

# ความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก

## Knowledge Attitude and Health Promoting Behaviors among Army Nursing Students

ปราณี อ่อนศรี\*

Pranee Onsri\*

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10400

The Royal Thai Army Nursing College, Bangkok Thailand 10400

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาระดับความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก และ เพื่อเปรียบเทียบความรู้ ทศนคติและพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 โดยศึกษาในนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 2-4 รวม 148 คน และใช้การสุ่มตัวอย่างแบบ Stratified random sampling โดยชั้นปีที่ 2 จำนวน 49 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 50 คน ชั้นปีที่ 4 จำนวน 49 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสอบถามความรู้ แบบวัดทศนคติและแบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ตรวจสอบความเที่ยงตรงโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านและนำไปทดลองใช้ในกลุ่มที่คล้ายคลึงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน พบว่าแบบทดสอบด้านความรู้มีค่า KR-20 เท่ากับ .53 ส่วนแบบวัดทศนคติและแบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .67 และ .73 ตามลำดับ นำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 ชั้นปี ด้านความรู้โดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X} = 19.68, SD = 2.02$ ) ด้านทศนคติโดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X} = 75.24, SD = 7.08$ ) ด้านพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X} = 58.63, SD = 4.46$ ) ค่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ของชั้นปีที่ 2 และ 3 กับชั้นปีที่ 3 และ 4 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าคะแนนทศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของชั้นปีที่ 2, 3 และมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของชั้นปีที่ 2 และ 4 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะเห็นได้ว่า ระดับความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูง และคะแนนความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ แต่ละชั้นปี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นอาจารย์พยาบาลจึงควรจัดกิจกรรมหรือโครงการเพื่อส่งเสริมความรู้และทศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพให้กับนักเรียนชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 4 เพื่อเป็นการกระตุ้นด้านความรู้และทศนคติ สำหรับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ควรมีการรณรงค์การปฏิบัติให้กับนักเรียน ชั้นปีที่ 2 และ 3 เพื่อปรับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพให้ดียิ่งขึ้น

**คำสำคัญ :** ความรู้, ทศนคติ, พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ, นักเรียนพยาบาลกองทัพบก

ผู้แต่งหลัก (Corresponding Author) : \*E-mail: pranos@hotmai.com

ปีที่ 17 ฉบับที่ 3 (ก.ย. - ธ.ค.) 2559  
Volume 17 No. 3 (Sep - Dec) 2016

## Abstract

This study aims to study and compare among knowledge, attitude and health promoting behaviors of Army Nursing Students with different class. Stratified random sampling was used in this study. It was divided into 49 the second nursing students, 50 the third nursing students and 49 the fourth nursing students. There were 3 parts of questionnaire such as knowledge of Health promoting , attitude of Health promoting, Health promoting behaviors. The questionnaire was approved by 3 experts and reliability of knowledge of health promoting, attitude of Health promoting and health promoting behaviors were .53 , .67 and .73 respectively. Descriptive statistic was analyzed by using One way ANOVA. It was found that health promoting of sample in knowledge part was at high level ( $\bar{X} = 19.68, SD = 2.02$ ), Attitude part was at high level ( $\bar{X} = 75.24, SD = 7.08$ ), and health promoting behaviors part was at high level. ( $\bar{X} = 58.63, SD = 4.46$ ) The study was also found that there was significantly difference between knowledge attitude and health promoting behaviors with class. ( $p < .05$ ) In conclusion, knowledge, attitude and health promoting behaviors of sample was at high level. There was significantly difference between knowledge attitude and health promoting behaviors with class. ( $p < .05$ ). So nursing instructors should make a project to promote and make nursing students to concern about knowledge and attitude especially the second and the fourth year nursing students. For the second and the third year nursing students should be encouraged to care their health for enhancing health promoting behaviors.

**Keywords :** Knowledge, Attitude, Health promoting behaviors, Army nursing students

## บทนำ

สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่เป็นรากฐานของการดำรงชีวิตมนุษย์ตลอดอายุขัย สุขภาพที่ดีจึงเป็นภาวะที่มนุษย์ทุกคนต้องการเพื่อนำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีและช่วยผลักดันให้คนเราสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณค่าทั้งต่อตนเอง ต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และประเทศชาติ ถ้าประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์ จะช่วยให้สามารถดำเนินงานและทำการผลิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตรงกันข้ามถ้าหากประชาชนมีร่างกายไม่แข็งแรง มีโรคภัยไข้เจ็บ หรือขาดสุขนิสัยที่ดีก็ย่อมเป็นอุปสรรคที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนาประเทศด้านต่าง ๆ ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ให้ความหมายของคำว่าสุขภาพคือสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้ง ทางด้านร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ไม่ใช่เพียงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บหรือความพิการเท่านั้น<sup>1</sup> นอกจากนี้ยังได้ให้หลักในการดำเนินงานสาธารณสุข โดยใช้กระบวนการ การดูแลสุขภาพและการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง เป็นวิธีในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน ซึ่งสอดคล้องกับการพัฒนา สาธารณสุขในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 - 2554) ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาอย่างสมดุล ทั้งด้านตัวบุคคล สังคม เศรษฐกิจและ

สิ่งแวดล้อม และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555 - 2559<sup>2</sup> จัดให้มีมาตรการสร้างสุขภาพโดยมีเป้าหมายเพื่อลดอัตราป่วย ตาย และผลกระทบ จากโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรคมะเร็ง อย่างมีบูรณาการและครบวงจร ตั้งแต่การมีนโยบายสาธารณะที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ จัดให้มีการสื่อสารสาธารณะของรัฐเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ให้ความรู้ ป้องกันโรคเพื่อการดูแลรักษาสุขภาพตนเองของประชาชนอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างความเข้มแข็ง ของชุมชน การให้บริการเชิงรุก ตลอดจนคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ

“การสร้างสุขภาพ” เป็นสิ่งที่ประชาชนสามารถทำได้ด้วยตัวเอง ส่วน “การซ่อมสุขภาพ” ต้องอาศัยหน่วยงานด้านการแพทย์เป็นหลัก ทำให้เกิดผลกระทบคือ ค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพเพิ่มสูงขึ้น ทำให้รัฐต้องให้ความสำคัญกับการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค<sup>3</sup> วิจิตร ศรีสุพรรณ<sup>4</sup> ประธานคณะกรรมการโครงการขับเคลื่อนวิชาชีพการพยาบาลเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ กล่าวว่า การสร้างเสริมสุขภาพถือเป็นบทบาทหนึ่งของวิชาชีพการพยาบาล ซึ่งมีอยู่ในกฎหมายการประกอบ

วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ตั้งแต่ปี 2528 โดยจะมีการปรับหลักสูตรการเรียนของพยาบาลที่จะมีการให้พยาบาลได้ลงพื้นที่และได้ใกล้ชิดกับประชาชนมากขึ้นเพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างเจ้าหน้าที่และประชาชน ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์<sup>5</sup> ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนระบบสุขภาพ สสส. กล่าวว่าพยาบาลถือเป็นบุคลากรสาธารณสุขที่มีจำนวนมากที่สุดในกลุ่มวิชาชีพสุขภาพ โดยในเดือน เม.ย. ปี 2559 มีจำนวนพยาบาลที่ขึ้นทะเบียนเป็นพยาบาลวิชาชีพถึง 188,627 คน ซึ่งจะเพิ่มขึ้นปีละ 10,000 คน และถือเป็นกลุ่มที่อยู่กับผู้ป่วยมากที่สุด หากพยาบาลให้น้ำหนักการทำงานที่การสร้างเสริมสุขภาพจะเป็นจุดเปลี่ยนที่สำคัญของระบบสุขภาพ ซึ่งทิศทางของโลกและนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขก็ให้น้ำหนักที่การป้องกัน สสส. จึงทำงานร่วมกับสภาการพยาบาล และคณะพยาบาลศาสตร์ของสถาบันอุดมศึกษา เพื่อศึกษาชุดความรู้สำหรับบทบาทพยาบาลในการสร้างเสริมสุขภาพ ให้เป็นการขึ้นนำการพัฒนาหลักสูตรและระบบการเรียนรู้สำหรับสร้างพยาบาลนักส่งเสริมสุขภาพ ให้เป็นกลไกที่สำคัญของการขับเคลื่อนการสร้างเสริมสุขภาพต่อไป

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกเป็นสถาบันการศึกษาพยาบาลในสังกัดกองทัพบกและเป็นหนึ่งในสถาบันสมทบของคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล ทำหน้าที่ผลิตบุคลากรทางพยาบาลที่มีบทบาทสำคัญในทีมสุขภาพ ที่จะให้บริการสุขภาพแก่บุคคล ครอบครัวและชุมชน การที่วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกจะเป็นผู้นำทางด้านสุขภาพได้เป็นอย่างดีนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่บุคลากรทุกคนตลอดจนนักเรียนพยาบาลจะต้องมีความรู้ มีภาวะสุขภาพที่ดี จึงจะสามารถนำความรู้เหล่านี้ไปเผยแพร่และแนะนำให้แก่บุคคล ครอบครัวและชุมชน จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดกิจกรรมและปรับปรุงนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพและปลูกฝังพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการพัฒนาองค์กรและในระดับชาติต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่าง ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาลกองทัพบกชั้นปีที่ 2, 3 และ 4

### สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2,3 และ 4 มีคะแนนความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพแตกต่างกัน

### กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สนใจศึกษาเกี่ยวกับความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก โดยใช้กรอบแนวคิดในการส่งเสริมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ Pender (1987)<sup>6</sup> โดยการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้เป็นตัวชี้วัด (Indicators) ในการประเมินแบบแผนการดำเนินชีวิตและนิสัยสุขภาพ เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทางบวก 10 ด้าน คือ ความสามารถในการดูแลตนเองทั่วไป การปฏิบัติด้านโภชนาการ การออกกำลังกายและกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน รูปแบบการนอนหลับ การจัดการความเครียด การตระหนักและความภูมิใจในคุณค่าของตนเอง จุดมุ่งหมายในชีวิต การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การควบคุมสภาวะแวดล้อม การใช้ระบบบริการทางสุขภาพ จากแบบการวัดพฤติกรรม ผู้วิจัยเลือกทำการศึกษาความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาล 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับประทานอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการพักผ่อน ด้านการตรวจรักษาสุขภาพ และด้านการจัดการความเครียดของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4

### วิธีดำเนินการวิจัย

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรได้แก่ นักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ปีการศึกษา 2557 ชั้นปีที่ 2 - 4 จำนวน 234 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก หลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ปีการศึกษา 2557 จำนวน 148 คน ซึ่งได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Taro Yamane โดยใช้ค่าความคลาดเคลื่อนที่ร้อยละ 5 จากนั้นเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธี Stratified random sampling

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากแบบสอบถามของกิตติยา คำพิงพร (2550)<sup>7</sup> จรุง วรบุตร (2550)<sup>8</sup> และ อมรัตน์ อัครเศรษฐสกุล และคณะ (2554)<sup>9</sup> ประกอบด้วย 4 ส่วน ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับ

การส่งเสริมสุขภาพ ส่วนที่ 3 แบบวัดทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ และส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

**การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ**

ตรวจสอบความเที่ยงตรง ผู้วิจัยนำแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้ แบบวัดทัศนคติและแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบเนื้อหา โดยคำนวณจากค่า IOC รายข้อ พบว่าค่า IOC มีค่ามากกว่า 0.6 ขึ้นไป จากนั้นหาความเชื่อมั่นโดยนำแบบสอบถามที่ได้ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 2 - 4 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 30 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง คำนวณหาความเชื่อมั่นโดยแบบสอบถามความรู้ วิเคราะห์โดยวิธีของ Kuder - Richardson (KR - 20) มีค่าเท่ากับ .53 สำหรับแบบวัดทัศนคติและแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ วิเคราะห์โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค มีค่าเท่ากับ .67 และ .73 ตามลำดับ

**การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง**

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองด้านจริยธรรมจากอนุกรรมการพิจารณาโครงการวิจัย กรมแพทย์ทหารบก โดยได้รับอนุมัติเมื่อวันที่ 23 มิถุนายน 2557 รหัสโครงการ N011q/57\_Exp จากนั้นผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงข้อมูลกลุ่มตัวอย่างและให้ความยินยอมด้วยความสมัครใจ เก็บรวบรวมข้อมูลและนำเสนอข้อมูลในภาพรวม

**การเก็บรวบรวมข้อมูล**

ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลตนเอง โดยการแนะนำตนเอง อธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัยขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามและแนะนำวิธีการตอบแบบสอบถามเป็นรายกลุ่ม จากนั้น เก็บรวบรวมแบบสอบถาม เพื่อนำไปรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

**การวิเคราะห์ข้อมูล**

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่และคำนวณหาร้อยละ
2. ข้อมูลด้านความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA)

**ผลการวิจัย**

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.1 ดัชนีมวลกายระหว่าง 18.5 – 22.9 คิดเป็นร้อยละ 73.0 แหล่งรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพจากโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 83.8 ไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 85.1 ไม่มียาที่รับประทานประจำ คิดเป็นร้อยละ 92.6 ไม่มีการเจ็บป่วยใน 1 ปีที่ผ่านมา คิดเป็นร้อยละ 79.7

**ตาราง 1** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นชั้นปี

ชั้นปี	ตัวแปร	ความรู้			แปลผล
		max	min	$\bar{X}$	
2		21.00	15.00	18.67	ระดับสูง
3		25.00	18.00	21.48	ระดับสูง
4		21.00	16.00	18.86	ระดับสูง

จากตาราง 1 พบว่า นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 มีคะแนนความรู้อยู่ในระดับสูง ( $\bar{X}$  = 18.85 , 21.48 และ 18.86 ตามลำดับ)

**ตาราง 2** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นชั้นปี

ชั้นปี	ตัวแปร		ความรู้			แปลผล
	max	min	$\bar{X}$	SD		
2	83.00	50.00	70.61	6.48	ระดับดี	
3	94.00	71.00	81.12	4.83	ระดับดี	
4	84.00	63.00	73.86	5.30	ระดับดี	

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 มีคะแนนทัศนคติอยู่ในระดับดี ( $\bar{X}$  = 70.61, 81.12 และ 73.86 ตามลำดับ)

**ตาราง 3** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างจำแนกเป็นชั้นปี

ชั้นปี	ตัวแปร		ความรู้			แปลผล
	max	min	$\bar{X}$	SD		
2	65.00	48.00	57.06	3.89	ปานกลาง	
3	69.00	51.00	58.80	4.62	ระดับดี	
4	67.00	47.00	60.02	4.41	ระดับดี	

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 3 และ 4 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพในระดับดี ( $\bar{X}$  = 58.80 และ 60.02 ตามลำดับ) นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีคะแนนพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพในระดับปานกลาง ( $\bar{X}$  = 57.06)

**ตาราง 4** เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนความรู้ของนักเรียนพยาบาลแต่ละชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน SS	df	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	2	122.41	49.68	.000
ภายในกลุ่ม	145	2.46		
รวม	147			

จากตาราง 4 พบว่า ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวปรากฏว่า ค่า F test คำนวณได้ 49.68 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .000 ซึ่งน้อยกว่า .05 แสดงว่าทั้ง 3 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการเปรียบเทียบ

เทียบพหุคูณด้วยวิธีเชฟเฟ ผลปรากฏว่า ค่าเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในชั้นปีที่ 2 กับ 3 และชั้นปีที่ 3 กับ 4 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



สถานการณ์ สถาบัน และข้อเสนอดี ๆ ในทางที่จะยอมรับ หรือ ปฏิเสธ ซึ่งมีผลทำให้บุคคลพร้อมที่จะแสดงปฏิกิริยาตอบสนอง ด้วยพฤติกรรมอย่างเดียวกันตลอด จะเห็นได้ว่าสิ่งแวดล้อม บุคคล สถานที่ สถาบัน มีผลต่อทัศนคติ โดยกลุ่มตัวอย่างอยู่ใน สิ่งแวดล้อมของวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกซึ่งเป็นสถานศึกษา ที่ผลิตบุคลากรทางการพยาบาล การเรียนการสอนจะมีทั้งภาค ทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความใกล้ชิดกับ บุคลากร สถานการณ์ และสิ่งแวดล้อม ที่เกี่ยวข้องกับการ ส่งเสริมสุขภาพ ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับคะแนนทัศนคติ ของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับดี

ระดับคะแนนพฤติกรรมทางการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่ม ตัวอย่างอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 58.63$ ,  $SD = 4.46$ ) ตามเกณฑ์การ แปลผลของ จรุง วรบุตร<sup>๑</sup> การศึกษาของอาทร อุดคติ<sup>๑๖</sup> ได้กล่าว ถึงปัจจัยและองค์ประกอบว่ามี 3 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยนำ หมายถึง ปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดง พฤติกรรม ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา ศาสนา สถานภาพสมรส รายได้ของครอบครัว และสถานภาพทางสังคม ปัจจัยเอื้อ หมายถึง สภาพของสิ่งแวดล้อมที่จะเอื้อให้บุคคล กลุ่มคน เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือมีพฤติกรรม อย่างต่อเนื่อง ได้แก่ ระยะเวลาที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมนั้น ๆ และ ปัจจัยเสริม หมายถึง ผลสะท้อนกลับที่บุคคลได้รับหรือ คาดว่าจะได้รับการแสดงพฤติกรรมหนึ่ง ๆ ได้แก่ การได้รับการ ฝึกอบรมจากเจ้าหน้าที่ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวมีผลต่อกลุ่ม ตัวอย่างดังนี้ ปัจจัยนำ โดยกลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนพยาบาล ซึ่งได้รับการปลูกฝัง และได้รับความรู้ในเรื่องของพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยเอื้อ กลุ่มตัวอย่างอยู่ในสังคม ของนักเรียนพยาบาล และมีความใกล้ชิดกับบุคลากรทาง การพยาบาลทำให้เกิดการเรียนรู้ในเรื่องของพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางการส่งเสริม สุขภาพจากสภาพของสิ่งแวดล้อมที่ได้พบเจอในชีวิตประจำวัน ปัจจัยเสริม กลุ่มตัวอย่างมีการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพทั้งทางทฤษฎีและทางปฏิบัติ รวมถึงได้รับการ อบรมจากอาจารย์พยาบาลและบุคลากรทางการแพทย์ อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งทั้งหมดนี้ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับ คะแนนพฤติกรรมทางการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี เมื่อศึกษา ในกลุ่มอื่น ๆ ศศิกัญจน์ สกุลปัญญาวัฒน์<sup>๑๗</sup> พบว่าผู้สูงอายุ ชาวมุสลิมมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตามกรอบแนวคิด รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ อยู่ในระดับปานกลาง เช่นเดียวกับ สุรรัตน์ รุ่งเรืองและสมเกียรติ สุขนันตพงศ์<sup>๑๘</sup>

ที่พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานีอยู่ในระดับปานกลาง

2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมทางการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาล กองทัพบก ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4

2.1 จากการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในชั้นปีที่ 2 กับ 3 และ ชั้นปีที่ 3 กับ 4 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 จากแบบสอบถามนักเรียนพยาบาลกองทัพบก พบว่า นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกมีความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระดับดีทั้ง 3 ชั้นปี ซึ่งวิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ต้องดูแลสุขภาพผู้อื่น จึงต้อง มีความรู้ด้านสุขภาพเพื่อใช้ในการดูแลผู้ป่วยและนำมาปรับใช้ ในการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง จากแนวคิดของเพนเดอร์ (1996)<sup>๑๙</sup> ที่อธิบายว่า การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอจนกลายเป็นแบบแผน ในการดำเนินชีวิตนั้น เป็นผลมาจากการได้รับอิทธิพล จากปัจจัยที่สำคัญ 3 ด้านคือ ปัจจัยด้านความรู้ - การรับรู้ (Cognitive - perceptual Factors) ซึ่งถือเป็นปัจจัยหลัก ได้แก่ ความสำคัญทางสุขภาพ การควบคุมสุขภาพ การรับรู้สมรรถนะ ของตนเอง คำจำกัดความด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ อุปสรรคต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งจากวิจัยนี้เป็นไปตาม ที่เพนเดอร์ได้กล่าวไว้ จากการเปรียบเทียบความรู้ของนักเรียน พยาบาลแต่ละชั้นปี พบว่า นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีคะแนน ความรู้สูงกว่า ชั้นปีที่ 4 และชั้นปีที่ 2 นั้น อาจเป็นผลมาจากการ ศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตวิทยาลัยพยาบาล กองทัพบก (2555)<sup>๒๐</sup> ในชั้นปีที่ 2 เริ่มมีการเรียนวิชาการพยาบาล ในภาคทฤษฎี เมื่อเทียบกับปี 3 ได้รับประสบการณ์ทั้งภาคทฤษฎี และปฏิบัติและวางแผนการพยาบาลที่คำนึงถึงสุขภาพของ ผู้ป่วยแต่ละราย สำหรับปี 4 นั้นเตรียมเข้าสู่วิชาชีพพยาบาล เน้นด้านการบริหารจัดการ วิจัยทางการพยาบาล ประเด็น และแนวโน้มทางการพยาบาล อาจมีผลกระทบต่ออาการของ ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

2.2 จากการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยทัศนคติ เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเมื่อเปรียบเทียบรายคู่ มีความแตกต่างกันทุกคู่ ได้แก่ ชั้นปีที่ 2 กับ 3, ชั้นปีที่ 2 กับ 4 และชั้นปีที่ 3 กับ 4 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 โดยทัศนคติต่อพฤติกรรมส่งเสริม

สุขภาพของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกทั้ง 3 ชั้นปีอยู่ในเกณฑ์ดี นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสูงสุด รองลงมาได้แก่ ปี 4 และ ปี 2 ตามลำดับ ซึ่งเป็นไปตามผลของคะแนนความรู้ตามที่อภิปรายแล้วในข้างต้น จากการศึกษาครั้งนี้ทัศนคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สมสิริ ธัญญสิริ<sup>21</sup> ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกำลังพลกรมยุทธโยธาทหารบก กรุงเทพมหานคร พบว่า ระดับเจตคติต่อการดูแลสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง แสดงว่า การที่บุคคลมีเจตคติต่อการดูแลสุขภาพที่แตกต่างกันย่อมทำให้มีการแสดงออกในการปฏิบัติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพตนเองแตกต่างกันด้วย ทั้งนี้อาจจะขึ้นอยู่กับความเชื่อทางด้านสุขภาพของแต่ละบุคคล

2.3 จากการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในชั้นปีที่ 2 กับ 4 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกทั้ง 3 ชั้นปีอยู่ในเกณฑ์ดี นักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 4 มีค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสูงสุด รองลงมาได้แก่ ปี 3 และ ปี 2 ตามลำดับ อาจเป็นผลจากนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2 เริ่มเรียนวิชาทางการพยาบาล มีผลให้มีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพต่างจาก ปี 4 ซึ่งได้เรียนรู้ทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติมาแล้ว ทั้งนี้เมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่ามีความสอดคล้องกับคะแนนความรู้และทัศนคติ เมื่อมีความรู้และทัศนคติที่ดีแล้วย่อมนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้อง ตามแนวคิดของเพนเดอร์<sup>19</sup> (Pender 1996) กล่าวว่า การที่บุคคลรับรู้พฤติกรรมที่ตนกระทำนั้น มีประโยชน์ต่อสุขภาพของตนจะส่งผลให้บุคคลมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันการกระทำพฤติกรรมอย่างต่อเนื่องจะทำให้เกิดความมั่นคงและส่งเสริมให้บุคคลเชื่อในประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมมากขึ้น มีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจนเป็นส่วนหนึ่งของ ชีวิตประจำวัน และจากการศึกษาของ ชนินท์นราใจดี, ฐปนธรรม์ ประทีปเกาะ และชิตชนก เชียงขาว<sup>22</sup> พบว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ส่วนใหญ่เรียนอยู่ชั้นปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 32.3 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติโดยรวม อยู่ในระดับดี ทั้งนี้เป็นเพราะว่าสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ได้มีการจัดสภาพแวดล้อมภายในสถาบันให้เหมาะสมกับสถานศึกษา ทำให้นักศึกษาได้ซึมซับสิ่งที่เหมาะสมและเป็นแนวปฏิบัติตามระเบียบ

ข้อบังคับของสถาบัน เพื่อให้นักศึกษาทุกคนได้ปฏิบัติตาม และผลจากการปฏิบัติตามระเบียบและข้อบังคับที่ดีส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติ แห่งชาติ สอดคล้องกับผลการศึกษา ของ ฐปนัท อินทรสาสี<sup>23</sup> ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติ แห่งชาติของอาสาสมัครสาธารณสุขในเขตเทศบาล นนทบุรีพบว่า การสนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวก เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพ ของอาสาสมัครสาธารณสุขในเทศบาล นนทบุรี สำหรับวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก เป็นสถาบันที่ผลิตพยาบาล ซึ่งเป็นบุคลากรที่มีสุขภาพ ได้ตระหนักถึงการมีสุขภาพดี มีการจัดระเบียบต่าง ๆ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการที่จะส่งเสริมสุขภาพ เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดี การมีสุขภาพที่ดีต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับข้อเสนอของ วณิดา ตรงค์ฤทธิชัยและคณะ<sup>24, 25, 26</sup> ที่เสนอแนะว่า หน่วยงานพัฒนานักศึกษาควรทำงานเชิงรุกด้วยการเปิดพื้นที่ทางกายภาพ และพื้นที่กิจกรรมของการสร้างเสริมสุขภาพให้มากขึ้น ทั้งบทบาทการเป็นผู้นำและผู้ส่งเสริมให้นักศึกษา ดำเนินการ เช่น การเพิ่มพื้นที่สวนหย่อม การเพิ่มวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกาย การเพิ่มลักษณะกิจกรรมการออกกำลังกาย การนำปัจจัยเสี่ยงที่พบ จากการศึกษาแบบกิจกรรมเพื่อลด พฤติกรรมเสี่ยง และเพิ่มพฤติกรรมป้องกันแก่ นักศึกษา การจัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาหรือศูนย์ ปรับทุกข์สำหรับนักศึกษา การตั้งกลุ่มนั้สมาธิ การจัดค่ายแนะนำการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย การสะสมแต้ม การออกกำลังกาย การจัดอบรม ธรรมะ การจัดคอนเสิร์ต การประกวดร้องเพลง การจัดกิจกรรมค่ายอาสา เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

1. จากผลการวิจัยพบว่านักเรียนพยาบาลกองทัพบก มีความรู้และทัศนคติ ในการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับสูงทั้ง 3 ชั้นปี โดยนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 3 มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด เมื่อเทียบกับปี 4 และปี 2 ดังนั้นจึงควรจัดกิจกรรมหรือโครงการ เพื่อส่งเสริมความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพให้กับปี 2 เพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพให้มากขึ้น และควรมีการกระตุ้นหรือรณรงค์อย่างต่อเนื่อง
2. สถาบันการศึกษาควรมีนโยบายส่งเสริมด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่นการพัฒนาปรับปรุงสวนหย่อม การเพิ่มวัสดุอุปกรณ์ออกกำลังกาย การจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการพัฒนาารูปแบบพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับนักเรียนพยาบาลกองทัพบก
2. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ หรือศึกษาร่วมหลายสถาบัน เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพยาบาล

### References

1. Poomsanguan K. Health and Health Promotion: Nurses' Important Role. Journal of The Royal Thai Army Nurse. 2014, 15 (2): 10-14. (In Thai)
2. National Economic and Social Development Plan No.11 (2012-2016). Publish in Government Gazette No.128 Sup.152 Cited in 2011 Dec 14. (In Thai)
3. Paowattana A. et al. Health Promotion and Prevention in Community: Applied from Theory to Practice. Bangkok: Public Health Faculty, Mahidol University. (In Thai)
4. Srisupan V. Pilot Community Based curriculum for Health Promotion Provider. Conference in topic Guideline for Health Promotion and Purposes Curriculum Development and Learning in Health Promotion for Nursing Profession. 25<sup>th</sup> -26<sup>th</sup> May, 2016. At Miracle Grand, Bangkok.
5. Wasanthanarat C. Pilot Community Based curriculum for Health Promotion Provider. Conference in topic Guideline for Health Promotion and Purposes Curriculum Development and Learning in Health Promotion for Nursing Profession. 25<sup>th</sup> -26<sup>th</sup> May, 2016. At Miracle Grand, Bangkok.
6. Pender, N. J. (1987). Health Promotion in Nursing Practice. 2nd ed. New York Connecticut: Peton & Lange.
7. Kampuengporn K. Health Care behaviors among students at Nakhon Pathom Rajabhat University. Thesis 2007, Nakhon Pathom Rajabhat University. (In Thai)
8. Worabhut J. Health Care behaviors of Middle aged persons at Srisawat District Kanjanaburee Province. Thesis 2007, Silapakhorn University. (In Thai)
9. Akkarasetsakul A. Behaviors and Effects toward Alcoholic Beverage Consumption of The People in Nongphai Sub-District Muang District, Udonthani. Journal of Nurses' Association of Thailand, North-Eastern Division. 2013; 31 (1): 101-109. (In Thai)
10. Jandang R. The relationships between Experience, Supporting factors, Knowledge, Attitude and Nursing Care with infectious control of Registered Nurses in Government Hospital Bangkok. Thesis 1997, Chululongsorn University. (In Thai)
11. Sawasdee A. Knowledge and Awareness in Environment Conserve among High School Students: Case study Bangkok Area, Bangkok. Thesis 1999 NIDA. (In Thai)
12. Roongruengsil U. Health Promotion behaviors of Vocational Education Students, Prajaubkireekhan Province. Thesis 1997, Mahidol University. (In Thai)
13. Muksickthong J. et al. Nutrition Knowledge, Food Attitude, Food Consumption Behaviors and Nutritional status among Nursing students. Thesis 2010, Nursing Faculty, Mahidol University. (In Thai)
14. Milem JF. (1998). Attitude Change in College Students: Examining the Effect of College Peer Groups and Faculty Normative Groups. The Journal of Higher Education. 69(2): 117- 140.

15. Norman L. Munn. Introduction to Psychology. Boston: Houghton Mifflin Company, 1971
16. Aukkati A. Effecting Factors toward Health Behaviors along with National Health among Health Volunteers, Satool Province. Thesis 2008, Mahidol University. (In Thai)
17. Skulpunyawat S. Health Promotion Behaviors of Muslim Elders in case of Ongkarak district Nakornnayork province. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2014. 15 (3): 353-360. (In Thai)
18. Rongruang S. and Suknuntapong S. Health Promoting behavior among Students in Prince of Songkla University, Pattani Campus. Journal of Behavioral Science. 2011. 17 (1) : 109-123. (In Thai)
19. Pender, N.J. Health Promotion In Nursing Practice. (3rded.). California: Appleton. 1996.
20. The Royal Thai Army Nursing College. Bachelor of Nursing Science Curriculum (Revised 2012). (In Thai)
21. Thanyasiri S. Factors Related to Health Care behaviors among Post Engineer Department Personel, Bangkok. Thesis 2006, Kasetsart University. (In Thai)
22. Jaidee C. Prateepkao T. Cherngchao C. Factors Related to Health Care behaviors along with National Health of students at Institute of Physical Education Yala. Journal of Institute of Physical Education. 7 (2):145-158. (In Thai)
23. Intharasaree T. Factors Related to Health Care behaviors along with National Health of Health Volunteers Nonthaburee. Thesis 2009, Kasetsart University. (In Thai)
24. Durongrithichai W. et al. The Self-efficacy Model for Health Promoting Behavior of Student in Private University. HCU journal 16 (1): 29-39. (In Thai)
25. Pumsanguan K., Prasittivatechakool A. Patterns in Developing Nursing students of The Royal Thai Army Nursing College to be Health Promotion Leaders in Relevance to Exercise, Food Consumption and Stress Management. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2014; 15 (1): 73-80. (In Thai)
26. Srivichai C., Chaimongkol N., Pongiatrawit Y. Factors Effecton Health Behavior in Early Adolescents of Game Addiction. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2015; 16 (3): 114-121. (In Thai)