

นิพนธ์ต้นฉบับ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี

ชลธิชา อรุณพงษ์*, กิตตินันท์ สิงห์ศรี**, กุลธิดา ปัทม**, แก้วกาญจนา สีงามมา**, ขวัญจิต สมัญญา**, กัญจิกา อาบรัมย์**, จินดารัตน์ วิโย**,
ชนินฐา สายธนู**, จุฑามาศ ศิลาอาจ**, จุไรวรรณ อินสีเมือง**

* สาขาวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี อุบลราชธานี

** คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี อุบลราชธานี

✉ chonthichanok@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล 3) ศึกษาอำนาจการทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-3 ปีการศึกษา 2563 ภาคเรียนที่ 3 จำนวน 143 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบทดสอบและแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ส่วน มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90 สำหรับแบบทดสอบหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร KR-20 มีค่าความยากอยู่ในช่วง .03-.75 และมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ในช่วง .22-.68 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี อยู่ในระดับมาก ($t = 2.74$, $S = .64$) ตัวแปรที่ดีที่สุด ที่ร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มี 4 ตัวเรียงตามลำดับ ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X8) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X6) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (X2) และ BMI(X1) ซึ่งตัวแปรทั้ง 4 ตัวร่วมกัน สามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ได้ร้อยละ 28.40 ($R^2 \text{ adjust} = .26$) และมีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ .55

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งเขียนในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐาน

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ

$$Y' = 1.14 + .34X8 + .22X6 - 4.97X2 + .03X1$$

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$Z = .35Z8 + .24Z6 - .17Z2 + .16Z1$$

ข้อเสนอแนะ ผลการวิจัยนี้มหาวิทยาลัยควรนำไปใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพโดยเฉพาะพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนเพื่อให้นักศึกษาพยาบาลที่จะเรียนจบไปเป็นพยาบาลที่ไม่อ้วนและมีสุขภาพดีต่อไป

คำสำคัญ : พฤติกรรมการป้องกัน, โรคอ้วน , นักศึกษา

Article info:

Received: Aug 11, 2021

Revised: Sep 17, 2021

Accepted: Sep 27, 2021

Original article

Factors influencing for prevention behaviors from obesity among nursing students in Ratchathani University in Ubon Ratchathani Province

Chonthicha Arunphong*, Kittinan Singsorn**, Kulthida Patthum**, Kawkanda Seekabma**, Kwanjit Samanya**, Kanthika Arbram**, Jindarat Wiyo**, Khanitta Saithanoo**, Juthamas Silaart**, Juraiwan Inseemueang**

* Faculty of Nursing, Ratchathani University, Ubonratchathani

** Ratchathani University, Ubonratchathani

✉ chonthichanok@hotmail.com

Abstract

This research aimed to 1) study of prevention behaviors from obesity among nursing students in Ratchathani University in Ubon Ratchathani Province; and 2) study of relationship between Bio-social factors Predisposing factors Enabling factors and Reinforcing factors on prevention behaviors from obesity among nursing students; and 3) identify good predictors of prevention behaviors from obesity among nursing students. The subjects were 143 nursing students class 1-3 in semester 3 in Ratchathani University, Ubon Ratchathani Province. The instrument was a questionnaire, divided into five parts, one of which was a test. The reliability of a whole questionnaire was .90. The reliability of a test had Level of Difficult .03 - .75, Discrimination power .22 - .68 by KR-20. The statistics used included Percentages, Mean, Standard Deviation, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient and Multiple Regression Analysis.

The research findings were as follows: Prevention Behaviors from obesity among nursing students in Ratchathani University Ubon Ratchathani Province were rated at high level ($\bar{X} = 2.74$, $SD=0.64$). Four best predictors for the prevention behaviors from obesity among nursing students were support from educational institutions (X8), support from family (X6), Average monthly income (X2) and BMI (X1) altogether these group of predictive variable could predict prevention behaviors from obesity among nursing students with 28.40 percent accuracy ($R^2 \text{ adjust} = .26$) and the standard error of the estimation of .55.

