

ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
ในชมรมผู้สูงอายุอำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

นิภาพรรณ อธิคมานนท์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

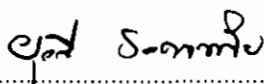
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

มิถุนายน 2554

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ นิภาพรณ อธิคมานนท์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต ของคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์



.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยวดี รอดจากภัย)



.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กุลวดี โรจน์ไพศาลกิจ)

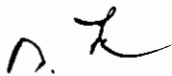
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



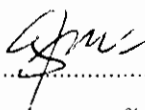
.....ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.พณิ สัตตะกัณ)



.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยวดี รอดจากภัย)

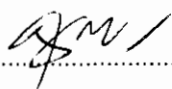


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กุลวดี โรจน์ไพศาลกิจ)



.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วสุธร ดันวัฒนากุล)

คณะสาธารณสุขศาสตร์อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต ของคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา



.....คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.วสุธร ดันวัฒนากุล)

วันที่ 16 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2554

ประกาศคุณูปการ

ในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี รอดจากภัย อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กฤษดา ไรจน์ไพศาลกิจ อาจารย์ที่ปรึกษา ร่วมที่กรุณาให้คำปรึกษาและข้อเสนอแนะให้กำลังใจ จนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัย รู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการสอบปากเปล่าทุกท่านที่ได้ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุง แก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้กรุณาให้ความ อนุเคราะห์ในการตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย รวมทั้งข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการทำ วิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลบางนางร้าและตำบลตานิมทุกท่าน และ ท่านอื่น ๆ ที่ไม่ได้เอ่ยนาม ที่ได้ให้การช่วยเหลือและสนับสนุน จนทำให้การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูแก่เวทิตาแต่ บุพการี บุรพจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านทั้งในอดีตและปัจจุบัน ที่ทำให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีการศึกษาและ ประสบความสำเร็จมาจนตราบเท่าทุกวันนี้

นิภาพรรณ อธิคมานนท์

มิถุนายน 2554

51922905: ส.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)

คำสำคัญ: การเสริมสร้างพลังอำนาจ/ พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ

นิภาพรรณ อธิคมานนท์: ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา (EFFECTS OF HEALTH PROMOTION PROGRAM FOR ELDER ACCORDING TO ELDERLY CLUB OF BANGPAHAN DISTRICT IN AYUTIHAYA PROVINCE) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ยุวดี รอดจางักย์, ส.ด. กุลวดี โรงเรียนไพศาลกิจ, ส.ด. 112 หน้า, ปี พ.ศ. 2554

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประยุกต์ใช้ทฤษฎีการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) ของ กิบสัน (Gibson, 1993) กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่อายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Sampling) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 20 คน และกลุ่มควบคุม 20 คน โดยกลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเวลา 9 สัปดาห์ ดังนี้ ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) การสร้างสัมพันธภาพ และการชี้แจงการดำเนินการวิจัย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) กิจกรรมการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณของผู้สูงอายุครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 4) กิจกรรม วิธีการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 5) กิจกรรมการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับตนเองครั้งที่ 5 (สัปดาห์ที่ 7) กิจกรรมเพื่อติดตามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อให้เกิดการปฏิบัติที่ยั่งยืนครั้งที่ 6 (สัปดาห์ที่ 9) กิจกรรมประเมินผลการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ในภาพรวมทั้งหมดเป็นรายบุคคล เก็บข้อมูลหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามสัมภาษณ์ชุดเดิม เพื่อประเมินการรับรู้หลังจากเสร็จสิ้นการทดลองทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป การรับรู้พลังอำนาจผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Paired t-test และ Independent t-test

ผลการวิจัยโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ พบว่าระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพมีการรับรู้พลังอำนาจที่สูงขึ้นและมีพฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ มีผลทำให้พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุดีขึ้น ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่จะประยุกต์ใช้ ทฤษฎีการเสริมสร้างพลังอำนาจในการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุในกลุ่มอื่นๆต่อไป

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

51922905: M.P.H., MASTER OF PUBLIC HEALTH

KEYWORDS: POWER REINFORCEMENT/ HEALTH PROMOTION BEHAVIOR

NIPAPAN ATIKAMANONT: EFFECTS OF HEALTH PROMOTION PROGRAM FOR ELDER ACCORDING TO ELDERLY CLUB OF BANGPAHAN DISTRICT IN AYUTHAYA PROVINCE

ADVISORY COMMITTEE: YUVADEE RODJARKPAI, Dr.P.H., KUNWADEE ROJPAISRNKIT, Dr.P.H 112 P. C.E. 2011

This research is a semi-experiment research that has a purpose to study results of health promotion program for elders in the Elder Club of Bangpahan district, Ayuthaya province. The model applied the theory of Empowerment of Gibson(1993). A sample group was composed of elders of 60 years and older who were sampled in a type of Multi Stage Sampling and divided into an experimental group of 20 persons and a control group of 20 persons. The experiment group received the health promotion program for elders that the researcher had created for 9 weeks time as follows: First meeting (week 1), creating relationships, informing research proceedings, and sharing experiences; Second meeting(week2), activities to reflect thinking with judgment of elders; Third meeting(week 4), activities and methods to promote health properly; Fourth meeting (week 5), activities to remain a behavior of promoting health suitably with oneself; Fifth meeting (week 7), activities to follow a behavior of promoting health of elders by empowering to generate sustainable practice; Sixth meeting (week 9), activities to assess promoting health for elders in the Elder Club Data was reviewed after having experimented by using an old set of interviewing forms to assess perceptions of both the experiment group and the control group. Tools used in experiments are interviewing forms about general information, perceiving power of elders, interviewing form regarding a behavior s to promote health of elders, Statistics for analysis were, percentage, mean value, standard deviation, Paired t-test, and Independent t-test.

Research of the program to promote health for elder found that the level of perceiving power of elders in the experimentd group after having received the program to promote health was higher, and their behavior in promoting health was

higher than pre-experimenting, and higher than the control group with statistical significance at a level of 0.05.

From research result, it showed that providing the health promotion program for elders effected a behavior to promote better health of elder Therefore, there is necessary to apply the theory of empowerment in promoting health for elders in other groups.

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
สมมติฐานการวิจัย.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
ความหมายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.....	9
แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ.....	11
ปัจจัยพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ.....	13
แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างพลังอำนาจ.....	14
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	20
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	23
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	24
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	25
การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	28
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	33

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิจัย.....	34
ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	34
ข้อมูลการรับรู้พลังอำนาจและพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่ม ตัวอย่าง.....	36
เปรียบเทียบความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจและพฤติกรรมการส่งเสริม สุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง.....	42
5 สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	46
สรุปอภิปรายผล.....	46
ข้อเสนอแนะจากการวิจัย.....	48
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	49
บรรณานุกรม.....	50
ภาคผนวก.....	52
ภาคผนวก ก.....	53
ภาคผนวก ข.....	55
ภาคผนวก ค.....	81
ภาคผนวก ง.....	102
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	112

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวน ร้อยละ ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง(n=20) และ กลุ่มควบคุม (n=20).....	35
2	ความสามารถของผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันก่อนการทดลอง.....	38
3	ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ ก่อนการทดลอง.....	40
4	ระดับการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุ หลังการทดลอง	41
5	ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ก่อนการทดลอง.....	41
6	ระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ หลังการทดลอง.....	42
7	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลอง ก่อนและ หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	43
8	ผลการทดสอบความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจ ก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริม สุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรม ส่งเสริมสุขภาพ.....	43
9	ผลการทดสอบความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจ หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริม สุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรม ส่งเสริมสุขภาพ.....	44
10	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	44
11	ผลการทดสอบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ก่อน ได้รับโปรแกรม ส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	45
12	ผลการทดสอบความแตกต่างของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ หลัง ได้รับโปรแกรม ส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	45

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดการวิจัย.....	6
2	แบบแผนการทดลอง.....	23
3	แผนการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ.....	31

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University