

ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง Causal Factors Affecting Health Promoting Behaviors of Ramkhamhaeng University Personnel

ศิริวรรณ ขอบธรรมสกุล*

Siriwan Chobthamasakul*

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10240

Faculty of Education, Ramkhamhaeng University, Bangkok, Thailand 10240

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ 2) ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ 3) สร้างรูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 338 คน สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดย การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าไค-สแควร์ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงประจักษ์โดยใช้ดัชนี GFI, AGFI และ RMR และการวิเคราะห์เส้นทางด้วยโปรแกรม LISREL

ผลการวิจัย พบว่า 1) พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก 2) ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอกด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) รูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลมีอิทธิพลทางตรงเชิงลบ (-.02) ต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยภายในมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก (.07, .20, .09) ต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ และปัจจัยภายนอกด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก (.01, .02) ต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ

คำสำคัญ: ปัจจัยเชิงสาเหตุ, พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ, บุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง

Abstract

The objectives of this research were: 1) to study health promoting behaviors, 2) to study the causal factors that affected health promoting behaviors, 3) to create the causal relationship factors model that affecting health promoting behaviors of Ramkhamhaeng University personnel. A group of 338 samples was selected via stratified random sampling. Data collected by using questionnaires. Data were analyzed using frequency distributions, means, standard deviations, Chi-square Test, Empirical data consistency were analyzed using the GFI, AGFI, and RMR indices, and path analysis were analyzed by LISREL.

Findings were as follows: 1) Health promoting behaviors of Ramkhamhaeng University personnel were overall evinced at a high level, 2) Causal factors that affected Ramkhamhaeng University personnel's health promoting behaviors included, personal factors which were reflected through negative relationship between health promoting behaviors statistically significant at .01 level, internal and external factors in society and environment showing positive relationship with health-promoting behaviors statistically significant at .01 level, 3) Relationship model of causal factors and health promoting behaviors of Ramkhamhaeng University personnel showed different findings: personal factors negatively affected (-.02) health promoting behaviors, Internal factors positively affected (.07, .20, .09) health promoting behaviors, and external factors in society and environment had direct positive effects (.01, .02) on health promotion behaviors.

Keywords: Causal Factors, Health Promoting Behaviors, Ramkhamhaeng University Personnel

บทนำ

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นการที่บุคคลปฏิบัติกิจกรรมหรือปฏิบัติพฤติกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม จนกลายเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตและนิสัยสุขภาพเพื่อให้เกิดความผาสุกและความสำเร็จในจุดมุ่งหมายที่สูงสุดในชีวิต¹ การส่งเสริมสุขภาพนับเป็นการลงทุนที่มีคุณค่า เป็นกระบวนการที่ช่วยส่งเสริมให้บุคคลเพิ่มความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองให้ดีขึ้น ช่วยลดปัญหาทางด้านสุขภาพ การเจ็บป่วย และการตายก่อนวัยอันควรจากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมสุขภาพมีหลายประการเช่น เพศ² ระดับการศึกษา³ การรับรู้ภาวะสุขภาพ^{2,4} การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค⁵ การรับรู้สมรรถนะของตน^{4,5} แรงสนับสนุนทางสังคม⁶ การรับรู้ข่าวสาร^{2,8} การเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ⁷ ทัศนคติ⁸

มหาวิทยาลัยรามคำแหงเป็นมหาวิทยาลัยที่ถูกจัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยรามคำแหง พ.ศ. 2514 กำหนดให้มหาวิทยาลัยรามคำแหงเป็นสถาบันการศึกษาและวิจัยแบบตลาดวิชาที่ผู้ศึกษาสามารถศึกษาได้ด้วยตนเองโดยไม่จำเป็นต้องมาเข้าชั้นเรียนที่มหาวิทยาลัยจัดให้ มีวัตถุประสงค์ให้การศึกษา ส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพชั้นสูง ทำการสอน

