

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมสุขภาพของสตรี : กรณีศึกษากลุ่มทำงานจักสาน ตำบลหนองแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่

ผู้เขียน นางปรังนภา กาญจนสิงห์

ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ชมนาด พจนามาตร์ ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรพรรณ ทรัพย์ไพบุลย์กิจ กรรมการ

บทคัดย่อ

พฤติกรรมสุขภาพ เป็นการกระทำที่บุคคลปฏิบัติในชีวิตประจำวันเพื่อการคงไว้ซึ่งการมีภาวะสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์ การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการพักผ่อนและนอนหลับ ด้านอารมณ์และสังคม ด้านการดูแลสุขภาพและการใช้บริการสุขภาพ ด้านการป้องกันการเกิดอันตรายต่อสุขภาพ และพฤติกรรมด้านการใช้สารเสพติด ของสตรีที่ทำงานจักสาน ประชากรในการศึกษา คือ สตรีที่ทำงานจักสานในตำบลหนองแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 137 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเอง มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ .7 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา พบว่า ประชากรในการศึกษามีคะแนนพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ประชากรมีคะแนนพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดีและดีมาก ในด้านพฤติกรรมการใช้สารเสพติด (ร้อยละ 10.9, 73.0) ด้านอารมณ์และสังคม (ร้อยละ 32.9, 45.3) ด้านการรับประทานอาหาร (ร้อยละ 32.9, 24.1) และด้านการพักผ่อนและการนอนหลับ (ร้อยละ 24.8, 22.8)

ส่วนพฤติกรรมสุขภาพของประชากรที่มีคะแนนในระดับไม่พอใช้ คือ พฤติกรรมด้านการป้องกันอันตรายต่อสุขภาพ (ร้อยละ 76.7) ด้านการออกกำลังกาย (ร้อยละ 73.7) และด้านการดูแลสุขภาพและการใช้บริการสุขภาพ (ร้อยละ 56.2)

การศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า สตรีที่ทำงานจักสานยังปฏิบัติตัวไม่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพตนเอง ดังนั้นบุคลากรที่รับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพของชุมชนควรจัดกิจกรรมด้านการออกกำลังกาย และเผยแพร่ความรู้ด้านการป้องกันอันตราย ตลอดจนการดูแลสุขภาพและการใช้บริการสุขภาพให้แก่กลุ่มสตรีในวัยทำงาน เพื่อจะส่งผลให้เกิดการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีในชุมชน

The logo of Chiang Mai University is a large, faint watermark in the background. It features a central elephant standing on a circular base. Above the elephant is a traditional Thai lamp (Lampang) with a flame. The entire emblem is surrounded by a circular border containing the university's name in Thai script at the top and 'CHIANG MAI UNIVERSITY 1964' in English at the bottom. There are also decorative floral motifs on the sides.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title Health Behavior of Women : A Case Study of Bamboo-Craft Workers Nong Kaew Subdistrict Hang Dong District Chiang Mai Province

Author Mrs. Prengnapa Kanjanasing

Degree Master of Public Health

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Chomnard Potjanamart Chairperson

