

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรพยาบาล  
แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

ชื่อผู้เขียน นางสาวสิริบูรณ์ ยาวิชัย

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร. อวยพร ตันมุกขกุล	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. ชวพรพรรณ จันทร์ประสิทธิ์	กรรมการ
รองศาสตราจารย์ เรมवल นันทศุภวัฒน์	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทวีลักษณ์ วรรณฤทธิ์	กรรมการ

#### บทคัดย่อ

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเป็นการปฏิบัติสำคัญที่ทำให้บุคลากรพยาบาลมีสุขภาพดี สามารถให้บริการพยาบาลได้อย่างมีคุณภาพและเป็นแบบอย่างทางสุขภาพที่ดีแก่ผู้รับบริการด้านสุขภาพ การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรพยาบาลแผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ และปัญหาอุปสรรคของการมีพฤติกรรมดังกล่าว กลุ่มตัวอย่างเป็น พยาบาลประจำการจำนวน 58 คน ผู้ช่วยพยาบาล 67 คนและพนักงานช่วยการพยาบาลจำนวน 25 คนที่ตอบแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางกาย ด้านโภชนาการ ด้านการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับมาก ปัญหาอุปสรรคของการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ถูกระบุมากที่สุดคือ การไม่มีเวลา

และความไม่สะดวก

ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ  
ของบุคลากรพยาบาล แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของ  
บุคลากรพยาบาลและคุณภาพในการให้บริการพยาบาลต่อไป

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Chiang Mai University

<b>Independent Study Title</b>	Health Promotion Behaviors Among Nursing Personnel in Out-Patient Department at Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital	
<b>Author</b>	Mrs. Siriboon Yavichai	
<b>M.N.S.</b>	Nursing Administration	
<b>Examining Committee</b>	Lecturer Dr. Ouyporn Tonmukayakul	Chairman
	Associate Professor Dr. Chawapornpan Chanprasit	Member
	Associate Professor Raymoul Nuntsupawat	Member
	Assistant Professor Dr. Taweeluk Vannarit	Member

### ABSTRACT

Health promoting behaviors are important practices for nursing personnel to reach good health, and be able to provide quality nursing services and a health role model for their clients. This study aimed to describe health promoting behaviors among nursing personnel of Out Patient Department Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital and their barriers. The subjects were 58 staff nurses, 67 practical nurses, and 25 nurse aides who returned the filled out questionnaire developed by the investigators based on Pender's Health Promoting Behavior and related literature. Data were analyzed using descriptive statistics.

The results of the study revealed a moderate level of the over all health promoting behaviors among the 3 groups of study subjects. When examining the subscales, the behavior related to health responsibility, physical activity, nutrition, and spiritual growth

of the 3 groups were at a moderate level. Those regarding interpersonal relations and stress management were at a high level. The barriers of having the health promoting behaviors mostly cited by the subjects were lack of time and inconvenience.

The results in this study can be used as databases for developing the health promoting behaviors among nursing good personnel of Out Patient Department Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital for their quality of life and quality of nursing services in the future.