ทำการวิจัย ให้บริการทางวิชาการแก่สังคม และทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม บุคลากรของมหาวิทยาลัยรามคำแหงเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีความสำคัญยิ่งในองค์กรในการช่วยกันขับเคลื่อนงานของมหาวิทยาลัย ให้บรรลุเป้าหมายตามวิสัยทัศน์ของมหาวิทยาลัย และตอบสนองต่อพันธกิจของมหาวิทยาลัย ในข้อ 2 คือ สนับสนุนและส่งเสริมการให้ความรู้และบริการด้านสุขภาพแก่สังคม⁹ และจากข้อมูลของงานแพทย์และอนามัย ปีการศึกษา 2562 พบว่า บุคลากรมาใช้บริการ ร้อยละ 53.81 พบปัญหาสุขภาพที่สำคัญคือ โรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 19.04 โรคเบาหวาน ร้อยละ 2.73¹⁰ ซึ่งปัญหาดังกล่าวเป็นปัญหาที่ป้องกันและแก้ไขได้ด้วยการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง ดังนั้น เพื่อให้บุคลากรมีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม บุคลากรควรมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องจึงจะส่งผลดีต่อตนเองและต่อองค์กร ทำให้ศักยภาพในการทำงานที่ดีขึ้นเพื่อบรรลุเป้าหมายของมหาวิทยาลัย และพัฒนามหาวิทยาลัยให้มีความก้าวหน้า

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยประยุกต์ใช้กรอบแนวคิดการ

ส่งเสริมสุขภาพ¹ และ PRECEDE Framework¹¹ มาประยุกต์ใช้ในการวิเคราะห์ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ จึงได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ 6 ด้าน ประกอบด้วย ด้านโภชนาการ ด้านการออกกำลังกาย ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการจัดการความเครียด ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และมีปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยภายในบุคคล และปัจจัยภายนอกด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม เพื่อนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและพัฒนาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรต่อไป

คำถามการวิจัย

พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหงอยู่ในระดับใด ปัจจัยเชิงสาเหตุใดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง และรูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหงมีรูปแบบอย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง
3. เพื่อสร้างรูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย ด้านโภชนาการ ด้านการออกกำลังกาย ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการจัดการความเครียด ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ตามแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ¹ และพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย 1) ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ระดับ

การศึกษา และการรับรู้ภาวะสุขภาพ 2) ปัจจัยภายในบุคคล ประกอบด้วย ทักษะคิดต่อการปฏิบัติตน การรับรู้สมรรถนะของตน การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ และ 3) ปัจจัยภายนอกด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย แรงสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ข่าวสาร และการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ ตามแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ¹ และ PRECEDE Framework¹¹ มีความสัมพันธ์ทางตรงและทางอ้อมกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นตอนที่ 1 ศึกษา วิเคราะห์ สังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ และปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ (ตัวแปรตาม) และลักษณะปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ (ตัวแปรต้น) ของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง
3. ขั้นตอนที่ 3 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง และเพื่อสร้างรูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้วยการวิเคราะห์เส้นทาง ด้วยโปรแกรม LISREL

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ บุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหงจากคณะ สถาบัน และสำนักที่สังกัดอยู่ตามโครงสร้างการบริหารของมหาวิทยาลัยรามคำแหง จำแนกเป็น 3 กลุ่ม จำนวน 2,779 คน กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 338 คน ได้มาโดยการเปิดตารางสำเร็จรูป¹² และสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (stratified random sampling) อย่างเป็นสัดส่วนของประชากรกลุ่มคณะ จำนวน 107 คน กลุ่มสถาบัน จำนวน 20 คน และกลุ่มสำนัก จำนวน 211 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายจากจำนวนตัวอย่าง 338 คน มีความเหมาะสม เพียงพอสำหรับวิเคราะห์ข้อมูล¹³

การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ และปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ
2. สร้างเครื่องมือเพื่อใช้สอบถามได้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และนิยามศัพท์เฉพาะ
3. หาความเที่ยงตรงของเครื่องมือ จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Item of Objective Congruence-IOC) แล้วเลือกข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป¹⁴ จากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.60-1.00
4. นำเครื่องมือที่ได้ไปทดลองใช้ (try-out) กับบุคลากรกลุ่มตำแหน่งสนับสนุนของมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 45 คน วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91
5. นำเครื่องมือที่ได้ไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม ประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามแนวคิดของ Likert¹⁵ ประกอบด้วย มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ระดับการศึกษา และการรับรู้ภาวะสุขภาพ จำนวน 3 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ

ตอนที่ 2 ปัจจัยภายในบุคคล ประกอบด้วย ทัศนคติต่อการปฏิบัติตน การรับรู้สมรรถนะของตน การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ จำนวน 25 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามระดับความคิดเห็น

ตอนที่ 3 ปัจจัยภายนอก ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย แรงสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ข่าวสาร และการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ จำนวน 15 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามระดับ

ความคิดเห็น

ตอนที่ 4 พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย ด้านโภชนาการ ด้านการออกกำลังกาย ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการจัดการความเครียด ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ จำนวน 30 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามระดับการปฏิบัติ

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

ผลงานวิจัยฉบับนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง หมายเลขใบรับรอง RU-HRE 63/0017 ลงวันที่ 10 กันยายน 2563

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. นำหนังสือขออนุญาตจากมหาวิทยาลัยรามคำแหง เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล
 2. ส่งแบบสอบถามให้คณะ สถาบัน และสำนักตามโครงสร้างของมหาวิทยาลัยรามคำแหง เพื่อขอความอนุเคราะห์แจกแบบสอบถาม แล้วผู้วิจัยได้นัดหมาย เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ได้แบบสอบถามที่สมบูรณ์กลับมา จำนวน 338 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100
 3. ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามเพื่อนำไปสู่กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล
- การวิเคราะห์ข้อมูล** ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้
- ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปสำหรับวิเคราะห์สถิติเชิงบรรยาย และเพื่อสร้างรูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้วยการวิเคราะห์เส้นทาง (path analysis) ด้วยโปรแกรม LISREL โดยดำเนินการ ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แปลความหมายค่าเฉลี่ยเป็น 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด
2. การวิเคราะห์เมตริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เพื่อใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพของโมเดลการวัด (measurement model) ใช้ Chi-square
3. วิเคราะห์วิถีโคจร (trajectory) ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้วยการ

วิเคราะห์ Path Analysis และทดสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์โครงสร้างตามทฤษฎีกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ด้วยการวิเคราะห์ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) ดัชนีวัดความกลมกลืนที่ปรับแก้ (AGFI) และดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของส่วนที่เหลือ (RMR) ซึ่งเข้าใกล้ศูนย์

4. สร้างรูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ในภาพรวมและรายด้าน

พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ	$\bar{X}$	SD	ระดับ
1. ด้านโภชนาการ	3.54	.55	มาก
2. ด้านการออกกำลังกาย	3.44	.57	ปานกลาง
3. ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	3.56	.52	มาก
4. ด้านการจัดการความเครียด	3.56	.54	มาก
5. ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	3.63	.60	มาก
6. ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ	3.65	.57	มาก
ภาพรวม	3.56	.43	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านอยู่ในระดับมากเรียงตามลำดับดังนี้ ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการจัดการความเครียด และด้านโภชนาการ ส่วนด้านการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง

2. ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ประกอบด้วย ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การรับรู้ภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยภายใน ได้แก่ ทักษะคิดต่อการปฏิบัติตน การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ และการรับรู้สมรรถนะของตน มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และปัจจัยภายนอกด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ข่าวสาร และการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

