

บทความวิจัย

ปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุข
ประจำหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ
ตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ณัฐปภัสร เจียรภักดิ์^{1*} นันทพัฒน์ แก้วทอง พม.²พรพรรณ จิตบรรจง สบ.³

Received: 21 November 2024

Revised: 25 December 2024

Accepted: 27 December 2024

บทคัดย่อ

บทนำ: กระทรวงสาธารณสุขมีเป้าหมายให้ประชาชนสุขภาพดี ดังนั้นจำเป็นต้องส่งเสริมให้บุคคลมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องจึงจะนำไปสู่สุขภาพดี อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เป็นผู้นำในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน ดังนั้นควรมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมเพื่อเป็นบุคคลต้นแบบของการมีสุขภาพดี

วัตถุประสงค์การวิจัย: เพื่อศึกษาระดับปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ระเบียบวิธีวิจัย: การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างใช้การสุ่มรายชื่อ อสม. ด้วยวิธีการจับสลาก จำนวน 124 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง แบบสอบถามปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สถิติที่ใช้ ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา สถิติหาความสัมพันธ์ด้วยสถิติไคสแควร์และการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และสถิติหาอิทธิพลโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย: 1) ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับมาก โดยการรับรู้ประโยชน์ การรับรู้ความสามารถของตน อิทธิพลระหว่างบุคคล อยู่ในระดับมาก ส่วนการรับรู้อุปสรรค อยู่ในระดับปานกลาง 2) พฤติกรรมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง 3) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม ได้แก่ โรคประจำตัว และอายุมีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก (p -value < 0.05) ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางบวกของปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การศึกษา โรคประจำตัว (p -value < 0.01) และปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การรับรู้อุปสรรค (p -value < 0.05)

สรุปผล: ปัจจัยที่มีอิทธิพลได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ การศึกษา และโรคประจำตัว ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การรับรู้อุปสรรค

ข้อเสนอแนะ: การอบรมให้ความรู้และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ โดยคัดเลือก อสม. ที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีและมีปัญหาด้านสุขภาพมาพูดคุยแลกเปลี่ยนบนเวทีสุขภาพ

คำสำคัญ: ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

¹ อาจารย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี^{*}Corresponding author: Email: natpapat@phcsuphan.ac.th² อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยชินวัตร³ เจ้าหน้าที่งานสาธารณสุขปฏิบัติงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

Factor Influencing Health Promotion Behaviors of Village Health Volunteers in the Service Area of Subdistrict Health Promotion Hospital in Pak Kret District, Nonthaburi Province

Natpaphat Jearapakdee Ph.d.¹ Nanchapat Kaewthong M.N.S.²

Pornphan Jitbunjong B.P.H.³

Abstract

Introduction: The Ministry of Public Health aims to ensure the well-being of the population. Therefore, it is essential to promote correct health behaviors among individuals, which will lead to good health. Village health volunteers is Leader in promoting community health. Thus, they should adopt appropriate health-promoting behaviors to serve as role models for good health.

Research Objectives: To study the level of health behaviors. Analyze factors associated factors influencing health promotion behaviors of Village Health Volunteers in the Service Area of Subdistrict Health Promotion Hospital in Pak Kret District, Nonthaburi Province.

Research Methodology: This research is a quantitative study. The sample group was selected by random drawing of VHV names, totaling 124 individuals. The data collection tools included a personal information, a health-promoting factors questionnaire, and a health-promoting behaviors questionnaire. The statistical methods used include descriptive statistics, chi-square, Pearson correlation coefficient analysis, and multiple regression analysis.

Research Results: 1) Health-promoting factors are at a high level, with the perception of benefits, self-efficacy, and interpersonal influence at a high level, while the perception of barriers is at a moderate level. 2) Health behaviors are at a moderate level. 3) Factors associated with health behaviors include chronic diseases and age, which have a very high level of correlation ($p\text{-value} < 0.05$). Positive influencing factors from personal factors include education and chronic diseases ($p\text{-value} < 0.01$), while health-promoting factors include the perception of barriers ($p\text{-value} < 0.05$).

Conclusion: The influencing factors include personal factors, such as education and chronic diseases, and health-promoting factors, including the perception of barriers.

Suggestions: Training and knowledge sharing on the perception of barriers to health promotion should involve selecting village health volunteers (VHVs) with a bachelor's degree and health issues to discuss and exchange ideas on a health platform.

Keywords: Factors influencing health promotion, health promotion behaviors, Village Health Volunteers

¹ Sirindhorn College of Public Health, Suphanburi, Praboromarajchanok Institute

*Corresponding author: Email: natpaphat@phcsuphan.ac.th

² Full-time lecturer, Faculty of Nursing Shinawatra University

³ Public Health Officer, Operational Level Khlong Khoi Sub-District Health Promoting Hospital ,Nonthaburi

บทนำ

กระทรวงสาธารณสุขมียุทธศาสตร์ 20 ปี กำหนดเป้าหมายให้ประชาชนสุขภาพดี เจ้าหน้าที่มีความสุข ระบบสุขภาพยั่งยืน ดังนั้นบุคคลจำเป็นต้องมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องจึงจะนำไปสู่สุขภาพดี ซึ่งพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมที่บุคคลกระทำเพื่อช่วยเพิ่มระดับความผาสุกและการบรรลุเป้าหมายในชีวิตของบุคคล ชุมชนและสังคม เน้นถึงความพยายามในการกระทำเพื่อให้มีสุขภาพที่ดีขึ้น (Pender 1996, อ้างถึงในสุภาภรณ์ เวชบุล, 2559)¹ โดยดูจากพฤติกรรมสุขภาพ คือ การปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทั้งกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณของตัวบุคคลที่แสดงออกมา ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพเป็นปัจจัยกำหนดสุขภาพของบุคคล เป็นสาเหตุของการเกิดโรค (เกษแก้ว เสียเพราะ, 2564)²

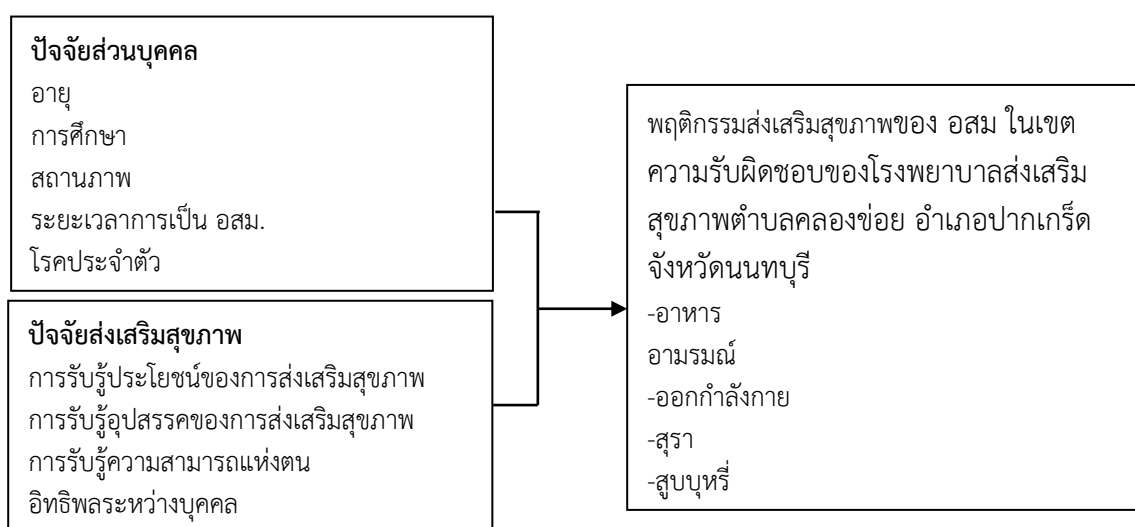
ทฤษฎีส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender, 1996) แสดงถึงความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการตัดสินใจและการปฏิบัติในการป้องกันโรคประกอบด้วย 1) ลักษณะเฉพาะและประสบการณ์ของบุคคล ประกอบด้วย ปัจจัยด้านชีววิทยา ได้แก่ เพศ อายุ ดัชนีมวลกาย โรคประจำตัว และปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรม ได้แก่ สถานภาพ รายได้ 2) ความคิดและอารมณ์ต่อพฤติกรรม คือปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรม การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรม การรับรู้ความสามารถของตน ความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม อิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลจากสถานการณ์ (เกษแก้ว เสียเพราะ, 2564) และ 3) พฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วย อาหาร อารมณ์ ออกกำลังกาย สุรา และสูบบุหรี่ (WHO .2006 อ้างถึงในเกษแก้ว เสียเพราะ, 2564)

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญของกระทรวงสาธารณสุข อสม. มีภาระหน้าที่การส่งเสริมสุขภาพ เป็นแบบอย่างที่ดี เป็นผู้นำการส่งเสริมสุขภาพให้กับประชาชนในพื้นที่ อสม. ทำหน้าที่เป็นผู้เชื่อมโยงระหว่างหน่วยงานสาธารณสุข และประชาชน อีกทั้งยังมีส่วนร่วมในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของคนในชุมชนผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การเผยแพร่ความรู้ การส่งเสริมการออกกำลังกาย การให้คำปรึกษาเรื่องโภชนาการ และการสนับสนุนการป้องกันโรค นอกจากนี้ อสม. เป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในระดับชุมชน เนื่องจากมีบทบาทในการให้คำแนะนำ และเป็นแบบอย่างที่ดีในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม การที่ อสม. จะสามารถปฏิบัติหน้าที่ดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น จำเป็นต้องมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ อสม. เป็นต้นแบบของการมีสุขภาพดีและสร้างแรงบันดาลใจให้ประชาชนในชุมชนปฏิบัติตาม

อย่างไรก็ตาม การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของ อสม. ยังมีจำกัดโดยเฉพาะในพื้นที่ตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีความหลากหลายทางด้านเศรษฐกิจและสังคม เพื่อให้การส่งเสริมสุขภาพในชุมชนประสบความสำเร็จ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษานี้จะเป็นประโยชน์ในการพัฒนายุทธศาสตร์ และแนวทางการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับ อสม. ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างสุขภาพของประชาชนและนำไปสู่ความสำเร็จของยุทธศาสตร์สุขภาพแห่งชาติในระยะยาวต่อไป ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย (รพ.สต.คลองข่อย) อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยใช้กรอบแนวคิดจากโมเดลส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ เพื่อสร้างความเข้าใจในบริบทของ อสม. และนำไปสู่การพัฒนานโยบายหรือโครงการที่ส่งเสริมบทบาทของ อสม. ในการส่งเสริมสุขภาพอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์การวิจัย:

1. เพื่อศึกษาระดับปัจจัยส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
4. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

กรอบแนวคิดการวิจัย

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย:

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในอำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 1,049 คน (ระบบสารสนเทศสุขภาพภาคประชาชน, 2564) กลุ่มตัวอย่าง โดยใช้โปรแกรม G*Power3 มีค่า Effect size = 0.282 ระดับนัยสำคัญ (ค่าความเชื่อมั่น) = 0.05 และค่า Power = 0.90 ผลการคำนวณกำหนดขนาดตัวอย่าง คือ 124 คน กระบวนการสุ่มตัวอย่างดำเนินการโดยสุ่มรายชื่อโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ในพื้นที่อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ด้วยวิธีการจับสลากแบบสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เมื่อได้รายชื่อ รพ.สต. คลองข่อยแล้ว จากนั้นเลือกรายชื่อ อสม. ในพื้นที่ที่อยู่ในเขตรับผิดชอบของ รพ.สต. คลองข่อย และสุ่มเลือก อสม. จำนวน 124 คน จากรายชื่อทั้งหมดของเขตรับผิดชอบ รพ.สต. คลองข่อย

เกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion criteria) กลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมการวิจัย ดังนี้ (1) เป็น อสม. ที่ส่งรายงานเป็นประจำทุกเดือน (2) มีความสนใจและยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) (1) มีความเจ็บป่วยเฉียบพลันหรือเกิดอุบัติเหตุร้ายแรงไม่สามารถให้ข้อมูลได้ (2) ไม่อยู่ในพื้นที่ในช่วงเวลาที่เก็บข้อมูล (3) ตอบคำถามไม่ครบถ้วนตามที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถาม โดยแบ่งเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ ระยะเวลาการเป็น อสม. โรคประจำตัว จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 20 ข้อ ได้แก่

การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 5 ข้อ

การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 5 ข้อ

การรับรู้ความสามารถของตน จำนวน 5 ข้อ

อิทธิพลระหว่างบุคคล จำนวน 5 ข้อ

ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ มีดังนี้

5 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านที่มีต่อปัจจัยส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด

4 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านที่มีต่อปัจจัยส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก

3 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านที่มีต่อปัจจัยส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

2 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านที่มีต่อปัจจัยส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับน้อย

1 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านที่มีต่อปัจจัยส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับน้อยที่สุด

การแปลผลคะแนน มีการคิดค่าคะแนนโดยนำคะแนนของผู้ตอบแบบสอบถามแต่ละคนมารวมกันแล้วหาค่าเฉลี่ย และได้กำหนดเกณฑ์การวัดคะแนนเฉลี่ยดังนี้

คะแนน 3.67 – 5.00 หมายถึง มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก

คะแนน 2.34 – 3.66 หมายถึง มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 1.00 – 2.33 หมายถึง มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับน้อย

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 15 ข้อ ได้แก่

การบริโภคอาหาร จำนวน 5 ข้อ

การจัดการอารมณ์ จำนวน 5 ข้อ

การออกกำลังกาย จำนวน 5 ข้อ

ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ มีดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ข้อความนั้นภายในหนึ่งสัปดาห์ท่านปฏิบัติ 7 ครั้ง

ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นภายในหนึ่งสัปดาห์ท่านปฏิบัติ 6-5 ครั้ง

ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นภายในหนึ่งสัปดาห์ท่านปฏิบัติ 4-3 ครั้ง

ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นภายในหนึ่งสัปดาห์ท่านปฏิบัติ 2-1 ครั้ง

ไม่เคยปฏิบัติเลย หมายถึง ข้อความนั้นภายในหนึ่งสัปดาห์ท่านปฏิบัติ 0 ครั้ง

การแปลผลคะแนน มีการคิดค่าคะแนนโดยนำคะแนนของผู้ตอบแบบสอบถามแต่ละคนมารวมกันแล้วหาค่าเฉลี่ย และได้กำหนดเกณฑ์การวัดคะแนนเฉลี่ยดังนี้

คะแนน 3.67 – 5.00 หมายถึง พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก

คะแนน 2.34 – 3.66 หมายถึง พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 1.00 – 2.33 หมายถึง พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับน้อย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเอกสาร งานวิจัย และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสุขในการทำงาน เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย

2. นำแบบสอบถามที่พัฒนาเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อทำการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญอย่างน้อย 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงเชิงเนื้อหาและความถูกต้องเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างรวมถึงภาษาที่ใช้ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งตามคำแนะนำ ผู้วิจัยนำผลการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญประเมินความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

3. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability)

1. ความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำแบบสอบถามที่พัฒนาเสนอผู้เชี่ยวชาญอย่างน้อย 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์สาธารณสุขชุมชน อาจารย์พยาบาล และอาจารย์เภสัชกร ตรวจสอบความเที่ยงเชิงเนื้อหาและความถูกต้องเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างรวมถึงภาษาที่ใช้ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งตามคำแนะนำ ผู้วิจัยนำผลการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญประเมินความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับอสม.เขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทับใต้เหล็ก อำเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และได้ข้อมูลจากการเก็บข้อมูลทดสอบจึงนำมาหาค่า Alpha Coefficient ผ่านวิธีการของ Cronbach หรือที่เรียกว่าค่า Cronbach's Alpha ซึ่งแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคะแนนของข้อคำถาม คือ .75 แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ คือ .79 ภาพรวมของแบบสอบถามคือ .77

วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยให้ผู้ช่วยเก็บข้อมูล ซึ่งเป็นเจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน และนักวิชาการสาธารณสุขชุมชน เป็นผู้เก็บรวบรวมแบบสอบถามจาก อสม. โดยดำเนินงานตามขั้นตอนดังนี้

1) ผู้วิจัยติดต่อประสานงานกับผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภopakเกร็ด จังหวัดนนทบุรี เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

2) ผู้วิจัยติดต่อประสานงานกับผู้ช่วยวิจัยเพื่อชี้แจงแบบสอบถาม แล้วจึงแจกแบบสอบถามให้กับผู้ช่วยวิจัยไปสอบถามกับ อสม.ตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 124 ราย

3) ผู้ช่วยวิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมแบบสอบถามจากผู้ช่วยวิจัย ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของข้อมูลในแบบสอบถาม จากนั้นนำไปวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติ

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการขอจริยธรรมในมนุษย์ของวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี เอกสารรับรองเลขที่ PHCSP-A2567/01-1 เพื่อพิทักษ์สิทธิด้านจริยธรรมของผู้ที่ยินยอมให้ทำการวิจัย โดยยินยอมตนจะได้รับการแจ้งวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินงาน ประโยชน์ของงานวิจัย ซึ่งข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับและไม่สามารถอ้างอิงไปถึงตัวผู้ที่ยินยอมตนให้ทำการวิจัยได้ การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวมเพื่อประโยชน์เชิงวิชาการเท่านั้น ไม่มีผลกระทบต่อบุคคลหรือหน่วยงานใด ๆ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้วยสถิติ (Chi-Square Test)

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่งเสริมสุขภาพและระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้วยสถิติ (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

4. วิเคราะห์ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้วยสถิติวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

ผลการวิจัย

จากการศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ส่วนมากเป็นเพศหญิง ร้อยละ 85.5 มีอายุตั้งแต่ 30-97 ปี ส่วนมากอายุ 60-69 ปี ร้อยละ 37.90 การศึกษาระดับประถม ร้อยละ 53.20 สถานภาพสมรส ร้อยละ 53.20 ระยะเวลาการเป็นอสม. มีระยะเวลา 2-27 ปี ส่วนมากมีระยะเวลา 11-20 ปี ร้อยละ 26.61 ส่วนมากมีโรคประจำตัว ร้อยละ 75

ตารางที่ 1 การแสดงข้อมูลปัจจัยส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น					ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$)	การแปล ผลคะแนน
		5	4	3	2	1		
การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ								
1	การรับประทานผักและผลไม้เป็นประจำทุกวัน จะช่วยให้ท้องไม่ผูก และขับถ่ายเป็นปกติ	88 (71%)	27 (21.8%)	7 (5.6%)	2 (1.6%)	0	4.62	มาก
2	การหลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง ช่วยลดภาวะเสี่ยงของการเกิดโรคอ้วนและไขมันในเส้นเลือดสูง	79 (63.7%)	29 (23.4%)	13 (10.5%)	3 (2.4%)	0	4.48	มาก
3	ถ้าท่านออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้สุขภาพแข็งแรงอายุยืนยาว	59 (47.6%)	43 (34.7%)	14 (11.3%)	4 (3.2%)	4 (3.2%)	4.20	มาก
4	การออกกำลังกายช่วยลดความเครียดได้	48 (38.7%)	50 (40.3%)	18 (14.5%)	6 (4.8%)	2 (1.6%)	4.09	มาก
5	การนอนหลับพักผ่อน 6-8 ชั่วโมง จะทำให้ร่างกายสดชื่น	75 (60.5%)	30 (24.2%)	13 (10.5%)	2 (1.6%)	4 (3.2%)	4.37	มาก
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ								
6	การกินอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	6 (4.8%)	14 (11.3%)	23 (18.5%)	22 (17.7%)	59 (47.6%)	3.90	มาก
7	การดื่มน้ำอย่างน้อย วันละ 6-8 แก้ว ทำให้ปัสสาวะบ่อย	15 (12.1%)	22 (17.7%)	29 (23.4%)	28 (22.6%)	30 (24.2%)	2.71	ปานกลาง
8	การออกกำลังกาย ทำให้เสียเวลาและเปลืองค่าใช้จ่าย	3 (2.4%)	12 (9.7%)	27 (21.8%)	18 (14.5%)	64 (51.6%)	1.97	น้อย
9	ถ้าท่านมีอาหารปวดย่อย จะทำให้ไม่สามารถออกกำลังกายได้	18 (14.5%)	19 (15.3%)	31 (25%)	26 (21%)	30 (24.2%)	2.75	ปานกลาง
10	การตรวจสุขภาพประจำปีเป็นการเสียเวลา	6 (4.8%)	13 (10.5%)	17 (13.7%)	23 (18.5%)	65 (52.4%)	1.97	น้อย

การรับรู้ความสามารถของตน

11	ท่านจะเล่าเรื่องไม่สบายใจให้ผู้ฟัง เสมอเมื่อมีปัญหา	17 (13.7%)	18 (14.5%)	32 (25.8%)	41 (33.1%)	16 (12.9%)	2.83	ปานกลาง
12	ท่านใช้ยาคลายเครียด เมื่อเกิด ความเครียด	0	10 (8.1%)	15 (12.1%)	40 (32.3%)	59 (47.6%)	1.81	น้อย
*13	ท่านเจอเหตุการณ์ร้ายๆ ท่านไม่ สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้	12 (9.7%)	10 (8.1%)	36 (29%)	28 (22.6%)	38 (30.6%)	2.44	ปานกลาง
14	ท่านนอนหลับได้โดยไม่ใช้ยานอนหลับ	52 (41.9%)	26 (21%)	20 (16.1%)	15 (12.1%)	11 (8.9%)	3.75	มาก
15	ท่านสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเอง	43 (34.7%)	48 (38.7%)	19 (15.3%)	10 (8.1%)	4 (3.2%)	3.94	มาก

