ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของการใช้แผนปฏิบัติการจากเทคนิคเอไอซีต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการออกกำลังกาย

ผู้เขียน นางสาวนาตญา พแดนนอก

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. ชมนาด	พจนามาตร์	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตรจารย์ ประพิมพ์	พุทธิรักษ์กุล	กรรมการ

บทคัดย่อ

การมีส่วนร่วมเป็นปัจจัยทางสังคมที่จะช่วยผลักดันให้ชุมชนมีพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพที่ยั่งยืน การออกกำลังกายเป็นพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่สำคัญและได้รับการยอมรับว่ามีประโยชน์ต่อบุคคล การวิจัยแบบกึ่งทดลองชนิดหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของแผนปฏิบัติการจากเทคนิคการประชุมเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมและสร้างสรรค์ (เอไอซี) ต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างคือตัวแทนประชาชนบ้านโป่งพัฒนา ตำบลทุ่งก่อ อำเภอเวียงเชียงรุ้ง จังหวัดเชียงราย จำนวน 44 คน ที่คัดเลือกแบบเจาะจง เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายนถึงเดือนธันวาคม 2550 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์การมีส่วนร่วมของประชาชนในการออกกำลังกาย แผนการประชุมกลุ่มโดยเทคนิคเอไอซี และแผนปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย เครื่องมือได้ผ่านตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .92 และได้ทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ด้านการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติและการมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์ โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .98 ส่วนความเชื่อมั่นของการมีส่วนร่วมในการประเมินผล ใช้เทคนิคการทดสอบซ้ำ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและทดสอบความแตกต่างของคะแนนด้วยสถิติทดสอบค่าที

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนการมีส่วนร่วมของประชาชนในการออกกำลังกายภายหลังการใช้แผนปฏิบัติการจากเทคนิคเอไอซีสูงกว่าก่อนการใช้แผนปฏิบัติการจากเทคนิคเอไอซีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < .001 เมื่อจำแนกตามขั้นตอนของการมีส่วนร่วมของชุมชนพบว่าคะแนนการมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์เพิ่มขึ้นสูงที่สุด รองลงมาคือ การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ การมีส่วนร่วมในการประเมินผลและการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจตามลำดับ

ผลของการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายอย่างยั่งยืนต้องมาจากการมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ของประชาชน ซึ่งเกิดจากการที่ชุมชนมีแผนปฏิบัติการจากเทคนิคเอไอซีที่มีกระบวนการกระตุ้นในชุมชนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และวางแผนการดำเนินงานอย่างมีขั้นตอนตามศักยภาพของชุมชน ดังนั้นการส่งเสริมให้ชุมชนมีแผนปฏิบัติการเพื่อแก้ไขปัญหาหรือเพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่เกิดจากความคิด และการมีส่วนร่วมของชุมชนอย่างเต็มที่ เป็นแนวทางการทำงานเพื่อพัฒนาสุขภาพชุมชนที่มีความยั่งยืน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Thesis Title Effect of Implementing an Action Plan Based on AIC Technique on Community Participation in Physical Exercise

Author Miss Nattaya Phadaennok

Degree Master of Nursing (Community Nursing)

Thesis Advisory Committee

Associate Professor Dr. Chomnard Potjanamart Chairperson

Assistant Professor Prapim Buddhirakkul Member

ABSTRACT

Community participation is one societal factor that helps people initiate and continue healthy behaviors. Physical exercise is an important activity that promotes health and is accepted as having benefits for everyone. This quasi-experimental one group pre-post test research aimed to investigate the effect of implementing an action plan based on the Appreciation, Influence, Control (AIC) technique on community participation in physical exercise. The study sample consisted of 44 people selected by purposive sampling from Pong Pathana village, Thung Ko subdistrict, Wiang Chiang Rung district, Chiang Rai province. Data were collected during September to December 2007. The research instruments included: Interview form about community participation in physical exercise; an AIC technique group process; and action plan for health promotion through physical exercise. The instruments were validated by 5 experts and the content validity index was .92. The reliability of the questionnaire with regards to participation in decision making, implementation, and receiving benefit using Cronbach's alpha coefficient was .98; the reliability with regards to participation in evaluation using test-retest was .90. Data were analyzed by using descriptive statistics. The paired t - test was used to compare the difference between the pre – test and post - test scores.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

The results revealed that the score of community participation after implementing an action plan based on the AIC technique was statistical significantly higher than the score before the implementation ($p < .001$). When classified by the steps of community participation, it was found that the score of participation in receiving benefits had the highest increase, followed by the score of participation in implementation, participation in evaluation and participation in decision making respectively.

The findings from this study indicate that the sustainability of the health promotion through physical exercise should come from full participation of the people. Basing a community action plan on the AIC technique is a process that enables people to use their own capacities for creative thinking and for implementing the plan. Therefore, enhancing the ability of the community to organize an action plan, whether for problem solving or for health promotion, based on their own thinking and on full community participation, is one method that can be used for the development of sustainable community health.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved