

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่องพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัศมี จังหวัดสงขลา เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 229 คน ผลการวิจัยจะนำเสนอเป็นลำดับดังต่อไปนี้

- 4.1 ปัจจัยพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.2 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.3 ปัจจัยด้านสังคมของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.4 ปัจจัยด้านระบบสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.5 พฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ
- 4.6 ผลการทดสอบสมมติฐาน

4.1 ปัจจัยพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างคำถามเกี่ยวกับข้อมูลคุณลักษณะของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย เพศ ระดับการศึกษา ที่อยู่อาศัย และอาชีพ ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยพื้นฐาน

ปัจจัยพื้นฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	84	36.7
หญิง	145	63.3

ตาราง 2 (ต่อ)

ปัจจัยพื้นฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	80	34.9
ประถมศึกษา	137	59.8
มัธยมศึกษาตอนต้น	7	3.1
มัธยมศึกษาตอนปลายและสูงกว่า	5	2.2
ที่อยู่อาศัย		
อยู่บ้านเช่าตามลำพัง	4	1.7
อยู่บ้านตนเองตามลำพัง	14	6.1
อาศัยอยู่กับคู่สมรส	97	42.4
อาศัยอยู่กับบุตร	106	46.3
อาศัยอยู่กับญาติ	8	3.5
อาชีพ		
ประกอบอาชีพ	121	52.8
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	108	47.2

จากตาราง 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 63.5) จบการศึกษาระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 60.0) อาศัยอยู่กับบุตร (ร้อยละ 46.5) ส่วนใหญ่มีการประกอบอาชีพ (ร้อยละ 53.0)

4.2 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยด้านเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างคำถามเกี่ยวกับข้อมูลคุณลักษณะผู้สูงอายุซึ่งประกอบด้วย รายได้ของตนเอง และรายได้ของครอบครัว ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 3

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยด้านเศรษฐกิจ

ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รายได้ของตนเองเฉลี่ย (บาท)		
ไม่มีรายได้	50	21.8
ต่ำกว่า 1,000	79	34.5
1,001 - 2,000	41	17.9
2,001 – 3,000	28	12.2
มากกว่า 3,001 ขึ้นไป	31	13.5
รายได้ของครอบครัว (บาทต่อเดือน)		
ไม่มีรายได้	11	4.8
ต่ำกว่า 5,000	145	63.3
5,001 – 10,000	55	24.0
มากกว่า 10,000 ขึ้นไป	18	7.9
รายได้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต		
เพียงพอ	169	73.8
ไม่เพียงพอ	60	26.2
ภาระหนี้สินของตนเอง		
มากกว่า 500,000 บาท	3	1.3
ตั้งแต่ 100,000 – 500,000 บาท	4	1.7
ตั้งแต่ 50,000 – 100,000 บาท	10	4.4
น้อยกว่า 50,000 บาท	15	6.6
ไม่มีหนี้สินเลย	197	86.0

จากตาราง 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีรายได้เฉลี่ยของตนเองต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาทต่อเดือน (ร้อยละ 34.5) รายได้เฉลี่ยของครัวเรือนต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท (ร้อยละ 63.3) มีรายได้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต (ร้อยละ 73.8) และไม่มีหนี้สินของตนเองเลย (ร้อยละ 86.0)

4.3 ปัจจัยด้านสังคมของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยด้านสังคมของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วย การร่วมกิจกรรมของสังคม และสัมพันธภาพระหว่างครอบครัว

4.3.1 การร่วมกิจกรรมทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง

การร่วมกิจกรรมทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 5 ข้อ ผลการศึกษา รายละเอียดดังตาราง 4

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการร่วมกิจกรรมทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นรายชื่อ

การร่วมกิจกรรมทางสังคม	\bar{X}	S.D.	ระดับการร่วมกิจกรรม
1. คุณไปทำบุญตักบาตรที่วัด	3.60	1.06	มาก
2. คุณไปร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา	3.58	1.10	มาก
3. คุณมีโอกาสพูดคุยกับเพื่อนบ้าน	3.52	0.87	มาก
4. คุณไปเยี่ยมญาติหรือญาติมาเยี่ยมท่าน	3.52	0.85	มาก
5. คุณเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมต่าง ๆ เช่น ชมรมผู้สูงอายุ ชมรมเดินไปคุยไป	2.73	1.20	ปานกลาง
รวม	3.34	1.01	ปานกลาง

จากตาราง 4 พบว่า การร่วมกิจกรรมทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.34$ S.D.= 1.01) โดยการไปร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา มีค่าเฉลี่ยสูงสุด

($\bar{X} = 3.58$ S.D. = 1.10) และการเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมต่างๆ เช่น ชมรมสูงอายุ ชมรมเดินไป
คูดุ่ยไป มีค่าเฉลี่ยต่ำสูง ($\bar{X} = 2.73$ S.D. = 1.20)

