

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อการควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อน ในผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูงอำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

#### รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบกลุ่มเดียว วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) (ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2541 หน้า 36) โดยศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อนในผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง ใช้เวลา 8 สัปดาห์ รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ชุดเดียวกัน ทั้งก่อนและหลังการทดลอง รูปแบบการวิจัยมีดังนี้

#### กิจกรรม

O1	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	O2
					F	GF	F	GF	
	1	2	3	4	5	6	7	8	

#### สัปดาห์

สัญลักษณ์ที่ใช้ในรูปแบบการวิจัย ประกอบด้วย

- O1 หมายถึง การเก็บข้อมูลก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และการควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อนในผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง
- O2 หมายถึง การเก็บข้อมูลหลังเข้าร่วมโปรแกรม ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และการควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อนในผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง โดยใช้ชุดเดียวกับก่อนการทดลอง ยกเว้นข้อมูลทั่วไป

X1-X8 หมายถึง กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่จัดให้ผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง และกลุ่มผู้สนับสนุนทางสังคม ได้แก่ ญาติ คนในครอบครัว ผู้ดูแล หรือกลุ่มผู้ห่วงใยในชุมชน

F หมายถึง การเยี่ยมบ้าน กระตุ้นเตือน และสังเกตการเปลี่ยนแปลง โดยผู้วิจัย เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ อาสาสมัครสาธารณสุข และคนในครอบครัว ใช้เวลา 4 สัปดาห์

G หมายถึง การสนทนากลุ่ม (ผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง หรือ/และผู้สนับสนุนทางสังคม) เพื่อพูดคุย สอบถามปัญหาและอุปสรรค และตลอดจนหาแนวทางแก้ไขร่วมกัน

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง อายุ 60-70 ปี ได้รับการวินิจฉัยโดยแพทย์ และอยู่ในทะเบียนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ต้องติดตามรักษาต่อเนื่องของสถานบริการสาธารณสุข อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก ระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2542 ถึง พฤศจิกายน 2543 จำนวน 224 คน

การวิจัยครั้งนี้ การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง มีวิธีการดังนี้

1. เลือกพื้นที่วิจัย โดยใช้วิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยวิธีการจับฉลาก จากสถานบริการสาธารณสุขในเขตอำเภอบางกระทุ่ม จำนวน 1 แห่ง จาก 12 แห่ง ได้พื้นที่วิจัยในเขตบริการของสถานีอนามัยตำบลเนินกุ่ม อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก
2. เลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่มีคุณลักษณะดังนี้
  - 2.1 เพศชายหรือหญิง ที่มีอายุ 60-70 ปี
  - 2.2 ไม่มีปัญหาในการได้ยิน การพูด การมองเห็น และเข้าใจภาษาไทยได้ดี
  - 2.3 ไม่มีภาวะแทรกซ้อนต่างๆ เช่น โรคทางไต หัวใจ และทางตา
  - 2.4 อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตรับผิดชอบบริการของสถานีอนามัยตำบลเนินกุ่ม อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก เพื่อสะดวกแก่การติดตามเยี่ยมบ้าน
  - 2.5 สม่ครใจ และยินดีเข้าร่วมกิจกรรมจนสิ้นสุดโปรแกรม
3. จากคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดดังกล่าว ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย 4 คน และเพศหญิง 16 คน รวม 20 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

### 1.1 แบบสัมภาษณ์ แบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ได้แก่ ข้อมูลเกี่ยวกับเพศ อายุ การศึกษา น้าหนัก ระดับความดันโลหิต สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ ระยะเวลาการเจ็บป่วย

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความรู้เรื่องโรคความดันโลหิตสูง และการควบคุมป้องกันภาวะแทรกซ้อน เป็นแบบเลือกตอบ 3 ตัวเลือก คือ ให้เลือกตอบว่า "ถูก" "ผิด" หรือ "ไม่ทราบ" โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนคือ ข้อความที่ความหมายเชิงบวก ตอบว่า "ถูก" ให้คะแนน 1 คะแนน และเมื่อตอบว่า "ผิด" หรือ "ไม่ทราบ" ให้ 0 คะแนน ส่วนข้อความที่มีความหมายเชิงลบ ตอบว่า "ผิด" ให้คะแนน 1 คะแนน และเมื่อตอบว่า "ถูก" หรือ "ไม่ทราบ" ให้ 0 คะแนน

