

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ การรับรู้ด้านสุขภาพ ความสามารถของตนเองกับการออกกำลังกาย
ของผู้สูงอายุ

ชื่อผู้เขียน นางปิยะพันธุ์ นันตา

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

กรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วันเพ็ญ เอี่ยมจ้อย	ประธานกรรมการ
อาจารย์ ทศพร คำผลศิริ	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ลินจง โปธิบาล	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชวพรพรรณ จันทร์ประสิทธิ์	กรรมการ
อาจารย์ ดร. อวยพร ตันมุขกุล	กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อจะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ด้านสุขภาพการรับรู้
ความสามารถของตนเองกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุ
ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ 200 คน เป็นชาย 86 คนและ หญิง 114 คน เลือกกลุ่ม
ตัวอย่างโดยวิธีสุ่มแบบหลายขั้นตอน (multistage-sampling) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์

แบบมีโครงสร้างเครื่องมือประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์การรับรู้ด้านสุขภาพของ เดนีส (Denyes, 1980) ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงมาใช้ มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.77 ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.80 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถของตนเองของเซอร์เรอร์และคณะ (Sherer, et al 1982) ผู้วิจัยดัดแปลงมามีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.90 ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88 และการออกกำลังกายวัดโดยแบบวัดของพาฟเฟินบากร์ ริงและไฮด์ (Paffenbarger, Wing & Hyde, 1987) ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดยลินจง โพธิบาล (Pothiban, 1993) มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.90 ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.99 ข้อมูลทั้งหมดนำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม SPSS/FW หาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและนำมาหาค่าความสัมพันธ์ โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า การรับรู้ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุอยู่ในระดับดี การรับรู้ความสามารถของตนเองของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง การออกกำลังกายมีการใช้พลังงานของร่างกายในเกณฑ์มาตรฐาน การรับรู้ด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลที่ได้จากการวิจัยสามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล และด้านการเรียนการสอน

Thesis Title Perceived Health Status, Self-efficacy and Exercise among the Elderly

Author Mrs. Piyaphun Nunta

M.N. S. Gerontological Nursing

Examining Committee

Assistant Professor Wanpen Eamjoy	Chairman
Lecturer Totsaporn Khampolsiri	Member
Assistant Professor Dr. Linchong Pothiban	Member
Assistant Professor Dr. Chawapornpan Chanprasit	Member
Lecturer Dr. Ouyporn Tonmukayakul	Member

Abstract

The purpose of this study was to examine the relationships among perceived health status, perceived self-efficacy and exercise of the elderly. Multistage sampling method was used for subject selection of 200 elderly, 86 males and 114 females, living in Chiang Mai municipal. Data were collected using the structured interview. Instruments consisted of Denyes Health Status Scale modified by the researcher with content validity index (CVI) of 0.77 and reliability coefficient of 0.80, Sherer et al, Perceived Self-efficacy Scale modified by the researcher with content validity index (CVI) of 0.90 and reliability coefficient of 0.88, and Paffenbarger, Wing,

and Hyde Exercise Measurement Questionnaire developed translated by Linchong Pothiban with CVI of 0.90 and reliability coefficient of 0.99. Data were analyzed using frequency, percentage, means, standard deviation, and Pearson's product moment correlation.

The results of this study were as follows : perceived health status of the elderly was at a good level; perceived self-efficacy of the elderly was at a moderate level; exercise of the elderly was normal according to the standard; there was positive statistically significant relationship ($p < .01$) between perceived health status and exercise at a moderate level; and there was positive statistically significant relationship ($p < .01$) between perceived self-efficacy and exercise at a moderate level. Result from this study can be used as study and practice in nursing.