

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของการส่งเสริมสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎี
องค์กรแห่งการเรียนรู้เพื่อควบคุมระดับไขมันในเลือด
ของชุมชนพัฒนาวัดคูเต่า อำเภอเมืองเชียงใหม่

ผู้เขียน นางสาวคณิสันท์ ภูระหงษ์

ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์อเนก ช้างน้อย ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา ไกรพิบูลย์ กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการส่งเสริมสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎี
องค์กรแห่งการเรียนรู้เพื่อควบคุมระดับไขมันในเลือดของชุมชนพัฒนาวัดคูเต่า อำเภอเมือง
เชียงใหม่ ต่อการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการปฏิบัติในการควบคุม
ระดับไขมันในเลือดสูง ในด้านการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่ถูกต้องหลักโภชนาการ การออกกำลังกาย
 การจัดการกับความเครียด กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีไขมันในเลือดสูงเกิน 250 มก% และอาศัยอยู่
ภายในชุมชนพัฒนาวัดคูเต่า โดยเลือกแบบเจาะจง จำนวน 20 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีองค์กรแห่ง
การเรียนรู้ แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้เรื่องไขมันในเลือดสูง แบบสอบถามเกี่ยวกับความตระหนัก
และแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการปฏิบัติตนในการควบคุมระดับไขมันในเลือดแบบบันทึก
พฤติกรรมกรบริโภค และการออกกำลังกายเมื่ออยู่ที่บ้าน ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ครั้ง คือ ก่อน
การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและภายหลังการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้
ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t และการพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลของการส่งเสริมสุขภาพโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีองค์การแห่งการเรียนรู้เพื่อควบคุมระดับไขมันในเลือดของชุมชนพัฒนาวัดคู้เต่า อำเภอเมืองเชียงใหม่ พบว่า สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ตามที่กำหนด ดังนี้
 - กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้โดยรวมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมีความรู้ปานกลางและหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมีความรู้มาก
 - กลุ่มตัวอย่างเกิดความตระหนักในเรื่องการควบคุมระดับไขมันในเลือดโดยรวมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับความตระหนักปานกลางและหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับความตระหนักมาก
 - กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมในการปฏิบัติในการควบคุมระดับไขมันเลือดในด้านการรับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่ถูกต้องหลักโภชนาการ มีการปฏิบัติการออกกำลังกาย และรู้จักวิธีการจัดการกับความเครียดได้ถูกต้อง

Thesis Title	Effects of Health Promotion Through Applying Learning Organization Theory on Controlling Blood Lipid Level of Wat Ku Tao Developing Community, Mueang Chiang Mai District	
Author	Miss Kassanan Purahoung	
Degree	Master of Education (Health Promotion)	
Thesis Advisory Committee	Assoc. Prof. Anek Changnoi	Chairperson
	Asst. Prof. Dr. Suchada Kraipipul	Member

ABSTRACT

This research aimed to study the result of a health promotion program which applied learning organization theory to control the level of cholesterol of people in the Wat Ku Tao developed community, Mueang Chiang Mai district that affected the change of knowledge, awareness, behavior to control the level of cholesterol by consuming healthy food and beverage, exercise, and stress relief. Samples of this research were a group of people who had more than 250 % mg. level of cholesterol and lived in the Wat Ku Tao developed community. Twenty samples were chosen by purposive selection method.

Research instruments used for this research were activities for a health promotion program which applied learning organization theory, questionnaires about knowledge in cholesterol, questionnaires about awareness, questionnaires about behavior to control the level of cholesterol, and anecdotal records for consuming behavior and exercising at home. Data were collected twice, before and after the

health promotion program activities. They were analyzed by using Mean, Standard deviation, t-Score, and descriptive analysis.

The results of this research were found as following:

1. The result of a health promotion program which applied learning organization theory to control the level of cholesterol of people in the Wat Ku Tao developed community, Mueang Chiang Mai district found that following objectives were met:

- The samples had knowledge in the medium level before joining the program and they had knowledge in high level after that.

- The samples were aware of controlling the level of cholesterol in the medium level before joining the program and they were aware in the high level after that.

- The samples had good behavior to control the level of cholesterol by consuming nutrient healthy food and beverage, exercising, and properly relieving stress.