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม ข้อคำถามมีทั้ง ด้านบวกและด้านลบ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า เลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ ให้เลือกตอบว่า "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนคือ ข้อความที่ความหมายเชิงบวกตอบว่า "ใช่" ให้คะแนน 1 คะแนน และเมื่อตอบว่า "ไม่ใช่" ให้ 0 คะแนน ส่วนข้อความที่มีความหมายเชิงลบ ตอบว่า "ใช่" ให้คะแนน 0 คะแนน และเมื่อตอบว่า "ไม่ใช่" ให้ 1 คะแนน

ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับเรื่องการควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ การบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การจัดการกับความเครียด การรับประทานยาและการมาตรวจตามนัด และการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้โรครุนแรงขึ้น เป็นแบบเลือกตอบมาตราส่วนประมาณค่า (Likert Scale) แบ่งออกเป็น 3 ระดับตัวเลือก คือ ปฏิบัติสม่ำเสมอหรือทุกวัน ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หรือนานๆ ครั้ง และไม่ปฏิบัติเลย โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายเชิงบวก ถ้าเลือกตอบว่า

ปฏิบัติสม่ำเสมอ หรือทุกวัน	ให้คะแนน 2 คะแนน
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หรือนานๆ ครั้ง	ให้คะแนน 1 คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย	ให้คะแนน 0 คะแนน

ข้อความที่มีความหมายเชิงลบ ถ้าเลือกตอบว่า

ปฏิบัติสม่ำเสมอ หรือทุกวัน	ให้คะแนน 0 คะแนน
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หรือนานๆ ครั้ง	ให้คะแนน 1 คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย	ให้คะแนน 2 คะแนน

1.2 การสัมภาษณ์พูดคุยแบบไม่เป็นทางการกับผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง และผู้ดูแลเกี่ยวข้อง ประกอบการสังเกตพฤติกรรม การเยี่ยมบ้าน แบบบันทึกพฤติกรรมเกี่ยวกับ

การบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ขณะอยู่ที่บ้านใน 1 สัปดาห์ การวัดความดันโลหิต และชั่งน้ำหนัก เพื่อประกอบการอภิปรายผล

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ที่ผู้วิจัยประยุกต์จากแนวคิดการศึกษาเพื่อสร้างพลัง การจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุ การสนับสนุนทางสังคม ใช้เวลา 8 สัปดาห์ โดยมุ่งส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง ด้านการสนับสนุนทางสังคม และด้านการควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อน ได้แก่เรื่อง การบริโภคอาหารและเครื่องดื่ม การรับประทานยาและมาตรวจตามนัด การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด การหลีกเลี่ยงจากปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้โรครุนแรงขึ้น ซึ่งโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพประกอบด้วย การให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ กลุ่มผู้ดูแล/ห่วงใยผู้สูงอายุ การเยี่ยมเยียนผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อนในชุมชน การสนทนากลุ่ม การฝึกทักษะและปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การบริโภคอาหาร และการผ่อนคลายความเครียด ร่วมกับการกระตุ้นเตือนให้กำลังใจด้วยจดหมายจากผู้วิจัย (ดังในภาคผนวก)

### ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยแบ่งการสร้างเครื่องมือออกเป็น 2 ส่วนคือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือดังนี้
  - 1.1 ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 1.2 กำหนดขอบเขตโครงสร้างเนื้อหา ให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย
  - 1.3 สร้างข้อคำถาม ให้ครอบคลุมสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการวิจัยและให้ถูกต้องตามหลักการสร้างแบบสัมภาษณ์
    - 1.4 นำแบบสัมภาษณ์ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญทรงคุณวุฒิ เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ความครอบคลุมในเนื้อหา และตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ ตลอดจนความเหมาะสม ชัดเจนของภาษาในแบบสัมภาษณ์
    - 1.5 เมื่อผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ นำแบบสัมภาษณ์มาปรับปรุงแก้ไข และนำไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูงที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกัน จำนวน 20 คน เพื่อตรวจสอบความชัดเจนทางภาษา และหาความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์
    - 1.6 ปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้จริงต่อไป
2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ดังนี้
  - 2.1 ศึกษาทฤษฎี หลักการ แนวคิด เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 2.2 กำหนดวัตถุประสงค์ ขอบเขตเนื้อหา กิจกรรม การประเมินผล

2.3 สร้างโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ตามแนวคิด ทฤษฎี และหลักการ

2.4 นำโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเพื่อความชัดเจน ถูกต้องของภาษา ความครอบคลุมเนื้อหา ความเหมาะสมของการจัดกิจกรรม สื่อ และเวลา ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย

2.5 ปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้จริงต่อไป

### การหาคุณภาพเครื่องมือ

การหาคุณภาพเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

#### 1. แบบสัมภาษณ์ หาคุณภาพของเครื่องมือดังนี้

1.1 การหาความตรง (Validity) ประกอบด้วย ความตรงตามเนื้อหาและโครงสร้างของแบบสัมภาษณ์ ด้วยการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน เพื่อครอบคลุมเนื้อหาตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และความชัดเจนทางภาษา หลังจากผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำมาปรับปรุงให้มีความเหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.2 การหาความเที่ยงหรือความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการนำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ และได้รับการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูงที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 ราย เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของภาษา ความชัดเจนของเนื้อหา และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ด้านความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และด้านการสนับสนุนทางสังคม หาความเชื่อมั่นโดยวิธีของคูเลอร์-ริชาร์ดสัน (K-R 20) ได้เท่ากับ .91 และ .85 ตามลำดับ สำหรับด้านการควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อน หาความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ ครอนบาช (Cronbach's alpha Coefficient อ้างใน พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2536, หน้า 130) ได้เท่ากับ .70 และหลังจากวิเคราะห์คุณภาพของแบบสัมภาษณ์แล้ว ได้นำมาปรับปรุงข้อคำถามบางข้อให้เหมาะสมทางด้านภาษา ก่อนนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลจริงต่อไป

#### 2. โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทดสอบคุณภาพเครื่องมือ โดย

ผู้วิจัยนำโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแก้ไข เพื่อตรวจสอบความครอบคลุมตรงในเนื้อหา การใช้ภาษา ความชัดเจนของภาษา และความเหมาะสมของการจัดกิจกรรม สื่อการสอน เวลาของการสอน เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้จริงต่อไป

## การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ มีขั้นตอนดังนี้

### ขั้นก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยทำหนังสือจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึงนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด พิษณุโลก สาธารณสุขอำเภอบางกระทุ่ม เพื่อชี้แจงรายละเอียดและขอความร่วมมือในการวิจัย
2. ติดต่อประสานงาน กับผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางกระทุ่ม สาธารณสุขอำเภอ บางกระทุ่ม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินงาน และขอความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้
3. ประสานงานกับเจ้าหน้าที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ และรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประชากร
4. ดำเนินการสุ่มหาพื้นที่วิจัย และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณลักษณะที่กำหนด
5. เตรียมกลุ่มตัวอย่าง เตรียมผู้ช่วยวิจัย ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัคร สาธารณสุข หรือแกนนำชุมชน ในตำบลพื้นที่ศึกษา เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการวิจัย
6. จัดเตรียมอุปกรณ์ สถานที่ ที่จะใช้ในการดำเนินกิจกรรม ได้แก่ ปากกา กระดาษ แก้วน้ำ ไม้ขีด เอกสารต่างๆ เป็นต้น

### ขั้นดำเนินการทดลอง

1. เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ด้วยแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง การสนับสนุนทางสังคม และการควบคุม และป้องกันภาวะแทรกซ้อนในผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง
2. ดำเนินการทดลองตามโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง เพื่อควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อน โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 3 ชั่วโมง (ในการวิจัยครั้งนี้ได้ดำเนินกิจกรรมทุกวันพุธ ตั้งแต่เวลา 09.00-12.00 น.) ซึ่งในกิจกรรมแต่ละครั้งแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นก่อนเข้าสู่กิจกรรม ขั้นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และขั้นสรุป รวมใช้ระยะเวลาของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ ดังตาราง 1

