

การประยุกต์รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพและทฤษฎีความสามารถตนเอง ในการควบคุมน้ำหนักของเจ้าหน้าที่เทศบาล
อำเภอสวนผึ้ง จังหวัดราชบุรี

The Application of Health Promotion Model and Self-Efficacy Theory for Weight Control among Municipality Officers in Suanpaung District, Ratchaburi Province

นางชมพูนุท วรลักษ์ * อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐจารี พิชัยณรงค์ **

Mrs. Chompunoot Waralux; Major Thesis advisor: Dr. Natchaporn Phichainarong Associate Professor

บทคัดย่อ

ภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศไทย การจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ที่มีภาวะน้ำหนักเกินได้ โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาการประยุกต์รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์และทฤษฎีความสามารถตนเองของแบนดัวร์าในการควบคุมน้ำหนัก ของเจ้าหน้าที่เทศบาล อำเภอสวนผึ้ง จังหวัดราชบุรี ที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน กลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองเจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลสวนผึ้ง 41 คน และกลุ่มเปรียบเทียบเจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลบ้านชัยภูมิกาย 34 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามและแบบบันทึก วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบความแตกต่างด้วย Paired t – test และ Independent t – test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย ด้านความรู้ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถ ความคาดหวังในผลลัพธ์ และการปฏิบัติตัว ในเรื่องการควบคุมน้ำหนัก มากกว่าก่อนการทดลอง และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < 0.05$ และเจ้าหน้าที่เทศบาลในกลุ่มทดลองมีน้ำหนักเฉลี่ยหลังการทดลองไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ($p > 0.05$)

Abstract

Obesity is likely to increase and become a critical public health problem in Thailand. An appropriate health promotion program is believed to be a practical approach for changing people behavior. The main purpose of this quasi-experimental research was to study the Pender's Health Promotion model and Bandura's Self-Efficacy Theory applications for weight control among obese officers in Suanpaung Municipality, Ratchaburi Province. here are 41 officers of Suanpueng Municipality in the experimental group and 34 officers of Chatpawai Municipality in the control group. The experimental group had been treated with the health promotion program for 12 weeks. Data were collected before and after the experiment in both groups by self-administered questionnaires for comparisons. Mean, percentage, and standard deviation were analyzed to interpret the findings along with paired t-test and independent t-test.

It was found, after 12 weeks of treatment the officers in the experimental group had mean scores in knowledge, perceived benefits, obstacles, self efficacy, and expectation in results as well as practices in weight control higher than the comparison group ($p < 0.05$). Officers in both group did not show different weight after the experimenta ($p > 0.05$).

Keywords: Health promotion program, Self-efficacy theory, Weight control

* มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช สาขาวิชาการจัดการระบบสุขภาพ

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม e-mail address hom_na@hotmail.com

** รองศาสตราจารย์ประจำสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม e-mail address Natchaporn.p@msu.ac.th