Regression equation for prevention behaviors from obesity among nursing students, in the forms of raw score and standard score, were exhibited as follows :

Raw score :

$$Y' = 1.14 + .34X8 + .22X6 - 4.97X2 + .03X1$$

Standard score :

$$Z = .35Z8 + .24Z6 - .17Z2 + .16Z1$$

Suggestion : The results of this research should be used as information for planning health promotion activities, especially obesity prevention behaviors for nursing students who will graduate to become non-obese and healthy nurses.

Keywords: Prevention behaviors, obesity, student

บทนำ

โรคอ้วนเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญทั้งในระดับประเทศและโลก ก่อให้เกิดปัญหาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและการสูญเสียทางเศรษฐกิจด้านค่าใช้จ่ายในการรักษา ทั้งนี้โรคอ้วนคือการสะสมไขมันตามร่างกายมีเกณฑ์การวัด ได้แก่ การเปรียบเทียบน้ำหนักกับค่ามัธยฐานของน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง และค่าดัชนีมวลกาย กัลยาณี อินทร์(2560) โรคอ้วนเป็นปัญหาสำคัญของทุกช่วงวัย โดยเฉพาะวัยรุ่น สาเหตุหลักคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารจากการศึกษาของ Golden, Schneider, & Wood (2016) พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง มีความสัมพันธ์กับโรคอ้วน (EDS) โรคอ้วนเป็นโรคไม่ติดต่อที่มีความสำคัญต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตของมนุษย์ โดยมีปัจจัยเสี่ยงจากการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมขณะเดียวกันจากรายงานผลการติดตามความคืบหน้าในการดำเนินงานป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ (Non-Communicable Diseases: NCDs) ที่สำคัญ ได้แก่ โรคทางระบบหัวใจและหลอดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง โรคเบาหวาน โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคไตเรื้อรัง พบว่า สถานการณ์ของประเทศไทยมีอัตราการเสียชีวิตของประชากรในประเทศมีมากถึง 3 ใน 4 ซึ่งของโรคเหล่านี้ล้วนมีสาเหตุมาจากโรคอ้วน World Health Organization (2017)

ข้อมูลจากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขจากแผนงานควบคุมโรคไม่ติดต่อปี 2560-2564 ไทยมีภาวะโรคอ้วนสูงเป็นอันดับ 2 รองจากมาเลเซีย คิดเป็นร้อยละ 48.28 ในประเทศไทยประชากรอายุ 19-29 ปี มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน ปี2563 ร้อยละ 28.92 ปี2564 ร้อยละ 29.06 จากการเปรียบเทียบตามเขตสุขภาพ 12 เขต พบว่า เขตที่ 1 ร้อยละ 38.87 เขตที่ 2 ร้อยละ 33.46 เขตที่ 3 ร้อยละ 40.13 เขตที่ 4 ร้อยละ 34.79 เขตที่ 5 ร้อยละ 29.78 เขตที่ 6 ร้อยละ 30.14 เขตที่ 7 ร้อยละ 22.39 เขตที่ 8 ร้อยละ 19.16 เขตที่ 9 ร้อยละ 33.80 เขตที่ 10 ร้อยละ 27.61 เขตที่ 11 ร้อยละ 26.02 เขตที่ 12 ร้อยละ 37.75 (กรมอนามัย-กระทรวงสาธารณสุข 2560) ในเขตสุขภาพที่ 10 ได้แก่ จังหวัดอุบลราชธานี ศรีสะเกษ ยโสธร อำนาจเจริญ มุกดาหาร พบว่าประชากรอายุ 19-29 ปี ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนในปี 2564 คิดเป็นร้อยละ 27.61

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน พบว่ามีหลายปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน ได้แก่ ความรู้ รายได้เฉลี่ยของนักศึกษา

สุพินญา คงเจริญ (2560) ทศนคติของนักศึกษาพยาบาลในการป้องกันโรคอ้วน สมศักดิ์ ถิ่นขจี (2559)การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเกี่ยวกับการได้รับแรงสนับสนุนจาก ครอบครัว เพื่อน สถานศึกษา พรฤดี นิธิรัตน์ (2561)ปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรมของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งจะช่วยป้องกันโรคอ้วน ช่วยลดจำนวนการเกิดผู้ป่วยโรคอ้วนรายใหม่