ตาราง 1 โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อนในผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก

สัปดาห์	กิจกรรม	วิธีการ	ผู้รับผิดชอบ
ขั้นก่อน การทดลอง	เตรียมความพร้อม เก็บข้อมูลก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	แบบสัมภาษณ์ ตรวจสุขภาพ	วิทยากร ผู้ช่วยวิจัย
ขั้นทดลอง 1	ให้ความรู้และการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับ โรคความดันโลหิตสูง และวิธีการสนับสนุน ทางสังคม ให้กับกลุ่มผู้ดูแลเกี่ยว ข้องผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง	บรรยาย วีดิทัศน์ สนทนากลุ่ม	วิทยากร ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
1	ให้ความรู้และการปฏิบัติตัวเพื่อควบคุม และป้องกันภาวะแทรกซ้อนแก่ผู้สูง อายุที่มีความดันโลหิตสูง	บรรยาย วีดิทัศน์ สนทนากลุ่ม	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
2	ให้ความรู้ ฝึกทักษะ และปฏิบัติเกี่ยวกับการ เลือกรับประทานอาหารให้เหมาะสม กับโรคความดันโลหิตสูง	บรรยาย สาธิต สนทนากลุ่ม ฝึกปฏิบัติ จดหมายเหตุ	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
3	ให้ความรู้ ฝึกทักษะและปฏิบัติการออก กำลังกายเพื่อสุขภาพ เช่น การบริหาร ร่างกาย การเดิน	บรรยาย สนทนากลุ่ม สาธิต ฝึกปฏิบัติ	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
4	ให้ความรู้ ฝึกทักษะ และปฏิบัติตนใน การจัดการกับความเครียด เช่น การนวด ฝึกสมาธิ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ	บรรยาย สนทนากลุ่ม ฝึกปฏิบัติ จดหมายเหตุ	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
5	ทบทวนความรู้/การปฏิบัติตัวเพื่อการ ควบคุมและป้องกันภาวะแทรกซ้อน เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง	เกม สนทนากลุ่ม ซักถาม เยี่ยมบ้าน	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย

ลำดับ	กิจกรรม	วิธีการ	ผู้รับผิดชอบ
6	สนทนากลุ่มระหว่างผู้สูงอายุ ผู้ดูแลและผู้ห่วยในชุมชน	สนทนากลุ่ม	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
7	เยี่ยมเยียนผู้ป่วยจากภาวะแทรกซ้อนในชุมชนเพื่อให้กำลังใจและสร้างความตระหนักในการปฏิบัติตัวให้แก่ผู้สูงอายุ เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง	เยี่ยมผู้ป่วย พูดคุย สนทนากลุ่ม เยี่ยมบ้าน	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
8	สนทนากลุ่มภายในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง	สนทนากลุ่ม	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย
ขั้นสิ้นสุดการทดลอง	เก็บข้อมูลหลังเข้าร่วมโปรแกรม	แบบสัมภาษณ์ ตรวจสอบสุขภาพ	ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย

หมายเหตุ แผนของกิจกรรมแต่ละครั้งแนบไว้ในภาคผนวก ค

### ขั้นสิ้นสุดการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพอีกครั้ง โดยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูงด้วยแบบสัมภาษณ์ชุดเดียวกับก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ยกเว้นข้อมูลทั่วไป ข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์ และสรุปผลการวิจัยต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for windows และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ เวลาการเจ็บป่วย การชั่งน้ำหนัก และวัดความดันโลหิต วิเคราะห์ข้อมูลด้วยความถี่ และร้อยละ
2. ความรู้เกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง การสนับสนุนทางสังคม และการควบคุมป้องกันภาวะแทรกซ้อนของผู้สูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ วิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที (paired t-test)
3. ข้อมูลจากการสอบถาม พูดคุย สังเกตพฤติกรรม การเยี่ยมบ้าน วิเคราะห์โดยความเรียง เพื่อสนับสนุน และตรวจสอบข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ ประกอบการอภิปรายผล