



การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม
 ในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สตรีวัยหมดระดู
 เขตชนบท จังหวัดนครราชสีมา



อภินันท์เนนาการ

จาก

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
 ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)
 สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2544

ISBN 974-04-0124-4

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

วพ

๒๕๔๓๗

๒๕๔๔

3937368 PHPH/M :สาขาวิชาเอก สุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์:วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์)

คำสำคัญ : พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ / ความสามารถตนเอง / แรงสนับสนุนทางสังคม / สตรีวัยหมดระดู

บุญช่วย นาสูงเนิน:การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดระดู เขตชนบท จังหวัดนครราชสีมา (AN APPLICATION OF SELF-EFFICACY THEORY AND SOCIAL SUPPORT ON HEALTH PROMOTION BEHAVIORS AMONG MENOPAUSAL WOMEN, IN RURAL AREAS NAKHONRATCHASIMA PROVINCE). คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ :สุปรียา ดันสกุล., ค.ด., วรพรรณ รุ่งศิริวงศ์., วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์), กรณี สุรินทร์., วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์). 173 หน้า ISBN 974-04-0124-4

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรีวัยหมดระดู เขตชนบท จังหวัดนครราชสีมา โดยการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพคือการบรรยาย ประกอบสไลด์ การใช้ตัวแบบ,กระบวนการกลุ่ม,การสาธิตและฝึกปฏิบัติ การกระตุ้นเตือนจากอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านและการเยี่ยมบ้านจากผู้วิจัย กลุ่มตัวอย่าง 80 คน ประกอบด้วย กลุ่มทดลอง 40 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 40 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเป็นเวลา 12 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์และผลการตรวจสมรรถภาพทางกาย วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ด้วยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่มด้วยสถิติ Paired Sample t-test เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ระหว่างกลุ่มด้วยสถิติ Student' s t-test เปรียบเทียบความแตกต่างของสัดส่วนการเปลี่ยนแปลง ค่าดัชนีมวลกาย ความดันโลหิต ซีฟเจอร์และระดับโคเลสเตอรอลในเลือดด้วยสถิติ Z- test

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับสตรีวัยหมดระดู การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ดัชนีมวลกาย ซีฟเจอร์ ความดันโลหิตและระดับโคเลสเตอรอลในเลือด ดีขึ้นกว่าการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ ที่จัดขึ้น มีผลทำให้พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมดระดูดีขึ้น ดังนั้นพิจารณานำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้กับสตรีวัยหมดระดูกลุ่มอื่น ต่อไป

3937368 PHPH /M : MAJOR: HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL/SCIENCES;
M.Sc.(PUBLIC HEALTH)

KEYWORDS : HEALTH PROMOTION BEHAVIORS/SELF-EFFICACY / SOCIAL
SUPPORT / MENOPAUSAL WOMEN

BOONCHOAY NASOONGNERN: AN APPLICATION OF SELF-EFFICACY
THEORY AND SOCIAL SUPPORT ON HEALTH PROMOTION BEHAVIORS AMONG
MENOPAUSAL WOMEN IN RURAL AREAS, NAKHONRATCHASIMA PROVINCE.THESIS
ADVISORS: SUPREYA TANSAKUL, Ph.D, VORAPHUN RUNGSIRIWONG, M.Sc., PARANEE
SURIN, M.Sc., 173 p. ISBN 974-04-0124-4

This quasi-experimental research aimed to determine the effectiveness of a health promotion program on health promotion behaviors among menopausal women in rural areas of Nakhonratchasima province. Self-Efficacy Theory and Social Support were applied to develop the program interventions which consisted of lectures with slide presentation, modeling, group process, demonstration with practice and prompting from health volunteers in the community and home visits by the researcher. The study sample was comprised of 80 women. Forty women who participated in the health promotion program were in the experimental group, while the other 40 women were assigned to the comparison group. The duration of program was 12 weeks .Data was collected before and after the experiment by using an interview form and measuring body mass index, pulse rate, blood pressure and cholesterol level. Statistical analysis was performed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, paired sample t- test , student's t-test and Z-test

The results showed that after the experiment, the experimental group's knowledge, perceived self-efficacy, outcome expectation, health promotion behaviors, body mass index, pulse rate, blood pressure and cholesterol level were significantly higher than at the pretest and also higher than the comparison group ($P<0.05$). These results indicated that the health promotion program with applied self-efficacy theory and social support could improve health promotion behaviors. Therefore the program should be extensively provided for other menopausal women.