



ภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ ของกลุ่มวัยทำงาน ตำบลโพธิ์แท่น จังหวัดนครนายก

อ้อมใจ แท้เจริญวิริยะกุล ประ.ด.**

ชนิกาญจน์ จ้อยเสือร้าย วท.บ.*

สิริกาญจน์ วัฒนศรีธำรง วท.บ.*

อภิสรรา โสมทัศน์ ประ.ด.*

(วันรับบทความ: 30 เมษายน พ.ศ.2563/ วันแก้ไขบทความ: 25 พฤษภาคม พ.ศ.2563/ วันตอบรับบทความ: 27 พฤษภาคม พ.ศ.2563)

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพกับความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยทำงานในตำบลโพธิ์แท่น จังหวัดนครนายก กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน 255 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ มีค่าความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.89 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.88 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา สถิติไคสแควร์ และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 50-59 ปี มีสุขภาพกายอยู่ในภาวะอ้วน (Mean = 24.42, S.D. = 4.73) ภาวะสุขภาพด้านจิตใจอยู่ในเกณฑ์ปกติ ระดับการรับรู้ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง (Mean = 2.12, S.D. = 0.67 และ Mean = 2.94, S.D. = 0.34 ตามลำดับ) และมีความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับมาก (Mean = 3.16, S.D. = 0.64) นอกจากนี้ พบว่าความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยทำงาน มีความสัมพันธ์ระดับต่ำทางลบต่อภาวะสุขภาพในการรับรู้ข่าวสารทางด้านสุขภาพ ($r = -0.264$) และพฤติกรรมสุขภาพ ($r = -0.22$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปเป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับกลุ่มวัยทำงานเป็นอย่างยิ่ง

คำสำคัญ: ภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ ความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ วัยแรงงาน

*สาขาการส่งเสริมสุขภาพ คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

**ผู้ประสานการตีพิมพ์เผยแพร่ Email: ormjai@g.swu.ac Tel: 02 649-5000 (ต่อ 27314)



Health Status, Health Behaviors and the Health Promotion Needs of the Workers in Pho Thaen Sub District, Nakhon Nayok Province

Ormjai Taejarenwiriyaikul PhD**

Thanikan Joysueray B.Sc.*

Sirikarn Watsrithanung B.Sc.*

Apisara Sommatas PhD*

(Received Date: April 30, 2020, Revised Date: May 25, 2020, Accepted Date: May 27, 2020)

Abstract

The survey research aimed to study the relationship between health status health behaviors and health promotion needs of the workers in Pho Thaen, Ongkharak District, Nakhon Nayok Province. The subjects consisted of 255 worker age 20-59 years who in the responsibility area of Ban Khamen FungTai health promoting hospital. The research instrument was questionnaire with index of consistency was 0.89 and Cronbach's alpha coefficient was 0.88. Data were analyzed by descriptive statistics Chi-square test and Pearson's product correlation coefficient. The findings of the study revealed that, the majority of subjects were females aged between 50-59 years and overweight (Mean = 24.42, S.D. = 4.73). The mental health status of subjects was normal level. The overall mean score on health perception (Mean = 2.12, S.D. = 0.67) and health behaviors (Mean = 2.94, S.D. = 0.34) were at a moderate level. The health promotion needs (Mean = 3.16, S.D. = 0.64) was a high level. According to the study on relationship between health status and health needs of the workers, showed that health perception and health behaviors were significantly related with health promotion need of the workers ($p < 0.05$). The results of this study suggests that, can be used as the basis for organizing and planning health promotion program, which is important and necessary for the workers.

