

ชื่อวิทยานิพนธ์	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชากรวัยทอง ในอำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่
ผู้เขียน	นางสาวอุไรวรรณ วิชาลวณิชย์
สาขาวิชา	พยาบาลศาสตร์
ปีการศึกษา	2547

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงบรรยายครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชากรวัยทองในอำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 205 ราย ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอนจากประชากรวัยทองในอำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยมีค่าความตรงปรากฏของแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง ร้อยละ 99.7 และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้เท่ากับ ร้อยละ 99.3 และหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เท่ากับ 0.78 และ 0.91 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พิสัย และหาค่าความสัมพันธ์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 50.20 มีการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยรวมอยู่ในระดับดี โดยรับรู้ความสามารถของตนเองทั้งด้านทั่วไปและด้านสังคมอยู่ในระดับดี ร้อยละ 53.70 และ ร้อยละ 59.50 ตามลำดับ
2. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 52.20 มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี โดยมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรู้ดีมีคุณค่าในชีวิต ด้านการออกกำลังกาย ด้านการรับประทานอาหาร ด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ด้านการจัดการกับความเครียด อยู่ในระดับดีร้อยละ 55.60, 52.70, 50.20, 56.10 และร้อยละ 60.00 ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการดูแลรับผิดชอบต่อสุขภาพอยู่ในระดับไม่ดี ร้อยละ 57.10

3. การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญในระดับต่ำกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวม ($r = 0.22, p < 0.01$) และรายด้าน คือด้านความรู้สึกรู้สึกคุณค่าในชีวิต ($r = 0.21, p < 0.01$) ด้านการรับประทานอาหาร ($r = 0.16, p < 0.05$) ด้านการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ($r = 0.19, p < 0.01$) ด้านการจัดการกับความเครียด ($r = 0.21, p < 0.01$) และการรับรู้ความสามารถของตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการดูแลรับผิดชอบต่อสุขภาพและด้านการออกกำลังกาย

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะว่า พยาบาลควรส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชากรวัยทองให้มากขึ้น และให้มีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการดูแลรับผิดชอบต่อสุขภาพ และด้านการออกกำลังกาย

Thesis Title Relationships between Perceived Self - efficacy and Health - promoting Behaviors of a Transitional Aged Population in Klongtom District, Krabi Province

Author Miss Uraiwan Visanvanichaya

Major Program Nursing Science

Academic Year 2004

Abstract

The purpose of this descriptive study was to explore perceived self-efficacy, health - promoting behaviors, and the relationships between perceived self - efficacy and health - promoting behaviors of a transitional aged population in Klongtom District, Krabi Province. The 205 subjects were selected by multi - stage sampling technique. The data were collected using three sets of questions: personal information form, perceived self - efficacy questionnaire, and health - promoting behavior questionnaire. The questionnaires were validated and tested for internal consistency reliability. The face validity of perceived self - efficacy questionnaire and health - promoting behavior questionnaire were 99.7% and 99.3%. The Cronbach 's alpha coefficients were .78 and .91 respectively. The data were analyzed using frequency, percentage, mean, standard deviation, range. and Pearson 's product moment correlation coefficient.

The result revealed that.

1. The overall self - efficacy and self - efficacy of both subscales (general self-efficacy and social self - efficacy) were perceived at good level by most subjects 50.2%, 53.7%, and 59.5% respectively.

2. The overall health - promoting behaviors and 5 of 6 health - promoting behaviors (self - actualization, exercise, nutrition, interpersonal support, and stress management) were practised at good level by most of subjects 52.2%, 55.6%, 52.7%,

50.2%, 56.1% and 60.0%, respectively. However, health responsibility behavior was practised at poor level by most subject (57.1%).

3. Low positive relationships were found between perceived overall Self - efficacy and overall health - promoting behaviors ($r = 0.22$, $p < 0.01$) as well as between overall self - efficacy and 4 health - promoting behaviors: self – actualization ($r = 0.21$, $p < 0.01$), nutrition ($r = 0.16$, $p < 0.05$), interpersonal support ($r = 0.19$, $p < 0.01$), and stress management ($r = 0.21$, $p < 0.01$). There were no relationships between perceived overall self - efficacy and the other 2 health promoting behaviors: health responsibility and exercise.

The researcher suggests that nurses should promote perceived self - efficacy and health - promoting behaviors of a transitional aged population in order to facilitate the sustainability of their health - promoting behaviors especially health responsibility behavior and exercise.