อิทธิพลระหว่างบุคคล

16	สมาชิกในครอบครัวพาท่านไปรับการ ตรวจสุขภาพ	49 (39.5%)	30 (24.2%)	29 (23.4%)	9 (7.3%)	7 (5.6%)	3.85	มาก
17	สมาชิกในครอบครัวดูแลท่าน ช่วยเหลือให้ได้กินอาหารตามหลัก โภชนาการ	37 (29.8%)	48 (38.7%)	26 (21%)	5 (4%)	8 (6.5%)	3.81	มาก
18	เพื่อนสมาชิก อสม. ขวนท่านออก กำลังกายเป็นประจำ	25 (20.2%)	302 (24.2%)	35 (28.2%)	22 (17.7%)	12 (9.7%)	3.27	น้อย
19	ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริม สุขภาพจากเพื่อนสมาชิก อสม. ด้วยกัน	43 (34.7%)	39 (31.5%)	37 (29.8%)	3 (2.4%)	2 (1.6%)	3.95	มาก
20	ท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการ ส่งเสริมสุขภาพจากเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข	54 (43.2%)	35 (28.2%)	30 (24.2%)	4 (3.2%)	1 (0.8%)	4.10	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่าปัจจัยการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับมาก เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การรับประทานผักและผลไม้เป็นประจำทุกวัน จะช่วยให้ท้องไม่ผูกและ ขับถ่ายเป็นปกติ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (μ) 4.62 การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การกินอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (μ) 3.90 การรับรู้ความสามารถของตน อยู่ในระดับมาก เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเอง ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (μ) 3.94 อิทธิพลระหว่างบุคคล อยู่ในระดับมาก เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพจากเพื่อนสมาชิก อสม. ด้วยกัน ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (μ) 3.95

ตารางที่ 2 การแสดงข้อมูลพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ข้อ	ข้อความ	ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ					ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$)	การแปล ผลคะแนน
		ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ่อย ครั้ง	ปฏิบัติ บาง ครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ เลย		
การบริโภคอาหาร								
1	ท่านทานอาหารหลากหลายไม่ซ้ำซาก	54 (43.5%)	25 (20.2%)	41 (33.1%)	2 (1.6%)	2 (1.6%)	4.02	มาก
2	ท่านทานอาหารเนื้อสัตว์ติดมันหรืออาหารที่มีไขมันมาก ๆ	2 (1.6%)	12 (9.7%)	43 (34.7%)	53 (42.7%)	14 (11.3%)	2.48	ปานกลาง
3	ท่านทานอาหารรสชาติหวาน	4 (3.2%)	12 (9.7%)	46 (37.1%)	53 (42.7%)	9 (7.3%)	2.59	ปานกลาง
4	ท่านทานอาหารรสชาติเค็ม	3 (2.4%)	7 (5.6%)	48 (38.7%)	44 (35.5%)	22 (17.7%)	2.40	ปานกลาง
5	ท่านทานผัก ผลไม้ ในแต่ละวัน	45 (36.3%)	47 (37.9%)	28 (22.6%)	3 (2.4%)	1 (8%)	4.06	มาก
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ								
6	การกินอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	6 (4.8%)	14 (11.3%)	23 (18.5%)	22 (17.7%)	59 (47.6%)	3.90	1.25 มาก
7	การดื่มน้ำอย่างน้อย วันละ 6-8 แก้ว ทำให้ปัสสาวะบ่อย	15 (12.1%)	22 (17.7%)	29 (23.4%)	28 (22.6%)	30 (24.2%)	2.71	1.34 ปานกลาง
8	การออกกำลังกาย ทำให้เสียเวลาและเปลืองค่าใช้จ่าย	3 (2.4%)	12 (9.7%)	27 (21.8%)	18 (14.5%)	64 (51.6%)	1.97	1.16 น้อย
9	ถ้าท่านมีอาหารปวดเข้า จะทำให้ไม่สามารถออกกำลังกายได้	18 (14.5%)	19 (15.3%)	31 (25%)	26 (21%)	30 (24.2%)	2.75	1.37 ปานกลาง
10	การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นการเสียเวลา	6 (4.8%)	13 (10.5%)	17 (13.7%)	23 (18.5%)	65 (52.4%)	1.97	1.23 น้อย
การรับรู้ความสามารถของตน								
11	ท่านจะเล่าเรื่องไม่สบายใจให้ผู้อื่นฟังเสมอเมื่อมีปัญหา	17 (13.7%)	18 (14.5%)	32 (25.8%)	41 (33.1%)	16 (12.9%)	2.83	1.24 ปานกลาง
12	ท่านใช้ยาคลายเครียด เมื่อเกิดความเครียด	0 (8.1%)	10 (8.1%)	15 (12.1%)	40 (32.3%)	59 (47.6%)	1.81	.94 น้อย
13	ท่านเจอเหตุการณ์ร้ายๆ ท่านไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้	12 (9.7%)	10 (8.1%)	36 (29%)	28 (22.6%)	38 (30.6%)	2.44	1.27 ปานกลาง