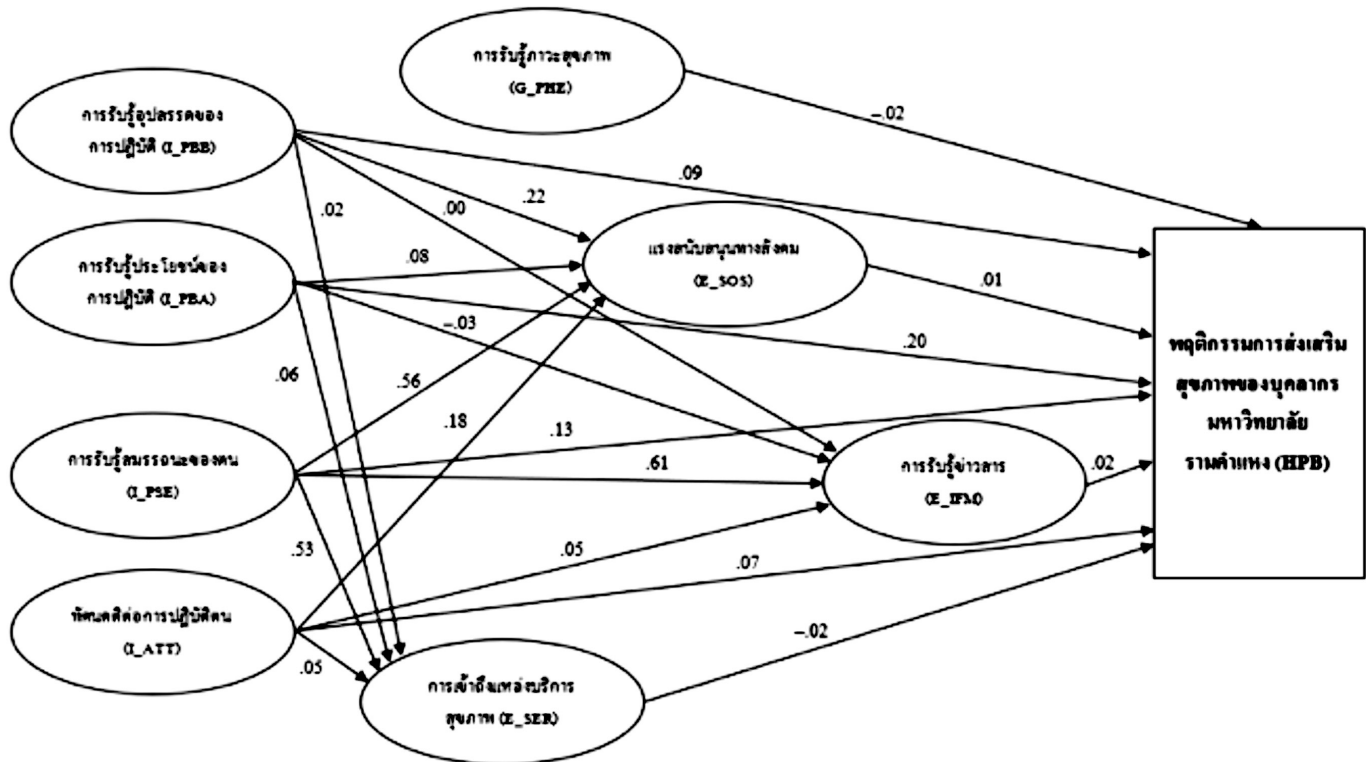
3. รูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ค่า Chi-square เท่ากับ 127.57 ยอมรับสมมติฐาน มีค่า GFI เท่ากับ 0.92 ค่า AGFI เท่ากับ 0.42 และค่า RMR เท่ากับ 0.037

3.1 ปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ภาวะสุขภาพ มีอิทธิพลทางตรงเชิงลบต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง

3.2 ปัจจัยภายใน การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ การรับรู้สมรรถนะของตนมีอิทธิพลทางตรง เชิงบวกต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยการรับรู้สมรรถนะของตน การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ และทัศนคติต่อการปฏิบัติตน มีอิทธิพลทางอ้อมเชิงบวก ส่งผ่านปัจจัยภายนอกด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม แรงสนับสนุนทางสังคม การเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ และการรับรู้ข่าวสาร ส่วนการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติมีอิทธิพลทางอ้อมเชิงบวก ส่งผ่านแรงสนับสนุนทางสังคม และการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ และมีอิทธิพลทางอ้อมเชิงลบส่งผ่านการรับรู้ข่าวสาร

3.3 ปัจจัยภายนอก ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม การรับรู้ข่าวสาร และแรงสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก ส่วนการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพมีอิทธิพลทางตรง

เชิงลบต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง



ภาพที่ 1

รูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง

การอภิปรายผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรของมหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมหาวิทยาลัยมีนโยบายจัดกิจกรรมและโครงการต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมสุขภาพให้กับบุคลากรและพัฒนาศักยภาพของบุคลากร เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ เช่น การตรวจสุขภาพประจำปี การจัดการแข่งขันกีฬาภายในของบุคลากร ทำให้เกิดความรัก ความสามัคคี และการทำงานเป็นทีม นอกจากนี้ ยังมีการจัดกิจกรรมทำบุญใส่บาตรทุกสัปดาห์ และทุกวันสำคัญทางศาสนาบริเวณลานพ่อบุญราชมหาธาตุ อีกทั้งบุคลากรส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยทำงาน มีการรับรู้ภาวะสุขภาพดี ร้อยละ 46.4 จึงทำให้มีความสนใจเรื่องสุขภาพ มีความรับผิดชอบต่อสุขภาพ และศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับสุขภาพจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ จึงทำให้บุคลากรมีพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

สอดคล้องกับหลาย ๆ การศึกษาที่ พบว่า พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยรวมอยู่ในระดับมาก^{16,17,18}

2. ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรของมหาวิทยาลัยรามคำแหง

2.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การรับรู้ภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะบุคลากรมีการรับรู้ภาวะสุขภาพดี สามารถปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในเชิงป้องกันโรคได้ ในขณะเดียวกัน บุคลากรที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพพอใช้หรือไม่ดี ก็สามารถปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพที่ดีขึ้นได้ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ⁹

2.2 ปัจจัยภายใน ได้แก่ ทัศนคติต่อการปฏิบัติตน การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ และการรับรู้สมรรถนะของตน มีความสัมพันธ์

เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการที่บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพและรับรู้ความสามารถของตนเองและเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพภายใต้การรับรู้อุปสรรคและสถานการณ์ต่าง ๆ ตลอดจนรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ¹ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การรับรู้สมรรถนะของตนเองต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01⁵ และสอดคล้องกับการศึกษาในต่างประเทศ พบว่า การรับรู้ผลประโยชน์และการรับรู้สมรรถนะแห่งตน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ¹⁹ เช่นกัน

2.3 ปัจจัยภายนอก ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ข่าวสาร และการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เป็นปัจจัยระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมสุขภาพโดยตรงและโดยอ้อมผ่านแรงกดดันทางสังคมและกลุ่ม ช่วยกระตุ้นการตั้งเจตจำนงในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ¹ และเมื่อพิจารณาแรงสนับสนุนทางสังคมรายชื่อ พบว่า สมาชิกในครอบครัวแนะนำและคอยเตือนเสมอให้ไปพบแพทย์เมื่อเจ็บป่วย สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ²⁰ และแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ⁶ สำหรับการรับรู้ข่าวสารมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากข้อมูลข่าวสารมีความสำคัญและเป็นองค์ประกอบหลักของการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ สื่ออินเทอร์เน็ต แล้วนำมาปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากร สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ⁸

3. รูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากร

มหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ แสดงให้เห็นว่า รูปแบบความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ มีปัจจัยสำคัญที่นำมาอภิปรายดังนี้

3.1 การรับรู้ภาวะสุขภาพมีอิทธิพลทางตรงเชิงลบต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะจากผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ กล่าวคือ บุคลากรที่มีภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์สามารถปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในเชิงป้องกันโรคได้ ในขณะที่เดียวกัน บุคลากรที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพพอใช้หรือไม่ดี ก็สามารถปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพที่ดีขึ้นได้ ดังนั้นการรับรู้ภาวะสุขภาพมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพสอดคล้องกับการศึกษาพบว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ²

3.2 แรงสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ เนื่องจากครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เป็นปัจจัยระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมสุขภาพทางตรงและทางอ้อมผ่านแรงกดดันทางสังคมและกลุ่ม หรือกระตุ้นการตั้งเจตจำนงในการปฏิบัติ¹ ซึ่งบุคคลในครอบครัวเป็นบุคคลที่บุคลากรใกล้ชิดและสนิทสนม ทำให้บุคลากรเชื่อและไวใจในการรับคำแนะนำในด้านการส่งเสริมสุขภาพ และนำไปปฏิบัติได้อย่างดี ดังนั้น หากบุคลากรได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ดี ย่อมส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพที่ดีได้เช่นกัน สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การได้รับคำแนะนำ สนับสนุนด้านสุขภาพจากบุคคลต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ²

