

อิทธิพลของปัจจัยคัดสรรต่อพฤติกรรมการออกกำลังกาย  
ของมารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิม



สารินี ศำวัน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การผดุงครรภ์)  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2559

Copyright by Mahidol University

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

อิทธิพลของปัจจัยคัดสรรต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของมารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิม

THE INFLUENCE OF SELECTED FACTORS ON EXERCISE BEHAVIOR IN THAI-MUSLIM  
POSTPARTUM WOMEN

สารินี สาวัน 5736227 RAMY / M

พย.ม. (การผดุงครรภ์)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: จันทิมา ขนบดี, D. S. N. (Maternal and Child Nursing) ,  
จรัสศรี ชีระกุลชัย, Ph. D (Nursing)

#### บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ในการศึกษารั้งนี้ เพื่อศึกษาความสามารถในการร่วมกันทำนายของปัจจัยคัดสรร ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล (อายุ ดัชนีมวลกาย ระดับการศึกษา รายได้ครอบครัว จำนวนบุตร และลักษณะครอบครัว) การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และการสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของมารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิม โดยใช้กรอบแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender, 1996) เป็นแนวทางในการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิม ระยะ 6 สัปดาห์ ถึง 6 เดือนหลังคลอด ที่กลับไปพักฟื้นที่บ้านซึ่งอาศัยอยู่ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเมืองจันทน์ราชิวาส ปัตตานี และยะลา หรือเป็นมารดาหลังคลอดที่ตรวจตามนัดหลังคลอดที่โรงพยาบาลปัตตานี และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพจังหวัดยะลา ระหว่างวันที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2559 ถึงวันที่ 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2559 จำนวน 170 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์และการรับรู้อุปสรรค แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตน แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามพฤติกรรมการออกกำลังกายหลังคลอด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยาย และวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า มารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิมมีพฤติกรรมการออกกำลังกายน้อย โดยพบว่า การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้อุปสรรค จำนวนบุตร รายได้ครอบครัว และการรับรู้ประโยชน์สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายของมารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิมได้ โดยร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการออกกำลังกายของมารดาหลังคลอดชาวไทยมุสลิมได้ร้อยละ 25.4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )

คำสำคัญ: ออกกำลังกายหลังคลอด/ การรับรู้ประโยชน์/ การรับรู้อุปสรรค/ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน/  
การสนับสนุนทางสังคม/ มารดาหลังคลอดมุสลิม

THE INFLUENCE OF SELECTED FACTORS ON EXERCISE BEHAVIOR IN THAI-MUSLIM POSTPARTUM WOMEN

SARINEE SAWAN 5736227 RAMY / M

M.N.S. (MIDWIFERY)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: CHANTIMA KHANOBDEE, D. S. N. (MATERNAL AND CHILD NURSING), JARATSRI THEERAKULCHAI, PH. D. (NURSING)

ABSTRACT

This study was aimed at studying the predictive capacity of selected factors such as personal factors (age, body mass index, level of education, family income, number of children and family characteristics), perceived benefits, perceived barriers, perceived self-efficacy and social support toward exercise behavior among postpartum Thai Muslim women by using Pender's Health Promotion Model (Pender, 1996) as the conceptual framework and guideline for the study. The samples were composed of 170 postpartum Thai Muslim women from 6 weeks to 6 months postpartum who returned to recover at home and lived under care of the jurisdiction of Muang district Public Health Centers, Narathiwat, Pattani and Yala or postpartum mothers who came to receive postpartum examinations by appointment at Pattani Hospital and Yala Provincial Health Promotion Hospital on 5 February, 2016 to 31 May, 2016. The study sample was purposive sampled based on set qualifications. Instrumentation was composed of the personal data, the perceived benefits and perceived barriers questionnaire, the perceived self-efficacy questionnaire, the social support questionnaire and the postpartum exercise behavior questionnaire. Data were analyzed by using descriptive statistics and stepwise multiple regression analysis.

According to the findings, postpartum Thai Muslim women were found to have little exercise behavior. Social support, perceived barriers, the number of children, family income and perceived benefits were able to jointly predict exercise behavior of postpartum Thai Muslim women and could explain 25.4 percent of the variance of exercise behavior of postpartum Thai Muslim women with statistical significance ( $p < 0.05$ ).

KEY WORDS: POSTPARTUM EXERCISE/PERCEIVED BENEFITS/PERCEIVED BARRIERS/PERCEIVED SELF-EFFICACY/SOCIAL SUPPORT/MUSLIM MOTHERS

195 pages