14	ท่านนอนหลับได้ โดยไม่ใช้ยานอนหลับ	52 (41.9%)	26 (21%)	20 (16.1%)	15 (12.1%)	11 (8.9%)	3.75	1.35	มาก
15	ท่านสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเอง	43 (34.7%)	48 (38.7%)	19 (15.3%)	10 (8.1%)	4 (3.2%)	3.94	1.05	มาก
อิทธิพลระหว่างบุคคล									
16	สมาชิกในครอบครัวพาท่านไปรับการตรวจสุขภาพ	49 (39.5%)	30 (24.2%)	29 (23.4%)	9 (7.3%)	7 (5.6%)	3.85	1.19	มาก
17	สมาชิกในครอบครัวดูแลท่านช่วยเหลือให้ได้กินอาหารตามหลักโภชนาการ	37 (29.8%)	48 (38.7%)	26 (21%)	5 (4%)	8 (6.5%)	3.81	1.11	มาก
18	เพื่อนสมาชิก อสม. ขวน ท่านออกกำลังกายเป็นประจำ	25 (20.2%)	302 (24.2%)	35 (28.2%)	22 (17.7%)	12 (9.7%)	3.27	1.24	น้อย
19	ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพจากเพื่อนสมาชิก อสม. ด้วยกัน	43 (34.7%)	39 (31.5%)	37 (29.8%)	3 (2.4%)	2 (1.6%)	3.95	.94	มาก
20	ท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	54 (43.2%)	35 (28.2%)	30 (24.2%)	4 (3.2%)	1 (0.8%)	4.10	.93	มาก

จากตารางที่ 2 พบว่าปัจจัยการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับมาก เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การรับประทานผักและผลไม้เป็นประจำทุกวัน จะช่วยทำให้ท้องไม่ผูกและขับถ่ายเป็นปกติ ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) 4.62 , (S.D.) 0.67 การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การกินอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) 3.90 , (S.D.) 1.25 การรับรู้ความสามารถของตน อยู่ในระดับมาก เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเอง ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) 3.94 , (S.D.) 1.05 อิทธิพลระหว่างบุคคล อยู่ในระดับมาก เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารการส่งเสริมสุขภาพจากเพื่อนสมาชิก อสม. ด้วยกัน ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) 3.95 , (S.D.) 0.94

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยใช้สถิติ Chi-Square Test

ตัวแปร	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ของ อสม.		Df	X ²	p-value
	ปานกลาง	น้อย			
ปัจจัยส่วนบุคคล					
เพศ			1	2.61	0.11
ชาย	16 (13.22%)	0			
หญิง	90 (74.38%)	15 (12.40%)			
การศึกษา			3	.44	0.93
ประถมศึกษา	56 (46.28%)	8 (6.62%)			
มัธยมศึกษา / ปวช.	25 (20.66%)	3 (2.48%)			
อนุปริญญา / ปวส.	9 (7.44%)	2 (1.65%)			
ปริญญาตรี / สูงกว่าปริญญาตรี0	16 (13.22%)	2 (1.65%)			

สถานภาพสมรส			3	5.10	0.17
โสด	19 (15.70%)	2 (1.65%)			
สมรส	54 (44.63%)	12 (9.92%)			
หม้าย/หย่าร้าง	24 (19.83%)	1 (0.83%)			
แยกกันอยู่	9 (7.44%)	0			
โรคประจำตัว			1	5.33	0.02
ไม่มี	21 (17.36%)	7 (5.79%)			
มี	85 (70.25%)	8 (6.62%)			

จากตารางที่ 3 พบว่าปัจจัยส่วนบุคคลประกอบด้วย เพศ การศึกษา สถานภาพสมรสไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ส่วนโรคประจำตัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ($p\text{-value} < 0.05$)

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยส่งเสริมสุขภาพกับระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยใช้สถิติ Pearson Product Moment Correlation Coefficient

ตัวแปร	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม.	
	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	p-value
ปัจจัยส่วนบุคคล		
อายุ	1	0.05
ระยะเวลาการเป็น อสม.	0.22	0.05
ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ		
การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ	1	0.05
การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ	-0.89	0.05
การรับรู้ความสามารถของตน	0.10	0.05
อิทธิพลระหว่างบุคคล	0.40	0.01

จากตารางที่ 4 พบว่าปัจจัยส่วนบุคคลประกอบด้วยอายุมีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก ($p\text{-value} 0.05$) ส่วนระยะเวลาการเป็น อสม. มีความสัมพันธ์ระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} 0.05$) สำหรับปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก ($p\text{-value} 0.05$) การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ในทางลบระดับสูง ($p\text{-value} 0.05$) การรับรู้ความสามารถของตน มีความสัมพันธ์ระดับต่ำมาก ($p\text{-value} 0.05$) อิทธิพลระหว่างบุคคล มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ ($p\text{-value} 0.01$)

ตารางที่ 5 การแสดงข้อมูลปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในเขตความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยวิเคราะห์ด้วยสถิติ Multiple Regression Analysis

ตัวแปร	B	Bata	t	Sig.	VIF
ปัจจัยส่วนบุคคล					
อายุ	0.06	0.12	1.20	0.23	1.28
การศึกษา	0.01	0.31	3.42	0.00	1.13
สถานภาพ	0.01	0.03	0.27	0.79	1.24
ระยะเวลาการเป็น อสม.	0.08	0.21	2.37	0.95	1.06
โรคประจำตัว	-0.24	-0.28	-2.93	0.000	1.28
ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ					
การรับรู้ประโยชน์	-0.02	-0.03	-0.33	0.07	1.35
การรับรู้อุปสรรค	0.08	0.21	2.10	0.04*	1.37
การรับรู้ความสามารถของตน	0.05	0.07	0.69	0.49	1.35
อิทธิพลระหว่างบุคคล	0.06	0.12	1.19	0.24	1.28

จากตารางที่ 5 พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ด้านปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การศึกษา (p-value <0.05) และโรคประจำตัว (p-value <0.001) ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การรับรู้อุปสรรค (p-value <0.05)

