

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับความคาดหวังด้านสุขภาพของ
ผู้เข้าร่วมชมรมวัยสโตโต ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

**Relationship between Predisposing Factors Enabling Factors Reinforcing Factor and
the Health Expectations of the VAISODSAI club participants in Hua-Hin
Subdistrict, Hua-Hin District, Prachuap Khiri Khan Province.**

นายพญา ลือขรรยงศิริ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสโตโต ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้เข้าร่วมชมรมวัยสโตโต จำนวน 179 คน คน รวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิด ของโมเดล PRECEDE-PROCEED ในระยะที่ 4 คือ การวินิจฉัยด้านการศึกษา และการจัดการองค์กร ประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสโตโต ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและหาความสัมพันธ์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้าร่วมชมรมวัยสโตโตส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 50-60 ปี สถานภาพสมรส จบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า โดยมีรายรับน้อยกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท ต่อ เดือน ปัจจัยนำมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพ จำนวน 5 รายการ ได้แก่ การรับรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ, ความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ, ค่านิยมด้านการสร้างเสริมสุขภาพ, ทักษะคิดด้านการสร้างเสริมสุขภาพ และความเชื่อด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ปัจจัยเอื้อมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพ จำนวน 2 รายการ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางสังคม และสิ่งแวดล้อมกายภาพของชมรมวัยสโตโต และปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพ จำนวน 1 รายการ ได้แก่ รางวัล

คำสำคัญ : ปัจจัยนำ , ปัจจัยเอื้อ , ปัจจัยเสริม , ความคาดหวังด้านสุขภาพ

Abstract

The purpose of this research was to study the relationship between Predisposing factors Enabling factors Reinforcing factor and the Health Expectations of the VAISODSAI club participants in Hua-Hin Subdistrict , Hua-Hin District , Prachuap Khiri Khan Province. Sample is the total of 179 VAISODSAI participants were collected by using questionnaires which the researcher applied the concept of PRECEDE-PROCEED model in phase 4 is education and organizational Diagnosis consisted of Predisposing factors, Enabling factors, Reinforcing factor and the health expectations of the VAISODSAI club participants in Hua-Hin Subdistrict , Hua-Hin District , Prachuap Khiri Khan Province. Data were analyzed using descriptive statistics, and the correlations were examined by using Pearson correlation.

The research found that Most of the VAISODSAI club participants were female, aged 50-60 years, marital status had primary education or lower. With incomes less than or equal to 5,000 baht per month. The predisposing factors correlated with health expectations, consisting of 5 items: Perception Health Promotion , Knowledge Health Promotion , Values Health Promotion , Attitudes Health Promotion and Beliefs Health Promotion. The enabling factors correlated with health expectations , consisting of 2 items: Social Environment and Physical Environment of the VAISODSAI club. And the reinforcing factor correlated with health expectations , consisting of 1 item: Reward.

Keywords: Predisposing factors , Enabling factors , Reinforcing factor, Health Expectations

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นที่เรียบร้อยแล้วเนื่องจากมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด จากข้อมูลสถิติที่เกี่ยวข้องกับประชากรสูงอายุปี พ.ศ. 2553-พ.ศ. 2583 โดย สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปี รัฐบาลมองเห็นปัญหาด้านสังคม เศรษฐกิจ การจ้างงาน ได้มีการกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-พ.ศ.2580) เพื่อกำหนดทิศทางให้พัฒนาประเทศไทยในระยะยาว โดยมี 2 ยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ คือ ยุทธศาสตร์ด้านพัฒนาเสริมสร้างศักยภาพและทรัพยากรมนุษย์ และยุทธศาสตร์ด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาค ในตำบลหัวหินนั้นมีแนวโน้มผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปี ผู้สูงอายุในตำบลหัวหินจึงได้รวมตัวกันจัดตั้งชมรมวัยสดใสขึ้น เพื่อออกกำลังกายสร้างเสริมสุขภาพให้แข็งแรงโดยเปิดโอกาสให้ผู้มีอายุ 50 ปี ขึ้นไปเข้าร่วมชมรมวัยสดใสได้ ผู้วิจัยมีความสนใจที่เข้าไปศึกษาข้อมูลปัจจัยต่างๆกับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการวางแผน บริหาร จัดการกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการของสมาชิกชมรมวัยสดใส และสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับชมรมวัยสดใส

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
2. เพื่อศึกษาความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

สมมติฐานของการวิจัย

- H.1 ปัจจัยนำสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
- H.2 ปัจจัยเอื้อสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
- H.3 ปัจจัยเสริมสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ขอบเขตของการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ โดยมีขอบเขตการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ประชากรของการวิจัย คือ สมาชิกชมรมวัยศตใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พ.ศ. 2562 จำนวน 323 คน (ข้อมูลจากเอกสารรายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพศตใสให้ผู้สูงอายุ ณ วันที่ 20 พฤศจิกายน พ.ศ. 2562)
2. ตัวอย่างประชากร คือ สมาชิกชมรมวัยศตใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พ.ศ. 2562 จำนวน 179 คน
3. พื้นที่ในการวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
4. ตัวแปรอิสระ คือ 1. ปัจจัยนำ 2. ปัจจัยเสริม 3. ปัจจัยเอื้อ
ตัวแปรตาม คือ ความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส
5. ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลของงานวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการตั้งแต่วันที่ 30 ตุลาคม - 2 ธันวาคม พ.ศ. 2562

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

คาเรน แกลนซ์ (Karen Glanz) กล่าวอ้าง กีเลนและคณะ (Gielen et al.,2008) ถึง โมเดล PRECEDE-PROCEED ของกรีนและครูเตอร์ (Green & Kreuter,1991) โดยโมเดล PRECEDE เป็นการศึกษาปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่เป็นตัวกำหนดสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพประชาชน โดยมี 5 ระยะ ประกอบด้วย ระยะที่ 1 การวินิจฉัยด้านสังคม เพื่อค้นหาข้อมูล ปัญหาด้านสังคมที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชากรเป้าหมาย ระยะที่ 2 การวินิจฉัยด้านระบาดวิทยา เพื่อกำหนดปัญหาสุขภาพที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ระยะที่ 3 การวินิจฉัยด้านพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อม ระยะนี้มุ่งเน้นเกี่ยวกับการระบุพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจส่งผลต่อสุขภาพในระยะที่ 2 ระยะที่ 4 การวินิจฉัยด้านการศึกษา และการจัดการองค์กร ระยะนี้เป็นการศึกษาสาเหตุพฤติกรรมสุขภาพ โดยประกอบไปด้วย 3 กลุ่มปัจจัย คือ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม กำหนดวัตถุประสงค์ วางแผนและดำเนินงานตามแผนให้บรรลุวัตถุประสงค์ ระยะที่ 5 การวินิจฉัยด้านการบริหารและนโยบาย เป็นการศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพ ส่งเสริมสุขภาพ เพื่อวินิจฉัยนโยบาย ทรัพยากร และสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งแสดงให้เห็นสถานะขององค์กรซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาแผนงานโครงการสุขภาพในระยะที่ 4 ส่วนโมเดล PROCEED เป็นการศึกษาสิ่งแวดล้อม เพื่อประเมินวัตถุประสงค์ของแผนงานนโยบายว่าสอดคล้องกับระเบียบกฎเกณฑ์ขององค์กรหรือไม่ โมเดล PROCEED ประกอบไปด้วย ระยะที่ 6 การดำเนินงานตามแผนงาน ระยะที่ 7 การประเมินผลกระบวนการ ระยะที่ 8 การประเมินผลกระทบและระยะที่ 9 การประเมินผลลัพธ์ การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และ ปัจจัยเสริม กับความคาดหวังด้านสุขภาพในระยะที่ 4 การวินิจฉัยด้านการศึกษา และการจัดการองค์กร ของโมเดล PRECEDE โดยนำมาประยุกต์ใช้กับชมรมวัยใส เพื่อใช้เป็นแหล่งข้อมูลในการวางแผน บริหาร จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับความต้องการของสมาชิก สร้างภาพลักษณ์ที่ดีและพัฒนาชมรมต่อไป

ความคาดหวัง ของ วรุม โดยกล่าวอ้างจาก วุฒิพล สกลเกียรติ (2561) อธิบายถึงแรงจูงใจของความคาดหวังที่บุคคลมีต่อความสามารถที่จะปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สุขภาพ ข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (2550) อธิบายถึงภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล โดยสุขภาพแบ่ง

ออกเป็น 4 มิติ ได้แก่ 1. สุขภาพทางกาย 2. สุขภาพทางจิต 3. สุขภาพทางสังคม 4. สุขภาพทางจิตวิญญาณ (ปัญญา)

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรของการวิจัย คือ สมาชิกชมรมวัยสดใส ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พ.ศ. 2562 จำนวน 323 คน คำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากสูตรของ Taro Yamane ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ค่าความคลาดเคลื่อน $\pm 5\%$ ได้จำนวน 179 ตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นตามช่วงอายุและการสุ่มแบบง่าย ผู้วิจัยทดสอบความเที่ยงตรง ให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านประเมินผล คำนวณค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถามได้คะแนนเท่ากับ 0.75 งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 6 ส่วนดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (check-list) มีข้อความจำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยนำเข้าของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อความจำนวน 24 ข้อ

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อความจำนวน 8 ข้อ

ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยเสริมของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อความจำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความคาดหวังของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อความจำนวน 19 ข้อ

ส่วนที่ 6 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อคิดเห็นความคาดหวังในการเข้าร่วมชมรมและข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้เข้าร่วมชมรมวัยสดใส ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบปลายเปิด (Open-Ended)

ผลการวิจัย

1. ผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 50-60 ปี สถานภาพสมรส จบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า โดยมีรายรับน้อยกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท ต่อ เดือน
2. ปัจจัยนำของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อยได้ดังนี้
 - 2.1 ค่านิยมด้านการสร้างเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
 - 2.2 ทักษะคิดด้านการสร้างเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
 - 2.3 ความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
 - 2.4 การรับรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
 - 2.5 ความเชื่อด้านการสร้างเสริมสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
3. ปัจจัยเอื้อของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อยได้ดังนี้
 - 3.1 ความคิดเห็นด้านสิ่งแวดล้อมสังคมของชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
 - 3.2 ความคิดเห็นด้านสิ่งแวดล้อมกายภาพของชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
4. ปัจจัยเสริมของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ ด้านรางวัล ที่มีระดับความคิดเห็น เห็นด้วยมาก
5. ความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตวรรษ มีระดับความคาดหวังมาก โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อยได้ดังนี้
 - 5.1 ความคาดหวังสุขภาพทางจิตวิญญาณ (ปัญญา) มีระดับความคาดหวังมาก
 - 5.2 ความคาดหวังสุขภาพทางสังคม มีระดับความคาดหวังมาก
 - 5.3 ความคาดหวังสุขภาพทางจิต มีระดับความคาดหวังมาก

5.4 ความคาดหวังสุขภาพทางกาย มีระดับความคาดหวังมาก

6. ปัจจัยนำมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 5 รายการ ได้แก่ 1. การรับรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ 2. ความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ 3. ค่านิยมด้านการสร้างเสริมสุขภาพ 4. ทศนคติ ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ และ 5. ความเชื่อด้านการสร้างเสริมสุขภาพ
7. ปัจจัยเอื้อมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 2 รายการ ได้แก่ 1. สิ่งแวดล้อมทางสังคม และ 2. สิ่งแวดล้อมกายภาพของชมรมวัยศตใส
8. ปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 1 รายการ ได้แก่ 1. รางวัล
9. ข้อมูลเกี่ยวกับข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อยได้ดังนี้ 1.เพิ่มความหลากหลายของกิจกรรมการออกกำลังกาย 2.เพิ่มกิจกรรมการท่องเที่ยวในชมรมวัยศตใส 3.จัดกิจกรรมสร้างความสามัคคีเพิ่มขึ้น ตามลำดับ

อภิปรายผล

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยนำมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

การรับรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส เนื่องจาก ผู้เข้าร่วมชมรมได้รับข้อมูลข่าวสารกิจกรรมต่างๆจากการประชาสัมพันธ์ของคนในชมรม ซึ่งผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า กิจกรรมต้องเป็นกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมชมรมให้ความสนใจและรู้สึกว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพ จึงจะทำให้สมาชิกเต็มใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชนะ สมัครการ และ สุพัฒนา คำสอน (2559) ที่พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ เนื่องจาก ผู้สูงอายุจะเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น เมื่อมีการรับรู้ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรม

ความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัย
ศดส เนื่องจาก ชมรมวัยศดสมีผู้ให้คำแนะนำความรู้ทางด้านการบริหารร่างกาย และการออกกำลังกาย
ทำให้มีแนวทางการปฏิบัติที่ถูกต้อง ช่วยเสริมสร้างสุขภาพให้แข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ
รัชนิ วิกุล (2560) พบว่า ความรู้เรื่องพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริม
สุขภาพ เนื่องจาก เมื่อมีความรู้ทางด้านสุขภาพมักนำมาใช้ปฏิบัติจริงเพื่อทำให้สุขภาพของตนเองมีสุขภาพ
ที่ดี

ค่านิยมด้านการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัย
ศดส เนื่องจาก ชมรมวัยศดสได้กำหนดแนวทางให้ผู้เข้าร่วมชมรมวัยศดสได้ปฏิบัติตามวัตถุประสงค์
และคำแนะนำของผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย ซึ่งแนวทางการปฏิบัตินี้ได้ทำอย่างยาวนานจนทำให้
ผู้ที่เข้าร่วมชมรมยึดเป็นหลักในการปฏิบัติ โดยสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปาริชาติ สุขสวัสดิพร (2543)
พบว่า ค่านิยมทางสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล เนื่องจาก
ค่านิยมทางสุขภาพ เป็นการให้คุณค่าหรือให้ความสำคัญต่อสุขภาพและต้องการยึดเป็นหลักปฏิบัติใน
ชีวิตประจำวันเพื่อการส่งเสริมสุขภาพตนเอง

ทัศนคติด้านการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัย
ศดส เนื่องจาก ผู้เข้าร่วมชมรมวัยศดสส่วนใหญ่มองโลกในแง่ดี มีทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ
ที่ดี เช่น สุขภาพที่ดีหาซื้อไม่ได้ อดยากได้ต้องลงมือทำ และการตรวจสุขภาพประจำปีเป็นเรื่องสำคัญซึ่ง
สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชนะ สมักรการ และ สุพัฒนา คำสอน (2559) พบว่า ทัศนคติต่อชมรมผู้สูงอายุ
ของผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ ของ
ผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองยาง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร เนื่องจากทัศนคติ
เป็นความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยมีการประเมินคุณค่าของสิ่งนั้น ถ้าทัศนคติของบุคคลต่อสิ่ง
หนึ่งสิ่งใดเป็นไปในทิศทางใด พฤติกรรมหรือการกระทำจะเป็นไปในทิศทางนั้น ดังนั้นผู้สูงอายุมี
ความรู้สึกที่ดีต่อชมรมผู้สูงอายุจะมีการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ

ความเชื่อด้านการสร้างเสริมสุขภาพ พบว่า มีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วม
ชมรมวัยศดส เนื่องจาก ชมรมวัยศดสมีภาพลักษณ์เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ผู้เข้าร่วมชมรม
วัยศดสส่วนใหญ่จึงเชื่อว่ากิจกรรมของชมรมวัยศดสจะช่วยทำให้มีสุขภาพดี นอนหลับ ซึ่งสอดคล้องกับ
ผลงานวิจัยของ ธัญนิดา เจริญจันทร์ และทิพย์วัลย์ สุรินยา (2557) พบว่า ความเชื่อด้านสุขภาพมี
ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง เนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อด้านสุขภาพว่า โอกาส

เสี่ยงต่อการเกิดโรค โรคนั้นเมื่อเกิดขึ้นแล้วมีความรุนแรงต่อร่างกาย เกิดโรคแทรกซ้อน และมีผลกระทบทางสังคม จนทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความกลัวถึงปัญหาสุขภาพที่อาจจะเกิดขึ้น จึงพยายามปฏิบัติตามคำแนะนำต่างๆในการป้องกันโรค ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อด้านการสร้างเสริมสุขภาพอย่างไร จะมีพฤติกรรมตามความเชื่ออย่างนั้น

สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยอื่นมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

สิ่งแวดล้อมทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส เนื่องจาก สมาชิกในชมรมวัยศตใสส่วนใหญ่มีความเอื้อเฟื้อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้คนในชมรมวัยศตใสส่วนใหญ่อยากเข้าร่วมทำกิจกรรมกับชมรมซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของชญานุช ไพรวงษ์ (2561) พบว่า การเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุ เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพ ทำให้ผู้สูงอายุได้รับบริการคำแนะนำหรือข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพได้มากขึ้น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้นได้

สิ่งแวดล้อมกายภาพของชมรมวัยศตใส พบว่า มีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส เนื่องจาก สถานที่ที่มีความปลอดภัย อุปกรณ์สำหรับทำกิจกรรมมีเพียงพอและได้มาตรฐาน น้ำดื่มและห้องน้ำเพียงพอ ทำให้เอื้ออำนวยต่อการทำกิจกรรมในชมรม ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ รัชณี วิกุล (2560) พบว่า แหล่งทรัพยากรสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ส่วนความคิดเห็นในหัวข้อ ห้องน้ำ ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า อยู่ในระดับความคิดเห็นที่ไม่แน่ใจ เนื่องจากห้องน้ำของโรงเรียนเทศบาลบ้านหัวหินมีเพียงพอต่อจำนวนผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส แต่ส่วนใหญ่มักทำภารกิจก่อนมาทำกิจกรรมการออกกำลังกายตอนเช้า เมื่อเสร็จกิจกรรมการออกกำลังกายก็กลับไปเข้าห้องน้ำที่บ้าน

สมมติฐานที่ 3 ด้านรางวัลมีความสัมพันธ์กับความคาดหวังด้านสุขภาพของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส เนื่องจาก การได้รับคำชม ได้รับการยอมรับ การได้รับมอบหมายหน้าที่ในการทำกิจกรรมและรู้สึกภูมิใจที่ได้ร่วมทำกิจกรรมกับชมรมเป็นการตอบสนองความต้องการของผู้เข้าร่วมชมรมวัยศตใส ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชญานุช ไพรวงษ์ (2561) พบว่า การได้รับอิทธิพลจากบุคคลอื่นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งนี้

ปกติกิจกรรมการออกกำลังกายจะจัดช่วงเช้าทุกวันจันทร์ถึงศุกร์ ควรเพิ่มวันจัดกิจกรรมออกกำลังกายเป็นทุกวัน โดยหาสถานที่ในวันเสาร์และอาทิตย์ ให้อยู่ในตัวเมืองมีเส้นทางการจราจรที่เดินทางได้สะดวกเพื่อให้สมาชิกชมรมวัยสดใสสามารถเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายได้ทุกวัน ควรเพิ่มกิจกรรมให้มีความหลากหลาย เช่น กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม กิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นต้น มีการประชาสัมพันธ์ข่าวสารเกี่ยวกับกิจกรรมต่างๆของชมรมวัยสดใส เช่น บอร์ดประกาศข่าว กิจกรรมทางชมรม สร้างกลุ่ม Line หรือ Facebook ชมรมวัยสดใสเพื่อสมาชิกที่เข้ามาใหม่สามารถรับรู้ข่าวกิจกรรมต่างๆทางชมรม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1.เนื่องจากหัวข้อการวิจัยมีขอบเขตเนื้อหาที่กว้างประกอบกับระยะเวลามีจำกัดทำให้การหาข้อมูล ทบทวนวรรณกรรมเพื่อออกแบบสอบถามและดำเนินการวิจัยล่าช้าออกไป ดังนั้นจึงควรศึกษาขอบเขตและเนื้อหาให้ดีกว่าก่อนทำการวิจัย วางแผนความเป็นไปได้ของระยะเวลาการดำเนินงานโครงการประกอบเข้าไปด้วย
2. ทำการวิจัยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับความคาดหวังด้านสุขภาพโดยใช้โมเดล PRECEDE-PROCEED กับชมรมอื่นหรือพื้นที่อื่น ๆ

เอกสารอ้างอิง

1. ชนะ สมัครการ และ สุพัฒนา คำสอน. (2559). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุของผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองยาง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร. วิทยานิพนธ์ คณะสาธารณสุขศาสตร์. มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก.

2. ชัญญาณัฐ ไพรวงษ์, ชุภาศิริ อภินันท์เดชา, สำเร้ง แหียงกระโทก, กวี ไชยศิริ และวรัญญู สัตยวงศ์ทิพย์. (2561) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. วารสารวิชาการสถาบันเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 (มกราคม-มิถุนายน 2561 หน้า 380 – 392).
3. ธัญนิดา เจริญจันทร์ และทิพย์วัลย์ สุรินยา. (2557). ความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเองรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสตรีรัตนบุรีจังหวัดนนทบุรี. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ปีที่ 40 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มิถุนายน 2557 หน้า 69-84).
4. ปาริชาติ สุขสวัสดิพร. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพ และสภาพแวดล้อมในสถาบันกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล สถาบันการศึกษาพยาบาลเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (พย.ม). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
5. รัชณี วิกุล. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์ คณะศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
6. วุฒิพล สกลเกียรติ. (2561). การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ในองค์กร ADULT LEARNING IN ORGANIZATION : HRD 2102 (H). พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
7. สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.). (2550). การเสริมสร้างสุขภาพ:แนวคิด หลักการและบทเรียนของไทย. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ :หมอชาวบ้าน.
8. Glanz, Karen. Rimer, Barbara K. and Viswanath, K. (2008). USING THE PRECEDE-PROCEED MODEL TO APPLY HEALTH BEHAVIOR THEORIES. (4th ed). A Wiley Imprint.