

รายละเอียดการส่งผลงานนำเสนอ การประกวดผลงานวิชาการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุง

แบบฟอร์มบทความผลงาน

1. ประเภท Oral presentation 1.1 [ ] CQI (Clinic) 1.2 [ ] CQI (Non-Clinic) 1.3 [ ] R2R 1.4 [ ]  
วิจัยฉบับสมบูรณ์
2. ประเภท Poster presentation 2.1 [ ] CQI (Clinic) 2.2 [ ] CQI (Non-Clinic) 2.3 [ ] R2R 2.4  
[ / ] วิจัยฉบับสมบูรณ์
3. ประเภท หน่วยงาน 3.1 [ ] ระดับปฐมภูมิ(รพ.สต./ศสม.) 3.2 [ / ] ระดับทุติยภูมิ(รพช.) 3.3 [ ]  
หน่วยสนับสนุน(สสอ./สสจ.)
4. การเสนอผลงาน 4.1 [ / ] ไม่เคยนำเสนอ เผยแพร่มาก่อน 4.2 [ ] เคยเผยแพร่ (พัฒนาต่อยอด)  
4.3 [ ] ผลงานที่เคยได้รับรางวัลของ รพ.สต.-ศสม./รพช./สสอ.และ สสจ. 1)[ ] ชนะเลิศ 2)[ ] รอง  
ชนะเลิศอันดับหนึ่ง 3)[ ] รองชนะเลิศอันดับสอง 4)[ ] ชมเชย
5. ชื่อเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพ  
ประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง
6. ทีมผู้นำเสนอผลงานวิชาการ 1) นางวันทิพย์ นิมนวล ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ 2) นาง  
สุรัชต์ รักด้วง ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ 3) นางสุระชะฎา เวชรังสี ตำแหน่งพยาบาล  
วิชาชีพชำนาญการ
7. หน่วยงาน 1) [ ] รพ.สต./ศสม. 2) [ / ] รพช. 3) [ ] สสอ./สสจ. อำเภอควนขนุน
8. เบอร์โทร 093 579 0873 E-mail [wantip.n@gmail.com](mailto:wantip.n@gmail.com)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของ  
ผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน  
จังหวัดพัทลุง

นางวันทิพย์ นิ่มนวล  
นางสุรัชต์ รักด้วง  
นางสุระชะฎา เวชรังษี

### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ประชากรที่ศึกษาคือ ผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ในปีงบประมาณ 2562 จำนวน 314 คน ซึ่งคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรคำนวณของ Danaiel (2010) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 182 คน โดยผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามโดยใช้แบบสอบถามงานวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของบุคลากร โรงพยาบาลควนขนุน ของนางวันทิพย์ นิ่มนวล มีค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.89 และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า ปัจจัยนำด้านความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.001$ ) ปัจจัยนำด้านทัศนคติ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม ไม่พบความสัมพันธ์ทางสถิติ ( $p\text{-value} = 0.884$ ), ( $p\text{-value} = 0.069$ ) และ ( $p\text{-value} = 0.992$ ) ตามลำดับ

### ที่มาและความสำคัญ

ปัจจุบันการทำงานมีความจำเป็นที่ต้องแข่งกับเวลา ส่งผลให้ประชาชน ขาดการออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ รับประทานอาหารจานด่วน ประกอบกับมลพิษต่างๆในสิ่งแวดล้อมมีมากขึ้น การมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสม ผลที่ตามมาคือ การมีสุขภาพไม่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ และอาจนำไปสู่การเกิดโรคต่างๆ ตามมาในอนาคต เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคอัมพฤกษ์ โรคอัมพาต โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น(สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2553) ซึ่งโรคดังกล่าวข้างต้น สามารถป้องกันได้ด้วยการมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองให้ถูกต้องและเหมาะสม

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการตรวจสุขภาพที่ผ่านมา ของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน มีผลการตรวจสุขภาพในปี ๒๕๖๐ - ๒๕๖๒ พบว่า มีผู้รับบริการมาตรวจสุขภาพประจำปีจำนวน ๓๐๐, ๓๙๖ และ ๖๐๐ คน ตามลำดับ มีผลการตรวจสุขภาพดี ๑๒๔, ๑๗๘ และ ๓๑๒ คน ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ ๔๑.๓๔, ๔๔.๙๕ และ ๕๒.๐๐ ตามลำดับ ผลการตรวจสุขภาพผิดปกติ ๑๗๖, ๒๑๘ และ ๒๘๘ คน ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ ๕๘.๖๗, ๕๕.๐๕ และ ๔๘.๐๐ ตามลำดับ โดยผลการตรวจสุขภาพผิดปกติแยกเป็น ดัชนีมวลกายเกิน ๙๖, ๑๐๒ และ ๑๑๖ คน ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ ๓๒.๐๐, ๒๕.๗๖ และ ๑๙.๓๔ ตามลำดับ กลุ่ม

