

จุมพล สุรกิจ 2550: ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร  
ในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต  
(สุขศึกษา) สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา ปรธานกรรมการที่ปรึกษา:  
รองศาสตราจารย์สุวัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย, วท.ม. 146 หน้า

การวิจัยเชิงพรรณนาเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรม  
การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร ในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม  
กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ บุคลากรในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน  
310 คน ด้วยวิธีการเลือกตัวอย่างเป็นชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัย  
สร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ เพื่อวิเคราะห์ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย  
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติวิเคราะห์ไคสแควร์ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และ  
ทำการวิเคราะห์ตัวแปรทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกาย ด้วยสถิติถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางชีวสังคมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย  
เพื่อสุขภาพของบุคลากรในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม อย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ หน่วยงาน/สถานที่ปฏิบัติงาน ตัวแปรนอกจากนี้ไม่มีความสัมพันธ์  
กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปัจจัยนำด้านทัศนคติ และการรับรู้สถานะสุขภาพ  
มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรในสังกัดสำนักงาน  
สาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความรู้เรื่อง  
การออกกำลังกาย ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร  
ในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม ปัจจัยอื่นไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม  
การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม  
ปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรในสังกัด  
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตัวแปรที่มี  
อำนาจจำแนกในการทำนายสูงสุดได้แก่ ทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การรับรู้สถานะสุขภาพ  
และปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการออกกำลังกาย สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อ  
สุขภาพของบุคลากรในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม ได้ร้อยละ 54.50

Jhoompol Surakit 2007: Factors Affecting Exercise Behaviors for Health Among the Provincial Public Health Officers of Samut Songkhram Province. Master of Science (Health Education), Major Field: Health Education, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Associate Professor Supat Teravecharoenchai, M.Sc. 146 pages.

The purpose of this survey research was to study factors affecting exercise behaviors for Health Among the Provincial Public Health Officers of Samut Songkhram Province. The sample were 310 personnel of the Provincial Public Health Officers of Samut Songkhram province obtained by sacrificial random sampling. Data were collected by the questionnaires developed by the researcher and analyzed by computer program for percentage, mean, standard deviation, Chi-square, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient and stepwise multiple regression.

The results showed that the bio-social factors that had significant relationship with exercise behaviors of the Provincial Public Health Officers of Samut Songkhram province was officer place. The other studied variables had no significant relationship. Predisposing factors which had significant relationship at 0.05 level with exercise behaviors of the Provincial Public Health officers of Samut Songkhram province were attitude and perceived health status, while knowledge had no significant relationship with exercise behaviors of the Provincial Public Health officers of Samut Songkhram province. Enabling factors had no significant relationship with exercise behaviors of the Provincial Public Health Officers of Samut Songkhram province. Reinforcing factors had significant relationship at 0.05 level with exercise behaviors of the Provincial Public Health Officers of Samut Songkhram province. The most powerful predictive variable was perceived health status and joint predictive variables were attitude and reinforcing factors, all of which could jointly predict 54.50 % of the exercise behaviors for health of the provincial public health officers Samut Songkhram province.

\_\_\_\_\_  
Student's signature

\_\_\_\_\_  
Thesis Advisor's signature

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_