



พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร
Weigh Control Behavior of Obesity Women in Working Age in Chumphon Province

อุมาพร พรหมหาญ
Umapon Pomhan

วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
Master of Science Program Thesis in Public Health
Phetchaburi Rajabhat University

2554

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ชื่อวิทยานิพนธ์ พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร
ผู้วิจัย นางสาวอุมพร พรหมหาญ
สาขาวิชา สาธารณสุขศาสตร์

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

คณะกรรมการสอบ

.....ประธานกรรมการ
(ดร.บุษราคัม ทรัพย์อุดมผล)

.....ประธานกรรมการ
(ดร.บุญสนอง ช่วยแก้ว)

.....กรรมการ
(ดร.บุษราคัม ทรัพย์อุดมผล)

.....กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
(ดร.บัวตั้น เขียรอรมณี)

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยรับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาโรช เสือกบัวขาว)
บัณฑิตศึกษา
ศูนย์จัดการศึกษานอกสถานที่ตั้ง

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิวัต กลิ่นงาม)
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ชื่อวิทยานิพนธ์ พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร
ผู้วิจัย นางสาวอุมาพร พรหมหาญ สาขาวิชา สาธารณสุขศาสตร์ พ.ศ. 2554

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับการรับรู้และความรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในพื้นที่จังหวัดชุมพร 2) ศึกษาระดับความเครียดของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในพื้นที่จังหวัดชุมพร 3) ศึกษาระดับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในพื้นที่จังหวัดชุมพร และ 4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนัก ความรู้ในการควบคุมน้ำหนัก ความเครียดกับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในพื้นที่จังหวัดชุมพร กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยได้จากการสุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรคำนวณของทาโรยามานะ คือ สตรีวัยทำงานอายุ 35 – 45 ปีที่มีภาวะอ้วนในพื้นที่จังหวัดชุมพร จำนวน 124 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลการวิจัย เป็นแบบสอบถามมาตรฐานส่วนประมาณค่า 3 ระดับ การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบสมมติฐานด้วยการทดสอบไคสแควร์ และหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า

1. การรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง และความรู้ในการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง
2. ความเครียดของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร โดยภาพรวมอยู่ในระดับปกติ
3. พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง
4. ปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ รายได้ ดัชนีมวลกาย และการรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนัก โดยรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกในทิศทางเดียวกันกับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05, 0.01 และ 0.05 ตามลำดับ ส่วนอายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ โรคประจำตัว และลักษณะ โครงร่างของร่างกาย ความรู้ ความเครียดในการควบคุมน้ำหนักตัว โดยรวมไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วน

Thesis Title : Weigh Control Behavior of Obesity Women in Working Age in Chumphon Province

Researcher : Miss Umapon Pomhan **Major :** Public Health **Year :** 2011

Abstract

The purposes of this research were to : 1) determine level of reception and knowledge of person over weigh control of obesity women in working age in Chumphon Province, 2) determine level of stress of the obesity women in working age in Chumphon Province, 3) examine level of behavior of the obesity women in working age in Chumphon Province and 4) identify relationship among personal factors, perception of person on weigh control, knowledge of weigh control, stress and behavior of obesity women in working age in Chumphon Province. The samples of this study were 124 working women in 35-45 years who were identified obesity drawn with Taro Yamane's formula. A 3-scale rating questionnaire was used for data collection. The data were analyzed with statistically to determine percentage, mean and standard deviation. The hypotheses were tested with Chi-square and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

The research results were as follows :

1. The obesity women in working age in Chumphon Province had the reception on weigh control at a high level but they had the knowledge of weigh control at a moderate level on the whole.
2. The stress of the obesity women in working age in Chumphon Province was at a normal level.
3. The weigh control behavior of the obesity women in working age in Chumphon Province on the whole was at a moderate level.
4. Factors of income, body mass index, and perception of the person on weigh control were related to weigh control behavior of the obesity women in working age on the whole significantly at 0.05, 0.01 and 0.05 level respectively, while age, marital status, educational level, occupation personal health problem, and body mass index were not significantly related to the weigh-control behavior of the obesity women in working age in Chumphon Province.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดีเพราะได้รับความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจาก ดร.บุษราคัม ทรัพย์อุดมผล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดร.บุญสนอง ช่วยแก้ว ประธานกรรมการสอบ และดร.บัวตั้น เขียวอารมณ์ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งคอยแนะนำ แก้ไขและให้ข้อเสนอแนะ ในการจัดทำวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ต้นจนสำเร็จด้วยความเรียบร้อย ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้ รวมถึงคณาจารย์ทุกท่านที่ประสาทวิชาให้

ขอขอบพระคุณ ดร.เสน่ห์ คำแพง ที่ให้ความกรุณาในการให้ข้อเสนอแนะทางสถิติและ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ

ขอขอบพระคุณ นางเดือนเพ็ญ เกียนบูน สาธารณสุขอำเภอทุ่งตะโก นายวิชาญ ไชยแขวง สาธารณสุขอำเภอพะโต๊ะ นางธีรวัลย์ แสงสุวรรณ นักวิชาการชำนาญการพิเศษ สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดชุมพร ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญอนุเคราะห์ตรวจสอบแบบสอบถามและกรุณาสละเวลาอันมีค่า ให้คำปรึกษาแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ทำให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบคุณ สาธารณสุขอำเภอทุกท่าน และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทุกแห่งในจังหวัดชุมพร ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดีทุกท่าน

ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงต่อคุณบิดา มารดา ครอบครัว ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่มีอาจะบุญนามได้ทั้งหมด ที่กรุณาให้กำลังใจช่วยเหลือและให้การส่งเสริมสนับสนุนด้วยดีตลอดมา จนทำให้การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี

อุมาพร พรหมหาญ

มกราคม 2554

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(3)
Abstract.....	(4)
กิตติกรรมประกาศ.....	(5)
สารบัญ.....	(6)
สารบัญตาราง.....	(8)
สารบัญภาพประกอบ.....	(10)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	4
ขอบเขตการวิจัย.....	5
คำนิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	8
ประโยชน์ของการวิจัย.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
ภาวະน้ำหนักรักกินในสตรีวัยทำงาน.....	11
แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ.....	15
การรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างของสตรีวัยทำงาน.....	22
พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีวัยทำงาน.....	27
ข้อมูลพื้นฐานของจังหวัดชุมพร.....	39
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	42
สรุปเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	46
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	47
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	47
เครื่องมือในการวิจัย.....	50

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	54
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	56
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
4 ผลการวิจัย.....	59
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล.....	60
ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยด้านการรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนัก ความรู้ในการควบคุมน้ำหนักตัว ความเครียดของสตรีวัยทำงานที่มี ภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร.....	62
ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐาน.....	77
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	98
สรุปผลการวิจัย.....	98
การอภิปรายผล.....	101
ข้อเสนอแนะ.....	106
บรรณานุกรม.....	108
ภาคผนวก.....	114
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย.....	115
ภาคผนวก ข ค่าความเที่ยงตรงของเนื้อหา.....	127
ประวัติผู้วิจัย.....	132

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า	
3.1	กลุ่มตัวอย่างประชากรสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนในจังหวัดชุมพร.....	49
3.2	การวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น.....	55
4.1	จำนวนและร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	60
4.2	จำนวนและร้อยละการรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนัก.....	62
4.3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนัก.....	63
4.4	จำนวนและร้อยละการรับรู้ด้านรูปร่างของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนของจังหวัดชุมพรจำแนกโดยรวม.....	63
4.5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ด้านรูปร่าง จำแนกตามรายชื่อ.....	64
4.6	จำนวนและร้อยละการรับรู้โอกาสการเกิดโรคจากภาวะอ้วน จำแนกโดยรวม.....	65
4.7	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้โอกาสการเกิดโรคจากภาวะอ้วน จำแนกตามรายชื่อ.....	65
4.8	จำนวนและร้อยละการรับรู้ความรุนแรงของภาวะอ้วนจำแนกโดยรวม.....	66
4.9	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ความรุนแรงของภาวะอ้วน จำแนกตามรายชื่อ.....	66
4.10	จำนวนและร้อยละการรับรู้ประโยชน์จากการมีพฤติกรรมการควบคุม น้ำหนัก จำแนกโดยรวม..	67
4.11	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ประโยชน์จากการมีพฤติกรรมการควบคุม น้ำหนัก จำแนกตามรายชื่อ.....	68
4.12	จำนวนและร้อยละการรับรู้อุปสรรคจากการมีพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก จำแนกโดยรวม.....	69
4.13	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้อุปสรรคจากการมีพฤติกรรมการควบคุม น้ำหนัก จำแนกตามรายชื่อ.....	69
4.14	จำนวนและร้อยละความรู้ในการควบคุมน้ำหนักตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกโดยรวม.....	70
4.15	จำนวนและร้อยละความรู้ในการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วน จำแนกตามรายชื่อ.....	71
4.16	จำนวนและร้อยละความเครียดของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนจำแนกโดยรวม.....	72

4.17	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเครียดของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วน.....	72
4.18	จำนวนและร้อยละพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วน ของจังหวัดชุมพร จำแนกโดยรวม.....	74
4.19	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรี วัยทำงานที่มีภาวะอ้วนจำแนกตามรายชื่อ.....	74
4.20	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกตามปัจจัยอายุกับพฤติกรรมกรรมการควบคุม น้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนจังหวัดชุมพร.....	77
4.21	ความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพสมรสกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรี วัยทำงานที่มีภาวะอ้วน.....	79
4.22	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรี วัยทำงานที่มีภาวะอ้วน.....	80
4.23	ความสัมพันธ์ระหว่างอาชีพกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัว ของสตรีวัยทำงาน ที่มีภาวะอ้วน.....	82
4.24	ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงาน ที่มีภาวะอ้วน.....	84
4.25	ความสัมพันธ์ระหว่างดัชนีมวลกายกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรี วัยทำงานที่มีภาวะอ้วน.....	86
4.26	ความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัว.....	88
4.27	ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะโครงสร้างกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัว.....	89
4.28	เปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ของบุคคลในการควบคุมน้ำหนักของสตรี วัยทำงานที่มีภาวะอ้วนกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัวด้วยค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน.....	91
4.29	เปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ในการควบคุมน้ำหนักตัวของสตรีวัยทำงาน ที่มีภาวะอ้วนกับพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัว ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ อย่างง่ายของเพียร์สัน.....	93
4.30	เปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดของสตรีวัยทำงานที่มีภาวะอ้วนกับ พฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักตัว ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน.....	94

สารบัญญภาพประกอบ

ภาพที่		หน้า
1.1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
2.1	แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพโดยเบคเกอร์และไมแมน	17
2.2	ที่ตั้งและอาณาเขต.....	40