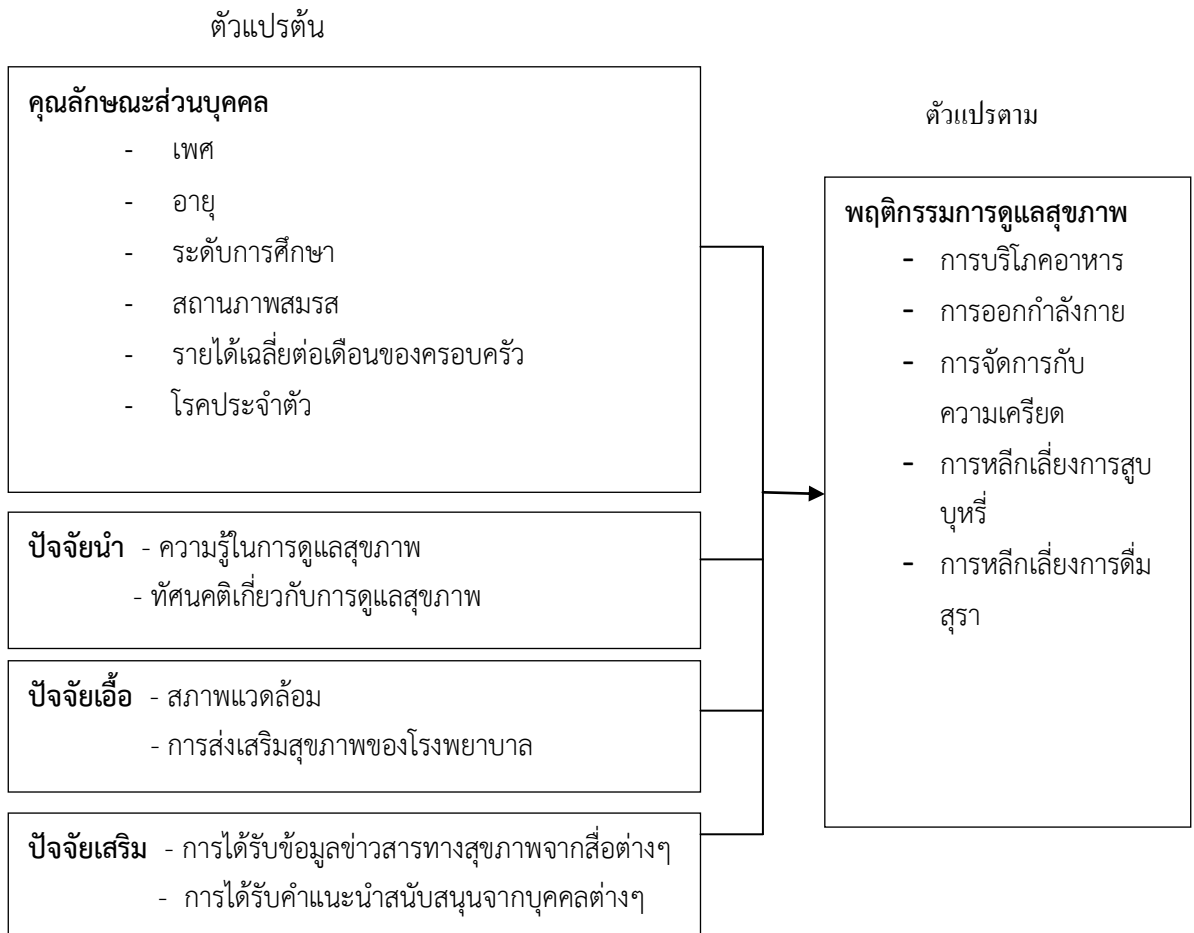
เสียงเบาหวาน ๓๔, ๒๕ และ ๓๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๓๔, ๖.๓๒ และ ๕.๓๔ ตามลำดับ พบเป็นโรคเบาหวาน ๓, ๑ และ ๒ คน ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ ๑.๐๐, ๐.๒๖ และ ๐.๓๔ ตามลำดับ กลุ่มเสียงความดันโลหิตสูง ๑๖, ๒๑ และ ๓๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๕.๓๔, ๕.๓๑ และ ๕.๑๗ ตามลำดับ และยังพบภาวะไขมันในเลือดสูง ๘๒, ๑๒๘ และ ๒๐๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๗.๓๔, ๓๒.๓๓ และ ๓๔.๐๐ ตามลำดับ (ข้อมูลจากระบบรายงานตรวจสุขภาพ, ๒๕๖๒)

