

ร้อยเอกหญิงแพนนี่ ตริวิเชียร: ปัจจัยทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนายทหาร  
นอกราชการ. (FACTORS PREDICTING HEALTH PROMOTING BEHAVIORS  
AMONG THE THAI MILITARY RETIREES) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : รศ.ดร.  
จิราพร เกศพิชญวัฒนา, 143 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทำนาย (Predictive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา  
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ 6 ด้านของนายทหารนอกราชการ และความสามารถในการพยากรณ์ของอายุ  
สถานภาพสมรส รายได้ การเป็นสมาชิกสมาคม ชัยยศเกษียณอายุ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้  
ประโยชน์ของการกระทำ การรับรู้อุปสรรคของการกระทำ การรับรู้ความสามารถของตน และอิทธิพล  
ระหว่างบุคคลโดยใช้หลักแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Pender, 2006) กลุ่มตัวอย่างคือ  
นายทหารนอกราชการที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่ได้รับเบี้ยหวัดบำนาญ ณ กรมการเงินทหารบก จำนวน  
286 คน เลือกโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย  
แบบสอบถามประสพการณ์และคุณลักษณะของบุคคล พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์และ  
การรับรู้อุปสรรคของการกระทำ การรับรู้ความสามารถของตน และอิทธิพลระหว่างบุคคล ผ่านการ  
ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและความเที่ยงแล้ว มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .80, .76, .72, .81 และ .82  
ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนายทหารนอกราชการโดยรวมเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง  
( $\bar{X} = 3.40$ )
2. อายุ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ประโยชน์ของการกระทำ อิทธิพลระหว่างบุคคล การรับรู้  
ความสามารถของตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  
ที่ระดับ .05 ( $r = .126, .219, .318, .323, .405$  ตามลำดับ)
3. การรับรู้ความสามารถของตน การรับรู้ประโยชน์ของการกระทำสามารถร่วมกันพยากรณ์  
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนายทหารนอกราชการ ได้ร้อยละ 18.2 ( $R^2 = 18.2$ ) อย่างมีนัยสำคัญทาง  
สถิติที่ระดับ .05

สร้างสมการพยากรณ์ในรูปแบบของคะแนนมาตรฐาน ได้ดังนี้

$$Z_{\text{พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนายทหารนอกราชการ}} = .328 Z_{\text{การรับรู้ความสามารถของตน}} + .155 Z_{\text{การรับรู้ประโยชน์ของการกระทำ}}$$

# # 5077592336 : MAJOR NURSING SCIENCE

KEYWORDS : HEALTH PROMOTING BEHAVIORS / THAI MILITARY RETIREES

PANNY TRIVICHIAN: FACTORS PREDICTING HEALTH PROMOTING  
BEHAVIORS AMONG THE THAI MILITARY RETIREES. THESIS ADVISOR  
: ASSOC. PROF. JIRAPORN KESPICHAYAWATTANA, Ph.D., 143 pp.

The purposes of this research were to study six dimensions of health promoting behaviors among Thai military retirees and predicting factors of health promoting behaviors based on Health Promoting theory of Pender (2006). The research samples consisted of 286 military retirees aged 60 years and older receiving a pension from The Army Finance Department. The samples were selected by multi-stage sampling method. The research instruments were questionnaires regarding experiences and personal data, Health Promoting Behaviors, Perceived Benefits and Barriers of Action, Perceived Self-Efficacy, and Interpersonal Influences Questionnaires. These questionnaires were tested for content validity and reliability and the Cronbach's alpha coefficients were .80, .76, .72, .81, and .82 respectively. Statistical methods of frequency, mean, standard deviation, and stepwise multiple regression were used to analyze data.

Major findings were as followed:

1. The average of health promoting behaviors among military retirees were at middle level ( $\bar{X} = 3.40$ ).
2. Age, perceived barriers to action, interpersonal influences, self-efficacy were positively associated with health promoting behaviors ( $p < .05$ ).
3. Factors significantly predicted health promoting behaviors among military retirees were perceived self-efficacy and perceived benefits of action. These predictors were accounted for 18.2 percents of variance ( $R^2 = .182$ )

The study equation was as follow:

$$Z_{\text{Health Promoting Behaviors}} = .328 Z_{\text{Perceived Self-Efficacy}} + .155 Z_{\text{Perceived Benefits of Action}}$$