

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบหาความสัมพันธ์เชิงทำนาย เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูป กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูป อำเภอสนักำแพง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 200 ราย เลือกโดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายตามสัดส่วนของสตรีที่ทำงานในแต่ละโรงงานตามคุณสมบัติที่กำหนด ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างเดือนมีนาคม ถึง เมษายน พ.ศ. 2544

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 5 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ แปลจากแบบแผนชีวิตส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Lifestyle Profile II) ของวอล์กเกอร์ และคณะ (Walker et al) โดยศิริมา วงศ์แหลมทอง (2542) ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย โภชนาการ การมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การเจริญทางจิตวิญญาณ และการจัดการกับความเครียด รวม 52 ข้อ แบบสอบถามส่วนนี้ได้รับอนุญาตให้ใช้ลิขสิทธิ์จากวอล์กเกอร์ (S. N. Walker, Personal Communication, September 28, 2000) และศิริมา วงศ์แหลมทอง มีลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ หาความเชื่อมั่นโดยวิธีทดสอบซ้ำและคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันได้เท่ากับ .93 ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 18 ข้อ มีลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .96 และค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ .89 ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 18 ข้อ มีลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 1.00 และค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ .86 ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตน จำนวน 54 ข้อ มีลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .88 และค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา

ของครอบครัวเท่ากับ .96 ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/FW โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล หาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการวิเคราะห์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ในการหาอำนาจการทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของการรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค และการรับรู้สมรรถนะแห่งตน

ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับไม่เหมาะสม เมื่อพิจารณาารายด้านพบว่า มีพฤติกรรมอยู่ในระดับไม่เหมาะสม ได้แก่ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย และโภชนาการ ส่วนด้านการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การเจริญทางจิตวิญญาณ และการจัดการกับความเครียด มีพฤติกรรมอยู่ในระดับเหมาะสม
2. กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนอยู่ในระดับสูง ในขณะที่การรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง
3. การรับรู้สมรรถนะแห่งตน การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สามารถทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 17.40 ($p < .01$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพไม่เหมาะสมในด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย และโภชนาการ ปัจจัยการรับรู้สมรรถนะแห่งตน การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้นผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้เพื่อส่งเสริมให้สตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูปมีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้อย่างเหมาะสม ดังนี้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. เป็นข้อมูลพื้นฐานแก่นุคลากรด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำข้อมูลมาวางแผนส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูปให้มีภาวะสุขภาพที่ดี
2. นุคลากรด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้อง ควรมีการให้ความรู้ คำปรึกษา และชี้แนะ เกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพแก่สตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูป เน้นเนื้อหาความรู้ในด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย และโภชนาการ

ด้านการบริหาร

เป็นแนวทางสำหรับผู้บริหารที่เกี่ยวข้อง ในการวางแผนส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูปให้มีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย และโภชนาการ

ด้านการวิจัย

ควรนำผลการวิจัยไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค และการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ในสตรีที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง

ข้อจำกัดของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าจังหวัดเชียงใหม่เท่านั้น ผลการวิจัยครั้งนี้อาจนำไปอ้างอิงถึงประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในภาคเหนือได้ แต่ไม่สามารถนำไปอ้างอิงถึงประชากรอื่นได้

2. แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เป็นแบบสอบถามที่ขออนุญาตการนำมาใช้จากต่างประเทศ จึงมีข้อคำถามบางข้อที่มีข้อความซับซ้อน เข้าใจยาก และด้วยข้อจำกัดในการดัดแปลงเครื่องมือ ทำให้ไม่สามารถปรับปรุงข้อคำถามบางข้อให้เหมาะสมกับวิถีชีวิตของคนไทย

3. แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตน เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของต่างประเทศ ข้อคำถามบางข้ออาจมีข้อความเข้าใจยาก และเพื่อให้ครอบคลุมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ต้องการศึกษา จึงทำให้มีข้อคำถามมากข้อ อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างเหนื่อยในการตอบแบบสอบถามที่ใช้เวลามาก และไม่เข้าใจข้อคำถามบางข้อ ทำให้ได้ข้อมูลไม่ตรงกับความเป็นจริง ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาซ้ำในกลุ่มตัวอย่างเดิม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

1. การรับรู้สมรรถนะแห่งตน การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สามารถทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 17.40 ($p < .01$) จึงควรมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพิ่มเติม เช่น ปัจจัยส่วนบุคคล อิทธิพลสถานการณ์ และอิทธิพลระหว่างบุคคล เป็นต้น
2. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพ ในประเด็นที่เกี่ยวกับแนวคิดหรือมุมมองเกี่ยวกับสุขภาพ และการส่งเสริมสุขภาพ
3. ศึกษาหารูปแบบส่งเสริมสุขภาพให้เหมาะสมกับสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม
4. ควรมีการพัฒนาปรับปรุงเครื่องมือประเมินพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค และการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตคนไทย
5. ควรมีการศึกษารับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค และการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ในแต่ละกิจกรรม เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพให้เหมาะสมต่อไป