3.3 การรับรู้ข่าวสารมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า เนื่องจากสังคมในปัจจุบันเป็นยุคแห่งข้อมูล ข่าวสาร การเข้าถึงสื่อต่าง ๆ ทำได้สะดวก รวดเร็ว ทั้งสื่อทางอินเทอร์เน็ต วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสารต่าง ๆ ซึ่งการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพจากสื่อต่าง ๆ มีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01²

3.4 การเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพมีอิทธิพล

ทางตรงเชิงลบต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า บุคลากรอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีความเจริญก้าวหน้าในทุกด้าน มีสถานบริการสาธารณสุขที่ทันสมัยจำนวนมาก ทำให้สามารถเข้าถึงสถานบริการสุขภาพต่าง ๆ ได้อย่างสะดวก รวดเร็ว แม้ว่าผลการวิจัย พบว่า การใช้พื้นที่หรือแหล่งบริการเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับปานกลาง แต่บุคลากรมีพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก แสดงว่าการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ⁷

3.5 การรับรู้สมรรถนะของตนมีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพมีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยผ่านการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรม¹ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ⁴

3.6 ทักษะคิดต่อการปฏิบัติตนมีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า การที่บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพย่อมทำให้มีการปฏิบัติพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพที่ดี ซึ่งการมีทัศนคติที่ดีทำให้มีการปฏิบัติที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพ²¹ และสอดคล้องกับการศึกษาหลาย ๆ การศึกษาที่พบว่า ทักษะคิดต่อการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ^{7,8}

3.7 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติมีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า การที่บุคคลรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติเมื่อบุคคลจะปฏิบัติพฤติกรรมโดยขึ้นอยู่กับการคาดการณ์ถึงประโยชน์ที่จะได้รับหรือผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจให้ปฏิบัติพฤติกรรม และช่วยเสริมแรงให้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง การรับรู้ประโยชน์จึงเป็นแรงจูงใจให้ปฏิบัติพฤติกรรมทางตรงและทางอ้อม¹ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ³

3.8 การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติมีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้

เนื่องจากการรับรู้อุปสรรคส่งผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทางตรงและทางอ้อมผ่านเจตจำนงที่จะปฏิบัติพฤติกรรม ซึ่งการรับรู้อุปสรรคจะเป็นแรงผลักดันภายในให้บุคคลหลีกเลี่ยงการปฏิบัติพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ เมื่อการรับรู้อุปสรรคมากก็ส่งผลให้บุคคลปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพน้อย แต่ถ้าบุคคลมีการรับรู้อุปสรรคน้อยจะมีโอกาสปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมากขึ้น¹ สอดคล้องกับหลาย ๆ การศึกษาที่พบว่า การรับรู้อุปสรรคมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ^{16,22} และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ⁴

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

1.1 มหาวิทยาลัยรามคำแหงควรกำหนดนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพที่ชัดเจน มีการสื่อสารอย่างทั่วถึง เช่น มีการให้คำปรึกษาด้านสุขภาพ มีการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ และมีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องจริงจัง

1.2 ควรส่งเสริมให้บุคลากรมีการรับรู้สมรรถนะของตน การรับรู้ประโยชน์ในการปฏิบัติพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น โดยการเป็นบุคคลต้นแบบที่ดีในการส่งเสริมสุขภาพ

1.3 มหาวิทยาลัยรามคำแหงควรมีการพัฒนาแนวทางเชิงรุกในการส่งเสริมสุขภาพให้กับบุคลากรโดยใช้แรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว

1.4 ควรมีการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยคำนึงถึงตัวแปรที่เป็นสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง ได้แก่ การรับรู้สมรรถนะของตน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรกลุ่มอื่น ๆ ในสถาบันอุดมศึกษาทั้งภาครัฐและภาคเอกชน

2.2 ควรศึกษาการพัฒนารูปแบบโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรของมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะของตนร่วมกับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม

References

1. Pender N J, Murdaugh C L, Parsons M A. Health promotion in nursing practice. 7th ed. Prentice Hall, NJ: Pearson Education; 2015.
2. Saravivrote A, Janyam K. Factors influencing health promotion behavior of undergraduate Students at Prince of Songkla University, Hat Yai Campus. Kasetsart Journal: Social Sciences 2014; 35(2): 223-34. (in Thai)
3. Fongkerd S, Pookitsana S, Tangjirawattana M, Tantalanutkul S. Factors Influencing health promoting behaviors of Thai adolescents. Nursing Journal of the Ministry of Public Health 2017; 27(Suppl): 196-209. (in Thai)
4. Islam T. Factors affecting the health promoting behaviors among the Thai elderly in Kohyao District, Phang Nga Province. Region 11 Medical Journal 2014; 8(1): 1-15.(in Thai)
5. Chareonbandit N. Factors related to health promoting behaviors among village health volunteers. [Dissertation]. Chonburi: Burapha University; 2016. (in Thai)
6. Suksatan W. Factors related to health-promoting behaviors of Suan Sunandha nursing students. 3rd national academic conference, 1st international academic conference think creatively through innovation driving the country through technology 2018; 252-8. (in Thai)
7. Poltee N. Factors related to elderly health promotion behaviors, Klongpeng health promotion hospital, of Mueang Chachoengsao. Chachoengsao : Klongpeng health promotion hospital; 2018. (in Thai)
8. Promsuwan K. Factors related to health promotion behaviors of Nongmaikaen elderly club members, Chachoengsao Province. [Dissertation]. Chachoengsao: Rajabhat Rnaganagarindra University; 2017. (in Thai)
9. Ramkhamhaeng University. Annual government action plan of Ramkhamhaeng University Fiscal Year 2019. Bangkok: Office of the President, Ramkhamhaeng University; 2019. (in Thai)
10. Medical treatment and Health care Subdivision. Statistics of service visitors to the Medical treatment and Health care Subdivision Academic Year 2019. Bangkok: Ramkhamhaeng University; 2019. (in Thai)
11. Green L W, Kreuter M W. Health program planning: An educational and environmental approach. 4th ed. New York: McGraw-Hill; 2005.
12. Krejcie R V, Morgan D W. Determining sample size for research activities. Educational and Psychological Measurement 1970; 30: 607-10.
13. Tabachnick B G, Fidell L S. Using multivariate statistics. 5th ed. Boston: Allyn & Bacon; 2007.
14. Srisa-ard B. Preliminary research. 9th ed. Bangkok: Suweeriyasan; 2013. (in Thai)
15. Likert R. A technique for the measurement of attitudes. Archives of Psychology 1932; 22 (140): 5-55.
16. Boonvarasatit S. Factors influencing health promoting behaviors among prison officers in department of corrections, Nakron Rajchasi Province. [Dissertation]. Chonburi: Burapha University; 2015. (in Thai)
17. Phopa Y., Sanveingchan S., Pruksacheva T. Factors effecting health promotion behavior in elderly: in-depth factors study in Ban Klong Yong Moo 1. Journal of The Royal Thai Army Nurse. 2017; 18 (Suppl): 266-275. (in Thai)

18. Onsri P. Knowledge attitude and health promoting behaviors among army nursing students. *Journal of the Royal Thai Army Nurses* 2016; 17(3): 158-167. (in Thai)
19. Thaewpia S, Clark M J, Howland L C, James K S. Factors predicting health promoting behaviors among older pregnant Thais. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research* 2012; 16(2): 113-123.
20. Vimonwattana N, Sangkapong T, Panrinansaen R. Factors affecting the health promotion behaviors of professional nurses in faculty of medicine, Vijira Hospital, Navamindradhiraj University. *Kuakarun Journal of Nursing* 2017; 24(2): 67-81. (in Thai)
21. Wattanaburanon A. Principle of health education. Bangkok: Odeon Store; 2013. (in Thai)
22. Srisasalux P. The Factors influencing health promoting behaviors of nurse instructors under the central network nursing college of ministry of public health. [Dissertation]. Bangkok: Christian University of Thailand; 2014. (in Thai)