

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน อำเภอเสริมงาม
จังหวัดลำปาง

ผู้เขียน นางอรนุช ดวงเบ็ญ

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

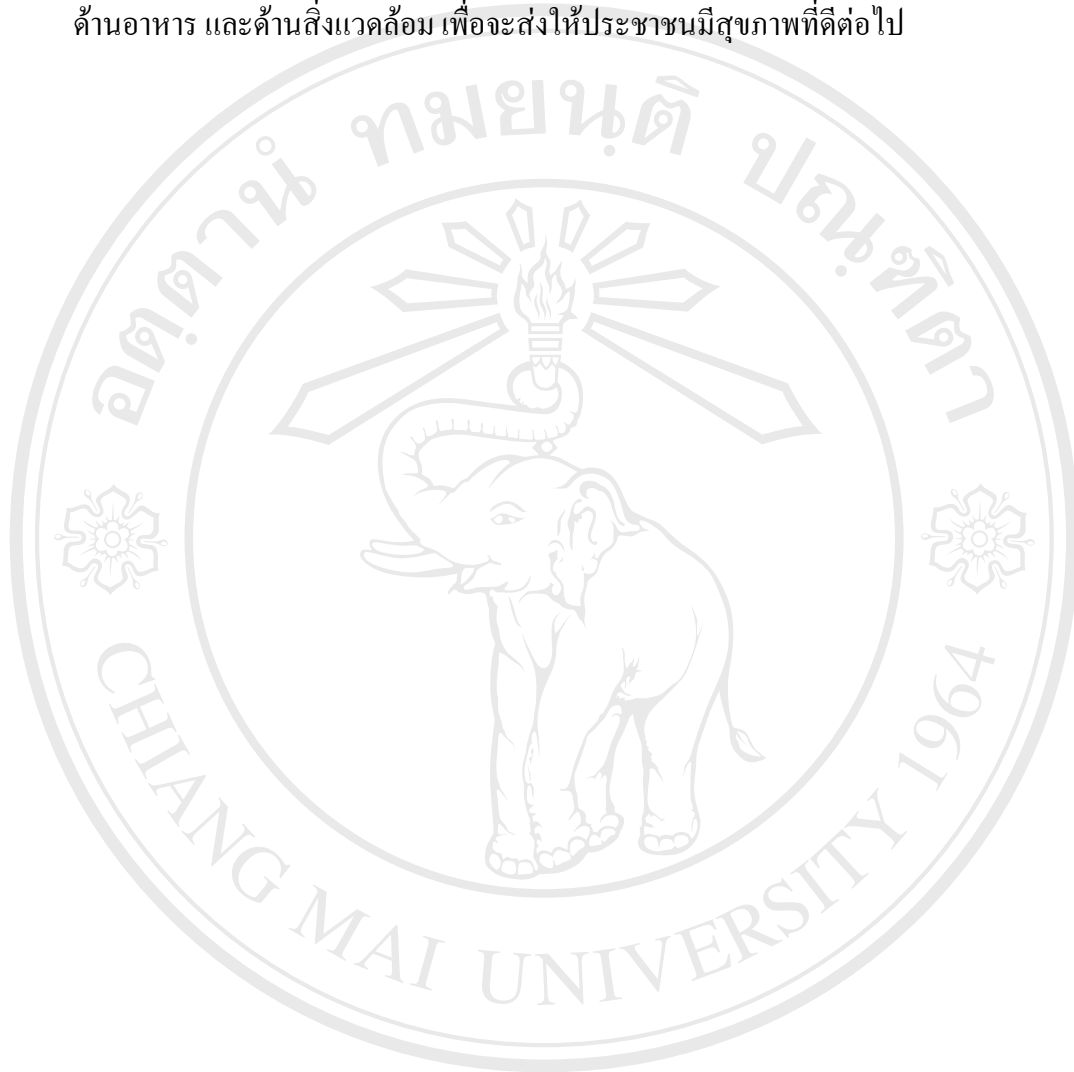
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ยูวรงค์ จันทรวิจิตร ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุชาดา เหลืองอากาศพงศ์ กรรมการ

บทคัดย่อ

การสร้างเสริมสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ปฏิบัติเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิต โดยมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงที่ต่อเนื่องและยั่งยืน เพื่อส่งผลให้มีสุขภาพดียิ่งขึ้น การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการสร้างเสริมสุขภาพ และปัญหาอุปสรรคของการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนอำเภอเสริมงาม จังหวัดลำปาง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ ประชาชนที่มีอายุ 25-59 ปี จำนวน 391 คน ได้จากการสุ่มตัวอย่างอย่างเป็นระบบ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสัมภาษณ์ตามนโยบาย 6 อ. ซึ่งดัดแปลงมาจากกองทุนสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข (2548) และผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงกันตามเนื้อหาเท่ากับ 0.80 และหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์ของครอนบาค ได้เท่ากับ 0.83 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า การสร้างเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างโดยรวม อยู่ในระดับดี ร้อยละ 39.77 ระดับปานกลาง ร้อยละ 31.08 และระดับต่ำ ร้อยละ 29.15 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่ามี การสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี ได้แก่ ด้านอบายมุข ร้อยละ 71.87 ด้านอารมณ์ ร้อยละ 67.52 ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม ร้อยละ 42.71 ด้านอาหาร ร้อยละ 22.51 ด้านโรคภัย ร้อยละ 17.90 และด้านออกกำลังกาย ร้อยละ 16.11 ตามลำดับ ปัญหาอุปสรรคที่พบในแต่ละด้านพบว่า ไม่มีความรู้ ไม่มีเวลา รู้สึกอาย ไม่ทราบว่ามีกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในชุมชน

ผลการศึกษาครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าเจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรมีการวางแผน และดำเนินการสนับสนุนให้ประชาชนมีการสร้างเสริมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะด้านออกกำลังกาย ด้านโรคภัย ด้านอาหาร และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อจะส่งให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีต่อไป



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title Health Promotion Among People in Soem Ngam District,
Lampang Province

Author Mrs. Auranuch Duangbia

Degree Master of Nursing Science (Community Nursing)

Independent Study Advisory Committee

Assistant Professor Dr. Yuwayong Juntarawijit Chairperson

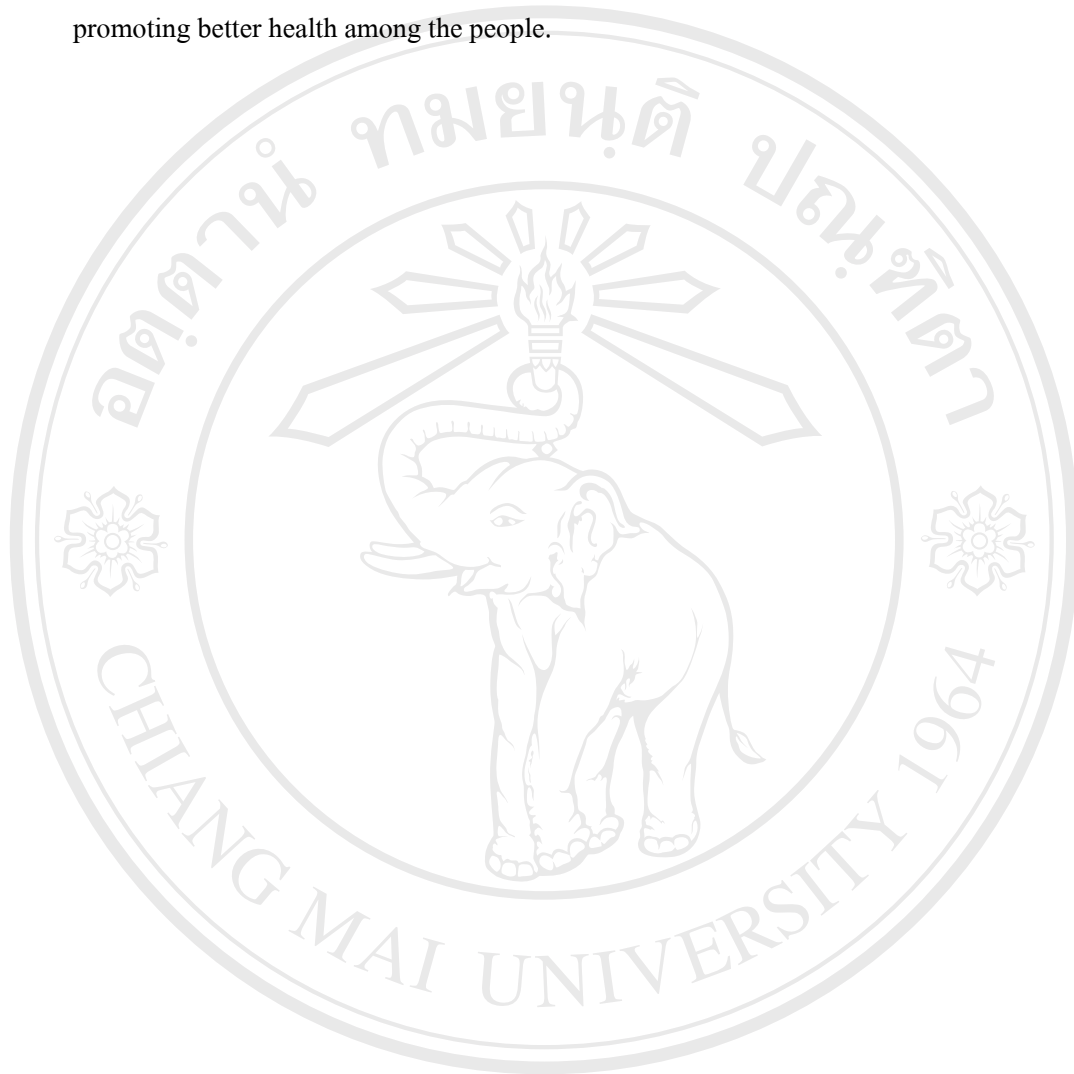
Assistant Professor Suchada Luang-a-papong Member

ABSTRACT

Health Promotion is the activity in daily life which is focused on continuous and sustainable changing for promoting health and well being. This study aimed to investigate health promoting behaviors and problems and barriers among people in Soerm Ngam district, Lampang province. Study sample included 391 people aged between 25-29 years, selected by systematic random sampling. The research instrument used was an interview form based on the six components policy that was modified from Health Education Division, Ministry of Public Health (2005) and reviewed by three experts. The content validity index was 0.80 and the reliability tested by Cronbach's alpha coefficient was 0.83 respectively. The data were analyzed by using descriptive statistics.

The results of the study showed that the overall health promoting behaviors of the sample was at a good level 39.77%, moderate level 31.08%, and low level 29.15%. When considering each aspect, the health promoting behaviors that were at a good level were as follows: temptation 71.87%, emotion 67.52%, environment 42.71%, diet 22.51%, disease reduction 17.90%, and exercise 16.11% respectively. The problems and barriers of health promoting behaviors were lack of education, limited time, feel shy, and did not receive information on health promotion activities in the communities.

This study showed that health care personnel should plan and support more health promoting activities especially in exercise, disease reduction, diet and environment aspects for promoting better health among the people.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved