

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคเรื้อรังซึ่งพบมากในผู้สูงอายุ มีผลกระทบทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม การมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสมจะช่วยลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นและส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม และศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูง ได้แก่ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งมารับการตรวจรักษาที่คลินิกโรคความดันโลหิตสูงของโรงพยาบาลอุดรดิตถ์ จำนวน 200 ราย เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามประกอบด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคม ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ทดสอบความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคของการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคมเท่ากับ .86, .78, .90 และ .93 ตามลำดับ ส่วนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมมีค่าความเชื่อมั่นจากการทดสอบซ้ำเท่ากับ .82 และในแต่ละด้านมากกว่า .70 ขึ้นไป วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาและวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการจัดการกับความเครียด อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ขณะที่ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย โภชนาการ และการเจริญทางจิตวิญญาณอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง

2. กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับสูง ในขณะที่การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

3. การรับรู้สมรรถนะแห่งตน การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงได้ร้อยละ 59.7 ($p < .001$)

ผลการวิจัยครั้งนี้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรด้านสุขภาพ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุโรคความดันโลหิตสูงปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสม โดยการเพิ่มการรับรู้สมรรถนะแห่งตนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคม และลดการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ABSTRACT

TE 158391

Hypertension is one of the most important chronic conditions commonly found in older persons. It can exert serious detrimental effects on the biopsychosocial well-being of the elderly. Health promoting behaviors can contribute to decrease the negative impacts of hypertension and increase the quality of life among the elderly. The purpose of this study was to describe levels of health promoting behaviors, perceived benefits of health promoting behaviors, perceived barriers to health promoting behaviors, perceived self-efficacy, and social support and to explore predicting factors of health promoting behaviors consisting of perceived benefits of health promoting behaviors, perceived barriers to health promoting behaviors, perceived self-efficacy, and social support to health promoting behaviors among the elderly with hypertension. The subjects were 200 elderly with hypertension attending the hypertensive clinic at Uttaradit hospital. Samples were selected by purposive sampling. The research instruments used for data collection were a questionnaire consisting of a Personal Data Recording Form, Health Promoting Behaviors Questionnaire, Perceived Benefits of Health Promoting Behaviors Questionnaire, Perceived Barriers to Health Promoting Behaviors Questionnaire, Perceived Self-efficacy Questionnaire, and Social Support Questionnaire. These questionnaires were reviewed by a panel of experts. The values of Cronbach's alpha coefficient were used in determining the reliability of

Perceived Benefits of Health Promoting Behaviors, Perceived Barriers to Health Promoting Behaviors, Perceived Self-efficacy of Health Promoting Behaviors, and Social Support and were .86, .78, .90 and .93, respectively. The reliability of the overall health promoting behaviors questionnaire using test-retest method was .82 and each aspect of health promoting behaviors questionnaire was at an acceptable level which was greater than .70. Data were analyzed using descriptive statistics, and stepwise multiple regression. The results revealed that :

1. The subjects had a moderately appropriate level of overall health promoting behaviors. Considering each aspect of such behaviors, it was found that interpersonal relations and stress management were at a highly appropriate level, whereas, health responsibility, physical activity, nutrition, and spiritual growth were at a moderately appropriate level;

2. The subjects had a high level of perceived benefits of health promoting behaviors, whereas, perceived barriers to health promoting behaviors, perceived self-efficacy of health promoting behaviors, and social support were at a moderate level; and

3. It was found that 59.7 percent of the variation of health promoting behaviors could be explained by perceived self-efficacy, perceived barriers to health promoting behaviors, and social support. ($p < .001$)

These findings could be used as basic data for health care providers to modify health promoting behaviors by enhancing perceived self-efficacy, social support, and reducing perceived barriers to health promoting behaviors among the elderly with hypertension.