

FACTORS PREDICTING PHYSICAL ACTIVITY IN OLDER THAI ADULTS LIVING IN URBAN POOR COMMUNITIES**PHACHONGCHIT KRAITHAWORN 4836650 NRNS/D****Ph.D. (NURSING)****THESIS ADVISORY COMMITTEE: YUPAPIN SIRAPO-NGAM, RN., D.S.N., NOPPAWAN PIASEU, RN., Ph.D., KIMBERLEE A. GRETEBECK., RN., Ph.D., DECHAVUDH NITYASUDDHI, Ph.D.****ABSTRACT**

The purpose of this cross sectional descriptive study was to determine the factors predicting physical activity in older Thai adults living in urban poor communities including physical activity self-efficacy, social support, perceived physical health, perceived mental health, a sense of community, and the neighborhood environment and facilities. The model was based on the Pender Health Promotion Model and the Social Ecological Model. Multi-stage random sampling was used to obtain a sample of 258 older adults living in urban poor communities throughout Bangkok Metropolitan. The structured interview was employed with eight questionnaires including: the demographic questionnaire, the Modified Physical Activity for Older Thai Adults Questionnaire, the Physical Activity Self-Efficacy Questionnaire, the Social Support for Physical Activity Questionnaire, the Neighborhood Environment Scale, the Sense of Community Scale, the Short Form-36 Health Survey (SF 36: the physical composite summary), and the Health Related Self Reported (HRSR) Scale: The Diagnostic Screening Test for Depression in Thai Population. The data were analyzed by descriptive statistics and Path analysis.

The results indicated that the final model fit the data well and explained 33% of the variance in physical activity, 51% of the variance in physical activity self-efficacy, and 22% of the variance in a sense of community. Physical activity self-efficacy was the most powerful predictor in explaining physical activity. A sense of community and perceived physical health had a positive direct effect on physical activity and a positive indirect effect on physical activity through physical activity self-efficacy. Perceived mental health had a negative indirect effect on physical activity through physical activity self-efficacy but had a positive direct effect on physical activity. Neither social support nor neighborhood environment and facilities significantly predicted physical activity; however, social support had a positive indirect effect on physical activity through a sense of community, and neighborhood environment and facilities had a positive indirect effect on physical activity through a sense of community and physical activity self-efficacy.

The findings suggest that enhancing physical activity self-efficacy, a sense of community, and perceived physical health can increase physical activity in this population. The knowledge gained from this study provides a greater understanding of the determinants of physical activity for older Thai adults living in urban poor communities, which can be used to develop an effective intervention or guideline for promoting physical activity and can also be used as a source for further study.

KEY WORDS: PHYSICAL ACTIVITY/ OLDER THAI ADULTS/ URBAN POOR COMMUNITIES/ A SENSE OF COMMUNITY / PHYSICAL ACTIVITY SELF-EFFICACY

193 pages

ปัจจัยทำนายกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงของผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด เขตเมือง
 FACTORS PREDICTING PHYSICAL ACTIVITY IN OLDER THAI ADULTS LIVING IN
 URBAN POOR COMMUNITIES

ผวจิต ไกรถาวร 4836650 NRNS/D

ปร.ด. (การพยาบาล)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: ยูพาฟิน ศิริโพธิ์งาม, D.S.N, นพวรรณ เป็ยชื่อ, Ph. D.,
 KIMBERLEE A. GRETEBECK., Ph. D., เดชาวุธ นิตยสุทธิ, Ph. D.

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการศึกษากาตคักขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของ การรับรู้สมรรถนะในคน ด้านการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้สุขภาพกาย การรับรู้สุขภาพจิต ความรู้สึกเป็นส่วน หนึ่งของชุมชน และ การรับรู้สภาพสิ่งแวดล้อมละแวกบ้าน ต่อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงของผู้สูงอายุไทย ที่อาศัยอยู่ใน ชุมชนแออัด เขตเมือง โดยใช้กรอบแนวคิด การส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ และกรอบแนวคิด เชนนิเวศน์วิทยา กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด กรุงเทพมหานคร จำนวน 258 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่ม ตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน กลุ่มตัวอย่างได้รับการสัมภาษณ์ด้วยแบบสอบถาม 8 ชุด คือ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป แบบสอบถาม กิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงและออกกำลังกายของผู้สูงอายุไทย แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในคนด้านการทำกิจกรรมการ เคลื่อนไหวออกแรง แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม แบบสอบถามการรับรู้สภาพสิ่งแวดล้อมละแวกบ้าน แบบสอบถาม ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน แบบสอบถาม เอส เอฟ 36 (หมวดประเมินสุขภาพกาย) และ แบบสอบถามปัญหาสุขภาพ: แบบวัด ด้วยตนเองเพื่อตรวจวัดหาโรคซึมเศร้าในประเทศไทย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติขั้นพื้นฐาน และการวิเคราะห์อิทธิพล

ผลการศึกษา พบว่า แบบจำลองสุดท้ายที่ปรับมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และสามารถทำนายความผัน แปรของการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง การรับรู้สมรรถนะในคน และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนของผู้สูงอายุไทยที่ อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด เขตเมือง ได้ 33%, 51% และ 22% ตามลำดับ การรับรู้สมรรถนะในคนทำนายการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว ออกแรงได้ดีที่สุด ทั้งนี้ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และการรับรู้สุขภาพกายมีอิทธิพลโดยตรงทางบวกต่อการทำกิจกรรมการ เคลื่อนไหวออกแรง และมีอิทธิพลโดยอ้อมทางบวกต่อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงผ่านการรับรู้สมรรถนะในคน การ รับรู้สุขภาพจิต มีอิทธิพลโดยอ้อมทางลบต่อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง ผ่านการรับรู้สมรรถนะในคน แต่มีอิทธิพล โดยตรงทางบวกต่อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง แม้ว่าการสนับสนุนทางสังคม และการรับรู้ สภาพสิ่งแวดล้อมละแวก บ้านไม่มีผล โดยตรงต่อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง แต่การสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลโดยอ้อมทางบวกต่อการทำ กิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงผ่านความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ส่วนการรับรู้ สภาพสิ่งแวดล้อมละแวกบ้านมีอิทธิพลโดย อ้อมทางบวกต่อการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง ผ่านความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และการรับรู้สมรรถนะในคน

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด เขตเมือง ทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว ออกแรงได้นั้น ต้องเน้นการพัฒนาการรับรู้สมรรถนะในคนด้านการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรง ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของ ชุมชน และการรับรู้สุขภาพกาย ซึ่งความรู้ครั้งนี้จะนำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการทำกิจกรรมทางการเคลื่อนไหวออกแรงที่ มีประสิทธิภาพ และเหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด เขตเมือง ต่อไป