

## บทคัดย่อ

T 155720

รายงานวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของบุคลากรมหาวิทยาลัยแม่โจ้ เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนาหาความสัมพันธ์(descriptive correlational research) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของบุคลากรมหาวิทยาลัยแม่โจ้ และ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐาน กับ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของบุคลากรมหาวิทยาลัยแม่โจ้ กลุ่มตัวอย่างเป็นเจ้าหน้าที่ของรัฐ ตำแหน่ง อาจารย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รองศาสตราจารย์ และ ศาสตราจารย์ สังกัด มหาวิทยาลัยแม่โจ้ จำนวน 105 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง (purposive sampling) เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง 3 ด้าน ซึ่งสร้างตามกรอบแนวคิดและทฤษฎีการดูแลตนเองของ Orem (1991) การตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือได้ผ่านการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นคณาจารย์จากมหาวิทยาลัยพายัพ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ หาค่าความสัมพันธ์โดยใช้การทดสอบแบบ ไคสแควร์ (chi square test)

### ผลการวิจัยพบว่า

1. คณาจารย์ มหาวิทยาลัยแม่โจ้ มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวมทุกด้าน อยู่ในระดับการปฏิบัติเป็นประจำ เมื่อวิเคราะห์พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองรายด้าน ได้แก่ ด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่จำเป็นโดยทั่วไป ด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่จำเป็นตามระยะของพัฒนาการ และ ด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่จำเป็นตามภาวะการเบี่ยงเบนของสุขภาพ พบว่า มีระดับการปฏิบัติเป็นประจำสอดคล้องกัน

2. จากการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยพื้นฐาน ( basic conditioning factors) จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพโดยรวมทุกด้าน ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยเขตที่พักอาศัย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัจจัยเพศ อายุ รายได้ของบุคลากร และ สถานภาพสมรส ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง

ข้อเสนอแนะในงานวิจัย ควรศึกษาเปรียบเทียบในกลุ่มตัวอย่างอื่นที่มีระดับการศึกษาที่สูงซึ่งอาจส่งผลต่อการมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่แตกต่างกัน และ ควรศึกษาปัจจัยทางด้านจิตวิทยาที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลได้ อาทิเช่น การรับรู้ของบุคคลในด้านประโยชน์ของพฤติกรรม การรับรู้โอกาสเสี่ยงของความเจ็บป่วย การรับรู้ความรุนแรงของโรค และ แรงจูงใจด้านสุขภาพ เป็นต้น

The present research entitled "Health Behaviors of Maejo University Staff" was descriptive and correlational research which aimed to examine: (1) the nature of health behaviors of Maejo University staff; and (2) the relationships of basic conditioning factors to their health behaviors. The participants of the research were 105 teaching staff which included junior lecturers, assistant professors, associate professors and professors. These participants were from a purposive sampling method. The research instrument was a Likert-scale questionnaire that assessed 3 aspects of health behaviors using the theoretical framework proposed by Orem (1991). Prior to the data collection, the questionnaire was piloted with teaching staff at Payap University and analysed for a reliability estimate. It was found that the reliability estimate was 0.90. For the purpose of this research, the data were analysed for frequencies, means and chi-square tests.

The following are a summary of the major findings:

1. The participants' health behaviors could be generally seen as 'routine.' Based on an analysis of specific aspects such as the needs to maintain good health (1) universal self – care requisites, (2) developmental self – care requisites and (3) health deviation self – care requisites, it was found that the relationship between their health behaviors and these aspects were parallel with their routine behaviors.

2. In regard to the relationship between all basic conditioning factors and their routine health behaviors, it was found that the housing location variables stood out as the most significant predictor of health behaviors of the staff. That is, it statistically correlated with (1) the overall universal self – care requisites, (2) developmental self – care requisites and (3) health deviation self – care requisites. Other variables such as gender, age, income and marital status were not found to be correlated with the staff's health behaviors both in the overall and specific aspects.

It was recommended that future research needs to compare the findings with other populations that also have a high level of education which may affect the way individuals look after their health. Furthermore, psychological factors such as perceived benefits of action for good health, perceived susceptibility and perceived severity and health motivation should also be taken into account.