

บทที่ 4

ผลการวิจัย และอภิปรายผล

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) เพื่อศึกษาอำนาจทำนายของการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร จังหวัดสระบุรี โดยเสนอผลการวิจัยตามลำดับดังต่อไปนี้

- | | |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ส่วนที่ 1 | ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง |
| ส่วนที่ 2 | คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร |
| ส่วนที่ 3 | อำนาจทำนายของการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร |

ส่วนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร จำนวนทั้งสิ้น 150 ราย โดยมีอายุเฉลี่ย 28.39 ปี (S.D. = 6.27) อายุระหว่าง 26 – 30 ปี ร้อยละ 30 จบ การศึกษาสูงสุดระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 38 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 95.3 สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 52.70 มีรายได้ของครอบครัวระหว่าง 5,001 – 10,000 บาท อายุครรภ์เฉลี่ย 31.12 สัปดาห์ (S.D. = 3.01) โดยส่วนใหญ่อายุครรภ์ระหว่าง 28 – 32 สัปดาห์ ร้อยละ 71.33 และเป็นการตั้งครรภ์ที่สอง สูงสุด ร้อยละ 46.70 มีการวางแผนที่จะมีบุตรคนนี้สูงสุด ร้อยละ 58.00 สตรีตั้งครรภ์ทำงานในโรงงาน แห่งนี้สูงสุดระหว่าง 1-5 ปี ร้อยละ 51.30 ส่วนใหญ่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมวันละ 8 ชั่วโมง ร้อยละ 88.00 เฉลี่ย 8.19 (S.D. = 0.57) สัปดาห์ละ 6 วัน ร้อยละ 85.30 เฉลี่ย 5.85 (S.D. = 0.36) ส่วนใหญ่ไม่ ทำงานล่วงเวลา ร้อยละ 86.70 ลักษณะของงานที่ทำการยืนและนั่งใกล้เคียงกัน คิดเป็นร้อยละ 46.7 และ 43.30 ตามลำดับ ได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ร้อยละ 96 โดยส่วนใหญ่ได้จากแพทย์ ประจำโรงพยาบาลหรือคลินิก ร้อยละ 75.70 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลส่วนบุคคลของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงาน ในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล (n = 150)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวนคน	ร้อยละ
อายุ (ปี)		
ต่ำกว่า 20 ปี	13	8.70
20 – 25 ปี	36	24.00
26 – 30 ปี	45	30.00
31 – 35 ปี	38	25.30
36 – 40 ปี	11	7.30
41 – 45 ปี	6	4.00
46 ปีขึ้นไป	1	0.70
ค่าเฉลี่ย 28.39 (S.D. = 6.27)		

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวนคน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	47	31.30
มัธยมศึกษาตอนต้น	57	38.00
มัธยมศึกษาตอนปลาย หรือ ปวช.	27	18.00
อนุปริญญา หรือ ปวส.	13	8.70
ปริญญาตรี หรือสูงกว่า	6	4.00
สถานภาพสมรส		
คู่	143	95.30
หม้าย/ หย่าร้าง/ แยกกันอยู่	7	4.70
รายได้ของครอบครัว (บาท/ เดือน)		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	34	22.70
5,001 – 10,000 บาท	79	52.70
10,001 – 15,000 บาท	18	12.00
15,001 – 20,000 บาท	7	4.70
20,001 – 25,000 บาท	4	2.70
25,001 บาท ขึ้นไป	8	5.20
ค่าเฉลี่ย 10,335 (S.D. = 6,413.67)		
อายุครรภ์ (สัปดาห์)		
28 – 32 สัปดาห์	107	71.33
33 – 36 สัปดาห์	38	25.33
37 สัปดาห์ ขึ้นไป	5	3.34
ค่าเฉลี่ย 31.12 (S.D. = 3.01)		
จำนวนครั้งของการตั้งครรภ์		
ตั้งครรภ์แรก	60	40.00
ตั้งครรภ์ที่สอง	70	46.70
ตั้งครรภ์ที่สาม	18	12.00
ตั้งครรภ์ที่สี่	2	1.30