อภิปรายผลการวิจัย

ปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในเขตความรับผิดชอบของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพสต.) ได้แก่ อายุ, โรคประจำตัว และการรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. โดยแบ่งตามวัตถุประสงค์งานวิจัย ดังนี้

1. ระดับปัจจัยส่งเสริมสุขภาพของ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในเขตความรับผิดชอบของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพสต.) คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จากผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับมาก การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง การรับรู้ความสามารถของตน อยู่ในระดับมาก อิทธิพลระหว่างบุคคล อยู่ในระดับมาก สะท้อนให้เห็นว่า อสม. มีศักยภาพและมีการรับรู้ตามบทบาทสำคัญในฐานะผู้นำด้านสุขภาพในชุมชน อย่างไรก็ตาม การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ กลับอยู่ในระดับปานกลางซึ่งอาจสะท้อนปัญหาหรือความท้าทายที่ อสม. เผชิญ เช่น ขาดทรัพยากร การสนับสนุนจากหน่วยงาน ซึ่งการศึกษาของสำนักวิจัยสุขภาพชุมชน (2562)4 ชี้ว่า อสม. มักประสบปัญหาเกี่ยวกับการเข้าถึงทรัพยากรและการจัดการเวลา ซึ่งอาจเป็นอุปสรรคต่อการทำหน้าที่อย่างเต็มศักยภาพ ดังนั้นควรผลักดันให้ อสม. รับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับ นันทนารถ ช่วงสกุล (2562)5 ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในกลุ่มวัยทำงาน เขตสุขภาพที่ 11 พบว่า ระดับการรับรู้ประโยชน์อยู่ในระดับสูง การรับรู้อุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง แรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง

2. ระดับพฤติกรรมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของ รพสต. คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะในด้านการออกกำลังกาย การจัดการอารมณ์และการบริโภคอาหาร ซึ่งอาจสะท้อนถึงความท้าทายหรือข้อจำกัดของ อสม. ต้องเผชิญในการปฏิบัติตามพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ดังนั้นควรส่งเสริมด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการอารมณ์ และการบริโภคอาหารเพิ่มมากขึ้นเพื่อให้พฤติกรรมสุขภาพของ อสม. ดีมากขึ้น คล้องกับวิชนี วิกลและคณะ (2017)6 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอยู่ในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับ ช่อผกา ผลทิพย์ และ ศันสนีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์ (2560) 7 พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในเขตพื้นที่อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ไม่สอดคล้องกับ นางพิทยา อุทัยวรรณพร (2562) 8 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.) และประชาชนวัยทำงานในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี และกลุ่มสุขภาพภาคประชาชนและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ (2565) 9 ความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของ อสม. ในชุมชนต้นแบบของเขตสุขภาพที่ 5 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับสูงและกฤษฎา เทพอินทร์และเสนห์ ขุนแก้ว (2565) 10 ความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอปากท่า จังหวัดอุดรธานี พบว่าพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดีมาก

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของ รพสต. คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ โรคประจำตัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อายุมีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก ส่วนระยะเวลาการเป็น อสม. มีความสัมพันธ์ระดับต่ำมาก นั้นแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของปัจจัยด้านสุขภาพส่วนบุคคลในกระบวนการส่งเสริมสุขภาพ โดยเฉพาะอายุ เพราะเมื่ออายุมากขึ้นพฤติกรรมสุขภาพหรือการดูแลสุขภาพก็มีความระมัดระวังมากขึ้นและมีแนวโน้มที่จะรับรู้ถึงความสำคัญของการรักษาสุขภาพมากขึ้น ในขณะที่โรคประจำตัว เช่น ความดันโลหิตสูง หรือเบาหวาน ก็มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพซึ่งบุคคลที่มีโรคประจำตัวมักจะให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่ช่วยลดความเสี่ยงของโรค สำหรับปัจจัยส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การรับรู้ประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก การรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ในทางลบระดับสูง นั่นคือ อสม. ที่รับรู้อุปสรรคในการส่งเสริมสุขภาพ เช่น การขาดทรัพยากรหรือเวลาจะมีแนวโน้มในการปฏิบัติตามพฤติกรรมสุขภาพน้อยลงดังนั้นหากจะทำกิจกรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ อสม. ควรต้องคำนึงถึงอายุและโรคประจำตัว ซึ่งอายุมากโรคประจำตัวก็จะตามมาด้วย โดยส่งเสริมการรับรู้ประโยชน์และการรับรู้อุปสรรคเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับ นันทนาถ ช่วยสกุลและคณะ (2562) 5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในกลุ่มวัยทำงาน เขตสุขภาพที่ 11 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ได้แก่ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ได้แก่ ระดับการรับรู้ประโยชน์ ระดับการรับรู้อุปสรรค นิธินันท์ เจริญบัณฑิตย์ (2559) 11 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสร้างเสริมได้แก่การรับรู้ประโยชน์ของการสร้างเสริมสุขภาพ

4. ปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของ รพสต. คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี พบว่า

4.1 ด้านปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่

1) การศึกษา มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของ รพสต. คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ซึ่งการศึกษาส่วนมากอยู่ในระดับประถมศึกษา แสดงให้เห็นว่า การศึกษามีบทบาทสำคัญต่อการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและความสามารถในการปฏิบัติตามพฤติกรรมสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับการศึกษาที่สูงว่าตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาขึ้นไป หาก อสม. มีการศึกษาเพิ่ม ตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาเป็นต้นไปก็จะทำให้ อสม. มีพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มขึ้นในทางที่ดีขึ้นตามไปด้วย สอดคล้องกับนิธินันท์ เจริญบัณฑิตย์ (2559) 11 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) พบว่า การศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

