

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานใน โรงงานอุตสาหกรรม
เขตนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ

ผู้เขียน นายพิรุฬห์ สิริทองคำ

ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ วิลาวัณย์ เสนารัตน์ ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ นางเยาว์ อุดมวงศ์ กรรมการ

บทคัดย่อ

การสร้างเสริมสุขภาพเป็นพฤติกรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง ต่อการเพิ่มคุณภาพชีวิตของบุคคล การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและปัญหาอุปสรรคของการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงาน โรงงานอุตสาหกรรม เขตนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นพนักงานที่ทำงานใน โรงงานอุตสาหกรรมเขตนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ จังหวัดลำพูน จำนวน 6 แห่ง สุ่มตัวอย่างด้วยวิธีแบบตามความสะดวก (Convenience sampling) และใช้สูตรของทาโร่ ยามาเน่ในการกำหนดขนาดตัวอย่าง ได้จำนวน 379 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เป็นแบบสอบถามที่รวบรวมข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลด้านพฤติกรรมสร้างเสริมพฤติกรรมตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา เท่ากับ 0.88 และค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.90 วิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานใน โรงงานอุตสาหกรรมเขตนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ โดยรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X}=2.08$, S.D.=0.31) เมื่อพิจารณารายด้าน พฤติกรรมที่อยู่ในระดับดีมาก ได้แก่ ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ($\bar{X}=2.48$, S.D.=0.42)

พฤติกรรมที่อยู่ในระดับดี ได้แก่ ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ($\bar{X}=2.33$, S.D.=0.52) ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ($\bar{X}=2.29$, S.D.=0.36) ด้านการจัดการความเครียด ($\bar{X}=2.18$, S.D.=0.51) และด้านโภชนาการ ($\bar{X}=1.84$, S.D.=0.43) พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่อยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านกิจกรรมทางกาย ($\bar{X}=1.47$, S.D.=0.53)

ปัญหาและอุปสรรคของการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ การไม่มีเวลา ขาดความตระหนัก ไม่สนใจ ไม่มีความรู้ ความเข้าใจ ความสะดวก/ไม่สะดวก ทรัพยากรที่สถานประกอบการจัดเตรียมไว้ไม่พอเพียง ขาดสถานที่และอุปกรณ์ ขาดแรงสนับสนุนทางสังคม ค่าใช้จ่ายทัศนคติที่ไม่ถูกต้อง รสนิยม ความชอบ/ไม่ชอบ ไม่เชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น และสิ่งแวดล้อมไม่เอื้ออำนวย

จากการศึกษานี้สามารถนำไปใช้เป็นข้อเสนอแนะ ในการพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมต่อไป

Independent Study Title Health Promoting Behaviors of Factory Workers at Northern
Region Industrial Estate

Author Mr. Phirun Sirithongkham

Degree Master of Public Health

Independent Study Advisory Committee

Associate Professor Wilawan Senaratana Chairperson

Associate Professor Nongyoo Udomvong Member

ABSTRACT

Health promoting behaviors are very important in promoting people's quality of life. The purpose of this study was to examine the level of health promoting behaviors including problems and barriers of having such behavior of factory workers at Northern Region Industrial Estate. The sample obtain by using Convenience sampling method and using Taro Yamane formula to finding sample size of 379 factory workers at Northern Region Industrial Estate. The study instrument was a questionnaire consisting of demographic data, and the health related activities and problem – barriers which were developed by investigator basing on Pender's Health Promoting Behavior (Pender, 1996) and related literature. Its content validity index was 0.88, and reliability value, presented as Cronbach's alpha coefficient, was 0.90. Data were analyzed using descriptive statistics.

The major results revealed that health promoting behaviors of factory workers at Northern Region Industrial Estate, overall, was at good level ($\bar{X}=2.08$, S.D.=0.31). When each component of health promoting behaviors were examined, it was found that the aspect of health promoting behaviors on interpersonal relations was at very good level ($\bar{X}=2.48$, S.D.=0.42), the

one that were at good level included spiritual growth ($\bar{X}=2.33$, S.D.=0.52), health responsibility ($\bar{X}=2.29$, S.D.=0.36), stress management ($\bar{X}=2.18$, S.D.=0.51) and nutrition ($\bar{X}=1.84$, S.D.=0.43), while physical activity was at moderate ($\bar{X}=1.47$, S.D.= 0.53)

Regarding problems and barriers to health promoting behaviors of factory workers at Northern Region Industrial Estate were insufficient time, loss of awareness, not interested, inadequate knowledge and understanding, convenience/ inconvenience, inadequate resources at workplace, loss of social support, personal economics, attitude, no self confidence and non supportive environment.

The result of this study could be used as recommendation for developing health promoting behaviors among factory workers.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved