

ชื่อวิทยานิพนธ์ ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอท่าแพ จังหวัดชุมพร **ผู้วิจัย** นางจิรวรรณ โอพาร์กิจ **สาขาวิชา** สาธารณสุขศาสตร์ **พ.ศ.** 2556 **อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก** ดร.บุษราคัม สิงห์ชัย **อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม** ดร.บัวตัน เขียวอรรมณ์

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และ 4) ศึกษาปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตอำเภอท่าแพ จังหวัดชุมพร จำนวน 332 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบที การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า

1. พฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ การใช้ระยะเวลาในการออกกำลังกาย รองลงมาคือ การดูแลสภาพร่างกาย ก่อน ขณะ และหลังออกกำลังกาย และการเลือกใช้สถานที่ เครื่องแต่งกาย ในการออกกำลังกายตามลำดับ

2. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านที่มีปัจจัยส่วนบุคคลเกี่ยวกับจำนวนปีที่เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อาชีพ และการมีโรคประจำตัวที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่าปัจจัยส่วนบุคคลดังกล่าวมีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านรายบุคคล

3. ปัจจัยเอื้อด้านสังคมและปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อยู่ในระดับต่ำ แสดงว่าปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมนี้มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ร้อยละ 31 และ 41 ตามลำดับ ส่วนปัจจัยนำเข้าด้านความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายไม่มีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

4. ปัจจัยเสริมส่งผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่าปัจจัยเสริมมีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และสามารถรวมทำนายพฤติกรรมดังกล่าวได้ร้อยละ 29.00

ข้อค้นพบจากการวิจัยพบว่า เจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรส่งเสริมให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านมีพฤติกรรมที่สูงขึ้น โดยจำแนกกลุ่มตามลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน และจำแนกตามปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมของแต่ละสถานที่หรือบริบทของท้องถิ่น เพื่อให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านมีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้องและสามารถนำไปสู่การถ่ายทอดความรู้ต่อไปได้

Thesis Title: Factors Affecting the Exercise Behavior of Village Public Health Volunteers at Thasae District, Chumphon Province **Researcher:** Mrs. Cheerawan Olarkit **Major:** Public Health Science **Year:** 2013 **Advisor:** Dr.Butsarakham Singchai **Co-advisor:** Dr.Buatan Theinarom

Abstract

This research were aimed to: 1) study the exercise behaviors of the village public health volunteers, 2) compare the exercise behaviors of village public (VPHV) depended on health volunteers personal factors, 3) examine the relationship between the predisposing factors, enabling factors, and reinforcing factors and the exercise behaviors of the village public health volunteers, and 4) predict the predisposing factors, enabling factors, and reinforcing factors affected the exercise behaviors of the village public health volunteers. The research samples were 332 village health volunteers at Thasae District, Chumphon Province and selected by using simple random sampling. The tools for collecting data were questionnaires. The data were analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test, One-way ANOVA Pearson's Product Moment Correlation Coefficient, and Stepwise Multiple Regression Analysis.

The research results were as follows:

1. The exercise behaviors of the village public health volunteers were overall at moderate levels. The mean scores of the exercise behaviors ranked in descending order of their mean scores were the duration of the exercise, before health care, during and after exercise, and selection of places, and costume for exercise, respectively.
2. The village public health volunteers having personal factors including various numbers of years different years as VPHVs, careers, and the diseases affected the different exercise behaviors at the statistical significance of 0.05.
3. There was positive relationship at a low level and different with statistical significance at 0.05 level between the enabling and reinforcing factors and the exercise behaviors of the village public health volunteers 31 per cent and 41 per cent respectively. In addition, the predisposing factors did not affect exercise behaviors of VPHVs.
4. The reinforcing factors had affected the exercise behaviors of the village public health volunteers at the statistical significance of 0.05. This meant that there was a relationship between reinforcing factors and village public health volunteers's opinion at 95 per cent confident interval, and that they could be used as co-predictors at 29 per cent confident interval.

The finding was found that the health officials should encourage of VPHVs about the exercise behaviors depended on the factors personal and different enabling and reinforcing and factors and of each location or local to VPHVs had a valid exercise behavior and lead to further knowledge.