

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรใน  
โรงพยาบาลแม่สะเรียง อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

ผู้เขียน นางสาวรุ่งทิวา อนุเมธางกูร

ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ อัญชลี คุณฎีพรรณ ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เฉลิมพงษ์ ชิตไทสง กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากร  
ที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลแม่สะเรียง อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยศึกษา  
ในกลุ่มประชากรจำนวน 184 คน ทำการรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริม  
สุขภาพที่สร้างขึ้นเอง ที่มีค่าดัชนีความตรงของเนื้อหาเท่ากับ 0.86 และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89  
วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มประชากรที่ศึกษาทุกกลุ่ม มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวม  
อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 3.00$ , S.D. = 0.25) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า พฤติกรรมสร้างเสริม  
สุขภาพในด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ โภชนาการ ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล  
ด้านการเจริญทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการกับความเครียด มีคะแนนในระดับปานกลาง  
( $\bar{x} = 3.14$ , S.D. = 0.37;  $\bar{x} = 2.91$ , S.D. = 0.36;  $\bar{x} = 3.37$ , S.D. = 0.39;  $\bar{x} = 3.05$ , S.D. = 0.40 และ,  
 $\bar{x} = 3.02$ , S.D. = 0.36) ขณะที่คะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกายพบว่า  
ผลการศึกษาเมื่อแยกตามรายกลุ่มอยู่ในระดับน้อย ( $\bar{x} = 2.48$ , S.D. = 0.46)

ส่วนรายกลุ่ม (ผู้รักษา พยาบาล ผู้สนับสนุนการรักษา ลูกจ้าง) พบว่ามีพฤติกรรมสร้างเสริม  
สุขภาพโดยรวมแต่ละกลุ่มอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าควรมีการพัฒนาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาล แม่สะเรียง อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยให้บุคลากรได้ตระหนักถึงการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทุกกลุ่ม โดยเฉพาะกลุ่มพยาบาลและกลุ่มลูกจ้างควรมีการกระตุ้นให้มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ ผู้มารับบริการในโรงพยาบาลแม่สะเรียงต่อไป



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

**Independent Study Title** Health Promoting Behaviors Among Personnel  
in Mae Sariang Hospital, Mae Sariang District  
Mae Hong Son Province

**Author** Miss Rungtiva Anumethangkun

**Degree** Master of Public Health

**Independent Study Advisory Committee**

Assoc. Prof. Anchalee Dusadeepan Chairperson

Asst. Prof. Chalermpong Chittaisung Member

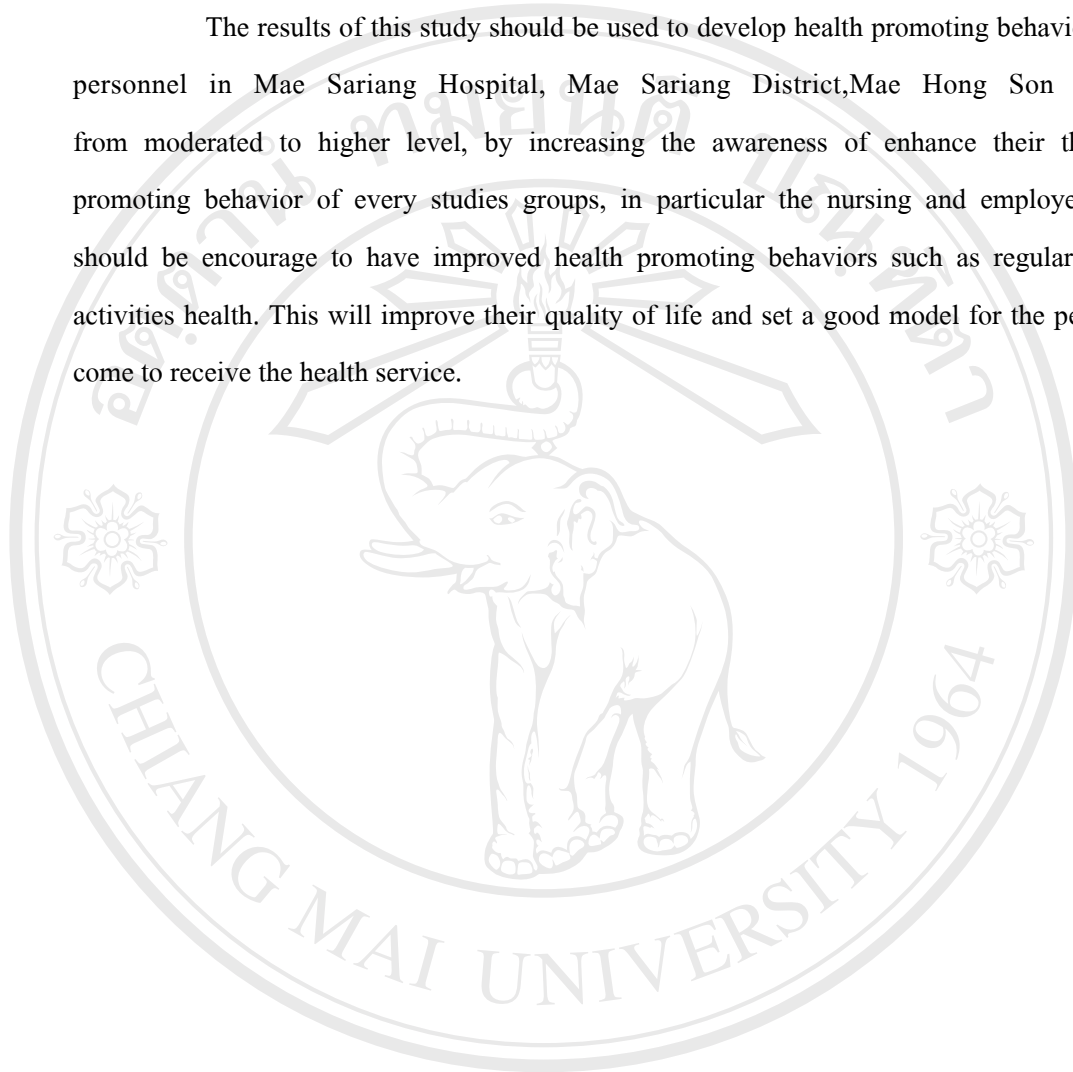
**ABSTRACT**

The purpose of this descriptive study was to examine health promoting behaviors of the Mae Sariang Hospital personnel, in Mae Sariang District, Mae Hong Son Province. A total of 184 hospital personnel were covered in this study. The health promoting behavior questionnaire was developed by the investigator. The Content Validity Index was 0.86, and Reliability Value, presented as Cronbach's Alpha Coefficient, was 0.89. The collected data were analyzed using descriptive statistics.

The main findings of this study showed that health promoting behaviors of the all studied groups were at a moderated level ( $\bar{x} = 3.00$ , S.D. = 0.25). When each component of health promoting behaviors was examined, it was found that the aspect health promoting behaviors which were at moderate level were health responsibility, nutrition, interpersonal relationship, spiritual growth, and stress management. ( $\bar{x} = 3.14$ , S.D. = 0.37;  $\bar{x} = 2.91$ , S.D. = 0.36;  $\bar{x} = 3.37$ , S.D. = 0.39;  $\bar{x} = 3.05$ , S.D. = 0.40 and  $\bar{x} = 3.02$ , S.D. = 0.36, respectively) However, the physical activity was at a low level ( $\bar{x} = 2.48$ , S.D. = 0.46).

The promoting behaviors results by groups study (provider, nursing, supporting group, employee) was found at a moderated level.

The results of this study should be used to develop health promoting behaviors of the personnel in Mae Sariang Hospital, Mae Sariang District, Mae Hong Son Province from moderated to higher level, by increasing the awareness of enhance their the health promoting behavior of every studies groups, in particular the nursing and employee groups should be encourage to have improved health promoting behaviors such as regular physical activities health. This will improve their quality of life and set a good model for the people that come to receive the health service.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved