

บทความวิจัย (Research Article)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

FACTORS RELATED TO EMPLOYEE HEALTH BEHAVIOR IN BUSINESS ESTABLISHMENTS, PAKKRED DISTRICT, NONTHABURI PROVINCE

วิทยา ช่างสัก

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปากเกร็ด

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ พนักงานในสถานประกอบการในพื้นที่อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 393 คน ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างตามขนาดโรงงานแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของตัวแปรตามซึ่งจำแนกออกตามตัวแปรอิสระสองกลุ่มด้วยค่า t-test วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (F-test) และวิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) คำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Person's Correlation Coefficient)

ผลการวิจัย พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ โดยส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.32) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ระยะเวลาในการประกอบอาชีพ และรายได้ต่อเดือนที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ปัจจัยนำประกอบด้วย ความรู้เรื่องสุขภาพ และแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ปัจจัยเอื้อประกอบด้วย การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ ไม่มีความสัมพันธ์กัน และปัจจัยเสริม ประกอบด้วย การใส่ใจทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย คือ พนักงานในสถานประกอบการ มีพฤติกรรมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรวางแผนและดำเนินการจัดกิจกรรมที่เอื้อต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ การใช้เวลาและสถานที่เพื่อให้พนักงานสามารถออกกำลังกายได้ รวมถึงการจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างต่อเนื่องให้แก่พนักงานในสถานประกอบการ เพื่อให้พนักงานในสถานประกอบการได้ทราบถึงสถานะสุขภาพของตนเองและสามารถปฏิบัติตนจนเกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีต่อไป

คำสำคัญ พฤติกรรมสุขภาพ พนักงานในสถานประกอบการ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันจำนวนแรงงานในประเทศไทยมีจำนวนมากถึง 40.36 ล้านคน (กลุ่มพัฒนาระบบข้อมูล กองแผนงาน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2566) คิดเป็นร้อยละ 60.98 ของประชากรทั้งหมดในประเทศ โดยแรงงานหลักมีอายุต่ำกว่า 35 ปี แต่ละปีมีแรงงานเพิ่มขึ้นราว 800,000 คน (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการลงทุน, 2566) ซึ่งประชากรวัยแรงงาน หรือวัยทำงานถือเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศ มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ เป็นผู้นำครอบครัว เป็นผู้ดูแลประชากรกลุ่มวัยต่าง ๆ ภายในครอบครัว ดังนั้นการมีสุขภาพที่ดีในวัยทำงานจึงเป็นสิ่งสำคัญ แต่ในปัจจุบันกลับพบว่าวัยทำงานต้องเผชิญกับปัญหารอบด้าน ทั้งปัญหาสังคม เศรษฐกิจและปัญหาสุขภาพ โดยวัยแรงงานส่วนใหญ่ใช้ชีวิตอยู่กับงานมากกว่า 8-12 ชั่วโมง บางคนใช้เวลาบนถนนในการเดินทางไป-กลับจากการทำงานวันละ 3-4 ชั่วโมง ต้องใช้ชีวิตบนความเร่งรีบ และใช้ชีวิตในสถานที่ทำงานมากกว่าที่บ้าน มีความเหนื่อยล้าจากภาระงานจนทำให้ละเลยการดูแลสุขภาพโดยรวมของตนเอง เช่น การพักผ่อนไม่เพียงพอ ขาดการออกกำลังกาย มีแนวโน้มการสูบบุหรี่และดื่มสุราเพิ่มขึ้น มีพฤติกรรมบริโภคที่ไม่ถูกต้อง ไม่รับประทานอาหารเช้า ไม่พิถีพิถันในการเลือกทานอาหาร มีความเครียดสูง ขาดทักษะในการจัดการความเครียด ซึ่งความเครียดและพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมนี้จะป็นตัวการสำคัญของการเกิดปัญหาสุขภาพต่างๆ ตามมา (วุชิตา คงดี, 2563) การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในวัยแรงงาน ถือเป็นการเพิ่มสมรรถนะให้บุคคลมีความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองได้ดีขึ้น

การประกอบอาชีพในสถานประกอบการ ส่งผลให้มีวิถีชีวิตในการดำเนินชีวิตต่างจากบุคคลทั่วไป คือ พนักงานในสถานประกอบการ มีการทำงานเป็นช่วงเวลาหรือที่เรียกอย่างหนึ่งว่า กะการทำงานสลับเช้า-ดึก หรือ ดึก-เช้า ทำให้ไม่มีเวลาในการดูแลสุขภาพเท่าที่ควร ปัจจุบันสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี มีนโยบายที่จะทำให้ระบบการสาธารณสุขเข้าถึงทุกชุมชน ทุกหมู่บ้าน เพื่อพัฒนาไปสู่ประชาชนมีสุขภาพดี ได้รับการบริการด้านสาธารณสุข ทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันควบคุมโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพอย่างทั่วถึง ทำให้มีการรณรงค์ การจัดทำโครงการการตรวจคัดกรองสุขภาพของประชาชนในเขตพื้นที่ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุกปี ดำเนินการโดยใช้หลักรู้ไว้ แก้ไข และป้องกันได้ คือ การตรวจคัดกรองสุขภาพ เพื่อส่งเสริมสุขภาพของคนที่มีสุขภาพดีให้มีความสมบูรณ์แข็งแรง และหากมีผลการคัดกรอง ที่มีความเสี่ยง สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยของโรคร้าย รวมถึงผลการคัดกรองคนที่พบความผิดปกติ สามารถป้องกันภาวะหรือโรคแทรกซ้อน และได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ

อำเภอปากเกร็ดเป็นอำเภอหนึ่งในจังหวัดนนทบุรี ที่เป็นเขตเมือง มีการขยายตัวของสถานประกอบการ และมีอัตราการอพยพเข้ามาในพื้นที่เพิ่มมากขึ้น มีประชากรที่อาศัยอยู่ในพื้นที่อย่างหนาแน่นและมีประชากรแฝงที่เข้ามาทำงานในสถานประกอบการบวกกับความต้องอัตราค่าจ้างของสถานประกอบการเพื่อเพิ่มผลผลิตให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ นอกจากนี้ยังมีอาณาเขตที่ติดต่อกับกรุงเทพมหานคร ส่งผลให้วิถีชีวิตของคนปากเกร็ดมีความหลากหลาย ทั้งการมีวัฒนธรรมการรับประทานอาหารของกลุ่มวัยแรงงานที่นิยมรับประทานอาหารจานด่วน เนื่องจากความเร่งรีบ การขาดการออกกำลังกาย

เนื่องจากใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการทำงาน การเดินทางไปทำงาน การมีสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการพักผ่อน การสังสรรค์ และการใช้สื่อสังคม (ออนไลน์) ทำให้อำเภอปากเกร็ด มีความอุดมสมบูรณ์ในด้านอาหารการกิน โดยเฉพาะอาหารที่มีรสหวาน มัน เค็ม ตลอดจนอาหารที่มีไขมันเป็นส่วนประกอบ เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวหมูกรอบ ข้าวขาหมู เป็นต้น พฤติกรรมสุขภาพ ถือเป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นกลุ่มความเจ็บป่วยอันดับต้นๆ ของอำเภอปากเกร็ด (HDC จังหวัดนนทบุรี, 2566)

ดังนั้น เพื่อให้เข้าใจสภาพความเป็นจริงเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ในฐานะที่เป็นประชากรวัยแรงงานที่มีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการพัฒนาและขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ และเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ทำให้เข้าใจถึงปัจจัยที่มีผลและมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ และเพื่อหาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังสามารถใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบาย และการจัดการระบบสุขภาพสำหรับกลุ่มวัยแรงงานที่เป็นพนักงานในสถานประกอบการต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้เรื่องสุขภาพ แนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ และการสนใจทางสังคมในเรื่องสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานของการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของพนักงานในสถานประกอบการที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน
 - 1.1 พนักงานในสถานประกอบการที่มีเพศแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน
 - 1.2 พนักงานในสถานประกอบการที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน
 - 1.3 พนักงานในสถานประกอบการที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน
 - 1.4 พนักงานในสถานประกอบการที่มีลักษณะที่พึงอาศัยในปัจจุบันแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน
 - 1.5 พนักงานในสถานประกอบการที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน
 - 1.6 พนักงานในสถานประกอบการที่มีระยะเวลาในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน

1.7 พนักงานในสถานประกอบการที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน

1.8 พนักงานในสถานประกอบการที่มีรายจ่ายต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน

1.9 พนักงานในสถานประกอบการที่มีจำนวนบุตรแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน

1.10 พนักงานในสถานประกอบการที่มีโรคประจำตัวแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน

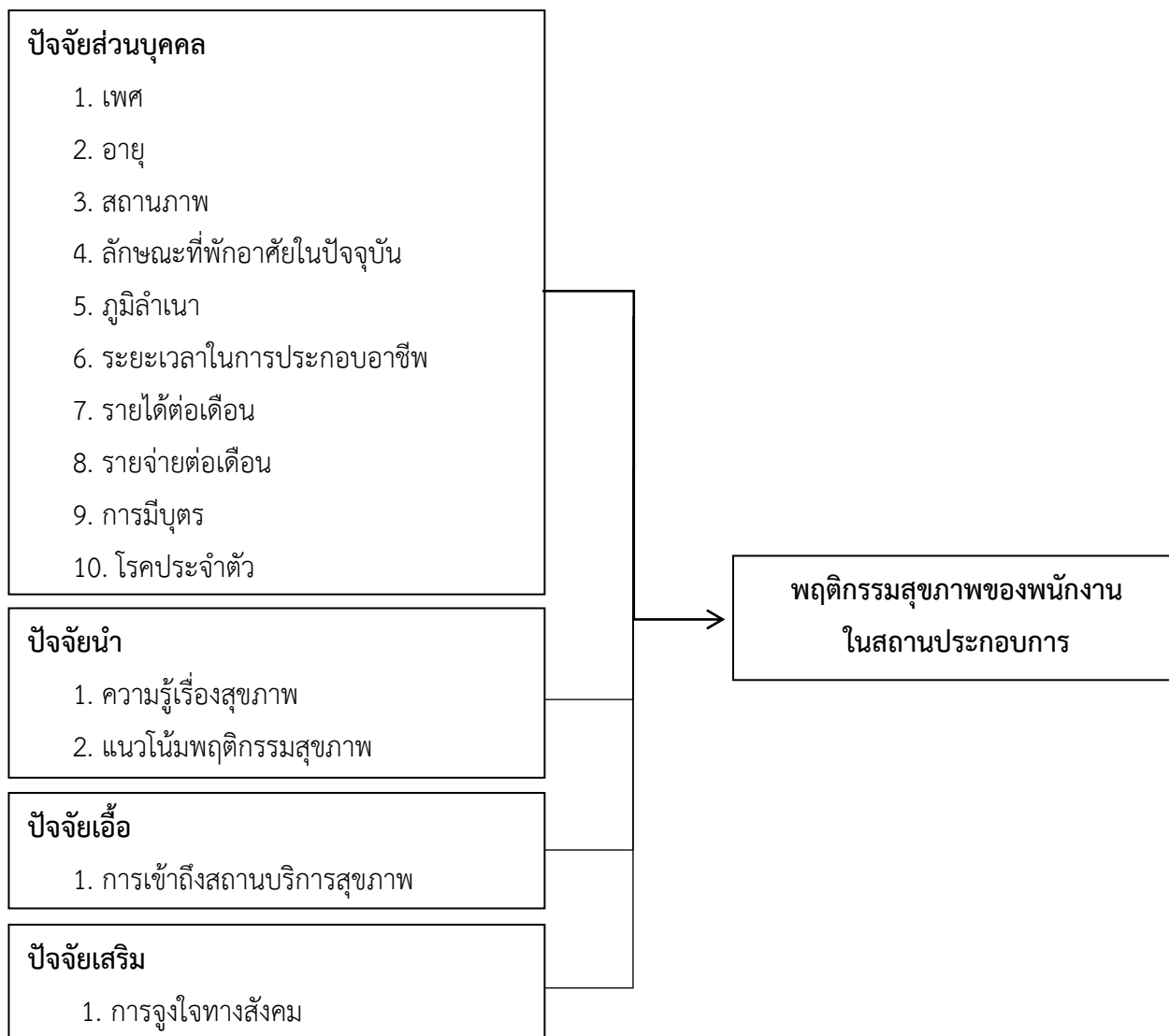
2. ปัจจัยนำ ประกอบด้วย ความรู้เรื่องสุขภาพและแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ

3. ปัจจัยเอื้อ ประกอบด้วย การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ

4. ปัจจัยเสริม ประกอบด้วย การจูงใจทางสังคมในเรื่องสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการอำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี มีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีการดำเนินการ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research)

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ พนักงานในสถานประกอบการ ในเขตพื้นที่อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 19,259 คน (สำนักงานอุตสาหกรรมจังหวัดนนทบุรี, 2566) กำหนดขนาดตัวอย่าง โดยใช้สูตรอย่างง่ายของยามาเน่ (Taro Yamane, 1973) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 393 คน และใช้วิธีสุ่มตัวอย่างตามขนาดโรงงานแบบชั้นภูมิ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งออกเป็น 5 ส่วน มีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล ของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) และเติมข้อความ จำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ลักษณะที่พักอาศัยในปัจจุบัน ภูมิลำเนา ระยะเวลาในการประกอบอาชีพ รายได้ต่อเดือน รายจ่ายต่อเดือน จำนวนบุตร และโรคประจำตัว

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องสุขภาพ และแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ โดยแบบสอบถามความรู้เรื่องสุขภาพ มีลักษณะของข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) 2 คำตอบ คือ ใช่ และไม่ใช่ จำนวน 12 ข้อ แต่ละข้อเป็นข้อความเชิงลบทั้งหมด สำหรับแบบสอบถามแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ มีลักษณะข้อคำถามเป็นมาตรวัดแบบประมาณค่า (Likert Scale) มีให้เลือกตอบ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด จำนวน 4 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยข้อความเชิงบวก จำนวน 2 ข้อ และเชิงลบ จำนวน 2 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการเข้าถึงบริการสุขภาพ ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย ปัญหาและอุปสรรคของการดูแลสุขภาพ หน่วยงานที่ควรจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับพนักงานในสถานประกอบการ การให้ความร่วมมือในกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ รูปแบบของกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ช่องทางในการรับความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ และสุขภาพของท่านในปัจจุบัน

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการจิตใจทางสังคม เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดแรงใจทางสังคม โดยลักษณะข้อคำถามเป็นมาตรวัดแบบประมาณค่า (Likert Scale) มีให้เลือกตอบ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด จำนวน 6 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยข้อความเชิงบวก จำนวน 4 ข้อ และเชิงลบ จำนวน 2 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดพฤติกรรมสุขภาพ โดยลักษณะข้อคำถามเป็นมาตรวัดแบบประมาณค่า (Likert Scale) มีให้เลือกตอบ 5 ระดับ คือ ปฏิบัติมากที่สุด ปฏิบัติมาก ปฏิบัติปานกลาง ปฏิบัติน้อย และปฏิบัติน้อยที่สุด จำนวน 20 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยข้อความเชิงบวก จำนวน 9 ข้อ และเชิงลบ จำนวน 11 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เสนอผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องด้านเนื้อหาของแบบสอบถาม สอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีและนิยามศัพท์ และนำแบบสอบถามมา ปรับปรุง แก้ไข ตรวจสอบความเข้าใจด้านภาษาก่อนนำไปทดลองใช้จริง แล้วหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence) โดยแต่ละข้อคำถามมีค่าอยู่ระหว่าง 0.6 - 1.0

1.1 แบบวัดความรู้ที่เป็นลักษณะข้อคำถามแบบตอบ ถูก-ผิด หาค่าความยากง่ายและอำนาจจำแนกด้วยเทคนิค 25 เปอร์เซนต์ โดยมีค่าความยากง่ายอยู่ระหว่าง 0.2 - 0.8 และได้ค่าอำนาจจำแนก 0.5

1.2 แบบสอบถามที่เป็นส่วนประเมินค่า (Rating Scale) หาค่าอำนาจจำแนกด้วยวิธีการหาสหสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Total-Item Correlation) โดยมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.3 - 0.8

2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทำการทดลองใช้ (Try out) กับพนักงานในสถานประกอบการที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา จำนวน 31 คน แล้วนำคะแนนมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นด้วยการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficient) ได้ค่า Reliability Coefficients Alpha = .925

การวิจัยนี้ได้รับการพิจารณาเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ซึ่งได้ผ่านการรับรองการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี เอกสารรับรองเลขที่ 13/2566 วันที่รับรอง 26 พฤษภาคม 2566

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแนะนำตัวเอง และชี้แจงวัตถุประสงค์การทำวิจัยกับพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทุกราย รวมถึงการชี้แจงสิทธิในการตอบหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย การปฏิเสธเข้าร่วมการวิจัยจะไม่มีผลต่อการปฏิบัติงานของพนักงานในสถานประกอบการที่เป็นกลุ่มตัวอย่างสามารถขอถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาจนกว่าการวิจัยจะสิ้นสุด โดยไม่มีความจำเป็นต้องแจ้งเหตุผลใดๆ ต่อผู้วิจัย ก่อนดำเนินการได้นำหนังสือขออนุญาตในการเข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง และเก็บรวบรวมแบบสอบถามที่ได้จากการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลจนครบแล้ว ผู้วิจัยนำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล ตรวจสอบให้คะแนน และลงรหัสเตรียมข้อมูลเพื่อนำไปคำนวณด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ สถิติสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของตัวแปรตามซึ่งจำแนกออกตามตัวแปรอิสระสองกลุ่ม ด้วยค่า t-test วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (F-test) และ

วิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) คำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Person's Correlation Coefficient)

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.96 มีอายุอยู่ในช่วงวัยทำงานตอนต้น คืออายุ 18-29 ปี ร้อยละ 37.40 มีสถานภาพโสด ร้อยละ 55.73 ลักษณะที่พักอาศัยเป็นทาวเฮาส์/บ้านพัก/บ้าน ร้อยละ 48.35 มีภูมิลำเนาอยู่ในอำเภอปากเกร็ด ร้อยละ 60.81 ระยะเวลาในการประกอบอาชีพมากกว่า 5 ปี ร้อยละ 52.67 มีรายได้ต่อเดือน 10,000 – 15,000 บาท ร้อยละ 57.00 มีรายจ่ายต่อเดือน 10,000 – 15,000 บาท ร้อยละ 43.77 ไม่มีบุตร ร้อยละ 50.89 และไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 82.19

ส่วนที่ 2 ความรู้เรื่องสุขภาพ และแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ

1. ความรู้เรื่องสุขภาพ

ความรู้เรื่องสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 65.65 มีความรู้เรื่องสุขภาพ โดยรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 7.88) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างตอบถูกมากที่สุดคือ ข้อ 5. การออกกำลังกายมีวัตถุประสงค์เพื่อลดน้ำหนัก ต้องทำทันทีหลังจากรับประทานอาหาร ร้อยละ 93.13 ส่วนข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างตอบถูกน้อยที่สุดคือ ข้อ 12. การส่งเสริมสุขภาพ เป็นการบำบัดฟื้นฟูการเจ็บป่วยเพื่อให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์และแข็งแรง ร้อยละ 19.08

2. แนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ

แนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.65) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 4. หากเพื่อนชักชวนให้สูบบุหรี่ ท่านจำเป็นต้องสูบเพื่อไม่ให้เพื่อนเสียใจ ค่าเฉลี่ย 4.65 ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง คือ ข้อ 2. แม้ว่าจะมีภารกิจมากมาย แต่ท่านก็สามารถแบ่งเวลาสำหรับออกกำลังกาย ค่าเฉลี่ย 2.78

ส่วนที่ 3 การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ

การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ พบว่า ปัญหาและอุปสรรคของการดูแลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คือ ไม่มีเวลา ร้อยละ 75.83 หน่วยงานที่ควรจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับพนักงานในสถานประกอบการ คือ พยาบาลและบุคลากรสาธารณสุขประจำสถานประกอบการ ร้อยละ 43.77 การให้ความร่วมมือหากมีกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยส่วนใหญ่ให้ความร่วมมือ ร้อยละ 79.90 รูปแบบของกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยส่วนใหญ่เลือกตั้งจุดตรวจสุขภาพ ร้อยละ 48.85 ช่องทางในการได้รับความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ คือ อินเทอร์เน็ต ร้อยละ 60.05 และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่สุขภาพของตนเองดีปานกลาง (สุขภาพแข็งแรง) ร้อยละ 72.26

ส่วนที่ 4 การจูงใจทางสังคม

การจูงใจทางสังคม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีการจูงใจทางสังคมโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.43) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ 6. เพื่อนๆ ของท่านชักชวนให้เที่ยวกลางคืน ค่าเฉลี่ย 4.16 ส่วนข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 5. เพื่อนๆ ของท่านชักชวนให้เล่นกีฬาด้วย ค่าเฉลี่ย 2.64

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.32) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ 12. ท่านสูบบุหรี่ ค่าเฉลี่ย 4.50 ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 20. ท่านใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น ค่าเฉลี่ย 2.64

ส่วนที่ 6 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการอำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของพนักงานในสถานประกอบการที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน พบว่า

1.1 พนักงานในสถานประกอบการที่มีเพศแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

1.2 พนักงานในสถานประกอบการที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยแตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

1.3 พนักงานในสถานประกอบการที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

1.4 พนักงานในสถานประกอบการที่มีลักษณะที่พักอาศัยในปัจจุบันแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

1.5 พนักงานในสถานประกอบการที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

1.6 พนักงานในสถานประกอบการที่มีระยะเวลาในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยแตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

1.7 พนักงานในสถานประกอบการที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยแตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

1.8 พนักงานในสถานประกอบการที่มีรายจ่ายต่อเดือนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

1.9 พนักงานในสถานประกอบการที่มีจำนวนบุตรแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

1.10 พนักงานในสถานประกอบการที่มีโรคประจำตัวแตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพ โดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน (ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

2. ปัจจัยนำ ประกอบด้วย ความรู้เรื่องสุขภาพ และแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

3. ปัจจัยเอื้อ ประกอบด้วย การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการไม่มีความสัมพันธ์กัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

4. ปัจจัยเสริม ประกอบด้วย การจูงใจทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

อภิปรายผล

จากการสรุปผลการวิจัยสามารถนำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ได้ดังนี้

1. ความรู้เรื่องสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เรื่องสุขภาพ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งด้านการออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร และการส่งเสริมสุขภาพ อาจเนื่องมาจากในปัจจุบันมีสื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพหลากหลายช่องทาง จึงทำให้พนักงานในสถานประกอบการมีความรู้เรื่องสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ฐาปนี สิริรุ่งเรือง (2559) ที่ศึกษาเรื่อง ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ2ส ของพนักงาน บริษัท เบทาโกร จำกัด (มหาชน) พบว่า พนักงานมีความรู้ทางสุขภาพที่ถูกต้องเกี่ยวกับหลักปฏิบัติตามหลัก 3อ2ส โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยอันดับแรก คือ ด้านการออกกำลังกาย กับด้านการดื่มสุรา รองลงมา คือ ด้านอาหาร และอันดับสุดท้ายคือด้านการสูบบุหรี่

2. แนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่พนักงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่ทำได้น้อยที่สุดคือ แม้ว่าจะมีการกินมากมาย แต่ท่านก็สามารถแบ่งเวลาสำหรับออกกำลังกาย และเมื่อถึงเวลารับประทานอาหาร แต่ท่านมีงานด่วนที่ต้องรีบทำให้เสร็จ ท่านจะหยุดทำงานนั้นชั่วคราว เพื่อรับประทานอาหาร นั้นหมายถึงพนักงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่ไม่สามารถแบ่งเวลาสำหรับการออกกำลังกายในชีวิตประจำวันได้ และการรับประทานอาหารได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากมีระยะเวลาการทำงานที่เร่งรีบและมีระยะเวลาการพักที่จำกัด ตลอดจนไม่มีสถานที่สำหรับการออกกำลังกายที่เอื้อให้พนักงานในสถานประกอบการสามารถทำได้ในช่วงเวลาที่มีการพักจากการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ศิริลักษณ์ ชณะฤกษ์ และ อุบล จันทรเพชร (2561) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงานอายุ 15-59 ปี ในเขตสุขภาพที่ 5 ซึ่งผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมสุขภาพที่ปฏิบัติผ่านเกณฑ์น้อยที่สุด คือ การไม่ดื่มเครื่องดื่มรสหวานเลย การไม่เติมเครื่องปรุงรสเค็มในอาหาร การกินผักอย่างน้อย 5 ทับพีต่อวันทุกวัน และการออกกำลังกาย จะเห็นได้ว่าวัยทำงานอายุ 15-59 ปี มีพฤติกรรมสุขภาพพึงประสงค์ด้านการบริโภคอาหารผ่านเกณฑ์น้อยกว่าประเด็นอื่นๆ อาจเนื่องจากวัยทำงานส่วนใหญ่เป็นกำลังหลักที่สำคัญของครอบครัว

แต่ด้วยความรีบเร่งในชีวิตประจำวัน การเปลี่ยนแปลงของเศรษฐกิจ และสังคม รวมทั้งกลยุทธ์ทางการตลาดของธุรกิจอาหาร ที่สะดวก รวดเร็ว เข้าถึงง่าย การมีแหล่งอาหารที่ไม่เหมาะสมกับสุขภาพเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว และสถานที่สำหรับการมีกิจกรรมทางกายไม่เหมาะสมไม่เพียงพอ รวมทั้งการไม่มีเวลา ส่งผลให้ดูแลสุขภาพตนเองน้อยลง

3. การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ พบว่า 1) ปัญหาและอุปสรรคของการดูแลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คือ ไม่มีเวลา อาจเนื่องมาจากการทำงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่มีกำหนดระยะเวลาการทำงานในแต่ละวันโดยรวมการทำ OT มากกว่า 8 ชั่วโมง จึงทำให้พนักงานส่วนใหญ่ไม่มีเวลาเพราะเลิกทำ OT ต่อเนื่อง เพื่อให้ได้รับค่าตอบแทนที่สูงขึ้น 2) หน่วยงานที่ควรจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับพนักงานในสถานประกอบการ คือ พยาบาลและบุคลากรสาธารณสุขประจำสถานประกอบการ เนื่องจากสามารถช่วยให้พนักงานในสถานประกอบการสามารถเข้าถึงกิจกรรมที่เป็นการสร้างเสริมสุขภาพได้ง่ายและสะดวก สอดคล้องกับแนวคิด PRECEDE Framework (กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2560) ส่วนของปัจจัยเอื้อ คือสิ่งที่เป็นแหล่งทรัพยากรที่จำเป็นในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ชุมชน รวมทั้งทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ได้ และสามารถที่จะใช้แหล่งทรัพยากรเหล่านั้น ซึ่งเกี่ยวข้องกับราคา ระยะเวลา ความยากง่ายของ และการเข้าถึงบริการ 3) การให้ความร่วมมือหากมีกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ โดยส่วนใหญ่ให้ความร่วมมือ แต่อาจเนื่องมาจากในปัจจุบันสถานประกอบการยังขาดกิจกรรมที่เป็นการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพให้แก่พนักงานในสถานประกอบการ จึงทำให้พนักงานมีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง แต่หากมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการก็พร้อมที่จะให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ 4) รูปแบบของกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยส่วนใหญ่เลือกตั้งจุดตรวจสุขภาพ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสามารถจะเข้าถึงกิจกรรมดังกล่าวได้ง่าย 5) ช่องทางในการได้รับความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ คือ อินเทอร์เน็ต เนื่องจากในปัจจุบันการเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ ทำได้ง่ายยิ่งขึ้น การใช้งานอินเทอร์เน็ต ช่วยให้การเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ และการนำข้อมูลมาใช้ได้แบบเรียลไทม์ จากอุปกรณ์ที่มีการเชื่อมต่อเครือข่ายสามารถเข้าถึงข้อมูลใดๆ จากส่วนใดก็ได้จากทุกมุมโลก ทำให้มีช่องทางในการได้รับความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพสะดวกมากขึ้น และ 6) พนักงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่คิดว่าสุขภาพของตนเองดีปานกลาง (สุขภาพแข็งแรง) อาจเป็นเพราะพนักงานส่วนใหญ่ยังสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้ดี ไม่มีความผิดปกติใดๆ อีกทั้งไม่ได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี ทำให้คิดว่าตัวเองมีสุขภาพแข็งแรง

4. การจูงใจทางสังคม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการจูงใจทางสังคม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการทำงานในสถานประกอบการอาจมีระยะเวลาการทำงานที่ยาวนาน มีการทำงานเป็นกะทั้งกลางวันและกลางคืนผลัดเปลี่ยนกันไป ทำให้ไม่มีเวลาอยู่ตรงกับสมาชิกในครอบครัว หรืออาจมีเวลาน้อย ซึ่งเวลาส่วนใหญ่ก็มักจะเป็นการใช้สำหรับการพักผ่อน สอดคล้องกับแนวคิดที่ว่า การจูงใจให้เกิดพฤติกรรมไม่มีกฎเกณฑ์แน่นอน (ปัสสร อรภักดี, 2560) เนื่องจากพฤติกรรมมนุษย์มีความซับซ้อน แรงจูงใจอย่างเดียวกันอาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต่างกัน แรงจูงใจต่างกันอาจเกิดพฤติกรรมที่เหมือนกันก็ได้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ สถาพร หมั่นกิจ (2561) ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ

พนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัย พบว่า พนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับต่ำ

5. พฤติกรรมสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากพนักงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลาในการออกกำลังกาย เพราะในแต่ละวันมีระยะเวลาที่ทำงานนาน ดังนั้นเมื่อเสร็จงานหรือเลิกงาน จึงเลือกที่จะนอนหลับพักผ่อนมากกว่าการออกกำลังกาย รวมไปถึงการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เนื่องจากข้อจำกัดของจำนวนร้านอาหาร และระยะเวลาในการทาน จึงไม่สามารถจะเลือกได้ สอดคล้องกับการศึกษาของสภาพร หมั่นกิจ (2561) เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ที่พบว่า พนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพถูกต้องในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ศิริลักษณ์ ชณะฤกษ์ และ อุบล จันทรเพชร (2561) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงานอายุ 15-59 ปี ในเขตสุขภาพที่ 5 ซึ่งผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพในระดับปานกลาง

6. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

6.1 พนักงานในสถานประกอบการที่มีปัจจัยส่วนบุคคลซึ่งประกอบด้วย อายุ ระยะเวลาในการประกอบอาชีพ และรายได้ต่อเดือนที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สภาพร หมั่นกิจ (2561) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ คือ ปัจจัยลักษณะประชากร ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา และสอดคล้องกับการศึกษาของ จริยา ทรัพย์เรือง และคณะ (2564) ที่ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของผู้ประกอบการร้านค้าวัยทำงาน หมู่ที่ 7 ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า รายได้ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของผู้ประกอบการร้านค้าวัยทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนระยะเวลาการปฏิบัติงานไม่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริลักษณ์ ชณะฤกษ์ และ อุบล จันทรเพชร (2561) ซึ่งศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงานอายุ 15-59 ปี ในเขตสุขภาพที่ 5 พบว่า อายุไม่มีผลทำให้พฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

6.2 ปัจจัยนำ ประกอบด้วย ความรู้เรื่องสุขภาพ และแนวโน้มพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้เนื่องจากพนักงานในสถานประกอบการส่วนใหญ่มีความรู้เรื่องสุขภาพในระดับมาก และมีแนวโน้มสนใจในการดูแลสุขภาพตนเองเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ จีราวรรณ ทิพย์ฉิมพลี (2562) ที่ศึกษาการรู้เท่าทันสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพพนักงานในสถานประกอบการ จังหวัดระยอง พบว่า ความรู้ความเข้าใจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงาน และสอดคล้องกับ

การศึกษาของฐานปี สิริรุ่งเรือง (2559) ที่ศึกษาเรื่อง ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ2ส ของพนักงาน บริษัท เบทาโกร จำกัด (มหาชน) พบว่า ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ2ส มีความสัมพันธ์กัน

6.3 ปัจจัยเอื้อ ประกอบด้วย การเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ ไม่มีความสัมพันธ์กัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะปัญหาอุปสรรคในการดูแลสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการเกิดจากไม่มีเวลา ทำให้ไม่สามารถเข้าใช้บริการในสถานบริการสุขภาพได้ จึงอาศัยความรู้ทางด้านสุขภาพที่ตนมี ตลอดจนศึกษาได้หาความรู้เพิ่มเติมได้ด้วยตนเองผ่านทางอินเทอร์เน็ต ซึ่งเข้าถึงได้ง่ายในปัจจุบัน และหากเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพก็สามารถที่จะดูแลสุขภาพตนเองได้ ดังนั้น ปัจจัยเอื้อ ด้านการเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ จึงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการซึ่ง ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ จีราวรรณ ทิพย์นิมพลี (2562) ที่ศึกษา การรู้เท่าทันสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพพนักงานในสถานประกอบการ จังหวัดระยอง พบว่า ด้านการเข้าถึงข้อมูล และบริการสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงาน และสถาพร หมั่นกิจ (2561) ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ในกลุ่มปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ปัจจัยการเข้าถึงสถานบริการสุขภาพ

6.4 ปัจจัยเสริม ประกอบด้วย การใส่ใจทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานในสถานประกอบการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการที่พนักงานในสถานประกอบการได้รับการสนับสนุนด้านสุขภาพจากคนในครอบครัว และจากเพื่อนร่วมงาน ทำให้พนักงานในสถานประกอบการมีความสนใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น ส่งผลให้เกิดการกระทำพฤติกรรมสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ สถาพร หมั่นกิจ (2561) ซึ่งศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ คือการได้รับการสนับสนุนทางสังคม และการได้รับการสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 56

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า พนักงานในสถานประกอบการ มีพฤติกรรมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรวางแผนและดำเนินการจัดกิจกรรมที่เอื้อต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ การจัดเวลาและสถานที่เพื่อให้พนักงานสามารถออกกำลังกายได้ รวมถึงการจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างต่อเนื่องให้แก่พนักงานในสถานประกอบการ เพื่อให้พนักงานในสถานประกอบการได้ทราบถึงสถานะสุขภาพของตนเองและสามารถปฏิบัติตนจนเกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีต่อไป

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพในสถานประกอบการประเภทอื่นๆ ว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่ แตกต่างกันอย่างไร เพื่อนำผลการวิจัยที่ได้ไปวางแผนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการต่อไป
2. ควรนำโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพตนเอง มาศึกษากับพนักงานในสถานประกอบการแต่ละแห่ง เพื่อดูว่าผลของโปรแกรมดังกล่าว ช่วยให้พนักงานในสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพตนเองได้หรือไม่

เอกสารอ้างอิง

- กลุ่มพัฒนาระบบข้อมูล กองแผนงาน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2566). *วัยทำงาน*. ฐานข้อมูลกลาง กรมอนามัย <https://dohdatacenter.anamai.moph.go.th/index.php?r=groupdata/index&group=1&id=3#:~:text=ประชากรวัยทำงานเป็น,เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ>
- กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2560). *แนวทางการดำเนินงานสุขศึกษา และพฤติกรรมสุขภาพ ปีงบประมาณ 2561: การส่งเสริมการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ*. โรงพิมพ์กองสุขศึกษากระทรวงสาธารณสุข.
- จริยา ทรัพย์เรือง, ธมกร อ่วมอ้อ, ปรีศนา อัครณพล, อัจฉรา เดชขุน, กันยา สุวรรณศิริพันธ์ และ อารีย์ มั่งเกียรติสกุล. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังของผู้ประกอบการร้านค้าวัยทำงาน หมู่ที่ 7 ตำบลบางโหลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ. *วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม*, 44(1), 61-68.
- จิรารวรรณ ทิพย์ฉิมพลี. (2562). การรู้เท่าทันสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพพนักงานในสถานประกอบการจังหวัดระยอง [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. มหาวิทยาลัยบูรพา. https://digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/58920204.pdf
- ฐาปนี สิริรุ่งเรือง. (2559). ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ2ส ของพนักงาน บริษัท เบทาโกร จำกัด (มหาชน) [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. Krirk University. https://mis.krirk.ac.th/librarytext/MBA/2559/F_Tapanee_Sirirungruang.pdf
- ปภัสสร อรภักดี. (2560). แรงจูงใจในการทำงานที่มีผลกับความผูกพันต่อองค์กรของพนักงาน บริษัท ขนส่งน้ำมันทางท่อ จำกัด [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. มหาวิทยาลัยศรีปทุม. <http://dspace.spu.ac.th/handle/123456789/6378>
- วุฑฒิตา คงดี. (2563, 3 พฤศจิกายน). *สถานการณ์ “โรคปัจจุบัน” ของกลุ่มคนวัยทำงานใน “โลกปัจจุบัน”*. ภาควิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น. <https://www.ohswa.or.th/17675458/health-promotion-for-jorpor-series-ep2>

- ศิริลักษณ์ ขณะฤกษ์ และอุบล จันทรเพชร. (2561). พฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงานอายุ 15-59 ปี ในเขตสุขภาพที่ 5. ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. https://hpc.go.th/rcenter/fulltext/20190619093005_3707/HealthBehaviorRegional5Area13page.pdf
- สถาพร หมั่นกิจ. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. *วารสารวิจัยและพัฒนาด้านสุขภาพ*, 4(1), 47-55.
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการลงทุน. (2566, 19 กันยายน). ข้อมูลทั่วไปด้านประชากร. <https://www.boi.go.th/index.php?page=demographic>
- HDC จังหวัดนนทบุรี. (2566, 3 เมษายน). กลุ่มรายงานมาตรฐาน >> สาเหตุการป่วย/ตาย. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี. https://nbi.hdc.moph.go.th/hdc/reports/page.php?cat_id=491672679818600345dc1833920051b2
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis*. (3rd Ed). New York: Harper and Row Publications.