จากข้อมูลข้างต้น จะเห็นได้ว่า ผลการตรวจสุขภาพพบผิดปกติ ค่าเฉลี่ย ๓ ปี ยังอยู่มากกว่าร้อยละ ๕๐ และยังมีการพบโรคเบาหวานรายใหม่ทั้ง ๓ ปี ประกอบกับยังพบภาวะไขมันในเลือดสูงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ดังนั้นการวิเคราะห์ให้ทราบถึงปัญหาที่แท้จริง รวมถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ย่นนำไปสู่การวางแผนพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพได้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ป้องกันและลดการเกิดโรคเรื้อรังต่างๆลงได้ ผู้วิจัยซึ่งมีบทบาทหน้าที่ในการให้บริการตรวจสุขภาพประจำปี รวมถึงการติดตามหลังจากตรวจสุขภาพ จึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน โดยผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดทฤษฎีทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม (จุฬารัตน์โสตะ, 2554) ในการศึกษาและจะนำผลการศึกษาไปเป็นแนวทางในพัฒนารูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ตรงกับบริบทของผู้รับบริการ ซึ่งจะนำไปสู่ความสามารถในการดูแลตนเองในด้านสุขภาพ ป้องกันการเกิดโรค รวมถึงทำให้การดำเนินงานด้านการให้บริการมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

#### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1) เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง
- 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง

## กรอบแนวคิด



## ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้ใช้รูปแบบการศึกษาแบบพรรณนา (Descriptive Study) ในกลุ่มประชากร คือ ผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ในปีงบประมาณ 2562 จำนวน 314 คน ซึ่งคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรคำนวณของ Danaiel (2010) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 173 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลในการส่งคืนแบบสอบถามเพิ่ม อีก 5 % ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 182 คน และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) โดยการจับฉลาก เพื่อเลือกเป็นตัวแทนในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 5 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 คุณลักษณะส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 ปัจจัยนำ ส่วนที่ 3 ปัจจัยเอื้อ ส่วนที่ 4 ปัจจัยเสริม และส่วนที่ 5 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน โดยใช้แบบสอบถามงานวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลควนขนุน ของนางวันทิพย์ นิ่มนวล มีค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.89

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และรายงานผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ 1) สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ค่าความถี่, ร้อยละ, ค่าเฉลี่ย, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน, ค่าสูงสุด และค่าต่ำสุด 2) ใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

(Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ 0.05

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และโรคประจำตัว (n=182)

| คุณลักษณะส่วนบุคคล |  | จำนวน | ร้อยละ |
|--------------------|--|-------|--------|
| เพศ                |  |       |        |
| ชาย                |  | 37    | 17.60  |
| หญิง               |  | 145   | 82.40  |

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และโรคประจำตัว (n=182) (ต่อ)

| คุณลักษณะส่วนบุคคล         |  | จำนวน | ร้อยละ |
|----------------------------|--|-------|--------|
| อายุ (ปี)                  |  |       |        |
| < 30                       |  | 28    | 15.38  |
| 30 – 50                    |  | 107   | 58.79  |
| > 50                       |  | 47    | 25.83  |
| Mean = 41.15, S.D.= 9.80   |  |       |        |
| Min = 21, Max = 59         |  |       |        |
| ระดับการศึกษา              |  |       |        |
| ปริญญาตรี                  |  | 166   | 91.21  |
| ปริญญาโทและสูงกว่า         |  | 16    | 8.79   |
| สถานภาพ                    |  |       |        |
| โสด                        |  | 48    | 26.37  |
| สมรส/อยู่ด้วยกัน           |  | 120   | 65.93  |
| หม้าย/หย่า/แยก             |  | 14    | 7.70   |
| รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (บาท) |  |       |        |
| < 15,000                   |  | 37    | 20.33  |
| 15,000 – 60,000            |  | 116   | 63.74  |

|                                   |     |       |
|-----------------------------------|-----|-------|
| > 60,000                          | 29  | 15.93 |
| Mean = 40,579.68, S.D.= 30,612.43 |     |       |
| Min = 12,000, Max = 250,000       |     |       |
| โรคประจำตัว                       |     |       |
| มี                                | 21  | 11.54 |
| ไม่มี                             | 161 | 88.46 |

**ตารางที่ 2** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยนำด้านความรู้ในการดูแล  
 สุขภาพ ของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควน  
 ขนุน จังหวัดพัทลุง (n=182)

| ปัจจัยนำ                   | ระดับปัจจัยนำ |        |               |        |               |        | Mean | S.D. |
|----------------------------|---------------|--------|---------------|--------|---------------|--------|------|------|
|                            | สูง           |        | ปานกลาง       |        | ต่ำ           |        |      |      |
|                            | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ |      |      |
| ความรู้ในการ<br>ดูแลสุขภาพ | 153           | 84.07  | 25            | 13.74  | 4             | 2.19   | 2.84 | 0.41 |

**ตารางที่ 3** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับ  
 การดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน  
 อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง (n=182)

| ปัจจัยนำ                          | ระดับปัจจัยนำ |        |               |        |               |        | Mean | S.D. |
|-----------------------------------|---------------|--------|---------------|--------|---------------|--------|------|------|
|                                   | สูง           |        | ปานกลาง       |        | ต่ำ           |        |      |      |
|                                   | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ |      |      |
| ทัศนคติเกี่ยวกับ<br>การดูแลสุขภาพ | 174           | 95.60  | 8             | 4.40   | -             | -      | 2.97 | 0.17 |

ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง (n=182)

| ปัจจัยเอื้อ                       | ระดับปัจจัยเอื้อ |              |               |             |               |          | Mean        | S.D.        |
|-----------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------|---------------|----------|-------------|-------------|
|                                   | สูง              |              | ปานกลาง       |             | ต่ำ           |          |             |             |
|                                   | จำนวน<br>(คน)    | ร้อยละ       | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ      | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ   |             |             |
| สภาพแวดล้อม<br>ภายในโรงพยาบาล     | 111              | 60.99        | 71            | 39.01       | -             | -        | 2.61        | 0.49        |
| การส่งเสริมสุขภาพ<br>ของโรงพยาบาล | 69               | 37.91        | 113           | 62.09       | -             | -        | 2.38        | 0.49        |
| <b>ภาพรวมของ<br/>ปัจจัยเอื้อ</b>  | <b>180</b>       | <b>98.90</b> | <b>3</b>      | <b>1.10</b> | <b>-</b>      | <b>-</b> | <b>2.98</b> | <b>0.13</b> |

ตารางที่ 5 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง (n=182)

| ปัจจัยเสริม                                         | ระดับปัจจัยเสริม |              |               |              |               |          | Mean        | S.D.        |
|-----------------------------------------------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------|-------------|-------------|
|                                                     | สูง              |              | ปานกลาง       |              | ต่ำ           |          |             |             |
|                                                     | จำนวน<br>(คน)    | ร้อยละ       | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ       | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ   |             |             |
| การได้รับข้อมูล<br>ข่าวสารทางสุขภาพ<br>จากสื่อต่างๆ | 55               | 30.22        | 127           | 69.78        | -             | -        | 2.30        | 0.46        |
| การได้รับคำแนะนำ<br>สนับสนุนจาก<br>บุคคลต่างๆ       | 60               | 32.97        | 122           | 67.07        | -             | -        | 2.39        | 0.47        |
| <b>ภาพรวมของปัจจัย<br/>เสริม</b>                    | <b>47</b>        | <b>25.82</b> | <b>135</b>    | <b>74.18</b> | <b>-</b>      | <b>-</b> | <b>2.25</b> | <b>0.43</b> |

ตารางที่ 6 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง โดยรวม (n=182)

| พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ              | ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ |              |               |              |               |          | Mean        | S.D.        |
|------------------------------------|----------------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------|-------------|-------------|
|                                    | สูง                        |              | ปานกลาง       |              | ต่ำ           |          |             |             |
|                                    | จำนวน<br>(คน)              | ร้อยละ       | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ       | จำนวน<br>(คน) | ร้อยละ   |             |             |
| การบริโภคอาหาร                     | 69                         | 37.91        | 110           | 60.44        | 2             | 1.10     | 2.36        | 0.51        |
| การออกกำลังกาย                     | 23                         | 12.64        | 137           | 75.27        | 22            | 12.09    | 1.99        | 0.48        |
| การจัดการความเครียด                | 128                        | 70.33        | 53            | 29.12        | 1             | 0.55     | 2.70        | 0.47        |
| การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่          | 152                        | 83.52        | 19            | 10.44        | 11            | 6.04     | 2.79        | 0.53        |
| การหลีกเลี่ยงการดื่มสุรา           | 149                        | 81.87        | 26            | 14.29        | 7             | 3.85     | 2.80        | 0.48        |
| <b>ภาพรวมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ</b> | <b>139</b>                 | <b>76.37</b> | <b>43</b>     | <b>23.63</b> | <b>-</b>      | <b>-</b> | <b>2.77</b> | <b>0.42</b> |

