

## บทคัดย่อ

T158834

ชื่อภาคินพนธ์ : ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากร  
ในโรงพยาบาลยะลา  
ชื่อผู้เขียน : นางสาวสุรัสวดี ไมตรีกุล  
ชื่อปริญญา : ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาลังคม)  
ปีการศึกษา : 2547

---

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลา ในครั้งนี้ได้กำหนดวัตถุประสงค์ไว้ 3 ประการดังนี้ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลา 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลา 3) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ บุคลากรในโรงพยาบาลยะลา จังหวัดยะลา จำนวน 307 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 ประสบการณ์การทำงานระยะเวลา 10 ปี ไม่มีโรคประจำตัว โรคประจำตัวที่พบมากที่สุดคือภูมิแพ้ มีดัชนีมวลกายปกติ

ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความรู้สูง ปัจจัยด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีระดับเจตคติเชิงบวก ปัจจัยด้านการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่มและการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลามีระดับปานกลาง

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลาในภาพรวม 6 ด้านพบว่า มีระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมาก เมื่อพิจารณาารายด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการใช้

## T 158834

สารเสพติดและสิ่งมีนเมา ด้านการพักผ่อน ด้านการจัดการกับความเครียด ด้านการปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย ด้านบริโภคอาหารมีระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมาก ด้านการออกกำลังกายมีระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพปานกลาง

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลยะลาคือ อายุ รายได้ ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การได้รับการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่มหรือองค์กรที่เกี่ยวข้อง และการได้รับข้อมูลข่าวสาร ส่วนปัจจัยที่ไม่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพคือ การศึกษา ตำแหน่ง ประสบการณ์การทำงาน

ข้อเสนอแนะ

1. โรงพยาบาลยะลาควรกำหนดนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพให้ชัดเจนเป็นรูปธรรมที่ผู้ปฏิบัติสามารถนำไปปฏิบัติได้
2. การกำหนดนโยบายควรให้ครอบคลุม เสมอภาคแก่บุคลากรทุกระดับ
3. ผู้บริหารควรให้ความสำคัญกับนโยบายที่กำหนดขึ้นมาและมีบทบาทในการให้การสนับสนุนในทุกๆด้านอย่างเต็มที่ เช่น จัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับจัดกิจกรรม การออกกำลังกายสำหรับเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอ จัดให้มีทีมที่ปรึกษาของชมรม จัดเตรียมบุคคลที่จะทำหน้าที่นำการออกกำลังกาย จัดเวลาในการออกกำลังกายให้เหมาะสม ควรสนับสนุนงบประมาณในแต่ละชมรมอย่างเต็มที่
4. ควรให้บุคลากรในโรงพยาบาลทุกคนมีส่วนร่วมในชมรมที่ก่อตั้งขึ้นและควรมีการกระตุ้น รณรงค์ให้เห็นถึงความสำคัญในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ
5. ควรมีการส่งเสริมพัฒนาพฤติกรรมการออกกำลังกายโดยจัดกิจกรรมพัฒนาในส่วนของความรู้ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายแก่บุคลากรในโรงพยาบาล
6. ควรจัดให้มีกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นกลุ่มภายในโรงพยาบาล เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับบุคลากรในโรงพยาบาล

A study entitled "Factors Affecting Health-Promoting Behavior of Yaia Hospital Staff" had 3 specific purposes: (1) to examine Yala Hospital staff's health-promoting behavior, (2) to investigate factors affecting their health-promoting behavior, and (3) to study problems and obstacles having such health-promoting behavior.

The subjects of the study were 307 Yala Hospital staff, selected through a simple random sampling technique. The research instrument was a questionnaire. Statistics used for data analysis were data analysis were frequency distribution, percentage, arithmetic mean, t-tests and F-tests.

#### **Findings**

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 5,001-10,000 baht and their average work experience was 10 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 possessed a high level of knowledge of health-promoting behavior. They also had positive attitudes toward health-promoting behavior. They 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 Yala Hospital 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 affected Yala Hospital 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 have any effect on their health-promoting behavior.

## **Recommendations**

1. Yala Hospital 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 hospital staff.

## **TE158834**

3. The hospital's executive should see the importance of the policy and help support in every possible way, for example, by providing facilities and equipment necessary for staff exercise activities, appointing club consultants, assigning exercise leaders, setting appropriate exercise schedules and allocating adequate budget to each club.

4. Every hospital staff member should be encouraged to take part in the clubs and realize the significance of health promotion.

5. Exercise-promoting information should be provided to the staff to encourage them to take up exercise.

6. Group exercise activities should be organized within the hospital in order to encourage staff participation.