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวนคน	ร้อยละ
การวางแผนการมีบุตร		
วางแผนที่จะมีบุตรคนนี้	87	58.00
ไม่ได้วางแผนที่จะมีบุตรคนนี้	63	42.00
ระยะเวลาที่ทำงานในโรงงานแห่งนี้ (ปี)		
น้อยกว่า 1 ปี	20	13.35
1 - 5 ปี	77	51.30
5 - 10 ปี	24	16.00
11 - 15 ปี	20	13.35
16 - 20 ปี	8	5.30
20 ปีขึ้นไป	1	0.70
ระยะเวลาที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม		
ต่อวัน (ชั่วโมง)		
8 ชั่วโมง	132	88.00
มากกว่า 8 ชั่วโมง	18	12.00
ค่าเฉลี่ย 8.19 (S.D. = 0.57)		
ต่อสัปดาห์ (วัน)		
น้อยกว่า 6 วัน	22	14.70
6 วัน	128	85.30
ค่าเฉลี่ย 5.85 (S.D. = 0.36)		
การทำงานล่วงเวลา (ชั่วโมง/ สัปดาห์)		
ไม่ทำ	130	86.70
ทำ	20	13.30
1 - 4 ชั่วโมง	5	(3.30)
5 - 8 ชั่วโมง	13	(8.60)
9 - 12 ชั่วโมง	1	(0.70)
13 - 16 ชั่วโมง	1	(0.70)
ค่าเฉลี่ย 6.15 (S.D. = 2.80)		

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวนคน	ร้อยละ
ลักษณะของงานที่ทำ		
นั่งตลอดเวลา	65	43.30
เดินเป็นส่วนมาก	15	10.00
ยืนเป็นส่วนมาก	70	46.70
การได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ		
ไม่เคย	6	4.00
เคย	144	96.00
พยาบาลประจำโรงงานอุตสาหกรรม	41	(28.47)
บุคลากรทางสาธารณสุขอื่น	37	(25.69)
แพทย์ประจำโรงพยาบาล/ คลินิก	109	(75.69)
โทรทัศน์	45	(31.25)
วิทยุ	9	(6.25)
วารสาร/ แผ่นพับ/ หนังสือพิมพ์	39	(27.08)

**ส่วนที่ 2 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง
การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงาน
ในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร**

ผลการศึกษพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมเท่ากับ 190.39 (S.D. = 15.93) และเมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการมีคะแนนพฤติกรรมสูงสุดเฉลี่ยเท่ากับ 35.45 (S.D. = 3.77) ด้านออกกำลังกายมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพต่ำสุดเฉลี่ยเท่ากับ 27.39 (S.D. = 4.88) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร
โดยรวมและรายด้าน (n=150)

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	Possible scores	Actual scores	Mean	S.D.	Mean scale
โดยรวม	45 – 225	141 - 223	190.39	15.93	4.23
รายด้าน					
โภชนาการ	8 – 40	23 - 40	35.45	3.77	4.43
ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	8 – 40	25 – 40	34.79	3.37	4.35
การออกกำลังกาย	7 – 35	14 – 35	27.39	4.88	3.91
สัมพันธภาพระหว่างบุคคล	8 – 40	24 – 40	34.20	3.91	4.28
การจัดการกับความเครียด	7 – 35	20 – 35	28.62	3.69	4.09
การพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ	7 – 35	19 - 35	29.93	3.58	4.28

ผลการศึกษา พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 66.58 (S.D. = 6.36) คะแนนเฉลี่ยการรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพเท่ากับ 31.53 (S.D. = 8.57) คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองเท่ากับ 99.07 (S.D. = 11.63) คะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนของสังคมเท่ากับ 73.63 (S.D. = 9.83) คะแนนเฉลี่ยสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน เท่ากับ 40.91 (S.D. = 5.32) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3

การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานของสตรีตั้งครรภ์ ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร (n=150)

ตัวแปร	Possible score	Actual score	Mean	S.D.	Mean scale
การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ	15 – 75	52 - 75	66.58	6.36	4.44
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ	15 – 75	15 - 66	31.53	8.57	2.10
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	25 – 125	68 - 125	99.07	11.63	3.96
การสนับสนุนของสังคม	20 – 100	42 - 98	73.63	9.83	3.68
สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน	10 – 50	22 - 50	40.91	5.32	4.09

**ส่วนที่ 3 อำนาจทำนายของการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง
การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานต่อพฤติกรรมส่งเสริม
สุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร
การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น**

ก่อนการวิเคราะห์เพื่อตอบวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัย ผู้วิจัยได้นำข้อมูลทั้งหมดมาทดสอบว่าไม่ละเมิดข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุ (Regression) คือ

1. การแจกแจงของตัวแปรทุกตัวเป็นโค้งปกติหรือใกล้เคียง โดยพิจารณาจากค่า Standardized Kurtosis และ Standardized Skewness และจาก Histogram (ภาคผนวก จ)

2. ตัวแปรต้นและตัวแปรตามมีค่าต่อเนื่อง โดยความสัมพันธ์ของตัวแปร 2 ตัวแปร มีลักษณะแจกแจงแบบปกติ แสดงในตารางสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทำนายและตัวแปรตาม ดังแสดงในตารางที่ 4