ตารางที่ 7 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ระหว่าง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง

| ปัจจัย                        | ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ             |              |                          |
|-------------------------------|----------------------------------------|--------------|--------------------------|
|                               | สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r) | p-value      | ระดับความสัมพันธ์        |
| <b>ปัจจัยนำ</b>               |                                        |              |                          |
| ด้านความรู้                   | 0.287                                  | <0.001**     | มีความสัมพันธ์           |
| ด้านทัศนคติ                   | - 0.011                                | 0.884        | ไม่มีความสัมพันธ์        |
| <b>ปัจจัยเอื้อ</b>            | <b>0.139</b>                           | <b>0.069</b> | <b>ไม่มีความสัมพันธ์</b> |
| ด้านสภาพแวดล้อมภายในโรงพยาบาล | 0.044                                  | 0.572        | ไม่มีความสัมพันธ์        |



|                                                         |              |              |                          |
|---------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------------------|
| การส่งเสริมสุขภาพของ<br>โรงพยาบาล                       | - 0.028      | 0.712        | ไม่มีความสัมพันธ์        |
| <b>ปัจจัยเสริม</b>                                      | <b>0.127</b> | <b>0.992</b> | <b>ไม่มีความสัมพันธ์</b> |
| ด้านการได้รับข้อมูล<br>ข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อ<br>ต่างๆ | - 0.006      | 0.944        | ไม่มีความสัมพันธ์        |
| ด้านการได้รับคำแนะนำ<br>สนับสนุนจากบุคคลต่างๆ           | 0.058        | 0.456        | ไม่มีความสัมพันธ์        |

\* ค่าระดับนัยสำคัญ น้อยกว่า 0.05

\*\* ค่าระดับนัยสำคัญ น้อยกว่า 0.001

### ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล ของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง จำนวน 182 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 79.67) และมีเพศชาย ร้อยละ 20.33 เมื่อพิจารณาช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 30-50 ปี (ร้อยละ 58.79) โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย 41.15 ปี (S.D.= 9.80) อายุสูงสุด 59 ปี และอายุต่ำสุด 21 ปี กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 91.21) และมีเพียงร้อยละ 8.79 จบการศึกษาปริญญาโทและสูงกว่า สำหรับสถานภาพสมรส พบว่า ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 65.93) รองลงมาคือสถานภาพโสด (ร้อยละ 26.37) และมีเพียงร้อยละ 7.70 ที่มีสถานภาพ หม้าย/หย่า/แยก สำหรับรายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ระหว่าง 15,000-60,000 (ร้อยละ 63.74) รายได้สูงสุด 250,000 บาท และต่ำสุด 15,000 บาท โดยเฉลี่ยมีรายได้เท่ากับ 40,579.68 บาท (S.D.= 30,612.43) ในส่วนโรคประจำตัวพบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 88.46) และมีเพียงร้อยละ 11.54 ที่มีโรคประจำตัว

ปัจจัยนำ เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านความรู้ในการดูแลสุขภาพส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 84.07) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 13.74) และอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 2.19) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.84 (S.D.= 0.41) ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 95.60) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 4.40) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.97 (S.D.= 0.17) ตามลำดับ

ปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพในภาพรวมอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 98.90) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 1.10) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.98 (S.D.= 0.13) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านสภาพแวดล้อมภายในโรงพยาบาล ส่วนใหญ่อยู่ใน ระดับสูง (ร้อยละ 60.99) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 39.01) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.61 (S.D.= 0.49) ด้านการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาล พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 62.09) รองลงมาคือ ระดับสูง (ร้อยละ 37.91) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.38 (S.D.= 0.49) ตามลำดับ

ปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 74.18) รองลงมาคือระดับสูง (ร้อยละ 25.82) โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.25 (S.D.= 0.43) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆ พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 69.78) รองลงมาคือระดับสูง (ร้อยละ 30.22) โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.30 (S.D.=0.46) ด้านการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.03) รองลงมาคือระดับสูง (ร้อยละ 32.97) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.39 (S.D.= 0.47) ตามลำดับ

ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ในภาพรวมอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 76.37) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 23.63) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.77 (S.D.= 0.42) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านการบริโภคอาหาร พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 60.44) รองลงมาคือระดับสูง (ร้อยละ 37.91) และระดับต่ำ (ร้อยละ 1.65) ตามลำดับ โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.36 (S.D.= 0.51) ด้านการออกกำลังกาย พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 75.27)รองลงมาคือระดับสูง (ร้อยละ 12.64) และระดับต่ำ (ร้อยละ 12.09) ตามลำดับ โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 1.99 (S.D.= 0.48) ด้านการจัดการความเครียด พบว่า มีระดับการปฏิบัติส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 70.33) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 29.12) และระดับต่ำ(ร้อยละ 0.55) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.70 (S.D.= 0.47) ด้านการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับการปฏิบัติ อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 83.52) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 10.44) และระดับต่ำ (ร้อยละ 6.04) ตามลำดับ โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.79 (S.D.= 0.53) ด้านการหลีกเลี่ยงการดื่มสุรา พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับการปฏิบัติ อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 81.87) รองลงมาคือระดับปานกลาง (ร้อยละ 14.29) และระดับต่ำ (ร้อยละ 3.85) โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.80 (S.D.= 0.48) ตามลำดับ

ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติกับ 0.05 พบว่า ปัจจัยนำ ด้านความรู้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = 0.287$ ,  $p\text{-value} < 0.001$ ) ด้านทัศนคติ ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = -0.011$ ,  $p\text{-value} = 0.884$ ) ปัจจัยเอื้อ ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของบุคลากรโรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.139$ ,  $p\text{-value} = 0.069$ ) พิจารณารายด้านพบว่า ด้านสภาพแวดล้อมของโรงพยาบาลและด้านการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาล ไม่มีความสัมพันธ์ กับ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.044$ ,  $p\text{-value} = 0.572$ ;  $r = -0.028$ ,  $p\text{-value} = 0.712$  ตามลำดับ) ปัจจัยเสริม ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.127$ ,  $p\text{-value} = 0.992$ ) พิจารณารายด้านพบว่า ด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆและด้านการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษ์สุขภาพ

โรงพยาบาลขอนแก่น อำเภอขอนแก่น จังหวัดพัทลุง ( $r = -0.006$ ,  $p\text{-value} = 0.944$ ;  $r = -0.058$ ,  $p\text{-value} = 0.456$  ตามลำดับ)

## การอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้อภิปรายผลวิจัย ตามสมมุติฐานในการวิจัย ดังนี้

**สมมุติฐานที่ 1** ปัจจัยนำ มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลขอนแก่น อำเภอขอนแก่น จังหวัดพัทลุง

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย พบว่า ปัจจัยนำมีความสัมพันธ์บางส่วนกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลขอนแก่น อำเภอขอนแก่น จังหวัดพัทลุง จากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายจำแนกปัจจัยนำรายด้าน

ด้านความรู้ในการดูแลสุขภาพ มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลขอนแก่น อำเภอขอนแก่น จังหวัดพัทลุง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = 0.287$ ,  $p\text{-value} < 0.001$ ) ซึ่งจากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ในการดูแลสุขภาพส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 85.80 ( $\bar{X} = 2.84$ ,  $S.D. = 0.41$ ) และกลุ่มตัวอย่างจบการศึกษาปริญญาตรี ร้อยละ 91.21 และปริญญาโท ร้อยละ 8.79 ซึ่งสอดคล้องกับ Bloom (1975) พบว่า พฤติกรรมด้านความรู้ที่มีขั้นตอนของความสามารถทางด้านความรู้ การใช้ความคิด และพัฒนาการทางด้านสติปัญญาจากง่ายไปหายาก และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดี จากการจดจำ การเข้าใจ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การประเมินและการนำไปใช้ และสอดคล้องกับแนวคิดของ Green (1980) ที่ว่า ความรู้เป็นปัจจัยพื้นฐานที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล แสดงให้เห็นว่าหากผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลขอนแก่นมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่ดีก็จะส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพที่ดีด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ศราวุธ สิงห์ช่างชัย (2556) ที่พบว่า ปัจจัยนำด้านความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีกโรงพยาบาลวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $r = 0.153$ ,  $p\text{-value} = 0.044$ ) ซึ่งตรงกับการศึกษาของ สไบทิพย์ เขียวอรุณ (2552) ที่พบว่า ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้มารับบริการ ณ ห้องตรวจอายุรกรรม โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ( $r = 0.272$ ,  $p\text{-value} < 0.000$ )

ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกรักษาสุขาภาพ โรงพยาบาลขอนแก่น อำเภอขอนแก่น จังหวัดพัทลุง ( $r = -0.011$ ,  $p\text{-value} = 0.884$ ) จากข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลพบว่ากลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ร้อยละ 88.46 ไม่มีโรคประจำตัวใดๆ ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างเหล่านี้มี ความตระหนักและรับรู้ความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยน้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ จุฬารณย์ โสตะ(2554) ที่พบว่า โรคประจำตัวเป็นปัจจัยเสี่ยงทางสรีระภาพ ที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมสุขภาพ โดยจะส่งผลให้มีความตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเองเมื่อเป็นโรคเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับทัศนคติที่พบว่า ความตระหนักและการรับรู้เป็นรากฐานของทัศนคติ Roger (1978 อ้างอิงใน สุรพงษ์ โสณะเสถียร, 2533) สอดคล้องกับการศึกษาของ รัชดา คำมณี, จรัส อติวิทยาภรณ์ และอมลวรรณ วีระธรรมโม (2556) พบว่าบุคลากรสาธารณสุขที่มีโรคประจำตัวจะมีความเครียด จึงมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพ

ตนเองตามคำแนะนำของแพทย์ ตามความรู้ความสามารถของตนเองเพื่อให้ตนเองมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี และสอดคล้องกับแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 2006) ที่กล่าวว่า เมื่อเกิดความเจ็บป่วยจะช่วยให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะยกระดับภาวะพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น

