

## สารบัญ

	หน้า
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(6)
คำนำ	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
ตัวแปรที่ทำการศึกษา	5
นิยามศัพท์	7
การตรวจเอกสาร	10
ความหมาย และแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ	10
แนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ	19
แนวคิดทฤษฎีที่ประยุกต์ในการวิจัย	23
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของตนเองกำลังพล กรมยุทธโยธาทหารบก	32
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	52
กรอบแนวคิดในการวิจัย	57
สมมติฐานในการวิจัย	58
อุปกรณ์และวิธีการ	59
รูปแบบการวิจัย	59
ประชากรและ กลุ่มตัวอย่าง	59
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	60
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	65
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	66
การวิเคราะห์ข้อมูล	67

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ผลการวิจัยและวิจารณ์	68
ผลการวิจัย	68
วิจารณ์	96
สรุปและข้อเสนอแนะ	105
สรุป	105
ข้อเสนอแนะ	108
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	111
ภาคผนวก	119
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย	120
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม	122
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	137

## สารบัญญัตราง

ตารางที่		หน้า
1	ลักษณะทางชีวสังคมของกลุ่มกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	69
2	ระดับความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มกำลังพลกรมยุทธโยธา ทหารบกกรุงเทพมหานคร	73
3	ระดับเจตคติต่อการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มกำลังพลกรมยุทธโยธา ทหารบก กรุงเทพมหานคร	73
4	ระดับปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	74
5	ระดับนโยบายและโครงการสนับสนุนพฤติกรรมดูแลสุขภาพ กรุงเทพมหานคร	74
6	ระดับการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ ของกำลังพล กรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	75
7	ระดับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทุกด้านของกลุ่มกำลังพล กรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	76
8	ระดับการได้รับแรงสนับสนุนเรื่องการบริโภคอาหารจากบุคคล ต่าง ๆ ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	76
9	ระดับการได้รับแรงสนับสนุนเรื่องการออกกำลังกายจากบุคคล ต่าง ๆ ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	77
10	ระดับการได้รับแรงสนับสนุนเรื่องการหลีกเลี่ยงยาเสพติดจากบุคคล ต่าง ๆ ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	77
11	ระดับการได้รับแรงสนับสนุนเรื่องการจัดการความเครียดจากบุคคล ต่าง ๆ ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	78
12	ระดับการได้รับแรงสนับสนุนเรื่องการตรวจสุขภาพจากบุคคลต่าง ๆ ของกลุ่มกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	78
13	ระดับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มกำลังพลกรมยุทธโยธา ทหารบก กรุงเทพมหานคร	79

### สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
14	ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกำลัง พลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	80
15	ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกำลัง พลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	81
16	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	82
17	ความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	83
18	ความสัมพันธ์ระหว่างชั้นยศกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของ กำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	84
19	ความสัมพันธ์ระหว่างอายุราชการกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	85
20	ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของ กำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	86
21	ความสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	88
22	ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพ เจตคติต่อการดูแล สุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกำลังพลกรมยุทธโยธา ทหารบก กรุงเทพมหานคร	90
23	ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมภายในกรมยุทธโยธาทหารบก นโยบายและโครงการสนับสนุนพฤติกรรมการดูแลสุขภาพกับ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	91

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
24	ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพจากสื่อต่างๆ การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่าง ๆ กับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	92
25	การวิเคราะห์ถดถอยแบบเป็นขั้นตอน (Stepwise) ในการเลือกตัวแปร ที่มีประสิทธิภาพในการทำนายพฤติกรรมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร	93

**สารบัญญภาพ**

ภาพที่		หน้า
1	ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ	23
2	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	28
3	กรอบแนวคิดในการวิจัยแสดงความสัมพันธ์ของตัวแปร	57