Keywords: health status, health behaviors, health promotion needs, the workers

*Department of Health Promotion, Faculty of Physical Therapy, Srinakharinwirot University, Thailand

**Corresponding Author, Email: ormjai@g.swu.ac Tel: 02 649-5000 (มือถือ 27314)



บทนำ

วัยทำงานเป็นวัยที่มีบทบาทสำคัญต่อเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ เป็นกลไกขับเคลื่อน ผลผลิตของเศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังเป็นที่พักของชนในครอบครัว เป็นวัยที่ต้องการพลังงาน ความแข็งแรง ความกระฉับกระเฉง มีสมองที่ปลอดโปร่ง แต่เมื่ออายุมากกว่า 30 ปี ขึ้นไป ก็เริ่มมีความเปลี่ยนแปลงต่างๆ เกิดขึ้นกับร่างกาย ความแข็งแรงของโครงกระดูก กล้ามเนื้อ ก็จะเริ่มเสื่อมลง¹ และมีโรคต่างๆ เข้ามารุมเร้าได้ง่าย เช่น โรคกระดูกพรุน โรคเลือด โรคหัวใจ และยิ่งก่อให้เกิดอาการต่างๆ ร่วมด้วย เช่น นอนไม่หลับ หงุดหงิดง่าย ขาดสมาธิ ขี้หลงขี้ลืม เวียนศีรษะ ใจสั่น เหนื่อยง่าย² และโรคที่เกิดจากการทำงาน³ วัยทำงานจึงควรต้องมีการดูแลสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพที่ดีเพื่อเตรียมรับความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น การศึกษาภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ รวมทั้งความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของวัยทำงานจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในระยะยาว

จากข้อมูลการสำรวจเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า คนวัยทำงานส่วนใหญ่บริโภคอาหารหลักไม่ครบทั้ง 3 มื้อ รวมทั้งได้รับสารอาหารในแต่ละวันไม่ครบ 5 หมู่ มากกว่าวัยอื่นๆ อย่างชัดเจน ขาดการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ แนวโน้มการสูบบุหรี่และดื่มสุราเพิ่มขึ้น ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ขาดทักษะการจัดการความเครียด พฤติกรรมไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันและรักษาโรคเรื้อรังประจำตัว เช่น ความดันโลหิตสูง และเบาหวาน เป็นต้น ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ มีระดับไขมันสะสมตามร่างกายสูงกว่าเกณฑ์ เนื่องมาจากความอ้วนและการขาดการออกกำลังกาย² และจากการศึกษาของมณฑลการุณงามพรรณ⁴ ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ และภาวะสุขภาพ ของคนทำงานในสถานประกอบการ เขตสาทร กรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 65.80 ไม่สามารถออกกำลังกายตามแผนได้อย่างสม่ำเสมอ ร้อยละ 69.20 ไม่สามารถออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆ ละ 30 นาทีต่อเนื่องได้อย่างสม่ำเสมอ และร้อยละ 43.70 ไม่สามารถทำกิจกรรมที่ต้องใช้กำลังเป็นประจำได้อย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการศึกษาของประภาสวัชรงามคณะ⁵ พบว่าปัจจัยการรับรู้เรื่องสุขภาพ ประสพการณ์ การเจ็บป่วย การส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ ความพร้อมในการพัฒนา มีความสัมพันธ์กับ

พฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพ คนวัยทำงาน จึงควรตื่นตัว และหาแนวทางที่จะชะลอความเสื่อมของร่างกายด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม วิถีชีวิต ทั้งการออกกำลังกาย การพักผ่อน และพิถีพิถันในการบริโภคอาหารมากกว่าวัยอื่น ซึ่งการมีสุขภาพอนามัยที่พึงประสงค์ของประชากรวัยทำงาน ย่อมทำให้การพัฒนาประเทศมีความมั่นคง นอกจากนี้ เป็นการเตรียมพร้อมก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงวัยที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี พึ่งตัวเองให้ได้มากที่สุด และเป็นภาระต่อสังคมน้อยที่สุด ถือเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นต้องให้ความสนใจเป็นพิเศษกับกลุ่มวัยทำงาน

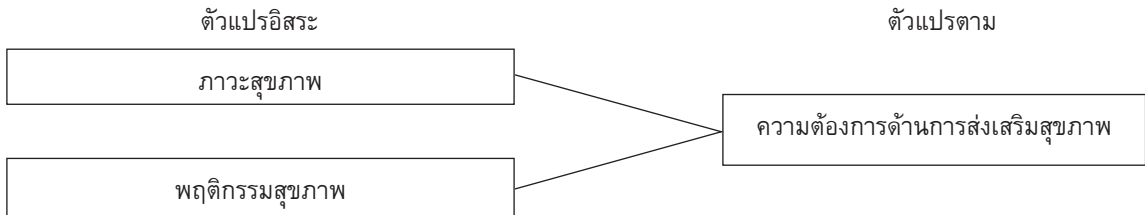
การประเมินภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และสำรวจความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพ ทั้ง 4 ด้าน คือ กาย ใจ สังคม ปัญญา⁶ เป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญของกระบวนการสร้างสุขภาพวัยแรงงาน และเป็นขั้นตอนหนึ่งของการเฝ้าระวังทางสุขภาพที่เป็นพื้นฐานสำคัญในการกำหนดแนวทางการควบคุม และป้องกันการเกิดการเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องจากการทำงาน⁷ วัยทำงานในตำบลโพธิ์แท่น จังหวัดนครนายก มีจำนวนมาก (ทะเบียนรายชื่อโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้) และยังไม่มีการศึกษาเรื่องดังกล่าว ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยทำงาน ในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ ตำบลโพธิ์แท่น จังหวัดนครนายก เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ถึงภาวะสุขภาพและความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพอย่างครอบคลุม ทำให้ได้ข้อมูลที่จำเป็น และสำคัญสอดคล้องกับปัญหา และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของวัยแรงงานในพื้นที่อย่างแท้จริง นำไปสู่การวางแผนจัดการส่งเสริมสุขภาพในพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ ของกลุ่มวัยทำงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ จังหวัดนครนายก
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยทำงานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ จังหวัดนครนายก



กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงบรรยายแบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Descriptive Study) เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ และความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยทำงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ จังหวัดนครนายก ประชากรคือวัยทำงานที่มีอายุระหว่าง 20-59 ปี มีรายชื่อในทะเบียนในเขตพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก ทั้งเพศชายและเพศหญิง จำนวนทั้งหมด 750 คน คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตรของเครซี่และมอร์แกน^๑ ยอมรับให้เกิดความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างร้อยละ 5 ได้จำนวน 255 คน ใช้การสุ่มอาศัยความน่าจะเป็น (Probability sampling) แบบการสุ่มตัวอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยการจับฉลาก

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลวัยทำงานในพื้นที่รับผิดชอบที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ ดังนี้

1. ผู้วิจัยติดต่อส่งหนังสือแนะนำตัวชี้แจงวัตถุประสงค์และวิธีการดำเนินงานของการศึกษาผ่านคณะกรรมการบัณฑิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ที่จะลงเก็บข้อมูล
2. ทำการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) โดยการจับทำฉลากสุ่มรายชื่อจากทะเบียนรายชื่อวัยทำงาน ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ขึ้นมาทีละหมายเลขจนกระทั่งครบจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ
3. ติดต่อประสานงานกับผู้อำนวยการเจ้าหน้าที่และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเพื่อนัดหมาย เข้าเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง

4. ในวันที่นัดหมาย ทำการวัดชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดันโลหิต และให้อาสาสมัครตอบแบบสอบถามโดยมีผู้วิจัยคอยช่วยเหลือ

5. ผู้วิจัย ตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถาม และรวบรวมแบบสอบถามนำมาวิเคราะห์ทางวิธีทางสถิติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) อุปกรณ์ทางการแพทย์สำหรับวัดสภาวะสุขภาพ ได้แก่ เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดความดันโลหิต และสายวัด 2) แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น แบ่งออกเป็นทั้งหมด 3 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 แบบประเมินภาวะสุขภาพแบ่งเป็น การรับรู้ข่าวสารทางด้านสุขภาพ และภาวะสุขภาพโดยรวม รวมคำถามทั้งหมด 20 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) 3 ระดับ เกณฑ์การประเมิน ระดับคะแนนเฉลี่ย 1.00-1.66 ระดับน้อย/ไม่ดี ระดับคะแนนเฉลี่ย 1.67-2.33 ระดับปานกลาง ระดับคะแนนเฉลี่ย 2.34-3.00 ระดับมาก/ดี ส่วนที่ 2 แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ รวมคำถามทั้งหมด 22 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ย ดังนี้ ระดับคะแนนเฉลี่ย 1.00-2.00 พฤติกรรมสุขภาพไม่ดี ระดับคะแนนเฉลี่ย 2.01-3.00 พฤติกรรมสุขภาพปานกลาง ระดับคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 พฤติกรรมสุขภาพดี ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านสังคมรวมคำถามทั้งหมด 16 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ เกณฑ์การประเมิน ระดับคะแนนเฉลี่ย 0-1.00 ไม่มีความต้องการ ระดับคะแนนเฉลี่ย 1.01-2.00 ต้องการน้อย ระดับคะแนนเฉลี่ย 2.01-3.00 ต้องการปานกลาง ระดับคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 ต้องการสูง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) ผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ความตรงตามเนื้อหาภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริม



สุขภาพเท่ากับ 0.89 การทดสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปทดลองใช้กับกลุ่มวัยแรงงานที่มีอายุระหว่าง 20-59 ปี ที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการศึกษาและตรวจสอบหาความเที่ยงตรง มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha) เท่ากับ 0.88 แต่ละแบบสอบถามมีค่า ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.86 0.92 และ 0.89 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ลักษณะของข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปร โดยใช้สถิติไคสแควร์ และสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มประชากรตัวอย่าง โดยการชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดของโครงการแก่กลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งให้อาสาสมัครลงนามยินยอมให้ข้อมูล และการวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ของคณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เลขที่ PTHP 2018-008

ผลการวิจัย

1. **ลักษณะทั่วไป** กลุ่มวัยทำงาน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 61.6 มีช่วงอายุ 50 -59 ปี ร้อยละ 40.8

เชื้อชาติชาติไทย ร้อยละ 100 ศาสนาพุทธ ร้อยละ 100 สถานภาพคู่ ร้อยละ 87.5 ประกอบอาชีพ รับจ้างทั่วไป ร้อยละ 76.9

2. **ภาวะสุขภาพ** กลุ่มวัยทำงานส่วนใหญ่ มีภาวะอ้วน ร้อยละ 39.6 เส้นรอบเอวปกติร้อยละ 59.2 ความดันโลหิตปกติ ร้อยละ 72.2 มีการรับรู้ข่าวสารอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 51.7 มีภาวะสุขภาพด้านจิตใจอยู่ในเกณฑ์ปกติ ระดับสูง ร้อยละ 71.4 มีภาวะสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.7 (ตารางที่ 1)

3. **พฤติกรรมสุขภาพ** ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง (Mean 2.94, SD 0.34) จำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 57.6 รองลงมาคือมีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี จำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 42.4 โดยไม่พบวัยทำงานที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่อยู่ในระดับที่ไม่ดี (ตารางที่ 1)

4. **ความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพ** ส่วนใหญ่มีความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีความต้องการส่งเสริมสุขภาพด้านร่างกายและสังคมอยู่ในระดับสูง (Mean 3.21, SD 0.65 และ Mean 3.47, SD 0.74 ตามลำดับ) ส่วนความต้องการส่งเสริมสุขภาพด้านจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง (Mean 2.75, SD 1.01) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวน และร้อยละ ภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง (n=255)

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
ภาวะสุขภาพ			
ดัชนีมวลกาย (kg/m²)			
	น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์	11	4.3
	น้ำหนักปกติ	99	38.8
	น้ำหนักเกิน	44	17.3
	ภาวะอ้วน	101	39.6
$\bar{X} = 25.42$ S.D. = 4.73			
รอบเอว (cm)			
	เส้นรอบเอวปกติ	151	59.2
	เส้นรอบเอวเกิน	104	40.8
$\bar{X} = 82.53$ S.D. = 9.55			
ความดันโลหิต (mmHg)			
	ความดันโลหิตปกติ	184	72.2
	ความดันโลหิตสูง	71	27.8
$\bar{X} = 125.30$ S.D. = 20.07			



ตารางที่ 1 จำนวน และร้อยละ ภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง (n=255) (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ		
มาก	54	24.7
ปานกลาง	58	23.5
น้อย	143	51.7
$\bar{X} = 1.65$ S.D. = 0.09 ระดับ = น้อย		
ภาวะสุขภาพด้านจิตใจ		
สูง	182	71.4
ปานกลาง	72	28.2
ต่ำ	1	0.4
$\bar{X} = 2.71$ S.D. = 1.11 ระดับ = สูง		
ภาวะสุขภาพโดยรวม		
ดี	74	29
ปานกลาง	137	53.7
ไม่ดี	44	17.3
$\bar{X} = 2.12$ S.D. = 0.47 ระดับ = ปานกลาง		
พฤติกรรมสุขภาพ		
ดี	108	42.4
ปานกลาง	147	57.6
ไม่ดี	0	0
$\bar{X} = 2.94$ S.D. = 0.34 ระดับ = ปานกลาง		
ความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพ		
ความต้องการด้านร่างกาย		
สูง	145	56.9
ปานกลาง	103	40.4
น้อย	7	2.7
$\bar{X} = 3.21$ S.D. = 0.65 ระดับ = สูง		
ความต้องการด้านจิตใจ		
ต้องการมาก	93	36.5
ต้องการปานกลาง	113	44.3
ต้องการน้อย	49	19.2
$\bar{X} = 2.75$ S.D. = 1.01 ระดับ = ปานกลาง		
ความต้องการด้านสังคม		
ต้องการมาก	184	72.2
ต้องการปานกลาง	64	25.1
ต้องการน้อย	7	2.7
$\bar{X} = 3.47$ S.D. = 0.74 ระดับ = สูง		
ความต้องการโดยรวม		
ต้องการมาก	164	64.3
ต้องการปานกลาง	75	29.4
ต้องการน้อย	16	6.3
$\bar{X} = 3.16$ S.D. = 0.64 ระดับ = สูง		



5. ความสัมพันธ์ของภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพ ภาวะสุขภาพในด้านการรับรู้ข่าวสารทางด้านสุขภาพ ($r = -0.264$) และ พฤติกรรมสุขภาพ ($r = -0.223$) มีความ

สัมพันธ์ระดับต่ำทางลบต่อความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยแรงงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p - value < 0.05$) (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ กับความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ($n=255$)

ความสัมพันธ์	ความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพ	
	<i>r</i>	<i>P-value</i>
ภาวะสุขภาพ		
ดัชนีมวลกาย	-0.061	0.329
รอบเอว	-0.046	0.466
ความดันโลหิต	0.026	0.679
สุขภาพด้านจิตใจ	-0.051	0.419
การรับรู้ภาวะสุขภาพ	0.040	0.520
การรับรู้ข่าวสาร	-0.264*	0.001
พฤติกรรมสุขภาพ	-0.223*	0.001

การอภิปรายผล

กลุ่มวัยทำงานส่วนใหญ่มีภาวะสุขภาพกายอยู่ในระดับมีภาวะอ่อน มีการรับรู้ข่าวสารอยู่ในระดับน้อย ภาวะสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง รวมทั้งมีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง อธิบายได้ว่า วัยทำงานในเขตพื้นที่รับผิดชอบ รพ.สต.บ้านเขมรฝั่งใต้ ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง ไม่ค่อยได้กลับบ้าน ต้องรีบออกไปทำงานแต่เช้าถึงค่ำกว่าจะได้กลับบ้าน และไม่ค่อยได้เจอบุคลากรด้านสุขภาพ ทำให้ไม่มีเวลาออกกำลังกาย จึงมีร่างกายอยู่ในระดับอ่อนและมีการรับรู้ข่าวสารอยู่ในระดับน้อย ส่งผลให้มีภาวะสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

กลุ่มวัยทำงานส่วนใหญ่มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับผลการศึกษาของสถาพร หมั่นกิจ⁶ เรื่องปัจจัยที่มีผลพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม จำนวน 400 คน มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพถูกต้องอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

ความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพส่วนใหญ่มีความต้องการทางด้านการส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีความต้องการส่งเสริมสุขภาพด้านร่างกาย

และสังคมอยู่ในระดับสูง ส่วนความต้องการส่งเสริมสุขภาพด้านจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง อธิบายได้ว่ากลุ่มวัยทำงานส่วนใหญ่มีภาวะสุขภาพกายอยู่ในระดับมีภาวะอ่อน มีการรับรู้ข่าวสารอยู่ในระดับน้อย จึงต้องการการส่งเสริมสุขภาพด้านร่างกายและสังคมอยู่ในระดับสูง วัยทำงานมีภาวะสุขภาพด้านจิตใจอยู่ในเกณฑ์ปกติระดับสูง ส่งผลให้ต้องการส่งเสริมสุขภาพด้านจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง⁹ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีความพึงพอใจของโครแมน¹⁰ กล่าวว่าความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกหรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องความรู้สึกพึงพอใจจะเกิดเมื่อความต้องการของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ความรู้สึกพึงพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการของบุคคลได้รับการตอบสนองหรือบรรลุตามจุดมุ่งหมายในระดับหนึ่ง ความรู้สึกดังกล่าวจะลดลงหรือไม่เกิดขึ้น หากความต้องการหรือ จุดมุ่งหมายนั้นไม่ได้รับการตอบสนอง จึงอาจสรุปได้ว่า ความพึงพอใจคือทัศนคติที่เกิดจากพื้นฐานของการรับรู้ค่านิยมและประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลจะได้รับ ระดับของ ความพึงพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อกิจกรรมนั้นๆ สามารถตอบสนองความต้องการแก่บุคคลนั้นได้ จึงไม่ก่อให้เกิดความต้องการในด้านการส่งเสริมสุขภาพหากมีความพึงพอใจเพียงพอแล้ว



ภาวะสุขภาพในการรับรู้ข่าวสารทางด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางลบต่อความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยแรงงาน อธิบายได้ว่าวัยทำงานที่ได้รับข่าวสารด้านสุขภาพจากบุคลากรด้านสุขภาพ เช่น แพทย์ พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จะมีความรู้ในการดูแลสุขภาพของตนเอง และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ทำให้วัยแรงงานมีสุขภาพดี ส่งผลให้มีความต้องการการส่งเสริมสุขภาพน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของประภาสวัชร งามคณะ⁵ ที่ศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของคนไทยในเขตปริมณฑล จำนวน 384 คน พบว่าการรับรู้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพในระดับสูง และงานวิจัยของ ไคแอน เลวิน ซามิรี¹¹ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมสุขภาพซึ่งเป็นตัวชี้วัดทางสังคมและสุขภาพที่สามารถประเมินด้วยตนเองในประชากรผู้ใหญ่ของประเทศอิสราเอล จำนวน 600 คน พบว่า ความรู้ด้านสุขภาพเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพในระดับสูง อธิบายได้ว่า วัยแรงงานมีความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์¹² ที่จัดลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ไว้อย่างมีระเบียบเรียกว่า Hierarchy of human needs ความต้องการมูลฐาน 5 ขั้น เรียงลำดับขึ้นจากต่ำไปสูง ได้แก่ 1) ความต้องการทางสรีระ 2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย 3) ความต้องการความรักและเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ 4) ความต้องการที่จะรู้สึกว่าตนเองมีค่า 5) ความต้องการที่จะรู้จักตนเองตามสภาพที่แท้จริงและพัฒนาศักยภาพของตน ถ้าความต้องการในขั้นแรกๆ ยังไม่ได้รับการตอบสนอง ก็ยังไม่มีความต้องการในขั้นสูงถัดไป จากผลการศึกษาทำให้ทราบได้ว่าภาวะสุขภาพในการรับรู้ข่าวสารทางด้านสุขภาพทำให้วัยแรงงานสามารถตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานทางสรีระได้เป็นอันดับแรกในระดับที่ต่ำที่สุด และหากได้มีการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพก็จะสามารถเพิ่มระดับความต้องการในขั้นที่ 2 คือความมั่นคงในชีวิตดังทฤษฎีของมาสโลว์ที่กล่าวว่าความต้องการในระดับที่ต่ำกว่าต้องได้รับการตอบสนองก่อนที่ความต้องการในระดับที่สูงขึ้นไปจะเกิดขึ้นได้ตาม ดังนั้นความรู้เรื่องสุขภาพจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อรายได้และการศึกษาซึ่งอาจมีบทบาทสำคัญในการกำหนดภาวะสุขภาพต่อไปได้ในอนาคต โดยหากพฤติกรรมสุขภาพเป็นแรงขับเคลื่อนให้เกิด

ผลลัพธ์ต่อสุขภาพแล้ว ก็ย่อมมีผลต่อความสัมพันธ์ในเรื่องความต้องการที่จะได้รับการส่งเสริมสุขภาพที่ดีตามมาด้วย

ข้อเสนอแนะ

1. ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มวัยทำงานมีการรับรู้ข่าวสารจากบุคลากรทางด้านสุขภาพอยู่ในระดับน้อย และพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นควรจัดกิจกรรมการให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ให้กับกลุ่มวัยทำงานให้มากขึ้น และเพิ่มช่องทางการให้ความรู้ เช่น เสียงตามสาย และสังคมออนไลน์ เป็นต้น เพื่อเป็นข้อมูลในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้อยู่ในระดับที่ดีขึ้นได้

2. กลุ่มวัยทำงานมีความต้องการส่งเสริมสุขภาพด้านกายและสังคมอยู่ในระดับสูง ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น อบต. รพ.สต. รวมทั้งผู้ประกอบการต่างๆ ในชุมชน ควรร่วมกันวางแผน และจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกาย และสังคมให้แก่กลุ่มวัยทำงาน

3. การรับรู้ข่าวสารจากบุคลากรทางด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มวัยแรงงาน จึงควรจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขร่วมมือกับทุกองค์กรในชุมชนโดยจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ ความเข้าใจ รวมทั้งพัฒนาทักษะการส่งเสริมสุขภาพของวัยทำงาน โดยการให้ความรู้ผ่านสื่อต่างๆ เพื่อให้วัยทำงานเกิดความรู้ ความเข้าใจ และมีพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

4. ควรทำการศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพเพื่อให้ได้ข้อมูลความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพมากขึ้น

5. ควรทำการศึกษาประสิทธิภาพผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพในวัยแรงงาน

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ให้ทุนสนับสนุนการศึกษาในครั้งนี้ และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขมรฝั่งใต้ อำเภอองคักษ์ จังหวัดนครนายก เจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกท่าน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และอาสาสมัครผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกท่าน ที่อำนวยความสะดวก ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย ทำให้การศึกษามีขึ้นครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี



References

1. National Statistical Office of Thailand. The Informal Employment Survey 2019. Bangkok.
2. Schopp L, Bike D, Clark M, Minor M. Act Healthy: promoting health behaviors and self-efficacy in the workplace. *Health education research* 2015; 30(4): 542-553.
3. Kongsamarn N, Pumglin P. Factors related to health promoting behaviors of industrial workers, Khaoyoi District, Petchaburi Province. *Journal of the office of DPC 7 Khon Kaen* 2016; 23(1): 62-75.
4. Karunngamphan M, Suvaree S, Nam Fon N. Health behaviors and health status of workers in large city establishments: a case study of Sathorn area Bangkok., Songkhla Nakarin Hospital 2012; 32(3): 51-66.
5. Ngamkhana P. Health care behavior of Thai people in the metropolitan area. *Pathum Thani University Academic journal* 2014; 6(2): 21-30.
6. Munkit S. Factors effecting to worker's health promotion behavior in industrial factories Muang District Nakhon Ratchasima Province. *Journal of Health Research and Development Nakhon Ratchasima Public Health Provincial Office* 2018; 4(1): 47-55.
7. Khumwong C. Elderly's satisfaction with elderly welfare of Bueng Yitho Municipality, Thanyaburi District, Pathum Thani. *Research report* 2015; 1-10.
8. Krejcie RV, Morgan DW. Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement* 1970;. 30: 607-610.
9. Lundy KS. *Community health nursing caring for the Public's Health*. (2nd Ed). Jones and Bartlett Publishers, Massachusetts; 2009.
10. Korman AK. *Organizational Behavior*. New Jersey: Prentice Hall; 1977.
11. Levin-Zamir D. The Association of Health Literacy with Health Behavior, Socioeconomic Indicators, and Self-Assessed Health From a National Adult Survey in Israel. *Journal of Health Communication* 2016; 21: 61-68.
12. Maslow A. *Motivation and Personality*. New York, NY: Harper; 1954.