

4037200 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : สุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ : วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)

คำสำคัญ : โปรแกรมสุขศึกษา / ความสามารถตนเอง / แรงสนับสนุนทางสังคม
/ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ประทีน อิ่มสุขศรี : ประสิทธิภาพโปรแกรมสุขศึกษา โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของสตรี อายุระหว่าง 36-55 ปี อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก (EFFECTIVENESS OF APPLYING A SELF-EFFICACY THEORY AND SOCIAL SUPPORT TO A HEALTH EDUCATION PROGRAM ON HEALTH PROMOTION BEHAVIOR AMONG WOMEN, AGED 36 TO 55 YEARS, NAKORNTHAI DISTRICT, PHITSANULOKE PROVINCE) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : วสันต์ ศิลปสุวรรณ Dr.P.H. , ประภาเพ็ญ สุวรรณ Ph.D. , กรณี วัฒนสมบูรณ์ , วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์) 204 หน้า ISBN 974-662-770-8

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาในการส่งเสริมให้สตรีมีการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการความเครียด โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมมาเป็นแนวทางกำหนดกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย การบรรยายประกอบวีดิทัศน์ การสาธิต การใช้ตัวแบบ การอภิปรายกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีอายุระหว่าง 36-55 ปี อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 48 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 45 คน ใช้ระยะเวลาศึกษา 12 สัปดาห์ รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ การประเมินร่างกาย ได้แก่ น้ำหนักตัว ความดันโลหิต และชีพจรขณะพัก

ผลการวิจัย พบว่า โปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม สามารถทำให้สตรีอายุระหว่าง 36 – 55 ปี รับรู้ว่าตนเองมีความสามารถเพิ่มขึ้น มีความคาดหวังในผลลัพธ์เพิ่มขึ้น และมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่า น้ำหนักตัว ความดันโลหิต และชีพจรขณะพัก เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัย แสดงว่า โปรแกรมสุขศึกษามีประสิทธิภาพสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีได้ จึงเห็นควรเสนอแนะให้นำไปประยุกต์ใช้กับสตรีกลุ่มอื่นที่มีบริบทคล้ายคลึงกัน