4.3.2 สัมพันธภาพระหว่างครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง

สัมพันธภาพระหว่างครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 6 ข้อ
ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 5

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสัมพันธภาพระหว่างครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง
จำแนกเป็นรายข้อ

สัมพันธภาพระหว่างครอบครัว	\bar{X}	S.D.	ระดับสัมพันธภาพ ระหว่างครอบครัว
1. คุณได้พูดคุยกับสมาชิกในบ้าน	3.64	0.73	มาก
2. สมาชิกในครอบครัวของคุณช่วย จัดหาอาหารให้คุณ	3.74	0.67	มาก
3. สมาชิกในครอบครัวของคุณ เอาใจใส่ดูแลคุณ	3.71	0.67	มาก
4. ในบางครั้งคุณรู้สึกว่าคุณต้องอยู่ คนเดียว	3.79	1.14	มาก
5. หากคุณเจ็บป่วยจะมีผล กระทบต่อครอบครัว	2.62	0.99	ปานกลาง
6. คุณยังได้รับความสำคัญในการ ปรึกษาเรื่องต่าง ๆ ของครอบครัว	3.48	0.86	มาก
รวม	3.47	0.82	มาก

จากตาราง 5 พบว่า สัมพันธภาพระหว่างครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างภาพรวม อยู่ที่ระดับมาก ($\bar{X} = 3.47$ S.D. = 0.82) โดยบางครั้งผู้สูงอายุรู้สึกว่าต้องอยู่คนเดียว มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 3.79$ S.D. = 1.14) และกลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่า หากตนเจ็บป่วยจะมีผลกระทบต่อครอบครัว มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.62$ S.D. = 0.99)

4.4 ปัจจัยด้านระบบสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยด้านระบบสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างคำถามเกี่ยวกับข้อมูลด้านระบบสุขภาพของประชากร ซึ่งประกอบด้วย ภาวะสุขภาพ การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ และพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล ดังจะนำเสนอต่อไปนี้

4.4.1 ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 12 ข้อ ผลการศึกษา ดังรายละเอียดตาราง 6

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างจำแนกเป็นรายชื่อ

ภาวะสุขภาพ	\bar{X}	S.D.	ระดับ ภาวะสุขภาพ
1. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับหัวใจ เช่น ใจสั่น เหนื่อยง่าย	2.50	1.08	น้อย
2. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับระบบ ทางเดินหายใจ เช่น คัดจมูก หอบ	2.26	1.06	น้อย
3. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น ปวดท้อง ท้องเดิน	2.14	0.91	น้อย
4. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับระบบขับถ่าย เช่น ปัสสาวะขัด กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ท้องผูก	2.01	0.93	น้อย

ตาราง 6 (ต่อ)

ภาวะสุขภาพ	\bar{X}	S.D.	ระดับ ภาวะสุขภาพ
5. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับตา เช่น ตามัว ตาฟาง ตาอักเสบ	2.77	1.07	ปานกลาง
6. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับเหงือกและฟัน	2.50	1.13	น้อย
7. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับหู เช่น หูอื้อ ได้ยินไม่ ชัดเจน	2.33	1.15	น้อย
8. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับการได้กลิ่น	1.98	0.89	น้อย
9. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับการรับรส เช่น ไม่รู้รส อาหาร ขมในปาก	1.92	0.91	น้อย
10. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับกระดูก และกล้ามเนื้อ เช่น ปวดข้อ ปวดหลัง ปวดเมื่อย	3.21	1.16	ปานกลาง
11. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว เช่น อัมพาต แขนขา อากักรั่น เคลื่อนไหว ลำบาก	1.99	1.11	น้อย
12. คุณมีปัญหาเกี่ยวกับความจำ หลงลืม	2.18	1.05	น้อย
รวม	2.15	0.81	น้อย

จากตาราง 6 พบว่า ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างโดยภาพรวมอยู่ที่ระดับน้อย ($\bar{X} = 2.15$ S.D. = 0.81) โดยมีปัญหาเกี่ยวกับกระดูกและกล้ามเนื้อ เช่น ปวดข้อ ปวดหลัง ปวดเมื่อย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 3.21$ S.D. = 1.16) ทั้งนี้ยังมีปัญหาเกี่ยวกับตา เช่น ตามัว ตาฟาง และตาอักเสบ ($\bar{X} = 2.77$ S.D. = 1.07) และปัญหาเกี่ยวกับการรับรส เช่น ไม่รู้รสอาหาร ขมในปาก มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 1.92$ S.D. = 0.91)

4.4.2 การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง

การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 6 ข้อ ผลการศึกษาดังรายละเอียดตาราง 7

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นรายข้อ

การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ	\bar{X}	S.D.	ระดับการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ
1. คุณได้รับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากวิทยุ	3.29	1.16	มาก
2. คุณได้รับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากโทรทัศน์	3.62	0.95	มาก
3. คุณได้รับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากเพื่อนบ้าน	3.44	0.96	มาก
4. คุณได้รับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	3.47	0.89	มาก
5. คุณได้รับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากบุตรหรือญาติ	3.54	0.90	มาก
6. คุณนำข่าวสารด้านสุขภาพที่ได้รับมาใช้ในการดูแลสุขภาพ	3.59	0.87	มาก
รวม	3.56	0.84	มาก

จากตาราง 7 พบว่า การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพในการดูแลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง โดยภาพรวมอยู่ที่ระดับมาก ($\bar{X} = 3.56$ S.D. = 0.84) มีการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพจากโทรทัศน์มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = 3.62$ S.D. = 0.95) และจากวิทยุมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.29$ S.D. = 1.16)

4.4.3 พฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 10 ข้อ ผลการศึกษาดังรายละเอียดตาราง 8

ตาราง 8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นรายชื่อ

พฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล	\bar{X}	S.D.	ระดับพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล
1. การไปพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะช่วยทำให้คุณไม่เกิดการเจ็บป่วยขึ้น	3.83	0.84	มาก
2. เมื่อคุณรู้สึกไม่สบายคุณมักจะรีบไปรักษากับแพทย์	3.93	0.66	มาก
3. คุณมักจะดูแลสุขภาพตัวเอง แม้เวลาเจ็บป่วย	3.66	0.79	มาก
4. ครอบครัวคุณมีส่วนอย่างมากในการดูแลเวลาที่คุณเจ็บป่วย	3.78	0.65	มาก
5. เมื่อคุณรู้สึกไม่สบายคุณมักจะไปรักษากับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำตำบล	3.13	1.03	ปานกลาง
6. เมื่อคุณรู้สึกไม่สบายคุณมักจะไปซื้อยากินเอง	1.91	0.83	น้อย
7. เมื่อคุณรู้สึกไม่สบายคุณมักจะไปรักษากับหมอพื้นบ้าน	1.72	0.89	น้อย
8. เมื่อคุณรู้สึกไม่สบาย คุณมักปล่อยให้หายเอง	2.01	0.90	น้อย

ตาราง 8 (ต่อ)

พฤติกรรมการณ์เข้าถึงระบบบริการ สุขภาพส่วนบุคคล	\bar{X}	S.D.	ระดับพฤติกรรมการณ์เข้าถึงระบบ บริการสุขภาพส่วนบุคคล
9. คุณพอใจกับสวัสดิการของ ผู้สูงอายุที่รัฐจัดให้	2.81	1.33	ปานกลาง
10. คุณมั่นใจกับระบบคุณภาพใน การรักษาของโครงการหลัก ประกันสุขภาพ 30 บาท	3.54	1.16	มาก
รวม	2.96	0.59	ปานกลาง

จากตาราง 8 พบว่า พฤติกรรมการณ์เข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยภาพรวม อยู่ที่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.96$ S.D. = 0.59) โดยเมื่อรู้สึกไม่สบายจะรีบไปพบแพทย์ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 3.93$ S.D. = 0.66) และเมื่อกลุ่มตัวอย่างรู้สึกไม่สบายมักจะไปรักษา กับหมอพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 1.72$ S.D. = 0.89)

4.5 พฤติกรรมการณ์ดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ

พฤติกรรมการณ์ดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย การลดโรค การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การมีพัฒนาการทางอารมณ์ และอนามัย สิ่งแวดล้อม รายละเอียดดังตารางต่อไปนี้

4.5.1 พฤติกรรมการณ์ดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการลดโรคของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการณ์ดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการลดโรคของกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบสัมภาษณ์ เกี่ยวกับพฤติกรรมการณ์ขับถ่าย การนอนหลับพักผ่อน การรักษา

ความสะอาดของร่างกาย การหลีกเลี่ยงยาเสพติด และการป้องกันอุบัติเหตุ จำนวน 29 ข้อ ผลการศึกษาดังรายละเอียดตาราง 9

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุด้านการลดโรค

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ด้านการลดโรค	\bar{X}	S.D.	ระดับ พฤติกรรม
1. การขยับถ่าย			
1.1 คุณขยับถ่ายเป็นเวลาทุกวัน	2.75	0.46	ปฏิบัติเป็นประจำ
1.2 คุณใช้ยาระบายเป็นประจำเวลาท้องผูก	1.59	0.59	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
1.3 คุณรับประทานผัก ผลไม้ และดื่มน้ำเพื่อ ป้องกันท้องผูก	2.38	0.63	ปฏิบัติเป็นประจำ
1.4 คุณมักกลั้นปัสสาวะ	1.44	0.61	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
2. การนอนหลับพักผ่อน			
2.1 คุณมีเวลาพักผ่อนในตอนกลางคืนอย่าง เต็มที่ประมาณ 6-8 ชั่วโมง	2.78	0.50	ปฏิบัติเป็นประจำ
2.2 คุณนอนหลับกลางวันร่วมด้วย	2.33	0.64	ปฏิบัติเป็นประจำ
2.3 คุณตื่นขึ้นมาตอนกลางดึก	2.21	0.53	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
2.4 คุณมีเวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ ปลูกต้นไม้	2.31	0.67	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
3. การรักษาความสะอาดของร่างกาย			
3.1 คุณอาบน้ำมากกว่า 2 ครั้ง	2.66	0.52	ปฏิบัติเป็นประจำ
3.2 คุณทำนวดสระผม	2.45	0.53	ปฏิบัติเป็นประจำ
3.3 คุณทำความสะอาดเล็บเท้า	2.58	0.52	ปฏิบัติเป็นประจำ
3.4 คุณเปลี่ยนเสื้อผ้าชุดใหม่	2.79	0.42	ปฏิบัติเป็นประจำ
3.5 คุณแปรงฟัน วันละ 2 ครั้ง	2.73	0.59	ปฏิบัติเป็นประจำ
4. การหลีกเลี่ยงยาเสพติด			
4.1 คุณสูบบุหรี่	1.38	0.73	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง

ตาราง 9 (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของ ผู้สูงอายุด้านการลดโรค	\bar{X}	S.D.	ระดับ พฤติกรรม
4.2 คุณดื่มสุราและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.28	0.54	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
4.3 คุณดื่ม ชา กาแฟ	1.41	0.71	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
4.4 คุณกินหมาก พลุ	1.32	0.64	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
4.5 คุณดมยาสัตถ์	1.42	0.56	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
4.6 คุณกินยาแก้ปวด	1.82	0.46	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
4.7 คุณใช้ยาลม ยาดม	1.89	0.59	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
5. การป้องกันอุบัติเหตุ			
5.1 คุณมักจะปิดเครื่องไฟฟ้าทุกชนิดก่อนออกจากบ้าน	2.77	0.53	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.2 คุณมักสวมหมวกกันน็อกและคาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้ง	2.47	0.82	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.3 คุณจะไม่นับขี่รถหากดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.49	0.82	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.4 คุณข้ามทางม้าลายเสมอหรือข้ามถนนเมื่อปลอดภัยเท่านั้น	2.74	0.59	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.5 คุณจะเคารพกฎจราจรและควบคุมความเร็วในขณะที่ขับรถ	2.73	0.61	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.6 คุณเก็บข้าวของเป็นระเบียบเสมอเพื่อป้องกันการสะดุดหกล้ม	2.86	0.39	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.7 เวลาคุณลงบันได คุณจะจับราวบันไดและขึ้นลงอย่างช้า ๆ เสมอ	2.77	0.54	ปฏิบัติเป็นประจำ
5.8 คุณจะมีการระมัดระวังการใช้ยาและจะใช้ยาตาม แพทย์สั่งเท่านั้น	2.81	0.43	ปฏิบัติเป็นประจำ
รวม	2.47	0.52	ปฏิบัติเป็นประจำ

จากตาราง 9 พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองด้านการลดโรคของกลุ่มตัวอย่างที่ปฏิบัติมากที่สุด เรื่องการขยับเขยื้อนคือ ขยับเขยื้อนเป็นเวลาทุกวัน ($\bar{X} = 2.75$ S.D. = 0.46) เรื่องการนอนหลับพักผ่อน คือ มีเวลาพักผ่อนในตอนกลางคืนอย่างเต็มที่ประมาณ 6-8 ชั่วโมง ($\bar{X} = 2.78$ S.D. = 0.50) เรื่องการรักษาความสะอาดของร่างกาย คือ เปลี่ยนเสื้อผ้าชุดใหม่ ($\bar{X} = 2.79$ S.D. = 0.42) เรื่องการหลีกเลี่ยงยาเสพติด ที่ปฏิบัติมากที่สุด คือ ใช้น้ำลาย ยาดม ($\bar{X} = 1.89$ S.D. = 0.59) เรื่องการป้องกันอุบัติเหตุ คือ เก็บข้าวของเป็นระเบียบเสมอเพื่อป้องกันการสะดุดหกล้ม ($\bar{X} = 2.86$ S.D. = 0.39) และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองด้านการลดโรคอยู่ในระดับปฏิบัติเป็นประจำ ($\bar{X} = 2.47$ S.D. = 0.52)

4.5.2 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 11 ข้อ ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 10

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุด้านการรับประทานอาหาร

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ	\bar{X}	S.D.	ระดับพฤติกรรม
ด้านการรับประทานอาหาร			
1. คุณดื่มนม	2.33	0.59	ปฏิบัติเป็นประจำ
2. คุณรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ	2.92	0.28	ปฏิบัติเป็นประจำ
3. คุณรับประทานอาหารประเภทโปรตีน เช่น ปลา เนื้อสัตว์ ถั่วเหลือง เป็นต้น	2.79	0.44	ปฏิบัติเป็นประจำ
4. คุณรับประทานผัก	2.83	0.37	ปฏิบัติเป็นประจำ
5. คุณรับประทานผลไม้	2.84	0.38	ปฏิบัติเป็นประจำ
6. คุณรับประทานอาหารรส เผ็ดจัด เค็มจัด	2.03	0.54	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
7. คุณรับประทานอาหารหวาน เช่น ขนมหวาน	2.10	0.51	ปฏิบัติบ่อยครั้ง

ตาราง 10 (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ด้านการรับประทานอาหาร	\bar{X}	S.D.	ระดับ พฤติกรรม
8. คุณรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น เนื้อ ติดมัน	1.48	0.61	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
9. คุณดื่มเครื่องดื่มให้พลังงานเป็นประจำ เช่น กระทิงแดง เอ็ม 150	1.16	0.41	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
10. คุณดื่มน้ำอัดลม	1.60	0.54	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
11. คุณดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว	2.81	0.43	ปฏิบัติเป็นประจำ
รวม	2.33	0.47	ปฏิบัติบ่อยครั้ง

จากตาราง 10 พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองด้านการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่างโดยภาพรวมอยู่ที่ระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 2.33$ S.D. = 0.47) การรับประทานอาหารครบ 3 มื้อเป็นพฤติกรรมที่มีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติมากที่สุด ($\bar{X} = 2.92$ S.D. = 0.28) และการดื่มเครื่องดื่มให้พลังงานเป็นประจำ เช่น กระทิงแดง เอ็ม 150 เป็นพฤติกรรมที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ($\bar{X} = 1.16$ S.D. = 0.41)

4.5.3 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 4 ข้อ ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 11

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการดูแล
สุขภาพตนเองของผู้สูงอายุด้านการออกกำลังกาย

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ด้านการออกกำลังกาย	\bar{X}	S.D.	ระดับ พฤติกรรม
1. คุณออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอและ ต่อเนื่องอย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์	2.29	0.69	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
2. คุณได้มีการอบอุ่นร่างกายทุกครั้งก่อนและ หลังการออกกำลังกาย	2.22	0.75	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
3. คุณใช้เวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง ประมาณ 30 นาที หรือมากกว่านั้น	2.23	0.72	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
4. คุณออกกำลังกายโดยการทำงานบ้านเป็นส่วน ใหญ่	2.52	0.60	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
รวม	2.30	0.71	ปฏิบัติบ่อยครั้ง

จากตาราง 11 พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่างด้านการออกกำลังกายภาพรวมอยู่ที่ระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 2.30$ S.D. = 0.71) โดยการออกกำลังกาย ด้วยการทำงานบ้านมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.52$ S.D. = 0.60) และมีการอบอุ่นร่างกายทุกครั้งก่อนและหลังออกกำลังกายมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.22$ S.D. = 0.75)

4.5.4 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการมีพัฒนาการทาง อารมณ์ของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านการมีพัฒนาการทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 5 ข้อ ผลการศึกษาดังตาราง 12

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุด้านการมีพัฒนาการทางอารมณ์

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ด้านการมีพัฒนาการทางอารมณ์	\bar{X}	S.D.	ระดับ พฤติกรรม
1. เมื่อคุณไม่สบายใจท่านจะเก็บปัญหาไว้คนเดียว	2.26	0.59	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
2. คุณจะปฏิบัติศาสนกิจตามศาสนาที่ท่านนับถือ	1.92	0.56	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
3. เมื่อคุณไม่สบายใจท่านจะปรึกษาบุคคลที่ท่านไว้ใจ	2.27	0.54	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
4. เมื่อคุณมีความเครียดท่านระบายความเครียดโดยการนั่งสมาธิ	1.78	0.58	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
5. เมื่อคุณมีความเครียดท่านจะระบายโดยการขว้างปาสิ่งของ	1.65	0.32	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง
เฉลี่ย	1.69	0.53	ปฏิบัติบ่อยครั้ง

จากตาราง 12 พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างด้านการมีพัฒนาการทางอารมณ์ภาพรวมอยู่ที่ระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 1.69$ S.D. = 0.53) โดยเมื่อผู้สูงอายุไม่สบายใจจะไปปรึกษามุคคัลที่ไว้ใจ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.27$ S.D. = 0.54) และเมื่อผู้สูงอายุมีความเครียดจะระบายโดยการขว้างปาสิ่งของ มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X} = 1.65$ S.D. = 0.32)

4.5.5 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมของกลุ่มตัวอย่าง เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 5 ข้อ ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 13