3. Residual homoscedasticity โดยพิจารณาจาก Histogram ของ Regression Standardized Residual ที่มีลักษณะโค้งปกติ และ Scatter plot ของ Regression Standardized Residual กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารที่เป็นเส้นตรง รวมทั้ง Normal P – P Plot of Regression Standardized Residual ที่ทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารที่แจกแจงแบบปกติ จึงเข้าขั้นตอนการทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์เพื่อตอบวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยครั้งนี้ นำตัวแปรทั้งหมดเข้าสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุเพื่อทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร โดยผู้วิจัยได้นำตัวแปรทำนายเข้าสมการตามลำดับดังนี้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ การสนับสนุนของสังคม สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร

ผลการศึกษาคงเหลือจากตารางวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่าทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร โดยพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารระดับสูงสุด ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ($r = .539, p < .01$) ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารระดับต่ำที่สุดได้แก่ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ ($r = -.362, p < .01$) ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4

ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนของสังคมและสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร ($n=150$)

ตัวแปร	การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ	การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ	การรับรู้ความสามารถของตนเอง	การสนับสนุนของสังคม	สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ
การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ	1.00					
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ	-.366**	1.00				
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	.507**	-.450**	1.00			
การสนับสนุนของสังคม	.373**	-.376**	.643**	1.00		
สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน	.322**	-.221**	.549**	.605**	1.00	
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	.524**	-.362**	.539**	.524**	.420**	1.00

** $p < .01$

ผลการวิจัยโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นต้อน (Stepwise Multiple Regression Analysis) พบว่าตัวแปรที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมี 3 ปัจจัยตามลำดับดังนี้ 1) การรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 29 ($F_{1,148} = 60.554, p < .05$) 2) การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพได้รับคัดเลือกเข้ามาในสมการเป็นลำดับที่ 2 ทั้งการรับรู้ความสามารถของตนเองและการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้นได้เป็นร้อยละ 37.5 ($F_{2,147} = 44.119, p < .001$) และ 3) การสนับสนุนของสังคมได้รับคัดเลือกเข้ามาในสมการเป็นลำดับที่ 3 โดยการรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 42.0 ($F_{3,146} = 35.191, p = .001$) ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5

ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงาน
ในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร ($n = 150$)

ลำดับขั้นตัวพยากรณ์	R	R^2	R^2 Change	F	b	Beta	t	P
1.การรับรู้ความสามารถของ ตนเอง	.539	.290	.290	60.554	.272	.198	2.230	.027*
2.การรับรู้ประโยชน์ของการ ส่งเสริมสุขภาพ	.612	.375	.085	44.119	.803	.321	4.370	.000**
3.การสนับสนุนของสังคม	.648	.420	.045	35.191	.448	.276	3.348	.001***
Constant (a) =	77.001							

* $p < .05$, ** $p < .001$, *** $p = .001$

จากผลการวิจัยในตารางที่ 5 สามารถสรุปสมการการทำนาย หรือการพยากรณ์ในรูปแบบ
คะแนนดิบได้ดังนี้

$$Y' = \text{constant} + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$$

$Y' = 77.001 + .272$ (การรับรู้ความสามารถของตนเอง) $+ .803$ (การรับรู้ประโยชน์
ของการส่งเสริมสุขภาพ) $+ .448$ (การสนับสนุนของสังคม)

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยได้นำการศึกษาปัจจัยทำนายของการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนของสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงานต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร จังหวัดสระบุรี มาวิเคราะห์โดยอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานของการวิจัย ดังนี้

วัตถุประสงค์ที่ 1 ศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม

จากผลการศึกษาที่พบว่าสตรีตั้งครรภ์มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมเท่ากับ 190.39 (S.D. = 15.93) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในช่วง 141 – 223 คะแนน จากคะแนนเต็ม 225 คะแนน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสตรีตั้งครรภ์เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพถึงร้อยละ 96.00 และในจำนวนนี้ถึงร้อยละ 75.69 ได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพจากแพทย์ประจำโรงพยาบาล/ คลินิกในการฝากครรภ์ ทำให้สามารถทราบวิธีการปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสมในการดูแลสุขภาพ

โดยเมื่อพิจารณาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในรายด้านที่พบว่าสตรีตั้งครรภ์มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านโภชนาการสูงสุด (Mean = 35.45, S.D. = 3.77) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการอยู่ในช่วง 23 - 40 คะแนน จากคะแนนเต็ม 40 คะแนน ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่าสตรีตั้งครรภ์เห็นประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพของตนเอง และทารกในครรภ์ในการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ไม่มีอุปสรรคในเรื่องของรายได้และเวลา และมีความสะดวกในการหาอาหารที่มีประโยชน์ เนื่องจากสตรีตั้งครรภ์ได้รับค่าจ้างที่สามารถจะซื้ออาหารบำรุงร่างกายและเวลาในการทำงานไม่เป็นอุปสรรคต่อการรับประทานอาหารให้ครบ 3 มื้อ จึงทำให้สตรีตั้งครรภ์สามารถชนะอุปสรรคสามารถกระทำพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการได้ ประกอบกับสตรีตั้งครรภ์มีสภาพแวดล้อมในที่ทำงานที่เอื้ออำนวยต่อการกระทำพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ โดยเห็นได้จากส่วนใหญ่ทำงาน 8 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 88.00 และไม่ทำงานล่วงเวลา ร้อยละ 86.70 ซึ่งเป็นชั่วโมงทำงานที่เหมาะสมกับการตั้งครรภ์ และปัจจุบันนี้เป็นยุคข่าวสารข้อมูล สตรีตั้งครรภ์อาจได้รับความรู้ด้านโภชนาการจากสื่อต่างๆ อีกทั้งสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีความสามารถที่จะเข้าถึงแหล่งของข้อมูลและสื่อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะตั้งครรภ์ได้ง่ายขึ้น และอีกทั้งเป็นกลุ่มสตรีตั้งครรภ์ที่เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ จึง

ได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภคอาหารขณะตั้งครรภ์ จึงส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการ เห็นได้จากสตรีตั้งครรภ์ส่วนใหญ่เคยได้รับความรู้จากการดูแลสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 96.00 อีกทั้งระดับการศึกษาของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมส่วนใหญ่อยู่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นทำให้สตรีตั้งครรภ์สามารถนำความรู้ที่ได้จากแหล่งต่างๆทั้งหลายมาประยุกต์ใช้กับวิถีชีวิตของตนเองในยุคปัจจุบันได้เป็นอย่างดี ดังนั้นจึงสามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการได้ ซึ่งการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของตรีพร ชุมศรี (2548) ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นภาคใต้และดาวิณี สุวภาพ (2542) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคนงานสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมที่มารับบริการที่หน่วยฝากครรภ์พบว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการอยู่ในระดับดี (Mean = 3.17 (S.D. = .51), Mean = 26.21(S.D. = 3.18) ตามลำดับ)

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 34.79 (S.D.= 3.37) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพอยู่ในช่วง 25 - 40 คะแนน จากคะแนนเต็ม 40 คะแนน พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพเป็นพฤติกรรมที่สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมแสดงออกถึงความสนใจ เอาใจใส่ต่อสุขภาพ การปฏิบัติตนเพื่อการดูแลสุขภาพด้านต่างๆ รวมถึงการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การสังเกตความผิดปกติต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกาย และการกระทำเพื่อป้องกันอันตรายต่อสุขภาพรวมทั้งการมาฝากครรภ์ตามนัด และการที่สตรีตั้งครรภ์มีความรับผิดชอบต่อสุขภาพเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ ซึ่งพฤติกรรมของสตรีตั้งครรภ์ที่แสดงออกถึงความสนใจ เอาใจใส่ต่อสุขภาพ การปฏิบัติตนเพื่อดูแลสุขภาพด้านต่างๆ ถึงแม้จะเป็นสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม ดังจะเห็นได้จากสตรีตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ไปตรวจครรภ์ตามแพทย์นัด ร้อยละ 94.70 รวมทั้งการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การสังเกตความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นกับร่างกาย รวมทั้งการกระทำเพื่อป้องกันอันตรายจากสุขภาพ และสตรีตั้งครรภ์ที่ไปรับบริการฝากครรภ์จะได้รับความรู้ คำแนะนำ จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และสามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันรวมทั้งการสังเกตอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นขณะตั้งครรภ์ เช่น การดูแลเหงือกและฟัน การทำความสะอาดร่างกาย การแต่งกาย การรักษาความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอก การสูบบุหรี่ในขณะตั้งครรภ์ การใช้ยา และสารอื่นๆในขณะตั้งครรภ์ การป้องกันอุบัติเหตุ การสังเกตอาการผิดปกติ การใช้ระบบบริการสุขภาพ ดังนั้นจึงทำให้สตรีตั้งครรภ์สามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริม

สุขภาพได้ด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งสอดคล้องกับตรีพร ชุมศรี (2548) และดารีณี สุภาพ (2542) ที่พบว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพอยู่ในระดับดี (Mean = 3.16 (S.D. = .50), Mean = 18.85 (S.D. = 2.52) ตามลำดับ)

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 34.20 (S.D. = 3.91) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอยู่ในช่วง 24 - 40 คะแนน จากคะแนนเต็ม 40 คะแนน อธิบายได้ว่าการที่สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมแสดงออกถึงความสามารถของตนเองในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ซึ่งทำให้สตรีตั้งครรภ์ได้รับการสนับสนุนต่างๆ ทางสังคม และทำให้สตรีตั้งครรภ์เกิดความภาคภูมิใจ เห็นว่าตนเองมีคุณค่า เกิดความรู้สึกที่ดี ช่วยลดความเครียด สามารถเผชิญปัญหา และปรับตัวได้อย่างเหมาะสมนำไปสู่การส่งเสริมสุขภาพที่ดีต่อไป (Pender, 2006) ซึ่งจะเห็นได้จากสตรีตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ร้อยละ 95.30 มีสถานภาพสมรสคู่ โดยครอบครัว อันหมายถึง สามี บุคคลในครอบครัว เพื่อน ถือเป็นแหล่งสำคัญที่จะช่วยสนับสนุนให้ความช่วยเหลือและให้คำแนะนำรวมทั้งให้กำลังใจโดยเป็นที่ปรึกษาส่งผลให้เกิดความมั่นคงทั้งทางจิตใจและอารมณ์ เพื่อประโยชน์ในแง่ของการได้รับการสนับสนุนในด้านต่างๆ สตรีตั้งครรภ์ถ้าได้รับความเห็นอกเห็นใจ ความช่วยเหลือ ดูแลเอาใจใส่ ไม่ว่าจะเป็นสามี เพื่อนร่วมงาน หัวหน้างาน จะทำให้สตรีตั้งครรภ์รู้สึกมีคุณค่า เป็นที่ต้องการของบุคคลรอบข้างสิ่งเหล่านี้จะช่วยทำให้สตรีตั้งครรภ์มีความพร้อม มีความต้องการที่จะปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับตรีพร ชุมศรี (2548) และดารีณี สุภาพ (2542) ที่พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอยู่ในระดับดี (Mean = 3.29 (S.D. = 0.48), Mean = 18.85 (S.D. = 2.52) ตามลำดับ)

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 29.93 (S.D. = 3.58) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณของสตรีตั้งครรภ์อยู่ในช่วง 19 - 35 คะแนน จากคะแนนเต็ม 35 คะแนน อธิบายได้ว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมเป็นสตรีที่อยู่ในวัยทำงาน และมีการวางแผนในการมีบุตรครั้งนี้ถึงร้อยละ 58 มีการยอมรับการตั้งครรภ์ ยอมรับทารกในครรภ์ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมที่อาจเกิดขึ้นในขณะตั้งครรภ์ และมีการพัฒนาพัฒนาบกิจของการตั้งครรภ์ในขั้นตอนต่อไป มีพัฒนาการเกิดความรักความผูกพันกับทารกภายในครรภ์ (Bonding) เกิดความตระหนักการให้ความสำคัญกับชีวิต มีการกำหนดจุดมุ่งหมายของชีวิต รวมทั้งกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ (Pender, 2006) สอดคล้องกับตรีพร ชุมศรี (2548) และดารีณี สุภาพ (2542) ที่พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการพัฒนาทางด้านจิต

วิญญาณอยู่ในระดับดี (Mean = 3.24 (S.D. = 0.45), Mean = 9.80 (S.D. = 1.52) ตามลำดับ) ส่วน การศึกษาของ ฌัญญา พัฒนะวานิชนันท์ (2542) ที่ศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของสตรี ตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม และการศึกษาของรพีพร ประกอบทรัพย์ (2541) ศึกษา พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรรภ์วัยรุ่น พบว่าสตรีตั้งครรรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมี พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณอยู่ในระดับปานกลาง

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 28.62 (S.D.= 3.69) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ในช่วง 20 - 35 คะแนน จากคะแนนเต็ม 35 คะแนน ซึ่งการจัดการ ความเครียดเป็นการปฏิบัติตนเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของสตรีตั้งครรรภ์ และสามารถป้องกันการ เกิดสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยจัดการเพื่อไม่ให้เกิดหรือหลีกเลี่ยงเหตุการณ์หรือ สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด การเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลง ที่มากเกินไป และแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม (Pender, 1996) อธิบายได้ว่า สตรีตั้งครรรภ์ส่วนใหญ่ ทำงาน 8 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 88.00 และไม่ทำงานล่วงเวลา ร้อยละ 86.70 ซึ่งทำให้สตรี ตั้งครรรภ์มีเวลาพักผ่อน ทำงานอดิเรก มีเวลาเป็นส่วนตัวเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ เช่น ดูโทรทัศน์ อ่าน หนังสือ และแบ่งเวลาทำงานและพักผ่อนได้เหมาะสม จึงไม่เกิดการเหนื่อยล้ามากเกินไป ทำให้ สามารถป้องกันการเกิดสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยการจัดการเพื่อไม่ให้เกิดหรือ หลีกเลี่ยงเหตุการณ์ หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงที่มากเกินไป และการแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม (Pender, 1996) สอดคล้องกับตรีพร ชุ่มศรี (2548) และดาริณี สุภาพ (2542) ที่พบว่าพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับดี (Mean = 3.08 (S.D.= 0.50), Mean = 12.23 (S.D.= 2.09) ตามลำดับ) ส่วนการศึกษาของฌัญญา พัฒนะวานิชนันท์ (2542) พบว่าสตรี ตั้งครรรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ ในระดับปานกลาง

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 27.39 (S.D.= 4.88) ซึ่งแนวโน้มเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมเห็นได้จากคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้านการออกกำลังกายอยู่ในช่วง 14 - 35 คะแนน จากคะแนนเต็ม 35 คะแนน ทั้งนี้จากผลการศึกษา สามารถอธิบายได้ว่าการตั้งครรรภ์ทำให้รูปร่างเปลี่ยนแปลงไป ครรรภ์มีขนาดขยายใหญ่ขึ้น การ เคลื่อนไหวร่างกายไม่สะดวกเหมือนเดิม สตรีตั้งครรรภ์จึงหลีกเลี่ยงที่จะทำงานหนักอยู่แล้ว ในเรื่อง การออกกำลังกายเป็นพฤติกรรมที่สตรีตั้งครรรภ์ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็น บางครั้ง (ร้อยละ 33.30) อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นสตรีตั้งครรรภ์ที่ทำงานใน

โรงงานอุตสาหกรรมต้องออกแรงในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันและออกแรงในการประกอบอาชีพ ซึ่งเป็นเพียงมิติหนึ่งของการออกกำลังกายเท่านั้น ซึ่งยังไม่ครอบคลุมทุกมิติของการออกกำลังกาย ซึ่งการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่มีการออกแรงหรือการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อนั้นยังไม่เพียงพอ เพื่อให้เกิดผลดีสรีรวิทยาจึงควรบริหารร่างกายเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับกล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกายตลอดจนปอดและหัวใจด้วย นอกจากนี้การออกกำลังกายยังทำให้สรีรวิทยาเกิดความมั่นใจในการคลออดมากยิ่งขึ้น (ศิริพร กัญชนะ, 2546) ซึ่งสอดคล้องกับศิริพร ชุมศรี (2548) ที่พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง (Mean = 2.90, S.D.= 0.54) สอดคล้องกับกรวิพร ประกอบทรัพย์ (2541) ศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์วัยรุ่น พบว่าสตรีตั้งครรภ์มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี แตกต่างกับดาริณี สุวภาพ (2542) พบว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายในระดับไม่ดี (Mean = 6.98, S.D. = 2.19) อาจเนื่องมาจากการออกกำลังกายในระยะตั้งครรภ์จะมีวิธีเฉพาะและเหมาะสมเช่น การบริหารร่างกายซึ่งสตรีตั้งครรภ์ต้องผ่านการฝึกปฏิบัติจึงจะเกิดทักษะ

สมมติฐานการวิจัย อำนาจทำนายของการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม

จากผลการศึกษาที่พบว่าปัจจัยที่มีสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมได้มีทั้งหมด 3 ปัจจัยคือ 1) การรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 29 ($F_{1,148} = 60.554, p < .05$) 2) การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพได้รับคัดเลือกเข้ามาในสมการเป็นลำดับที่ 2 ทั้งการรับรู้ความสามารถของตนเองและการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้นได้ร้อยละ 37.5 ($F_{2,147} = 44.119, p < .001$) 3) การสนับสนุนของสังคมได้รับคัดเลือกเข้ามาในสมการเป็นลำดับที่ 3 ทั้งการรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้นได้ร้อยละ 42.0 ($F_{3,146} = 35.191, p = .001$) ดังนั้นผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานบางส่วนโดยอธิบายได้ว่า

