AN APPLICATION OF SELF-EFFICACY THEORY FOR HEALTH PROMOTION DEVELOPMENT OF OPD AND IPD NURSES IN BAN LAEM HOSPITAL, PETCHBURI PROVINCE.

PRAPA CHUMKAMOL

A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF MASTER OF SCIENCE (PUBLIC HEALTH)
MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES
FACULTY OF GRADUATE STUDIES
MAHIDOL UNIVERSITY
2003

ISBN 974-04-3647-1
COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY

การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเจ้าหน้าที่พยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน ของ โรงพยาบาลบ้านแหลม จังหวัดเพชรบุรี (AN APPLICATION OF SELF-EFFICACY THEORY FOR HEALTH PROMOTION DEVELOPMENT OF OPD AND IPD NURSES IN BANLAEM HOSPITAL, PETCHBURI PROVINCE)

ประภา ชุ่มกมล 4236579 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : รุ่งโรจน์ พุ่มริ้ว, Ph.D., : ชาญชัย ยามะรัต, M.S.P.H., บุษบา สงวนประสิทธิ์, Ph.D., นิทัศน์ ศิริโชติรัตน์, Dr.P.H.

บทคัดย่อ

การส่งเสริมสุขภาพ เป็นสิ่งที่จำเป็น ต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนโดยทั่วไป การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีจะช่วยส่งผลให้มีสุขภาพดีด้วย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบ 1 กลุ่ม วัด 3 ครั้ง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองในการส่งเสริมสุขภาพเจ้าหน้าที่พยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน ของ โรงพยาบาลบ้านแหลม จังหวัดเพชรบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นเจ้าหน้าที่พยาบาลแผนกผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน ของ โรงพยาบาลบ้านแหลม จังหวัดเพชรบุรี โดยเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 35 คน รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม แบบทดสอบ แบบบันทึกพฤติกรรมและแบบบันทึกสมรรถภาพทางกาย ก่อนและหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired t-test

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง มีความคาดหวังในผลลัพธ์ มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและด้านการบริโภคอาหารดีกว่าก่อนการทดลองและผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมีการแปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมสุขศึกษามีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมของเจ้าหน้าที่พยาบาล ซึ่งจะส่งผลทำให้เจ้าหน้าที่มีสุขภาพดี โปรแกรมนี้มีประสิทธิภาพ ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในโรงพยาบาลอื่นได้

123 หน้า ISBN 947-04-3647-1

AN APPLICATION OF SELF-EFFICACY THEORY FOR HEALTH PROMOTION DEVELOPMENT OF OPD AND IPD NURSES IN BANLAEM HOSPITAL, PETCHBURI PROVINCE.

PRAPA CHUMKAMOL 4236579 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES

THESIS ADVISORS: ROONGROTE POOMRIEW, Ph.D., CHANCHAI YAMARAT, M.S.P.H., BOOSABA SANGUANPRASIT, Ph..D, NITHAT SIRICHOTIRATANA, Dr. P.H

ABSTRACT

Health promotion is necessary for everyone who wants to be healthy, and sound health behavior is a choice for better health.

This quasi-experimental research aimed at studying the effectiveness of a health promotion program by applying the Self-efficacy Theory to improve exercise behaviors and healthy food consumption among Out-Patient and In-Patient Department nurses in Banlaem Hospital, Petchburi Province. The sample consisted of 35 nurses who received a health promotion program consisting of 12 weeks of intervention and a follow- up 6 weeks later. Questionnaires and physical fitness tests were administered before and after the experiment and again as a follow- up. Data were recorded, and percentages, means, standard deviations and a paired t-test were used to analyze the data.

The results of this study indicated that after the program was implemented, the experimental group statistically had significantly better knowledge, self-efficacy, outcome expectations, practice, resting heart rate, body mass index and body fat than before the experiment.

The results of this research showed that a health promotion program which applies the Self-efficacy Theory is effective in increasing exercise, healthy food consumption behaviors, and the overall health of nurses. Thus, it is recommended that this program should be taken into consideration and extended to nurses in other areas.

KEY WORDS : HEALTH PROMOTION / NURSE / SELF-EFFICACY

123 p. ISBN 974-04-3647-1