

บทคัดย่อ

T167974

ชื่อภาคนิพนธ์ : ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากร
ในสถาบันบำราศนราดูร
ชื่อผู้เขียน : นายสมศักดิ์ พึ่งเศรษฐ์ดี
ชื่อปริญญา : ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)
ปีการศึกษา : 2548

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูร ในครั้งนี้ได้กำหนดวัตถุประสงค์ไว้ 3 ประการดังนี้ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูร 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูร 3) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ บุคลากรในสถาบันบำราศนราดูร จำนวน 280 คน ทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t - test และ F - test

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงอายุระหว่าง 26 - 30 ปี ระดับการศึกษาระดับปริญญาตรี ตำแหน่งพยาบาล รายได้เฉลี่ย 5001 - 10000 บาท/ เดือน ประสบการณ์การทำงานต่ำกว่า 11 ปี ไม่มีโรคประจำตัว โรคประจำตัวที่พบมากที่สุดคือภูมิแพ้ มีดัชนีมวลกายปกติ

ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความรู้สูง ($\bar{x} = 0.86$ จากคะแนนเต็ม 1) ปัจจัยด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ มีระดับเจตคติระดับสูง ปัจจัยด้านการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่มและการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูรมีระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.6$ และ 0.86 จากคะแนนเต็ม 5 ตามลำดับ)

(4)

T167974

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูรในภาพรวม 6 ด้านพบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการใช้สารเสพติดและสิ่งมีนเมา ด้านการพักผ่อน ด้านการจัดการกับความเครียด ด้านการปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย ด้านบริโภคอาหารมีระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมาก ด้านการออกกำลังกายมีระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพปานกลาง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในสถาบันบำราศนราดูร คือ อายุ รายได้ ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การได้รับการสนับสนุนจากบุคคลกลุ่มและการได้รับข้อมูลข่าวสาร ปัจจัยที่ไม่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพคือ การศึกษา ตำแหน่ง ประสบการณ์การทำงาน

ข้อเสนอแนะ

1. สถาบันบำราศนราดูรควรกำหนดนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพให้ชัดเจนเป็นรูปธรรมที่ผู้ปฏิบัติสามารถนำไปปฏิบัติได้
2. การกำหนดนโยบายควรให้ครอบคลุมและเสมอภาคแก่บุคลากรทุกระดับ
3. ผู้บริหารควรให้ความสำคัญสนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยสนับสนุนสิ่งที่เป็น เช่น สถานที่งบประมาณ บุคลากรตลอดจนการจัดเวลาให้ออกกำลังกายในช่วงเวลาราชการ
4. ควรจัดให้มีกิจกรรมการออกกำลังกายภายในสถาบันฯ อย่างสม่ำเสมอ
5. ควรมีการให้ความรู้กับพนักงานให้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย

ABSTRACT

T167974

Title Researal Paper : Factors Related to Health-Promoting Behavior of Bamrasnaradura
Institute Staff

Author : Mr. Somsak Puehngsaitdee

Degree : Master of Arts (Social Development)

Year : 2005

A study entitled "Factors Related to Health-Promoting Behavior of Bamrasnaradura Institute Staff " had 3 specific objectives : (1) to study Bamrasnaradura Institute staff's health-promoting behavior, (2) to study factors related to their health-promoting behavior, and (3) to study problems and obstacles of health-promoting behavior.

The subjects of the study were 280 Bamrasnaradura Institute staff, selected through a simple random sampling technique. The research instrument was a questionnaire. Statistics used for data analysis were frequency distribution, percentage, mean, t-test and F-test.

The Findings were summarized below ,

It was found that most of the subjects were female, aged between 26-30. Most of them were nurses and had graduated with a bachelor's degree. Their average monthly income was 5001-10,000 baht and their average work experience was less than 11 years. Most did not have any chronic ailment. The most common chronic ailment among the subjects was allergy. Most of the subjects had a normal body mass index.

Regarding knowledge of health-promoting behavior, it was found that the subjects having possessed a high level of knowledge of health-promoting behavior. They also had a high level positive attitudes toward health-promoting behavior. They received gained a moderate level of

personal support from people around them. They were moderately well-informed of health-promoting behavior information.

When all the six categories of health-promoting behavior being combined, it was found that Bamrasnaradura Institute staff had a high level of health-promoting behavior. Further analysis by category showed that the subjects' health-promoting behavior in terms of use of addictive substances and alcohol, relaxation, stress management, safety precaution, and food consumption was at a high level while the behavior concerning exercise was found to be at a moderate level.

Factors found to have related to Barasnoradura Institute staff's health-promoting behavior were their age, their income, their knowledge of health-promoting behavior, personal support from people around them and relevant information they received. However, the subjects' education, position and work experience were not found to significantly related to their health-promoting behavior.

Recommendations

1. Bamrasnaradura Institute should have a clear and concrete policy on health promotion so that it can be implemented.
2. The formulation of the policy should cover and give equal opportunity to all levels of the institute staff.
3. The institute's executive should support in every possible way, for example, by providing facilities and equipments necessary for staff exercise activities, appointing club consultants, assigning exercise leaders, setting appropriate exercise schedules and allocating adequate budget to each club.
4. The institute's executive should regularly, provided the staff exercise activities in the institute.