

บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2538). รายงานผล การสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย เล่นกีฬา และคู่มือของประเทศไทย พ.ศ. 2538. กรุงเทพฯ: งานข้อมูลพื้นฐาน กองนโยบายและแผน การกีฬาแห่งประเทศไทย สำนักนายกรัฐมนตรี.
- กานดา พูนลาภทวี. (2539). สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: ฟิสิกส์เซ็นเตอร์.
- กำพล ศรีวัฒนกุล. (2543). อ้วนไขมัน. กรุงเทพฯ: สกายบุ๊กส์.
- กฤษฎา พูลเพิ่ม และนัยนา กาญจนพิบูลย์. (2545, กันยายน-ธันวาคม). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม สัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนักศึกษาพยาบาล. วิทยาลัยพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สภาวิชาชีพไทย, 27(3), 267-274.
- กรกานต์ ป้อมบุญมี. (2538). ผลของการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายต่อสมรรถภาพทางกาย ของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาล อายุรศาสตร์และสรีรศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กองสุขศึกษา. (2546). หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สารานุกรมของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. เข้าถึงได้จาก <http://www.healthnet.in.th/>
- กนิษฐา ศิวาริ และกนกวรรณ สุวรรณปฏิกรณ์. (2545, กันยายน-ธันวาคม). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ พฤติกรรมความรับผิดชอบต่อสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล. วิทยาลัยพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภาวิชาชีพไทย, 27(3), 248-257.
- คณะกรรมการจัดทำแผน 9 ของกระทรวงสาธารณสุข. (2544). แผน 9 ของกระทรวงสาธารณสุข ตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549). น.ป.ท.
- จรรยาลักษณ์ สุขแจ่ม. (2541). การสร้างแรงจูงใจเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายในพยาบาล โรงพยาบาลวชิรพยาบาล กรุงเทพฯ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จิตอารี ศรีอาคะ. (2543). การรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกาย ของพยาบาล โรงพยาบาลน่าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลสตรี, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จินตนา ยูนิพันธ์. (2530). การเรียนการสอนทางการพยาบาล. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- จุริรัตน์ เพชรทอง. (2540). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ของข้าราชการ ตำรวจภูธร จังหวัดสุพรรณบุรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา สุขศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เจตนา ศรีโต. (2540). *ปัจจัยที่มีผลต่อการมาตรวจหามะเร็งปากมดลูกในสตรีโรงพยาบาลน่าน จังหวัดน่าน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เอก ชนะศิริ. (2533). *ทำอย่างไรให้ชีวิตยืนยาวและมีความสุข* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: แปลนพับลิชชิง.
- ชมรมเวชศาสตร์ฟื้นฟูแห่งประเทศไทย. (2531). *เวชศาสตร์ฟื้นฟู*. กรุงเทพฯ: เจริญผล.
- ดวงเดือน พันธุโชติ. (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสำคัญของสุขภาพ การรับรู้ประโยชน์การออกกำลังกาย และพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ในจังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และ ศัลยศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ครุณี คลรตันภัก. (2545). *ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของผู้ใหญ่วัยกลางคน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ และศัลยศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- คาริณี สุภาพ. (2542). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคณงานสตรีตั้งครรภ์ ที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมที่มารับบริการที่หน่วยฝากครรภ์*. วิทยานิพนธ์ปริญญา วิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ดำรง กิจอุศล. (2537). *คู่มือออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.
- ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร. (2536). *แนวคิดและทิศทางของวิทยาศาสตร์การกีฬาในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธวัชชัย งามสันติวงษ์. (2539). *หลักการใช้อุปกรณ์ในงานสถิติเพื่อการวิจัย*. กรุงเทพฯ: 21 เซนจูรี่.
- ธีรวัฒน์ กุลทนันทน์ และคณะ. (2544, พฤศจิกายน). *การศึกษาสมรรถภาพทางกายและพฤติกรรม การออกกำลังกายของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 2 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล*. สารศิริราช, 53(11).
- นวลอนงค์ บุญจรรยาศิลป์ และคาราวรรณ เมฆสุวรรณ. (2544, กันยายน-ธันวาคม). *การศึกษา พฤติกรรมสุขภาพในวัยรุ่น*. วารสารวิจัยทางการแพทย์, 5(3).

- นุชระพี สุทธิกุล. (2540). พฤติกรรมสุขภาพของครูปฐมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นัยนา หนูนิล. (2543). การออกกำลังกายกับสุขภาพ. ใน สมจิต หนูเจริญกุล, วัลลา ตันตโยทัย และรวมพร คงกำเนิด (บรรณาธิการ), *การส่งเสริมสุขภาพ: แนวคิดและการปฏิบัติการพยาบาล* (หน้า 131-146). นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- บุญธรรม กิจปริคาบบริสุทธิ. (2540). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล.
- บุญวดี เพชรรัตน์ และคณะ. (2539, เมษายน-มิถุนายน). พฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาชั้นปีที่ และชั้นปีที่ 4. *วารสารสงขลา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*, 16(2).
- ปาริชาติ สุขสวัสดิ์พร. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพ และสภาพแวดล้อมในสถาบัน กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพนักศึกษาพยาบาล สถาบันการศึกษาพยาบาล เขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประภาพร จินันทุยา และกัลยา นาคเพ็ชร. (2545, พฤษภาคม-สิงหาคม). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล. *วิทยาสารพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย*, 27(2), 174-184.
- ประภาพร จินันทุยา และจอนพะจง เพ็งจาต. (2545, กันยายน-ธันวาคม). ความเครียด การรับรู้ภาวะสุขภาพ และพฤติกรรม ออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล. *วิทยาสารพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย*, 27(3).
- ประภาพร จินันทุยา และอุไร จันทรเมฆา. (2545, พฤษภาคม-สิงหาคม). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล. *วิทยาสารพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย*, 27(2), 138-148.
- ปริญญ์ คาสา. (2544). พฤติกรรมการออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกายของอาจารย์สตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลสตรี, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- ปิยะนุช ลินทนะ โยธิน. (2543). การศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545-2549. (2544). ในช่วงแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545-2549. วารสารนโยบายและแผนสาธารณสุข, 4(1-2).
- แผน 9 กระทรวงสาธารณสุข. (2544). ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9. (2545-2549). ม.ป.ท.
- พัฒนาชาติ กฤติบวร และคณะ. (2545). การวัดองค์ประกอบและสัดส่วนของร่างกาย. ใน สมรรถภาพทางกายและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย. สุพรรณบุรี: ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี.
- พวงรัตน์ บุญญานุรักษ์. (2533; มกราคม-เมษายน). การส่งเสริมและคงไว้ซึ่งสุขภาพสตรี. วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พยงค์ จาค้าง. (2538). การใช้เวลาว่างของนักศึกษาพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภัทรจิต นิลราช. (2546). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพสตรีในจังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- มนัสวี เจริญเจริญเกษมวิทย์. (2546). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลศูนย์ เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- มนู วาทีสุนทร. (2541, กันยายน-ธันวาคม). หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพตามสภาพร่างกาย. วารสารสุขุทัยธรรมมาธิราช, 11(3).
- รัชนี้ สรรเสริญ. (2547). เอกสารประกอบการสอนการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลสุขภาพ. ชลบุรี: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- รุจา ภูไพบูลย์, ชุตินา อนันตชัย และชมจีน ทักษาศตร์. (2545). พฤติกรรมเสี่ยง: พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่นตอนต้นและครอบครัว. วารสารคณะพยาบาลมหาวิทยาลัยขอนแก่น, 25(23), 48-61.

- เรณา พงษ์เรืองพันธ์ และประสิทธิ์ พงษ์เรืองพันธ์. (2545). การวิเคราะห์ข้อมูลด้วย SPSS for Windows. ชลบุรี: ภาควิชาวิจัยประเมินผลและบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ลดาวลัย ผาสุก. (2535, พฤษภาคม-สิงหาคม). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ทางสุขภาพ การสนับสนุนจากหน่วยงาน กับแบบแผนการดำรงชีวิตด้านสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพฯ. วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ละเอียก แจ่มจันทร์. (2539). อนาคตภาพของหลักสูตรพยาบาลศาสตร์สำหรับพยาบาลวิชาชีพของวิทยาลัยพยาบาลในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาอุดมศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ลักขณา สิริรัตนพลกุล. (2546, มกราคม). ออกกำลังกายสัปดาห์ละกี่ชั่วโมง. วารสาร *Quality of life*, 9(63).
- วรรณภา อัสวชัยสุวิกรม. (2547). รายงานการวิจัย ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในเขตตำบลแสนสุข จังหวัดชลบุรี. ชลบุรี: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วรรณวิไล ชุ่มภิรมย์ และคณะ. (2543). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วาสนา สารการ. (2544). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลสตรี, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิจิต คณิงสุขเกษม. (2542, กันยายน). สถานการณ์การออกกำลังกายของชาวไทย. วารสาร *ใกล้หมอ*, 23(9).
- _____. (2546, พฤษภาคม). ทำไมคนเราไม่ออกกำลังกาย. วารสาร *ใกล้หมอ*, 27(4).
- วิภาวรรณ ชะอุม เพ็ญสุขสันต์, จอม สุวรรณ และวัลลา ดันตโยทัย. (2545, พฤษภาคม-สิงหาคม). ความเครียด การเผชิญความเครียด และความผาสุกในชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1. *รวมารับคิพยาบาลสาร*, 82.
- วิมลมาศ สมใจ. (2542). การรับรู้บทบาทของการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ในเขตภาคเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเอกอนามัยครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วันดี แยมฉาบ. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้สมรรถนะของตนเองกับการรับรู้ภาวะสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

- วันเพ็ญ จาริยะศิลป์. (2543). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ในกลุ่มอายุที่เสี่ยงต่อภาวะความดันโลหิตสูง ในจังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วัลลดา เล้ากอบกุล. (2542). *การประยุกต์แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือน อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วาสนา สารการ. (2544). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าสำเร็จรูป*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลสตรี, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิริชัย กาญจนวาสี, ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์ และศิริสุข ศรีสุโข. (2540). *การเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมสำหรับการวิจัย*. กรุงเทพฯ: พชรกานต์พับลิเคชั่น.
- ศิริมา วงศ์แหลมทอง. (2542). *ปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. (2533). *การส่งเสริมสมรรถภาพทางกายและกีฬา*. กรุงเทพฯ: โรงเรียนกีฬาเวชศาสตร์ภาควิชาสัตยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศรีมา นิยมคำ และคณะ. (2542). *การรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยเด็กวัยรุ่นโรคลมชัก*. พยาบาลสาร(ฉบับพิเศษ), 229-234.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2 วัยรุ่น-วัยสูงอายุ*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศรีสมบูรณ์ นฤกษคุณธ์ และกันยา ตรีสารวัฒน์. (2542, เมษายน-มิถุนายน). *การใช้เวลาว่างของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล*. วารสารพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, 17, 64-70.
- ศศิโส ศรีสอาด. (2540). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุจังหวัดอำนาจเจริญ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเอกสุขภาพศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สถาบันพระบรมราชชนกกระทรวงสาธารณสุข. (2545). *ประมวลรายวิชาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต*. กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข.
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2545). *การออกกำลังกายทั่วไปและเฉพาะโรคผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.

- สมชาย ลิ้มทองอิน. (2545). การออกกำลังกาย และสุขภาพสูงสุดสู่สามัญ. ใน บทความพิเศษ กองออกกำลังกายผู้สุขภาพ. กรุงเทพฯ: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- สร้อยรัตน์ พลอินทร์. (2542). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ความสามารถของ ตนเองในการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย และสภาพแวดล้อม ของวิทยาลัยพยาบาลกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสก อักษรานุเคราะห์. (2545). ออกกำลังกายสายกลาง เพื่อชะลอวัย. กรุงเทพฯ: วัฒนาพานิช.
- สุภารัตน์ ขวัญเงิน. (2537). ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับวิถีทาง ดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุภา อินทร. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ใหญ่ วัยกลางคน ในจังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุทธนิจ หนูนุชสาร. (2539). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยหมด ประจำเดือน เขตชนบท จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเอกสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2545). การออกกำลังกายในสถานประกอบการ. กรุงเทพฯ: สำนักส่งเสริม สุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักนโยบาย และแผนกระทรวงสาธารณสุข. (2544). เป้าหมายการพัฒนาสุขภาพ. ใน เครื่องชี้วัด การประเมินผลการพัฒนาสุขภาพ ในส่วนของกระทรวงสาธารณสุข ตามแผนพัฒนา สุขภาพแห่งชาติ ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545- 2549). ม.ป.ท.
- อัญชลี กลิ่นอวล. (2544). ผลของการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายต่อสมรรถภาพทางกายและ ความผาสุกของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา การพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ACSM. (1998). *ACSMs resource manual for exercise testing and prescription* (3rd ed.). Baltimore: Williams & Wilkins.

- Armstrong, N., & Welsman, J. (1997). *Young people and physical activity*. Oxford: Oxford University Press.
- Asawachaisuwikrom, W. (2001). *Predictors of physical activity among older Thai adults*. Doctoral dissertation, The University of Texas at Austin, USA.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy the exercise of control*. United State of America: WH Freeman Company.
- Conn, V. S. (1998, May-June). Older adults and exercise: Path analysis of self-efficacy related construct. *Nursing Research*, 47, 180-189.
- Garcia, A., & King, A. (1991). Predicting long-term adherence to aerobic exercise: A comparison of two models. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 394-410.
- Hui, W. H. (2002). *The health-promoting lifestyles of undergraduate nurses in Hong Kong*. www.Whchoi@hkucc.hku.hk.
- King, A., Taylor, C., Haskell, W. L., & Deburk, R. F. (1990). Identifying strategies for increasing employee physical activity level: Findings from the stanford/lock head exercise survey. *Health Education Quarterly*, 7.
- Khuanjai Teeintong. (2002). *Personal factors, perceived benefits of and perceived barriers to exercise and the exercise behavior of postpartum women*. Thesis Masternity and Newborn Nursing, Mahidol University.
- Leaungsomnapa, Y. (1999). *Efficacy expectation and outcome expectation to exercise behavior if nursing student at phrapokklao nursing college Chantaburi province*. Master's Thesis, Department of Social Medical Science, Graduate School, Mahidol University.
- Mastsudo, V. K. R. (1997, May-June). Passport for health. *World Health*, 50, 16.
- Payne, W. A., & Hahn, D. B. (1995). *Understanding your health* (4th ed.). St. Louis: Mosby Year Book.
- Pender, N. J. (1996). *Health promotion in nursing practice* (3rd ed.). Norwalk: Appleton & Lage.
- Pender, N. J., Oded Bar-Or, Boguslaw, W., & Sarah, M. (2002). Self-efficacy and perceived exertion of girls during exercise. *Nursing Research*, 5, 2.

- Polit, D. F., & Hungler, B. P. (1999). *Nursing research: Principles and methods* (6th ed.). Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Robins, G., Power, D., & Burgess. (2002). *A wellness way of life*. Boston: McGraw-Hill.
- Rocenstock. (1987). I.M. historical origin of the health model. *Education Monograph*, 2.
- Sechrist, K. R., Walker, S. N., & Pender, N. J. (1987). Development and psychometric evaluation of the exercise benefits/ barriers scale. *Research in Nursing & Health*, 10, 357-365.
- Simpson, W. M. (1986). Exercise: Prescriptions for the elderly. *Geriatrics*, 41, 65-100.
- U.S. Department of Health and Human Services. (1996). *Physical activity and health: A report of the surgeon general*. GA: Atlanta.
- Volpicelli, M. A., & Spector, M. H. (1988). Sport and gastrointestinal tract and liver. In O. Appenzeler (Ed.), *Sport medicine: Fitness, training and injuries* (pp. 121-128). Baltimore: Urban & Schwarzenegger.
- Voorrips, L. E, Ravelli, A. C. J., Dongelmans, P. C. A., Deurenberg, P., & Staveren, W. A. (1991). A physical activity questionnaire for the elderly. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 23(8), 974-979.
- Wallberg, H., Rincon, J., & Zierath, J. H. (1998, January). Exercise in management of noon-insulin-dependent diabetes mellitus. *Sport- Med*, 25, 25-35.
- Wiest, J., & Lyte, R. M. (1997). *Physical activity and exercise: A first step to health promotion and disease prevention in women in all age*. Women's Health Issues.