

## สารบัญ

|                                              | หน้า |
|----------------------------------------------|------|
| กิตติกรรมประกาศ                              | ค    |
| บทคัดย่อภาษาไทย                              | ง    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ                           | ฉ    |
| สารบัญ                                       | ช    |
| สารบัญตาราง                                  | ญ    |
| สารบัญแผนภูมิ                                | ฎ    |
| บทที่ 1 บทนำ                                 |      |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา               | 1    |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย                      | 7    |
| สมมติฐานการวิจัย                             | 7    |
| ขอบเขตการวิจัย                               | 7    |
| คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย                  | 8    |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง       |      |
| พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ          | 9    |
| แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ                      | 21   |
| การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ   | 25   |
| ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ | 27   |
| ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ            |      |
| และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ                    |      |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย                         | 31   |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย                   |      |
| ลักษณะประชากรและกลุ่มตัวอย่าง                | 32   |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย                   | 33   |
| การควบคุมคุณภาพเครื่องมือ                    | 34   |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล                          | 35   |

สารบัญ (ต่อ)

|                                             | หน้า |
|---------------------------------------------|------|
| การวิเคราะห์ข้อมูล                          | 36   |
| บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล |      |
| ผลการวิเคราะห์ข้อมูล                        | 38   |
| การอภิปรายผล                                | 45   |
| บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ         |      |
| สรุปผลการวิจัย                              | 58   |
| ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย                | 59   |
| การนำผลการวิจัยไปใช้                        | 60   |
| ข้อจำกัดของการวิจัย                         | 61   |
| ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป            | 61   |
| เอกสารอ้างอิง                               | 62   |
| ภาคผนวก                                     | 73   |
| ก. การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง             | 74   |
| ข. ตัวอย่างเครื่องมือวิจัย                  | 75   |
| ค. การคำนวณดัชนีความตรงตามเนื้อหา           | 81   |
| ง. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ                      | 82   |
| ประวัติผู้เขียน                             | 83   |

## สารบัญตาราง

| ตาราง |                                                                                                                                                     | หน้า |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1     | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพสมรส                                                                                       | 39   |
| 2     | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา รายได้ ความเพียงพอของรายได้ และศาสนา                                                            | 40   |
| 3     | จำนวนและร้อยละของโรคประจำตัวของกลุ่มตัวอย่าง                                                                                                        | 41   |
| 4     | ช่วงคะแนน ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของ คะแนนการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ                       | 42   |
| 5     | ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ กับการรับรู้ ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพ | 43   |
| 6     | ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวทำนายกับ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ                                                                            | 44   |

## สารบัญแผนภูมิ

### แผนภูมิ

|                                           | หน้า |
|-------------------------------------------|------|
| 1 รูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ | 24   |
| 2 กรอบแนวคิดของการศึกษา                   | 31   |