### **สมมุติฐานที่ 2 ปัจจัยเอื้อมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง**

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย พบว่า ปัจจัยเอื้อ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.139$ ,  $p\text{-value} = 0.069$ ) จากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายจำแนกปัจจัยเอื้อรายด้าน

ด้านสภาพแวดล้อมในโรงพยาบาล ไม่มีความสัมพันธ์ กับ พฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.044$ ,  $p\text{-value} = 0.572$ ) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ภคพงศ์ วิเศษสินธุ์ (2553) ที่พบว่า ปัจจัยเอื้อด้านสภาพแวดล้อมด้านสถานที่ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรสายสนับสนุนของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และแตกต่างกับการศึกษาของ พิชานัน ตอนแรม (2556) ที่พบว่า ปัจจัยเอื้อด้านสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของบุคลากรเรือนจำพิเศษธนบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ( $r = 0.321$ ,  $p\text{-value} < 0.01$ )

ด้านการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาล ไม่มีความสัมพันธ์ กับ พฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง( $r=-0.028$ ,  $p\text{-value} = 0.712$ ) จากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ว่า โรงพยาบาลยังมีการให้ความรู้แก่ผู้รับบริการตรวจสุขภาพในเรื่องการออกกำลังกายน้อย ( $\bar{X}=3.16$ ,  $S.D.=0.86$ ) และอันดับรองลงมาคือ การให้ความรู้ในเรื่องอาหาร ( $\bar{X}=3.26$ ,  $S.D.=0.85$ ) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Green (1980) ที่ว่า ความรู้เป็นปัจจัยพื้นฐานที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล และปัจจัยด้านความรู้ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลและจากงานวิจัยยังพบว่า ปัจจัยเอื้อด้านการส่งเสริมสุขภาพส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}=2.38$ ,  $S.D.=0.49$ ) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิชานัน ตอนแรม (2556) ที่พบว่า ปัจจัยเอื้อด้านการส่งเสริมสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของบุคลากรเรือนจำพิเศษธนบุรี ( $r = 0.096$ ,  $p\text{-value} = 0.197$ ) โดยมีปัจจัยเอื้อด้านการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

### **สมมุติฐานที่ 3 ปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง**

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ปัจจัยเสริม ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.127$ ,  $p\text{-value} = 0.992$ ) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับสหปัจจัย (Multiple Causal Assumption) ที่ว่าพฤติกรรมของบุคคลมีสาเหตุจากทั้งปัจจัยภายในบุคคลและ

ปัจจัยภายนอกบุคคล ซึ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล เช่น ความรู้ องค์กรประกอบทางชีวสังคม เป็นต้น (Green, 1980) จากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายจำแนกปัจจัยเสริมรายด้าน

ด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆ ไม่มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = -0.006$ ,  $p\text{-value} = 0.944$ ) จากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ว่า ผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพโรงพยาบาลควนขนุนได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพทางวิทยุกระจายเสียง ( $\bar{X} 3.08$ ,  $S.D.=0.90$ ) และการได้รับข้อมูลข่าวสารสุขภาพจากการประชุมวิชาการน้อย ( $\bar{X}=3.11$ ,  $S.D.=0.80$ ) ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการดูแลตนเองคือ ประสบการณ์สำคัญในชีวิต เช่น ประสบการณ์ในการอบรมประชุม จะทำให้บุคคลมีความสามารถในการดูแลตนเองได้มากขึ้น (จุฬารัตน์ โสตะ, 2554) และยังพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}=2.30$ ,  $S.D.=0.46$ ) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พิษานัน ตอนแรม (2556) ที่พบว่า ปัจจัยเสริมด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของบุคลากรเรือนจำพิเศษธนบุรี ( $r = 0.128$ ,  $p\text{-value} = 0.086$ ) โดยมีปัจจัยเอื้อด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

ด้านการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ ไม่มีความสัมพันธ์ กับ พฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ( $r = 0.058$ ,  $p\text{-value} = 0.456$ ) จากข้อมูลวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีข้อความการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรี่ ( $\bar{X}=2.91$ ,  $S.D.=1.21$ ) และจากบุคคลในครอบครัว ( $\bar{X}=3.08$ ,  $S.D.=1.29$ ) ในระดับน้อย แต่เมื่อดูจากระดับพฤติกรรมดูแลสุขภาพการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และการดื่มสุราระดับสูง จะเห็นได้ว่าแม่จะได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ น้อย ก็ไม่ได้ทำให้มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพน้อยตามไปด้วย ดังนั้นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพอาจจะเกิดจากปัจจัยอื่นๆ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ปาหนัน พิษยภิญโญ, ภัทรพร ชูประพันธ์ และวีณา เทียงธรรม (2557) ที่พบว่า ประสบการณ์ในการเลี้ยงลูก มีความสัมพันธ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ของแม่ในเขตภาคกลางตอน ล่าง ถึงแม่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลอื่นๆ เพียงเล็กน้อยก็ตามและสอดคล้องกับแนวคิดของ เพนเดอร์ (2006) ที่กล่าวว่าองค์ประกอบหลักในการส่งเสริมสุขภาพคือประสบการณ์ของบุคคลซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมเดิมที่เกี่ยวข้องในอดีตมีผลโดยตรงและโดยอ้อมในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

