

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(9)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตในการวิจัย	4
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	5
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเอง	5
แนวคิดเกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model)	16
แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม	20
ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	31
ตัวแปรที่ศึกษา	37
กรอบแนวคิดในการวิจัย	39
สมมติฐานในการวิจัย	40
นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ	40
บทที่ 3 วิธีการศึกษา	45
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	45
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	47
การวัดตัวแปร	48
การทดสอบและการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ	53
การเก็บรวบรวมข้อมูล	55
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	55

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	56
ผลการวิจัย	56
ข้อวิจารณ์	117
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	119
สรุปผลการวิจัย	119
ข้อเสนอแนะ	123
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	125
ภาคผนวก	131
ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	132
ภาคผนวก ข ค่าความเชื่อมั่นรายข้อ	151

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนประชากรและขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	46
2	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามอายุ	57
3	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามสถานภาพสมรส	57
4	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามระดับการศึกษาสูงสุด	58
5	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน	59
6	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามตำแหน่งในการทำงาน	59
7	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามชั่วโมงในการทำงาน	60
8	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามสภาวะสุขภาพ และโรคประจำตัว	61
9	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการออกกำลังกาย ในช่วง 6 เดือน ที่ผ่านมาและความถี่ของการออกกำลังกาย	62
10	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามวิธีออกกำลังกาย	63
11	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามสถานที่ในการ ออกกำลังกาย	63
12	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามวิธีดูแลสุขภาพ ของตนเองที่ปฏิบัติมากที่สุด	64

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
13	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามวิธีการดูแลตนเองมากที่สุดเมื่อเจ็บป่วย	65
14	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการเข้าถึงบริการสุขภาพ	65
15	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามคะแนนการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค	66
16	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเป็นโรคของกองกำลังพลกองขนส่ง	67
17	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามคะแนนการรับรู้ความรุนแรงของการเกิดโรค	69
18	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการรับรู้ความรุนแรงของการเป็นโรคของกองกำลังพลกองขนส่ง	70
19	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามคะแนนการรับรู้ประโยชน์ของการป้องกันและรักษาโรค	72
20	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการรับรู้ประโยชน์ของการป้องกันและรักษาโรค ของกำลังพลกองขนส่ง	73
21	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามคะแนนการรับรู้อุปสรรคของการดูแลสุขภาพตนเอง	74

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
22	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการรับรู้อุปสรรคของการดูแลสุขภาพตนเอง ของกำลังพลกองขนส่ง	75
23	ค่าเฉลี่ยและระดับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพในรายด้านและภาพรวมของกำลังพลกองขนส่ง	76
24	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวด้านอารมณ์	77
25	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวด้านอารมณ์ ของกำลังพลกองขนส่ง	78
26	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวด้านข้อมูลข่าวสาร	80
27	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวด้านข้อมูลข่าวสารของกำลังพลกองขนส่ง	81
28	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน	82
29	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน ของกำลังพลกองขนส่ง	83
30	ค่าเฉลี่ยและระดับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวเป็นรายด้านและภาพรวมของกำลังพลกองขนส่ง	85

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
31	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนด้านอารมณ์	85
32	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนด้านอารมณ์	86
33	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนด้านข้อมูลข่าวสาร	88
34	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนด้านข้อมูลข่าวสาร ของกำลังพลกองขนส่ง	89
35	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน	90
36	ค่าเฉลี่ยและระดับเป็นรายชื่อของการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน ของกำลังพลกองขนส่ง	91
37	ค่าเฉลี่ยและระดับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนเป็นรายด้านและภาพรวมของกำลังพลกองขนส่ง	92
38	สรุปภาพรวมการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและเพื่อนในด้านต่าง ๆ ของกำลังพลกองขนส่ง	93
39	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	94
40	ค่าเฉลี่ยและระดับความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ของกำลังพลกองขนส่ง	94

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
41	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามกิจกรรมทางด้านร่างกาย	96
42	ค่าเฉลี่ยและระดับกิจกรรมทางด้านร่างกายของกำลังพลกองขนส่ง	96
43	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามด้านโภชนาการ	98
44	ค่าเฉลี่ยและระดับด้านโภชนาการ ของกำลังพลกองขนส่ง	98
45	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	100
46	ค่าเฉลี่ยและระดับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของกำลังพลกองขนส่ง	100
47	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการพัฒนาทางจิตวิญญาณ	102
48	ค่าเฉลี่ยและระดับการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ของกำลังพลกองขนส่ง	102
49	จำนวนและร้อยละของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามการจัดการความเครียด	103
50	ค่าเฉลี่ยและระดับการจัดการความเครียดของกำลังพลกองขนส่ง	104
51	สรุปค่าเฉลี่ยและระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพพรายด้านและภาพรวมของกำลังพลกองขนส่ง	106

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
52	วิเคราะห์การเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ของกำลังพลกองขนส่ง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลที่ต่างกัน	108
53	ตารางเมตริกแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยพื้นฐานทางสุขภาพ แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	113
54	ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยพื้นฐานทางสุขภาพ แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมที่สามารถทำนายพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ	115
55	สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1: พฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่ต่างกัน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลที่ต่างกัน	116
56	สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 2: ตัวแปรอิสระ 17 ตัว ที่มีผลต่อการทำนาย พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ของกำลังพลกองขนส่ง	116

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ใช้ทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรค	17
2	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม	39