 and .93, respectively. The other instruments were blood pressure monitor, a waist tape, and a digital weighting instrument. The data were analyzed by descriptive statistics and t-test.

The results revealed as follows. After enrolling in the program 1) the level of motivation and the level of health protection behaviors of hypertension in the experimental group were higher than before. Moreover, those two levels of the experimental group were significantly higher than the comparative group at .05 ( $p < .05$ ). 2) The mean arterial pressure of the experimental group was significantly decreased than before attending the program, and the mean score was lower than the comparative group at .05 ( $p < .05$ ).

**Keywords:** Hypertension/ Program/ Protection behavior/ Motivation/ Electronic communication

---

\*Master student, Master of Nursing Science (Community Health Nurse Practitioner), Sukhothai Thammathirat Open University)

\*\*Corresponding Author, Assistant Professional, School of Nursing, Sukhothai Thammathirat Open University

\*\*\*Lecturer, Faculty of Industrial Education, Major of Computer Engineering, Rajamangala University of Technology, Phra Nakhon