จากผลการศึกษาข้างต้นพบว่าโรคอ้วน เป็นภัยแฝงที่เกิดขึ้นได้กับกลุ่มวัยของนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย เป็นสิ่งที่หลายคนอาจมองข้ามได้ว่านักศึกษาเป็นวัยรุ่นที่แข็งแรง ดูแลรักษารูปร่างมีโอกาสเกิดโรคอ้วนได้น้อย แต่ด้วยอิทธิพลของสังคมออนไลน์และปัจจัยต่าง ๆ ที่เข้ามามีบทบาท ในการใช้ชีวิตของนักศึกษา ทำให้เสี่ยงต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ดี และเกิดปัญหาโรคอ้วนได้ เช่น การรับประทานอาหารจานด่วน อาหารประเภททอด อาหารหวานมัน การเล่นเกมอินเทอร์เน็ตเป็นเวลานานๆ มากกว่าการออกกำลังกาย เป็นต้น ซึ่งเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีใหม่ๆ และการเปลี่ยนแปลง วัฒนธรรมของประเทศตะวันตก โดยเฉพาะในนักศึกษาพยาบาลที่มีเรียนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ซึ่งทำให้มีเวลาจำกัดในการรับประทานอาหาร บางครั้งต้องรับประทานอาหารจานด่วน อาหารของทอดของมัน รับประทานไม่หลากหลายและขาดการออกกำลังกาย ซึ่งปัญหาต่างๆ เหล่านี้มีแนวโน้มจะขยายตัวมากขึ้น และนักศึกษาพยาบาล ถือว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญของประเทศชาติในอนาคต ถ้านักศึกษาพยาบาลเป็นโรคอ้วนจบออกไปเป็นพยาบาลที่อ้วน ก็จะเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเส้นเลือดสูง อาจเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติงานในอนาคตได้ ซึ่งสิ่งต่างๆ เหล่านี้ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตัวเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคม คณะผู้วิจัยจึงมีความตระหนักในปัญหานี้สนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี โดยได้นำแนวคิดแบบจำลอง PRECEDE ซึ่งประกอบด้วย การวิเคราะห์ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน ทศนคติต่อโรคอ้วน ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การใช้เวลาว่าง และปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากครอบครัว แรงสนับสนุนจากเพื่อน และแรงสนับสนุนจากสถานศึกษา และแนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม โดยการศึกษาในครั้งนี้ได้

ศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล เพื่อที่จะนำข้อมูลที่ได้มาใช้ในการวางแผนเพื่อแก้ไขปัญหาโรคอ้วน และส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลจบออกไปเป็นพยาบาลที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เป็นโรคอ้วน สามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ อันจะเกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับบริการในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของ นักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัด อุบลราชธานี
2. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยชีวสังคม ปัจจัย นำ ปัจจัยเชื้อและปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการป้องกันโรค อ้วนของนักศึกษาพยาบาล
3. เพื่อศึกษาอำนาจการทำนายพฤติกรรมการป้องกัน โรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล

สมมุติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ ค่าดัชนีมวลกาย และ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการ ป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล
2. ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน และ ทักษะติดต่อโรคอ้วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกัน โรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล
3. ปัจจัยเชื้อ ได้แก่ การใช้เวลาว่าง มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล
4. ปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากครอบครัว แรง สนับสนุนจากเพื่อน และแรงสนับสนุนจากสถานศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษา พยาบาล
5. ปัจจัยทางชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเชื้อ และปัจจัย เสริม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน ของนักศึกษาพยาบาล ได้ดีกว่าการทำนายด้วยตัวแปรใดตัว แปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) คณะผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตัวเอง โดยคณะผู้วิจัย นำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลเสนอต่อ ผู้บริหารคณะพยาบาลศาสตร์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การ

วิจัย และขออนุญาตเก็บข้อมูลวิจัยจากนักศึกษาพยาบาลชั้น ปีที่ 1-3 คณะผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ และอธิบายขั้นตอนการเก็บข้อมูลให้กลุ่มตัวอย่างเพื่อทำ ความเข้าใจให้ตรงกันในการเก็บข้อมูลเมื่อได้ข้อมูลครบทุก ฉบับจึงทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม แล้วนำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือ นักศึกษาพยาบาล ศาสตร์มหาวิทยาลัยราชธานี ชั้นปีที่ 1- 3 ประจำปีการศึกษา 2563 ภาคเรียนที่ 3 จำนวนทั้งหมด 226 คน

กลุ่มตัวอย่าง

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง (Samplesize) ผู้วิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยการใช้สูตรคำนวณ ขนาดตัวอย่างของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นที่ 95% คือยอมรับความ คลาดเคลื่อนได้ 5% ขนาดของกลุ่มตัวอย่างคำนวณได้ ดังนี้

$$n = \frac{\chi^2 NP(1-P)}{e^2 (N-1) + \chi^2 P(1-P)}$$

เมื่อ n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างที่ ยอมรับได้ (0.05)

χ^2 = ค่าไคสแควร์ที่ df เท่ากับ 1 และระดับความ เชื่อมั่น 95% ($\chi^2 = 3.841$)

P = สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร ($p = 0.5$)

$$\text{แทนค่าในสูตร } n = \frac{3.841 \times 226 \times 0.5 \times 0.5}{(0.05)^2 \times (226 - 1) + 3.841 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = 142.51 \sim 143$$

ดังนั้น ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการเท่ากับ 143 คน เลือกตัวแทนในแต่ละชั้นปี โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย ให้ได้กลุ่ม ตัวอย่าง โดยการเทียบบัญชีไตรยางค์ จำนวน 143 คน ชั้นปี 1 จำนวน 52 คน ชั้นปี 2 จำนวน 35 คน และ ชั้นปี 3 จำนวน 56 คน การสุ่มตัวอย่าง อย่างง่าย โดยวิธีการจับฉลาก โดยมี รายชื่อของกลุ่มตัวอย่างเรียงตามรหัสนักศึกษา จากนั้นเขียน หมายเลขกำกับกลุ่มตัวอย่างแต่ละรายชื่อก่อนแล้วจึงทำการ จับฉลากขึ้นมาโดยที่ไม่สุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มแล้วขึ้นมาอีก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบทดสอบและแบบสอบถาม มีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยชีวสังคม มีลักษณะเป็นข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา ได้แก่ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และค่าดัชนีมวลกาย เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลทางด้านปัจจัยนำของนักศึกษามี 2 ด้าน ได้แก่

1. แบบทดสอบด้านความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน
ลักษณะแบบทดสอบเป็นแบบให้เลือกตอบจาก ใช่ - ไม่ใช่
เกณฑ์การให้คะแนน

ตอบถูก = 1 คะแนน

ตอบผิด = 0 คะแนน

ระดับคะแนนแบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์มัธยฐานเลขคณิตของคะแนนที่ได้ การกำหนดระดับความรู้เป็น 3 ระดับ ตั้งอยู่บนพื้นฐานการประเมินความรู้ซึ่งปรับใช้จากเกณฑ์การแปลผล โดยใช้ตัวเลขแสดงระดับคุณภาพ ประคอง กรรณสูต (2542) ดังนี้

มีความรู้ระดับสูงคะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2} SD$
ถึงสูงสุด

มีความรู้ระดับปานกลางคะแนนตั้งแต่ $\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$

มีความรู้ระดับต่ำคะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2} SD$
ถึงต่ำสุด

$\bar{X}$ = ค่าเฉลี่ย

SD = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. แบบสอบถามด้านทัศนคติต่อโรคอ้วน

ลักษณะของแบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) แต่ละข้อมีมาตรวัด 5 หน่วย เกณฑ์การให้คะแนน คือ

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ปานกลาง	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

เกณฑ์การประเมินแบ่งระดับทัศนคติที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ออกเป็น 5 ระดับ จาก น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยเชื้อ ด้านการใช้เวลาว่าง ลักษณะของแบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) แต่ละข้อมีมาตรวัด 5 หน่วย เกณฑ์การให้คะแนน คือ

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การประเมิน แบ่งระดับ ปัจจัยเชื้อที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ออกเป็น 5 ระดับ จาก น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยเสริม ประกอบด้วย แรงสนับสนุนจากครอบครัว แรงสนับสนุนจากเพื่อน และแรงสนับสนุนจากสถานศึกษา ลักษณะของแบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) แต่ละข้อมีมาตรวัด 5 หน่วย เกณฑ์การให้คะแนน คือ

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การประเมิน แบ่งระดับการได้รับปัจจัยเสริมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ออกเป็น 5 ระดับจาก น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน ประกอบด้วยพฤติกรรมการรับประทานอาหารของทอด ของมัน ของหวาน อาหารฟัดฟู้ด น้ำหวาน น้ำอัดลม และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ลักษณะของแบบสอบถามมีลักษณะเป็น มาตราประมาณค่า (Rating Scale) แต่ละข้อมีมาตรวัด 4 หน่วย เกณฑ์การให้คะแนน คือ

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
ปฏิบัติทุกครั้ง	4	1
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	3	2
ปฏิบัติบางครั้ง	2	3
ไม่ปฏิบัติเลย	1	4

เกณฑ์การประเมิน แบ่งระดับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล แบ่งเกณฑ์เป็น 4 ระดับจากน้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงกันตามเนื้อหา (Content Validity) คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถาม ได้แก่ ปัจจัยนำในการป้องกันโรคอ้วนปัจจัยเอื้อในการป้องกันโรคอ้วน ปัจจัยสนับสนุนในการป้องกันโรคอ้วนและพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี ที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นเองและผ่านการแก้ไขจากอาจารย์ที่ปรึกษา จากนั้นนำไปตรวจสอบความตรงกันตามเนื้อหาโดยนำแบบสอบถามเสนอผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมสุขภาพ ด้านวิชาการ และด้านสุขภาพจิตและจิตเวช เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) และนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) จากสูตร Riviovelli and Hambleton(1997)

เห็นว่าสอดคล้อง ให้คะแนน +1

ไม่แน่ใจ ให้คะแนน 0

เห็นว่าไม่สอดคล้อง ให้คะแนน -1

โดยใช้สูตรการหาค่า IOC คือ $IOC = \frac{\sum R}{N}$

IOC หมายถึง ค่าดัชนีความสอดคล้อง

$\sum R$ หมายถึง ผลรวมของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N หมายถึง จำนวนของผู้เชี่ยวชาญ

เมื่อได้ข้อคำถามที่มีค่า IOC เท่ากับ 1 แล้วปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2. การตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) คณะผู้วิจัยนำแบบสอบถาม ที่ผ่านการหาค่าความตรงตามเนื้อหา มาปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 30 ราย นำมาวิเคราะห์หาความเที่ยงของแบบสอบถาม โดยวิธี Cronbach (1990) ภาพรวมทั้งฉบับมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 สำหรับแบบทดสอบมีค่าความยาก (Level of Difficult : p) มีค่าตั้งแต่ 0.30-0.75 และมีอำนาจจำแนก (Discrimination power : r) ตั้งแต่ 0.22-0.65

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การอธิบายลักษณะข้อมูลทางชีวสังคม ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน ทศนคติต่อโรคอ้วน การใช้เวลาร่าง แรงสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยชีวสังคม ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน ทศนคติต่อโรคอ้วน การใช้เวลาร่าง แรงสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

3. วิเคราะห์อำนาจการทำนายของแต่ละปัจจัยกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานีอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 2.74$, $S = .64$) ตัวอย่างเป็นเพศชายจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.4 เพศหญิง จำนวน 141 คน คิดเป็นร้อยละ 98.6 มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในระดับปกติมากที่สุด จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 66.4 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนเฉลี่ย 5722.38 บาท ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วนอยู่ในระดับสูงจำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 42.0 มีทัศนคติต่อโรคอ้วนโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.81$, $SD = .69$) มีปัจจัยเอื้อด้านการใช้เวลาว่างของนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.98$, $SD = .66$) ได้รับปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากครอบครัวโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.60$, $SD = .72$) ได้รับปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากเพื่อนโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.63$, $SD = .63$) และได้รับปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสถานศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.67$, $SD = .65$)

2. ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ ทศนคติต่อโรคอ้วน (X_4) ($r = .24$) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_6) ($r = .37$) แรงสนับสนุนจากเพื่อน (X_7) ($r = .39$) แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) ($r = .44$) และมีตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ การใช้เวลาร่าง (X_5) ($r = .20$)

3. ตัวแปรที่ดีที่สุด ที่ร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มี 4 ตัวเรียงตามลำดับ ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา แรงสนับสนุนจากครอบครัว รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และ BMI ซึ่งตัวแปรทั้ง 4 ตัวร่วมกัน สามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ได้ร้อยละ 28.40 และมีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ .55

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งเขียนในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐาน ดังนี้

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ

$$Y' = 1.14 + .34X_8 + .22X_6 + -4.97X_2 + .03X_1$$

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$Z = .35Z_8 + .24Z_6 - .17Z_2 + .16Z_1$$

เมื่อ X_8 Z_8 แทน แรงสนับสนุนจากสถานศึกษาในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐาน

เมื่อ X_6 Z_6 แทน แรงสนับสนุนจากครอบครัวในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐาน

เมื่อ X_2 Z_2 แทน รายได้เฉลี่ยต่อเดือนในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐาน

เมื่อ X_1 Z_1 แทน BMI ในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐาน

อภิปรายผลการวิจัย

จากสรุปผลการวิจัย ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี มีประเด็นสำคัญที่ควรนำมา อภิปรายผลดังนี้

1. ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน และทัศนคติต่อโรคอ้วน มีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล พบว่า มีความรู้ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง และมีทัศนคติต่อโรคอ้วนโดยรวมอยู่ในระดับมากซึ่งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษา อธิบายได้ว่า บุคคลเมื่อมีความรู้ร่วมกับมีทัศนคติที่ดีแล้วก็จะสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นๆในทางที่ดีได้ด้วย

เพราะการมีความรู้เพียงอย่างเดียวไม่พอที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพได้ จะต้องมียุปัจจัยอื่นๆ ประกอบด้วย สอดคล้องกับแนวคิดของ Green (1980) ซึ่งมีแนวคิดว่าการพฤติกรรมบุคคลมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย (Multiple Factors) และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ มัลลิกา จันทรพันธ์ (2557) ที่ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพต่อโรคอ้วนของนิสิตสาขาวิชาสุขภาพศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน จำนวน 100 คน ผลการวิจัยพบว่าความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วนและ ทัศนคติต่อโรคอ้วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนิสิตสาขาวิชาสุขภาพศึกษา ดังนั้นการจะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ถูกต้องเหมาะสม ต้องให้ความรู้ควบคู่กับการสร้างทัศนคติที่ดีด้วย

2. การใช้เวลาวาง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล คณะผู้วิจัยเห็นว่า ถ้านักศึกษาพยาบาลใช้เวลาวางไปในทางที่หลีกเลี่ยงที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคอ้วนและใช้เวลาวางไปในทางที่ส่งเสริมให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เช่น การใช้เวลาวางในการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ก็จะทำให้ห่างไกลจากโรคอ้วนได้

3. แรงสนับสนุนจากครอบครัว แรงสนับสนุนจากเพื่อน แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล อธิบายได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและการได้รับการอบรม ได้รับคำแนะนำ ส่งเสริม และการได้รับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคอ้วน จากเพื่อน อาจารย์ และบุคลากร ในสถานศึกษามีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมในด้านต่างๆ รวมถึงพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนด้วย นักศึกษาที่ได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน จากครอบครัว เพื่อนและสถานศึกษา ก็จะส่งผลต่อพฤติกรรมในด้านบวกด้วยซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support Theory) ที่กล่าวไว้ว่าบุคคล

ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ทำให้ผู้รับเชื่อว่าได้รับความรัก ความอบอุ่น รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นที่ต้องการของบุคคลอื่นโดยได้รับจากกลุ่มคนในระบบสังคมนั้นๆ เป็นผู้ให้การสนับสนุนด้านจิตใจ อารมณ์ วัสดุ อุปกรณ์ ข่าวสาร คำแนะนำ ก็จะทำให้บุคคลสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม

4. ตัวแปรทำนายที่ดีของพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา แรงสนับสนุนจากครอบครัว รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และ BMI ซึ่งตัวแปรทั้ง 4 ตัวร่วมกันสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล ได้ร้อยละ 28.40 และมีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ .55 อธิบายได้ว่าบุคคลจะปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องและเหมาะสมได้นั้น ต้องมีปัจจัยหลายอย่างเป็นตัวส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมป้องกันที่ต้องกระทำเป็นปกติอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เกิดการป้องกันส่งเสริม และคงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพที่ดี สอดคล้องกับแนวคิดของ Green (1980) โดยมีแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมบุคคลมีสาเหตุมาจากสหปัจจัย (Multiple Factors) และสอดคล้องกับการศึกษาของ อภิชัย คุณิพงษ์ (2560) โดยศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมป้องกันภาวะน้ำหนักเกินของนักศึกษาปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักศึกษาปริญญาตรีจำนวน 230 คน ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่าทัศนคติและการรับรู้ความสามารถของตนเองสามารถพยากรณ์พฤติกรรมป้องกันภาวะน้ำหนักเกินได้ร้อยละ 88.9 ($R^2 = 0.889$, $F=910.437$) จากผลการวิจัยครั้งนี้ จึงเสนอแนะให้ผู้เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมเสริมสร้างให้นักศึกษาปริญญาตรีมีทัศนคติและการรับรู้ความสามารถของตนเองที่ดีจะส่งผลทำให้สามารถป้องกันภาวะน้ำหนักเกินได้ต่อไป ดังนั้น การสนับสนุนจากสถานศึกษามีความสำคัญที่สุดที่จะทำให้ นักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมป้องกันโรคอ้วน สถานศึกษาต้องจัดให้มีสถานที่สำหรับออกกำลังกาย เช่น

โรงยิม สนามกีฬา และมีอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายที่พร้อมใช้ไม่จำกัด มีเวลาให้นักศึกษาไปใช้ออกกำลังกายไม่มุงเรียนแต่เพียงอย่างเดียว โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลที่มีการเรียนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ นอกจากนี้การได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องทั้งจากสถานศึกษาและครอบครัวเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน เหล่านี้ล้วนส่งเสริมและสนับสนุนให้นักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม รวมถึงพฤติกรรมป้องกันโรคอ้วนด้วย

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 จากการวิจัยครั้งนี้พบตัวแปรพยากรณ์ที่สำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี คือ แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา แรงสนับสนุนจากครอบครัว รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และ BMI ดังนั้น สถานศึกษาต้องให้ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วนร่วมกับสร้างความตระหนักในพฤติกรรมป้องกันโรคอ้วนแก่นักศึกษาเพื่อให้นักศึกษารับรู้ในความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคอ้วนให้ได้ อีกทั้งครอบครัวต้องให้ความสำคัญกับโรคอ้วนและสนับสนุนส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีโดยเฉพาะพฤติกรรมป้องกันโรคอ้วนและผู้ปกครองควรให้เงินแก่นักศึกษาเป็นค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนให้เหมาะสม

1.2 ผลการวิจัยนี้มหาวิทยาลัยควรนำไปใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพโดยเฉพาะพฤติกรรมป้องกันโรคอ้วนเพื่อนักศึกษาพยาบาลที่จะเรียนจบไปเป็นพยาบาลที่ไม่อ้วนและมีสุขภาพดีต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

นำผลการศึกษาในครั้งนี้ไปจัดทำเป็นโปรแกรมการป้องกันโรคอ้วนสำหรับนักศึกษาพยาบาลเพื่อสร้างเสริมให้นักศึกษามีสุขภาพดีห่างไกลจากโรคอ้วน

เอกสารอ้างอิง

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2563). **แผนงานควบคุมโรคไม่ติดต่อปี 2560-2564**. สืบค้นเมื่อ เมษายน 7, 2563, แหล่งที่มา

<https://anamai.moph.go.th/th>.

กัลยาณี นออินทร์.(2560).ภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนในวัยเรียนและวัยรุ่นไทย. **วารสารพยาบาลทหารบก**,18(2).1-8.

ประคอง กรรณสูตร. (2542). **สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พรฤดี นิธิรัตน์ และสายใจ จารุจิตร .(2559). **กระบวนการพยาบาลกับการดูแลสุขภาพชุมชน**. กรุงเทพฯ: ธนาพรส.

มัลลิกา จันทน์ผืน.(2557).**การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพต่อโรคอ้วนของนิสิตสาขาวิชาสุขภาพศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน.**

วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุพินญา คงเจริญ.(2560). โรคอ้วน: ภัยเงียบในยุคดิจิทัล. **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี**

, 11(2).23-9.

สมศักดิ์ ถิ่นขจี.(2559).พฤติกรรมลดความอ้วนของนักเรียนระดับปริญญาตรี จังหวัดนนทบุรี. **วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลย**

อลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์,10(1).72-82.

อภิชัย คุณิพงษ์.(2560).ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการป้องกันภาวะน้ำหนักเกินของนักศึกษาปริญญาตรี. **วารสารความปลอดภัยและสุขภาพ**,10(37).58-66.

Cronbach, Lee. J.(1990). **Essentials of Psychology Testing**. 5th ed. New York : Harper Collins Publishers Inc.

Golden, N., Schneider, M., & Wood, C. 2016. "Preventing obesity and eating disorders in adolescents." **Pediatrics** 138 (3): 16-49.

Green, L. W., & Kreuter, M.W. (2005). **Health promotion planning: An education and environment approach**. 4th ed. Calif: Mayfield.

Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity.

Dutch Journal of Educational Research,2, 49-60.

World Health Organization. **Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**. [Internet] 2017 [Cited April 8,2017]; Available from:

<http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/en/>.

คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Ubon Ratchathani Rajabhat University

ตารางที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปร ปัจจัยทางชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8	Y
BMI X_1	-	.02	.12	.01	.04	-.01	-.00	-.01	.14
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน X_2		-	-.12	.05	-.03	.19*	.11	.13	-.07
ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน X_3			-	-.03	.04	-.00	-.03	-.17*	.00
ทัศนคติต่อโรคอ้วน X_4				-	.18*	.21*	.26**	.27**	.24**
การใช้เวลาว่าง X_5					-	.17*	.21*	.25**	.20*
แรงสนับสนุนจากครอบครัว X_6						-	.56**	.45**	.37**
แรงสนับสนุนจากเพื่อน X_7							-	.52**	.39**
แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา X_8								-	.44**
พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน Y									-

* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 1 พบว่า ความสัมพันธ์ของตัวแปรพยากรณ์ 8 ตัวแปร กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ตั้งแต่ -.07 ถึง .44 ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรเกณฑ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ตัวแปร คือทัศนคติต่อโรคอ้วน (X_4) ($r = .24$) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_6) ($r = .37$) แรงสนับสนุนจากเพื่อน (X_7) ($r = .39$) และ แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) ($r = .44$) และมีตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรเกณฑ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 ตัวแปรคือ การใช้เวลาว่าง (X_5) ($r = .20$)

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ เพื่อวิเคราะห์ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี

ขั้นที่	ตัวแปรพยากรณ์	R	R ²	R ² _{Adj}	F _{Change}	P
1	แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8)	.44	.19	.18	33.86	.00
2	แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_6)	.48	.23	.22	21.06	.00
3	แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_6) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (X_2)	.50	.25	.24	16.11	.00
4	แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_6) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (X_2) BMI (X_1)	.53	.28	.26	13.67	.00

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนเพื่อหาตัวพยากรณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มีตัวแปรอิสระที่ทดสอบแล้วว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งหมด 4 ตัวแปรตามลำดับ คือแรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_6) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (X_2) และ BMI (X_1)

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปรพยากรณ์ (b , β) ผลการทดสอบค่า t ผลการทดสอบค่า F และค่าคงที่ของสมการพยากรณ์พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

ตัวแปรพยากรณ์	b	β	SE_b	t
แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8)	.34	.35	.08	4.36**
แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_9)	.22	.24	.07	3.03*
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (X_2)	-4.97	-.17	.00	-2.33*
BMI (X_1)	.03	.16	.01	2.22*
$a = 1.14$ $R = .53$ $R^2 = .28$ $R^2_{Adj} = .26$ $F = 13.67^*$ $p = .00$ $SE_{est} = .55$				

* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 พบว่า พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาพยาบาล มีผลมาจากปัจจัยที่ส่งผลหรือตัวแปรอิสระที่มีนัยสำคัญเรียงตามลำดับ คือ แรงสนับสนุนจากสถานศึกษา (X_8) แรงสนับสนุนจากครอบครัว (X_9) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (X_2) และ BMI (X_1) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

