

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญตารางภาคผนวก	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	4
ขอบเขตของการศึกษา	4
คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ	6
แนวคิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ	12
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	28
กรอบแนวคิดในการศึกษา	29
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	
ประชากรและกลุ่มประชากรที่ศึกษา	30
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	31
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	32

สารบัญ (ต่อ)

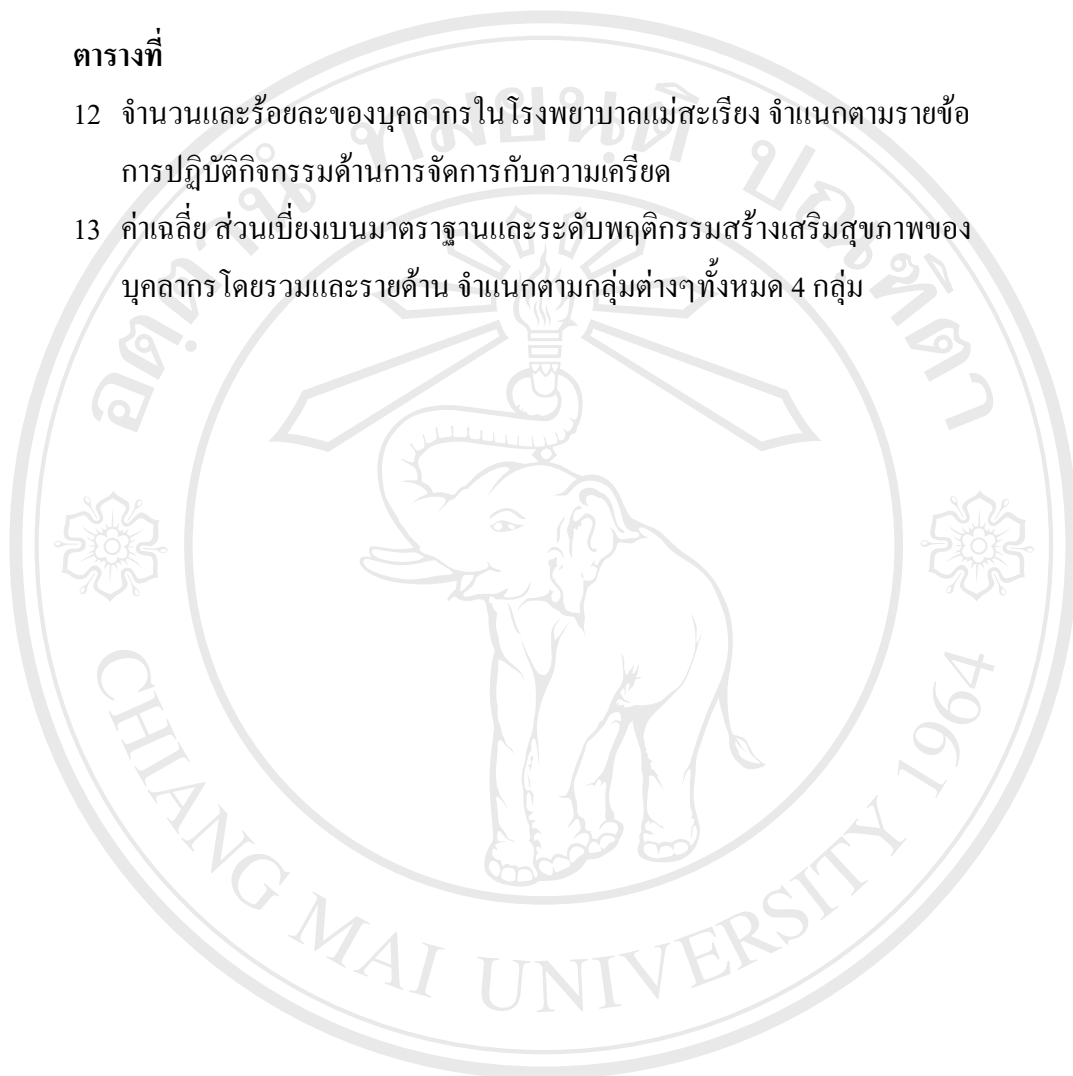
	หน้า
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา (ต่อ)	
การเก็บรวบรวมข้อมูล	32
การวิเคราะห์ข้อมูล	33
บทที่ 4 ผลการศึกษา	34
บทที่ 5 สรุปอภิปรายผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการศึกษา	63
อภิปรายผลการศึกษา	66
ข้อเสนอแนะในการนำผลของศึกษาไปใช้	78
ข้อเสนอแนะในการทำศึกษาครั้งต่อไป	78
ข้อจำกัดในการศึกษา	79
เอกสารอ้างอิง	80
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	85
ภาคผนวก ข การคำนวณดัชนีความตรงตามเนื้อหา	95
ภาคผนวก ค ตารางภาคผนวก	97
ภาคผนวก ง ราชนามผู้ทรงคุณวุฒิ	121
ประวัติผู้เขียน	122

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียงจำแนกตามลักษณะกลุ่ม เพศ อายุ สถานภาพสมรส	36
2. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียงจำแนกตามลักษณะกลุ่ม ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือนและความเพียงพอของรายได้ในแต่ละเดือน	38
3. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียงจำแนกตามลักษณะกลุ่ม ประสบการณ์การทำงาน ลักษณะงานที่ทำ งานที่ทำนอกเหนือจากงานประจำ	41
4. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียงจำแนกตามลักษณะกลุ่มดัชนีมวลกาย	44
5. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียงจำแนกตามลักษณะกลุ่มอาการไม่สุขสบายหรือมีโรคประจำตัว	48
6. ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรทั้งหมดโดยภาพรวมและรายด้าน	50
7. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง จำแนกตามรายข้อ การปฏิบัติกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	52
8. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง จำแนกตามรายข้อการปฏิบัติ ด้านกิจกรรมทางกาย	54
9. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง จำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านโภชนาการ	56
10. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง จำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	58
11. จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง จำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ	58

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
12 จำนวนและร้อยละของบุคลากรในโรงพยาบาลแม่สะเรียง จำแนกตามรายชื่อ การปฏิบัติกิจกรรมด้านการจัดการกับความเครียด	60
13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของ บุคลากรโดยรวมและรายด้าน จำแนกตามกลุ่มต่างๆทั้งหมด 4 กลุ่ม	62



สารบัญตารางภาคผนวก

ตารางที่	หน้า
1. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้รักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	97
2. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้รักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติ ด้านกิจกรรมทางกาย	98
3. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้รักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านโภชนาการ	99
4. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้รักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	100
5. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้รักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ	101
6. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้รักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านการจัดการกับความเครียด	102
7. จำนวนและร้อยละของกลุ่มพยาบาลจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	103
8. จำนวนและร้อยละของกลุ่มพยาบาลจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติ ด้านกิจกรรมทางกาย	104
9. จำนวนและร้อยละของกลุ่มพยาบาลจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติ กิจกรรมด้านโภชนาการ	105
10. จำนวนและร้อยละของกลุ่มพยาบาลจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติ กิจกรรมด้านด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	106
11. จำนวนและร้อยละของกลุ่มพยาบาลจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ	107
12. จำนวนและร้อยละของกลุ่มพยาบาลจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรม ด้านการจัดการกับความเครียด	108

สารบัญตารางภาคผนวก(ต่อ)

ตารางที่	หน้า
13. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	109
14. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติด้านกิจกรรมทางกาย	110
15. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านโภชนาการ	111
16. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านความสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล	112
17. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ	113
18. จำนวนและร้อยละของกลุ่มผู้สนับสนุนการรักษาจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านการจัดการกับความเครียด	114
19. จำนวนและร้อยละของกลุ่มลูกจ้างจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	115
20. จำนวนและร้อยละของกลุ่มลูกจ้างจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติด้านกิจกรรมทางกาย	116
21. จำนวนและร้อยละของกลุ่มลูกจ้างจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านโภชนาการ	117
22. จำนวนและร้อยละของกลุ่มลูกจ้างจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล	118
23. จำนวนและร้อยละของกลุ่มลูกจ้างจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ	119
24. จำนวนและร้อยละของกลุ่มลูกจ้างจำแนกตามรายข้อการปฏิบัติกิจกรรมด้านการจัดการกับความเครียด	120