ตาราง 13 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามพฤติกรรมการดูแล
สุขภาพตนเองของผู้สูงอายุด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม	\bar{X}	S.D.	ระดับ พฤติกรรม
1. คุณทำความสะอาดบ้านเรือนทุกวัน	2.72	0.54	ปฏิบัติเป็นประจำ
2. คุณทิ้งขยะในถังขยะเป็นประจำ	2.88	0.39	ปฏิบัติเป็นประจำ
3. คุณจะล้างมือทุกครั้งหลังออกจากห้องน้ำ	2.85	0.44	ปฏิบัติเป็นประจำ
4. คุณได้อาศัยหรือพักผ่อนในห้องที่มีอากาศ ถ่ายเทสะดวก	2.88	0.39	ปฏิบัติเป็นประจำ
5. คุณแยกขยะก่อนทิ้งทุกครั้ง	2.60	0.68	ปฏิบัติเป็นประจำ
รวม	2.88	0.39	ปฏิบัติเป็นประจำ

จากตาราง 13 พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม โดยภาพรวมอยู่ที่ระดับปฏิบัติเป็นประจำ ($\bar{X} = 2.88$ S.D. = 0.39) การทิ้งขยะในถังขยะเป็นประจำและการได้อาศัยหรือพักผ่อนในห้องที่มีอากาศถ่ายเทสะดวกมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.88$ S.D. = 0.39) และการแยกขยะก่อนทิ้งทุกครั้งมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.60$ S.D. = 0.68)

4.5.6 ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงในภาพรวมทุกด้านของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง

ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุในภาพรวมนั้นประกอบด้วย การลดโรค การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การมีพัฒนาการทางอารมณ์ และอนามัยสิ่งแวดล้อม ผลการศึกษารายละเอียดดังตาราง 14

ตาราง 14 ระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงในภาพรวมทุกด้านของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ประจำ	91	39.7
บ่อยครั้ง	137	59.8
นาน ๆ ครั้ง	1	0.4
รวม	229	100.00

จากตาราง 14 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองโดยภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับบ่อยครั้ง (ร้อยละ 59.8) รองลงมา คือ ระดับประจำ (ร้อยละ 39.7) และระดับนาน ๆ ครั้ง (ร้อยละ 0.4) ตามลำดับ

4.6 ผลการทดสอบสมมติฐาน

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลกำแพงเพชร ในส่วนนี้เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐาน คือ เพศ ระดับการศึกษา ที่อยู่อาศัย และอาชีพ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ คือ รายได้ของตนเอง และรายได้ของครอบครัว ปัจจัยด้านสังคม คือ การร่วมกิจกรรมทางสังคม และสัมพันธ์ภาพระหว่างครอบครัว ปัจจัยด้านระบบสุขภาพ คือ ภาวะสุขภาพ การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ และพฤติกรรม การเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล กับตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้มีการนำเสนอผลการทดสอบสมมติฐานในแต่ละข้อไว้รายละเอียดดังนี้

4.6.1 เพศที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุแตกต่างกัน

ตาราง 15 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง เพศชายและหญิง

เพศ	จำนวน (คน)	\bar{X}	SD	t	p-value
ชาย	84	2.30	0.19	1.462	.600
หญิง	145	2.27	0.17		
รวม	229				

จากตาราง 15 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศชายและหญิง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.6.2 ระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุแตกต่างกัน

ตาราง 16 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน (คน)	\bar{X}	S.D.
มัธยมศึกษาตอนปลายและสูงกว่า	5	2.44	0.16
มัธยมศึกษาตอนต้น	7	2.42	0.14
ประถมศึกษา	137	2.30	0.17
ไม่ได้รับการศึกษา	80	2.22	0.16
รวม	229	2.28	0.18

จากตาราง 16 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองสูงที่สุด คือ กลุ่มที่ศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและสูงกว่า ($\bar{X} = 2.44$) รองลงมาคือกลุ่มที่ศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ($\bar{X} = 2.42$) และกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองต่ำที่สุด คือ กลุ่มที่ไม่ได้รับการศึกษา ($\bar{X} = 2.22$)

ตาราง 17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่างตามระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	3	0.583	0.146	4.761	.010
ภายใน	225	6.856			
รวม	228	7.439			

จากตาราง 17 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 18 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	\bar{X}	มัธยมศึกษาตอน	มัธยมศึกษา	ประถม	ไม่ได้รับ
		ปลายและสูงกว่า	ตอนต้น	ศึกษา	การศึกษา
		$\bar{X}=2.44$	$\bar{X}=2.42$	$\bar{X}=2.30$	$\bar{X}=2.22$
มัธยมศึกษาตอน	2.44	-	0.02	0.14	0.22*
ปลายและสูงกว่า					
มัธยมศึกษาตอนต้น	2.42		-	0.12	0.20*
ประถมศึกษา	2.30			-	0.80*
ไม่ได้รับการศึกษา	2.22				-

จากตาราง 18 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงจำแนกตามระดับการศึกษา โดยใช้สถิติ Scheffe's Method พบว่า ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและสูงกว่า มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุแตกต่างระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระดับประถมศึกษาและกลุ่มไม่ได้รับการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้กลุ่มกลุ่มมัธยมศึกษาตอนปลายและสูงกว่า มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ สูงกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระดับประถมศึกษา และกลุ่มไม่ได้รับการศึกษาตามลำดับ ($\bar{X} = 2.44$ $\bar{X} = 2.42$ $\bar{X} = 2.30$ $\bar{X} = 2.22$)

4.6.3 ที่อยู่อาศัยที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุแตกต่างกัน

ตาราง 19 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามที่อยู่อาศัย

ที่อยู่อาศัย	จำนวน (คน)	\bar{X}	S.D.
อยู่บ้านเช่าตามลำพัง	4	2.26	0.10
อยู่บ้านตนเองตามลำพัง	14	2.18	0.18
อาศัยอยู่กับคู่สมรส	97	2.31	0.17
อาศัยอยู่กับบุตร	106	2.26	0.19
อาศัยอยู่กับญาติ	8	2.34	0.09
รวม	229	2.28	0.18

จากตาราง 19 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองสูงที่สุด คือ กลุ่มที่อาศัยอยู่กับญาติ ($\bar{X} = 2.34$) รองลงมาคือกลุ่มที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส ($\bar{X} = 2.31$) และกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองต่ำที่สุด คือ กลุ่มที่อยู่บ้านตามลำพัง ($\bar{X} = 2.18$)

ตาราง 20 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามที่อยู่อาศัย

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	4	0.290	0.073	2.274	.062
ภายใน	224	7.149	0.032		
รวม	228	7.439			

จากตาราง 20 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีที่อยู่อาศัยที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.6.4 อาชีพที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกัน

ตาราง 21 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน (คน)	\bar{X}	SD	t	p-value
ประกอบอาชีพ	121	2.26	0.18	-1.344	.498
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	108	2.30	0.17		
รวม	229				

จากตาราง 21 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.6.5 รายได้ของตนเอง จะมีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกัน

ตาราง 22 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ของตนเอง

รายได้ของตนเองเฉลี่ย (บาท)	จำนวน (คน)	\bar{X}	S.D.
ไม่มีรายได้	50	2.25	0.18
ต่ำกว่า 1,000	79	2.21	0.17
1,001 - 2,000	41	2.32	0.17
2,001 – 3,000	28	2.37	0.18
มากกว่า 3,001 ขึ้นไป	31	2.38	0.11
รวม	229	2.28	0.18

จากตาราง 22 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองสูงที่สุด คือ กลุ่มที่มีรายได้ของตนเองเฉลี่ยต่อเดือนมากกว่า 3,001 บาทขึ้นไป ($\bar{X} = 2.38$) รองลงมาคือกลุ่มที่มีรายได้ของตนเองเฉลี่ยต่อเดือนตั้งแต่ 2,001 – 3,000 บาท ($\bar{X} = 2.37$) และกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองต่ำที่สุด คือ รายได้ของตนเองเฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 1,000 บาท ($\bar{X} = 2.18$)

ตาราง 23 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้ของตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	4	1.026	0.257	8.960	.000
ภายใน	224	6.413	0.029		
รวม	228	7.439			

จากตาราง 23 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ของตนเองที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

ตาราง 24 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตาม
เกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงจำแนกตามรายได้ของตนเอง

รายได้ของตนเอง (บาท)	\bar{X}	มากกว่า 3,001 ขึ้นไป	2,001-3,000	1,001-2,000	ต่ำกว่า 1,000	ไม่มีรายได้
		$\bar{X} = 2.38$	$\bar{X} = 2.37$	$\bar{X} = 2.32$	$\bar{X} = 2.21$	$\bar{X} = 2.25$
มากกว่า 3,001 ขึ้นไป	2.38	-	0.01	0.06	0.17*	0.12*
2,001 – 3,000	2.37		-	0.05	0.16*	0.11
1,001 - 2,000	2.32			-	0.11*	0.06
ต่ำกว่า 1,000	2.21				-	-0.05
ไม่มีรายได้	2.25					-

จากตาราง 24 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงจำแนกตามรายได้ของตนเอง โดยใช้ Scheffe's Method พบว่า กลุ่มที่มีรายได้มากกว่า 3,001 ขึ้นไป มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกับกลุ่มต่ำกว่า 1,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และต่างกับกลุ่มที่มีรายได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมีระดับ .01 โดยกลุ่มที่มีรายได้มากกว่า 3,001 บาทขึ้นไป มีพฤติกรรมการดูแลตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงสูงกว่ากลุ่มที่ไม่มีรายได้และกลุ่มรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาท ตามลำดับ ($\bar{X} = 2.38$ $\bar{X} = 2.25$ $\bar{X} = 2.21$) นอกจากนี้กลุ่มที่มีรายได้ 2,001 – 3,000 บาทและกลุ่มที่รายได้ 1,001 – 2,000 บาท มีพฤติกรรมการดูแลตนเองแตกต่างกับกลุ่มที่มีรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มที่มีรายได้ 2,001 – 3,000 บาท มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรง สูงกว่ากลุ่มที่มีรายได้ 1,001-2,000 บาท และกลุ่มที่มีรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาทตามลำดับ ($\bar{X} = 2.37$ $\bar{X} = 2.32$ $\bar{X} = 2.21$)

4.6.6 รายได้ของครอบครัว จะมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกัน

ตาราง 25 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ของครอบครัว

รายได้ของตนเองเฉลี่ย (บาท)	จำนวน (คน)	\bar{X}	S.D.
มากกว่า 10,001 ขึ้นไป	18	2.36	0.13
5,001 – 10,000	145	2.33	0.14
ต่ำกว่า 5,000	55	2.26	0.19
ไม่มีรายได้	11	2.15	0.17
รวม	229	2.28	0.18

จากตาราง 25 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองสูงที่สุด คือ กลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนมากกว่า 10,001 บาทขึ้นไป ($\bar{X} = 2.36$) รองลงมา กลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนตั้งแต่ 5,001 – 10,000 บาท ($\bar{X} = 2.33$) และกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองต่ำที่สุด คือ รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท ($\bar{X} = 2.26$)

ตาราง 26 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ของครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	3	0.527	0.176	5.713	.001
ภายใน	225	6.913	0.310		
รวม	228	7.439			

จากตาราง 26 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ของครอบครัวที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 27 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงจำแนกตามรายได้ของครอบครัว

รายได้ของ ครอบครัว (บาท)	\bar{X}	มากกว่า 10,000 ขึ้นไป	5,001 – 10,000	ต่ำกว่า 5,000	ไม่มีรายได้
		$\bar{X} = 2.36$	$\bar{X} = 2.33$	$\bar{X} = 2.26$	$\bar{X} = 2.15$
มากกว่า 10,000 ขึ้นไป	2.36	-	0.02	0.10	0.21*
5,001 – 10,000	2.33		-	0.08	0.19*
ต่ำกว่า 5,000	2.26			-	0.11
ไม่มีรายได้	2.15				-

จากตาราง 27 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรง จำแนกตามรายได้ของครอบครัว โดยใช้ Scheffe's Method พบว่า กลุ่มที่ไม่มีรายได้ มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกับ กลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวตั้งแต่ 5,001 – 10,000 บาท และกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวมากกว่า 10,000 บาท ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ กลุ่มที่ไม่มีรายได้ มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงต่ำกว่า กลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวตั้งแต่ 5,001 – 10,000 บาท และกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวมากกว่า 10,000 บาท ตามลำดับ ($\bar{X} = 2.15$ $\bar{X} = 2.33$ $\bar{X} = 2.36$)

4.6.7 การร่วมกิจกรรมทางสังคม สัมพันธภาพระหว่างครอบครัว ภาวะสุขภาพ การรับรู้ข่าวสาร ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมการเข้าถึงบริการสุขภาพส่วนบุคคล มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรง

ตาราง 28 ความสัมพันธ์ระหว่าง การร่วมกิจกรรมทางสังคม สัมพันธภาพระหว่างครอบครัว ภาวะสุขภาพ การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ และพฤติกรรมการเข้าถึงบริการสุขภาพส่วนบุคคล กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรง

ความสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยต่างๆ	1	2	3	4	5	6
1						
Pearson Correlation	-	0.386*	0.174*	0.125	0.231*	0.170*
p-value		(.000)	(.008)	(.059)	(.000)	(.010)
2						
Pearson Correlation		-	0.329*	-0.37	0.167*	0.82
p-value			(.000)	(.567)	(.011)	(.216)
3						
Pearson Correlation			-	0.058	0.145*	0.208*
p-value				(.383)	(.042)	(.002)
4						
Pearson Correlation				-	0.125	0.197*
p-value					(.60)	(.003)
5						
Pearson Correlation					-	0.266*
p-value						(.000)
6						
Pearson Correlation						-
p-value						

- หมายเหตุ: 1 หมายถึง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ
- 2 หมายถึง การร่วมกิจกรรมทางสังคม
- 3 หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างครอบครัว
- 4 หมายถึง ภาวะสุขภาพ
- 5 หมายถึง การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ
- 6 หมายถึง พฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล

จากตาราง 28 พบว่า พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามเกณฑ์เมืองไทยแข็งแรงของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับการร่วมกิจกรรมทางสังคม สัมพันธภาพระหว่างครอบครัว การรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ และพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล ส่วนปัจจัยอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กัน ได้แก่ การร่วมกิจกรรมทางสังคม มีความสัมพันธ์กับสัมพันธภาพระหว่างครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้สัมพันธภาพระหว่างครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพส่วนบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01