Asst. Prof. Pornpun Subpaiboongid Member

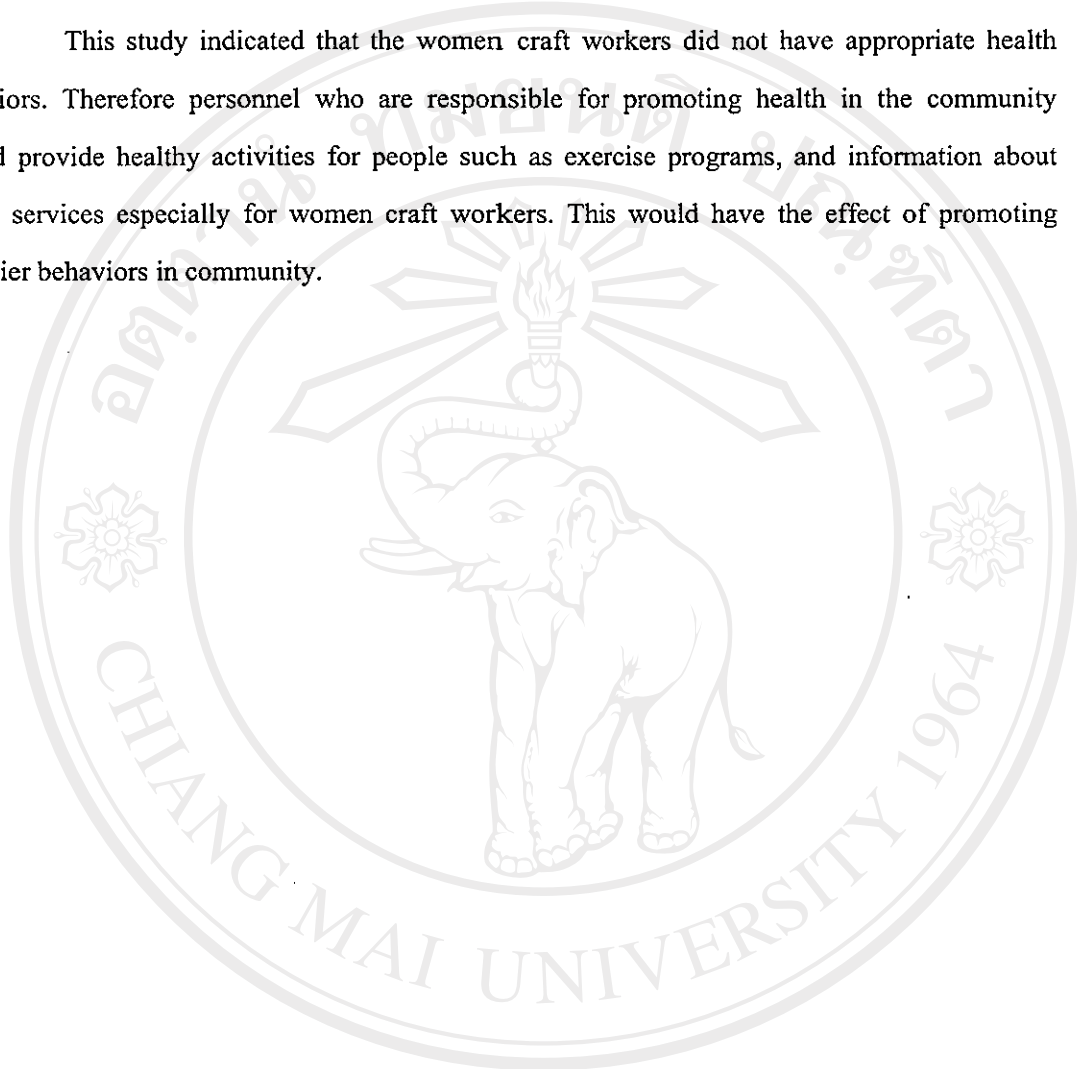
ABSTRACT

Health behavior is made up of the activities a person carries out in everyday to maintain a healthy status. This study aimed to investigate health behaviors, consisting of eating behavior, exercise behavior, relaxation and sleeping behavior, emotional and social behavior, self care and utilization of health services, prevention of hazards behavior and substance abuse behavior among women craft worker. The participants in this study were 137 Female craft workers in Nong Kaew Sub district, Hang Dong District Chiang Mai Province. The instrument used was a questionnaire developed by the researcher. The reliability of the questionnaire was .7. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results revealed that the participants in this study had a health behavior score at a moderate level. When classified into details, it was found that the participants who had a good health behavior score and the best health behavior score did not use dangerous substances (10.9, 73.0 %), respectively their emotional and social behavior scores were (32.9, 45.3 %), eating behavior scores were (32.9, 24.1 %) and relaxation and sleep behavior scores were (24.8, 22.8%).

The results for the participants whose health behavior score was at a low level were prevention hazard behavior (76.7%), exercise behavior (73.7%) and self care and utilization of health services (56.2%).

This study indicated that the women craft workers did not have appropriate health behaviors. Therefore personnel who are responsible for promoting health in the community should provide healthy activities for people such as exercise programs, and information about health services especially for women craft workers. This would have the effect of promoting healthier behaviors in community.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved