

สุกัญญา อุซชิน 2551: ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
ของบุคลากรกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข จังหวัดนนทบุรี ปริญญาวิทยาศาสตร  
มหาบัณฑิต (สุขศึกษา) สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษา  
วิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย, วท.ม. 122 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ บุคลากรกรมอนามัย จำนวน 275 คน โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทำการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยสถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าไคสแควร์ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และทำการวิเคราะห์ตัวแปรทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยสถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า 1. บุคลากรกรมอนามัย มีพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง 2. ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส รายได้เฉลี่ยต่อเดือน สถานภาพของตำแหน่งงาน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ 3. ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย 4. ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของกรมอนามัย การมี/การเข้าถึง สถานที่ และอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย และเวลาที่เหมาะสมในการออกกำลังกาย ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย 5. ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการออกกำลังกายจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับการสนับสนุนจากบุคคล มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย 6. ตัวแปรที่มีอำนาจในการทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายมีตัวแปรเดียว คือปัจจัยเสริม (ร้อยละ 2.10) โดยตัวแปรด้านชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ไม่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรกรมอนามัยได้

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

11 / 51 / 51

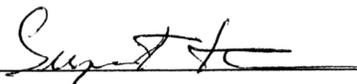
Suganya Ujjin 2008: Factors Affecting Exercise Behaviors for Health among Department of Health Officers, Ministry of Public Health, Nonthaburi Province. Master of Science (Health Education), Major Field: Health Education, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Associate Professor Supat Teravecharoenchai, M.Sc. 122 pages.

The objectives of this descriptive research were to study factors affecting exercise behaviors for health among Department of Health Officers, Ministry of Public Health. Two hundred seventy five officers of the Department of Health were designated as the sample group. The designed research questionnaires constructed by the researcher were employed for data collection. Data analysis was carried out in terms of percentage, mean, standard deviation, correlation, Chi-square test, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient, and stepwise multiple regression.

The results were found as follows: The exercise behaviors of the Department of Health Officers were named as, sex, age, level of education, marital status, monthly income, position classification and exercise-related attitude, showed no significant relation with exercise behaviors. Enabling factor namely, encouraging exercise behaviors policy of the Department of Health, provision and accessibility to exercise club and equipments, and appropriate exercise times allocation, showed no relation. While reinforcing factors of exercise information receiving through media and personal supportive were significantly related to exercise behaviors. Thus, the only influenced factor was reinforcing factor. (2.10 percent) The bio-social variables, predisposing factor, and enabling factors had no co-predictive factors on exercise behaviors of the Department of Health Officers.



Student's signature



Thesis Advisor's signature

11 / 03 / 08