### ข้อเสนอแนะ

ควรพัฒนาด้านการให้ความรู้แก่ผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี เพื่อจะได้ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพที่ดียิ่งขึ้นและควรมีการศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ โรงพยาบาลควนขนุน อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง เช่น แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ ค่านิยม การเข้าถึงบริการทางสุขภาพ ซึ่งจะทำให้ทราบถึงปัจจัยต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มขึ้น เพื่อนำผลประยุกต์ใช้ในการจัดทำโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อใช้ในการดูแลสุขภาพของผู้รับบริการที่ตรวจสุขภาพประจำปี คลินิกโรคสุขภาพ ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

## บรรณานุกรม

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2545). **คู่มือแนะนำการกินอาหารของคนไทย**. กรุงเทพฯ: กองโภชนาการ.
- จุฬารัตน์ โสตะ. (2554). **แนวคิด ทฤษฎี และการประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ** (พิมพ์ครั้งที่ 3). ขอนแก่น: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ฐปัทม์ อินทรสาลี. (2552). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติของอาสาสมัครสาธารณสุขในเทศบาลนครนนทบุรี**. ค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2561, จาก [http://tdc.thailis.or.th/tdc//search\\_result.php](http://tdc.thailis.or.th/tdc//search_result.php)
- ปาหนัน พิษกัญญา, ภัทรพร ชูประพันธ์ และวิภา เทียงธรรม. (2557). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ของแม่ในเขตภาคกลางตอนล่าง**. ค้นเมื่อวันที่ 28 พฤษภาคม 2562, จาก <https://gsbooks.gs.kku.ac.th/57/grc15/files/mmp73.pdf>
- พิชานัน ตอนแรม. (2556). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของบุคลากรเรือนจำพิเศษธนบุรี**. ค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2562, จาก [http://tdc.thailis.or.th/tdc//search\\_result.php](http://tdc.thailis.or.th/tdc//search_result.php)
- ภคพงศ์ วิเศษสินธุ์. (2553). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรสายสนับสนุนของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**. ค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2562, จาก <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/36350>
- รัชตา ดำฉวี, จรัส อติวิทยากรณ์และอมลวรรณ วีระธรรมโม. (2556). **พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของบุคลากรสาธารณสุข**. ค้นเมื่อ 28 พฤษภาคม 2562, จาก [file:///C:/Users/Administration/Downloads/24122-30872-1-PB%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Administration/Downloads/24122-30872-1-PB%20(3).pdf)
- โรงพยาบาลควนขนุน. (2562). **สรุปผลการตรวจสุขภาพประจำปี**. พัทลุง: โรงพยาบาลควนขนุน.
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2553). **ภาวะไขมันในเลือดสูง**. ค้นเมื่อ 15 มิถุนายน 2562, จาก <http://www.agingthai.org/page/705>
- สไบทิพย์ เขียวอรุณ. (2552). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้มารับบริการ ห้องตรวจอายุรกรรม โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช กรุงเทพมหานคร**. ค้นเมื่อ 15 พฤศจิกายน 2562, จาก [http://tdc.thailis.or.th/tdc//search\\_result.php](http://tdc.thailis.or.th/tdc//search_result.php)
- สมสมัย สุธีรคานต์ และวัชรีย์ จงไพบูลย์พัฒนนะ. (2552). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพฝ่ายบริการพยาบาล โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยของรัฐ**. ค้นเมื่อ 28 พฤษภาคม 2562, จาก <http://kb.psu.ac.th/psukb/bitstream/2010/8656/1/350176.pdf>
- สุรพงษ์ โสธนะเสถียร. (2533). **การสื่อสารกับสังคม**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Bloom, B. S. (1975). **Taxonomy of Education Objective Headbook I; Cognitive Domain**. New York: David Mckay.
- Daniel, W.W.(2010). **Biostatistics: Basic Concepts and Methodology for the Health Sciences**. New York: John Wiley & Sons.
- Green, L.W.(1980). **Health Education Planning: A Diagnostic Approach**. California: Mayfield.

Pender, Murdaugh, C.L. & Parsons, M.A. , (2006). **Health Promotion in Nursing Practice.** 5<sup>nd</sup> ed. New Jersey: Pearson Education, Inc.