

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงบรรยายเพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และปัจจัยบางประการในผู้ถูกควบคุมชายศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนภาคใต้ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ถูกควบคุมทั้งหมดในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนภาคใต้ ที่มีอายุ 18-24 ปี ช่วงเดือน กรกฎาคม 2547 จากจังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 76 คน และจังหวัด สงขลา จำนวน 90 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เป็นแบบสอบถามซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ และ คณะ (Pender, et al., 2002) เกี่ยวกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ 6 ด้าน ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามปัจจัยบางประการในผู้ถูกควบคุมชายศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนภาคใต้ ได้แก่ พฤติกรรมเกี่ยวข้องที่มีมาก่อน ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้ภาวะสุขภาพ และอิทธิพลระหว่างบุคคล ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำแบบสอบถามทั้งหมดให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และนำไปค่าความเที่ยงแบบความคงที่ภายในโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ในกลุ่มตัวอย่างที่มีความคล้ายคลึงกัน จำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยงแบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ, พฤติกรรมเกี่ยวข้องที่มีมาก่อน, และอิทธิพลระหว่างบุคคล เท่ากับ .82, .71, และ .78 ตามลำดับ นำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูล แล้ววิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกตามรายด้าน พบว่า พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่อยู่ในระดับดี ได้แก่ ด้านการออกกำลังกาย ด้านโภชนาการ ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านความรับผิดชอบต่อภาวะสุขภาพ ส่วนด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ และด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง

2. พฤติกรรมเดิมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี มีความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระดับสูง มีการรับรู้ภาวะสุขภาพในระดับดี นอกจากนี้อิทธิพลระหว่างบุคคลมีผลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในระดับมาก

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ เพื่อให้การสร้างเสริมสุขภาพของผู้ถูกควบคุมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนในภาคใต้ที่อยู่ในระดับที่ดีขึ้น

ด้านการปฏิบัติพยาบาล

1. พยาบาลร่วมกับสหวิชาชีพในการส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างเห็นความสำคัญต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างจริงจัง และสม่ำเสมอ
2. บุคลากรในศูนย์ฝึกควรปลูกฝังค่านิยมในการของการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ดี เพื่อให้ผู้ถูกควบคุมเกิดจิตสำนึก และ เห็นความสำคัญของการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ดี

ด้านการบริหารพยาบาล

นำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางการวางแผนงานในการส่งเสริมพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้ถูกควบคุมตามนโยบายของกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนภายใต้กฎระเบียบของศูนย์ฝึกต่อไป

ข้อจำกัดในการทำวิจัย

บริบทที่ศึกษามีข้อจำกัดในเรื่องการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน อาจทำให้มีผลต่อค่าของคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. นำกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ ศึกษาในกลุ่มผู้ถูกควบคุมทั่วประเทศทั้ง 10 เขต เพื่อนำผลการศึกษาไปอ้างอิงถึงประชากรในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนได้

2. ศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับเหตุผล หรือความคิดเห็นในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้ถูกควบคุมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก นำไปสู่การแก้ปัญหาอย่างยั่งยืนต่อไป
3. พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพภายใต้กฎเกณฑ์ โดยการมีส่วนร่วมของผู้ถูกควบคุม
4. ศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของประชากรกลุ่มนี้