2) โรคประจำตัว มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของ รพสต. คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ซึ่ง อสม. ส่วนมากมีโรคประจำตัว สะท้อนให้เห็นว่าโรคประจำตัวมีบทบาทสำคัญต่อการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดีขึ้น เนื่องจากอสม. มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หรือโรคเรื้อรังอื่นๆ มักมีแรงจูงใจที่จะดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น เพื่อควบคุมอาการของโรคและป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น ทำให้อสม.สนใจพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้สุขภาพดีขึ้นและเป็นแบบอย่างที่ดีด้านสุขภาพให้กับประชาชนสอดคล้องกับกฤษฎา พรหมสุวรรณ (2560)12 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนผู้สูงอายุตำบลหนองไม้แก่น จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า สถานะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4.2 ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในเขตความรับผิดชอบของ รพสต. คลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ การรับรู้อุปสรรคที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. แสดงให้เห็นว่าการรับรู้อุปสรรคเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจและการปฏิบัติตัวในด้านสุขภาพจากการที่ อสม. ได้รับรู้อุปสรรคด้านการรับประทานอาหาร การดื่มน้ำ การออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพประจำปีเพิ่มมากขึ้นจะทำให้ อสม.เข้าใจและเห็นปัญหาของการส่งเสริมสุขภาพส่งผลให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีตามมา ตามแนวคิดของ Pender 1996, (อ้างถึงในสุภาภรณ์ เวชบุล, 2559)1การรับรู้ถึงอุปสรรคทำให้บุคคลไม่สามารถปฏิบัติตามได้ ซึ่งส่งผลต่อความตั้งใจและแรงจูงใจของบุคคลที่จะเลี้ยงที่จะปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สอดคล้องนิธินันท์ เจริญบัณฑิตย์ (2559)10 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) พบว่า การรับรู้อุปสรรคพบว่าการรับรู้ประโยชน์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การพิจารณาระดับการศึกษาของ อสม. ควรผลักดันให้ อสม. เรียนปรับวุฒิเพิ่มขึ้น หรือเมื่อ อสม. ครบวาระ ควรเลือกรับสมัคร อสม. ที่มีวุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาเป็นต้นไปเพื่อให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น
2. การอบรมให้ความรู้และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการรับรู้อุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพโดยเปิดโอกาสให้ อสม. พุดคุยแสดงความคิดเห็นเพื่อค้นหาอุปสรรคของการส่งเสริมสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อช่วยกันแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยคัดเลือก อสม. ที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีและมีปัญหาด้านสุขภาพมาพุดคุยแลกเปลี่ยนบนเวทีสุขภาพเพื่อให้เกิดการเรียนรู้และทักษะของการส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องและพัฒนารูปแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจนเกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและถูกต้อง

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต

1. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในพื้นที่เดิม
2. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ อสม. ในพื้นที่ใหม่
3. การพัฒนาโปรแกรมเพิ่มศักยภาพ อสม. เป็นผู้นำในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพแก่ประชาชน

Reference

1. สุภาภรณ์ เวชบุล. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในตำบลวังเหนือ อำเภอวังเหนือ จังหวัดลำปาง [วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง;2559.
2. เกษแก้ว เสียงพระ. ทฤษฎี เทคนิค การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพและการประยุกต์ใช้ในงานสาธารณสุข. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2564.

3. Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A. G*Power 3 : A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. Behav Res Methods. 2007;39(2):91-175.
4. สำนักงานวิจัยสุขภาพชุมชน. รายงานผลการวิจัยด้านสุขภาพชุมชน. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : สำนักวิจัยสุขภาพชุมชน; 2562.
5. นันทนารถ ช่างสกุล. ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในกลุ่มวัยทำงาน เขตสุขภาพ ที่ 11. นครศรีธรรมราช : ศูนย์อนามัยที่ 11 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข; 2562.
6. รัชณี วิกุล สุรีย์พันธุ์ วรพงษ์ธรร วัชชัย วรพงษ์ธรร และ เอ็มอัณณบุรณนธ์. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด. วชิรเวชสารเวชศาสตร์เขตเมือง. 2560; 62(4):27-34.
7. ช่อผกา ผลทิพย์ และ ศันสนีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์ พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ในเขตพื้นที่อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก. คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร; 2560
8. พิทยา อุทัยวรรณพร. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.) และประชาชนวัยทำงานในหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ. อุทัยธานี : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุทัยธานี; 2562.
9. กลุ่มสุขภาพภาคประชาชนและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของ อสม. ในชุมชนต้นแบบของเขตสุขภาพที่ 5. ราชบุรี : ศูนย์สนับสนุนบริการสุขภาพที่ 5 กระทรวงสาธารณสุข; 2565.
10. กฤตภณ เทพอินทร์และเสน่ห์ ชุนแก้ว. ความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอปากท่า จังหวัดอุตรดิตถ์. วารสารวิจัยการพยาบาลและวิทยาศาสตร์สุขภาพ. 2565,14(1)[12 พฤศจิกายน 2567] เข้าถึงได้จาก <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/unc/article/view/252496>.
11. นิธินันท์ เจริญบัณฑิตย์ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) [วิทยานิพนธ์คณะพยาบาลศาสตร์]. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา; 2559.
12. กฤษดา พรหมสุวรรณ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลหนองไม้แก่น. [วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. ฉะเชิงเทรา: มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์; 2560.