การรับรู้ความสามารถของตนเองได้รับเลือกเข้าสมการทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นลำดับที่ 1 โดยอธิบายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 29 โดยพบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ($r = .539, p < .01$) การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นการตัดสินใจของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการจัดการ และดำเนินการกระทำพฤติกรรมได้สำเร็จตามจุดมุ่งหมาย บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง จะทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นและความพยายามที่จะกระทำพฤติกรรมโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค นอกจากนี้บุคคลจะกระทำพฤติกรรมเมื่อคำนึงถึงประโยชน์ผลประโยชน์ที่จะได้รับจากการกระทำพฤติกรรมนั้น การคาดหวังต่อผลประโยชน์จึงเป็นผลทางบวกต่อจิตใจและเป็นแรงเสริมให้บุคคลกระทำพฤติกรรม ซึ่งก่อให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสูง (Pender, 2006)

อธิบายได้ว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง จะมีความเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถกระทำพฤติกรรมนั้นๆได้สำเร็จ นอกจากนี้การที่สตรีตั้งครรภ์มีการรับรู้ความสามารถของตนเองอยู่สูงจะทำให้มีการรับรู้อุปสรรคต่ำจึงมีความพร้อมที่จะกระทำพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจะเห็นได้จากการที่การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับการรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพในทางลบ ($r = -.450, p < .01$) และในด้านอาการออกกำลังกายที่มีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพต่ำสุด ซึ่งอาจเนื่องมาจากการที่สตรีตั้งครรภ์เชื่อว่าการตั้งครรภ์ไม่สามารถออกกำลังกายได้ เมื่อสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง จึงส่งผลให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ นอกจากนี้สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมครั้งนี้ร้อยละ 60 เคยตั้งครรภ์มาแล้ว จึงมีประสบการณ์ในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ การมีประสบการณ์ในการกระทำพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เคยสำเร็จมาแล้ว จึงทำให้มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ทั้งนี้เนื่องจากการกระทำได้สำเร็จมาแล้วในการตั้งครรภ์ครั้งแรก ทำให้สตรีตั้งครรภ์และทารกในครรภ์มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสอดคล้องกับดารีณี สุวภาพ (2542) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคณงานสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมที่มารับบริการที่หน่วยฝากครรภ์ พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม และการศึกษา

ของณัฐฎญา พัฒนะวานิชนันท์ (2542) ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพได้รับเลือกเข้าสมการทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นลำดับที่ 2 โดยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 37.5 และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร ($r = .524, p < .01$) หากบุคคลมีการคาดการณ์ถึงผลประโยชน์ที่จะได้รับหรือผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น การคาดการณ์ถึงผลประโยชน์เป็นการแสดงออกทางจิตใจ โดยคำนึงถึงผลบวกหรือการเสริมแรงของการกระทำพฤติกรรมนั้น (Pender, 2006) สอดคล้องกับทฤษฎีความคาดหวังคุณค่า (Expectancy-value theory) ที่กล่าวว่า การคาดการณ์ถึงประโยชน์เป็นสิ่งสำคัญของการจูงใจที่อยู่บนพื้นฐานของผลลัพธ์ที่บุคคลได้จากประสบการณ์ที่ผ่านมาโดยตรง หรือประสบการณ์ที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่น รวมถึงการสนับสนุนทางสังคมช่วยให้เกิดความสำเร็จในการปรับตัวส่งเสริมความพึงพอใจและดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

สามารถอธิบายได้ว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพขณะตั้งครรภ์ โดยคาดหวังถึงผลทางด้านสุขภาพที่จะเกิดขึ้นกับตนเองและทารกในครรภ์ โดยเชื่อในประโยชน์ที่จะได้รับในระยะเวลาอันใกล้ รวมไปถึงการคาดหวังต่อผลของการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นๆ จึงเป็นแรงจูงใจที่สำคัญที่ทำให้สตรีตั้งครรภ์กระทำเพื่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพซึ่งผลลัพธ์ที่ได้จากการปฏิบัติพฤติกรรม ดังนั้นการที่สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพตนเองจะทำให้มีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งการรับมือต่อสุขภาพจะช่วยค้นหาความผิดปกติในระยะเริ่มต้นทั้งมารดา และทารกในครรภ์สามารถป้องกันความรุนแรงของโรคที่อาจเกิดขึ้นได้ กล่าวคือ ด้านโภชนาการจะช่วยให้สุขภาพแข็งแรง ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลส่งเสริมให้ได้รับความช่วยเหลือหรือสนับสนุนจากบุคคลใกล้ชิด ด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณจะทำให้สตรีตั้งครรภ์ยอมรับทารกในครรภ์และสามารถปฏิบัติตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการจัดการกับความเครียด ช่วยให้สตรีตั้งครรภ์มีสุขภาพจิตที่ดี การที่สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมเชื่อในประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จะส่งผลต่อมารดาและทารกในครรภ์ ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับตรีพร ชุมศรี (2548) ที่พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ การศึกษาของดาวิณี สุวภาพ (2542) ที่พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงาน

อุตสาหกรรม และการศึกษาของวิลลาวัลย์ ธนอมรูป (2000) ที่ศึกษาการรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ พบว่าการรับรู้ประโยชน์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ในขั้นสุดท้ายตัวแปรที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม โดยอธิบายเพิ่มขึ้นได้ร้อยละ 42.0 และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร ($r = .524, p < .01$) การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้บุคคลเกิดความมั่นใจว่าตนเองได้รับความรัก มีคุณค่า และการได้รับการยอมรับ รู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Pender, 1996) และจะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ส่งเสริมหน้าที่ในการต่อสู้ปัญหาของแต่ละคนได้ดีขึ้น และการสนับสนุนทางสังคมจะช่วยลดโอกาสของการเกิดภาวะวิกฤตในชีวิต โดยช่วยให้ความเครียดลดลง ซึ่งความเครียดนี้เกิดจากการที่คนเรารู้สึกว่าตนเองไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ รู้สึกด้อย ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง (Cohen & Wills, 1985) สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และได้รับการสนับสนุนทางสังคมไม่ว่าจะจากหัวหน้างาน เพื่อนร่วมงาน และบุคลากรทางสาธารณสุข จึงทำให้มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จะเห็นได้จากปัจจัยทำนายมีความสัมพันธ์กันในระดับสูงระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับการสนับสนุนของสังคมและสภาพแวดล้อมในที่ทำงานกับการสนับสนุนของสังคม ($r = .643, p < .01, r = .605, p < .01$) ตามลำดับ

สามารถอธิบายได้ว่า สตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก จะมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดี หรือในทางตรงกันข้ามถ้าสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย จะมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพไม่ดี ทั้งนี้เพราะสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมเป็นกลุ่มที่อยู่ในวัยทำงานและประกอบกับอยู่ในขณะตั้งครรภ์ซึ่งรูปร่างร่างกายก็เปลี่ยนไป จึงต้องการการยอมรับจากสังคมของเพื่อนร่วมงาน หัวหน้างาน อีกทั้งธรรมชาติของผู้ที่เข้าทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร จะมีการรับผู้ทำงานเข้ามาใหม่เรื่อยๆ เห็นได้จากสตรีตั้งครรภ์มีระยะเวลาในการทำงานน้อยกว่า 5 ปี ร้อยละ 64.6 เป็นกลุ่มที่มีมากที่สุด ต้องมีการปรับตัวในการทำงานเป็นอย่างมากทั้งในเรื่องลักษณะของงานที่ทำอีกทั้งการปรับตัวกับผู้ร่วมงานเพื่อให้ได้การยอมรับ สอดคล้องกับการศึกษาของวิลลาวัลย์ (2541) ที่ศึกษาการสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ใช้แรงงานในโรงงานอุตสาหกรรมสิ่งทอจังหวัดสระบุรีพบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความ

สัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม ดังนั้นจึงต้องได้รับการสนับสนุนทั้งด้านอารมณ์ ด้านการประเมินคุณค่า ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้าน วัสดุ อุปกรณ์ การเงิน แรงงาน และเวลา เพื่อช่วยส่งเสริมให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี

เมื่อสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง และมีความพร้อมที่จะปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและมองเห็นว่าการปฏิบัติพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพนั้นมีประโยชน์ต่อสุขภาพตนเองและทารกในครรภ์จึงปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของตรีพร ชุมศรี (2548) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถของตนเอง และอิทธิพลระหว่าง บุคคล กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นภาคใต้ที่พบว่าการรับรู้ความสามารถ ของตนเองสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์วัยรุ่นภาคใต้ได้ร้อยละ 47 การศึกษาของณัฐฐญา พัฒนะวานิชนันท์ (2542) ศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเอง และ พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมพบว่าการรับรู้ ความสามารถของตนเอง และลำดับที่ของการตั้งครรภ์มีอำนาจทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ของสตรีตั้งครรภ์ร้อยละ 29.6 และจากการศึกษาของดาริณี สุวภาพ (2542) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคนงานสตรีตั้งครรภ์ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมที่มารับ บริการที่หน่วยฝากครรภ์พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองสามารถร่วมทำนายพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ได้ร้อยละ 26.6