

ชื่อเรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลสองพี่น้อง  
อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี  
ชื่อผู้วิจัย วิทมา ธรรมเจริญ และนิทัศน์ย์ เจริญงาม  
หน่วยงาน คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี  
ปีงบประมาณ 2561

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของผู้สูงอายุ และเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ตำบลสองพี่น้อง อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในตำบลสองพี่น้องจำนวน 276 คน โดยใช้การสุ่มแบบสองชั้น (Two-Stage Sampling) และใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ คือ สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการหาความสัมพันธ์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ส่วนสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ T-test และ One-Way ANOVA (F-test) โดยใช้โปรแกรมทางสถิติในการประมวลผล ซึ่งผลการศึกษาพบว่า

ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X} = 4.49$ ) แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 4.18$ ) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 3.90$ ) และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับดี และปานกลาง โดยมีร้อยละ 49.28 และ 43.12 ตามลำดับ เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง กับคุณภาพชีวิตโดยรวม พบว่า ทุกข้อมีความสัมพันธ์เชิงบวก ข้อที่มีความสัมพันธ์มากที่สุด 3 อันดับแรกคือ การพัฒนาการรู้จักตนเอง ( $r=.342$ ), การเผชิญปัญหา ( $r=.306$ ) และการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ( $r=.224$ ) เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ พบว่า เพศ โรคประจำตัว และการสูบบุหรี่ ระดับการศึกษา แหล่งที่มาของรายได้ ลักษณะครอบครัว ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่หมู่บ้าน อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ

<b>Research Title</b>	Self-health care Behaviors and Quality of Life of Elderly in Songpenong Subdistrict, Thamai District, Chanthaburi Province
<b>Researchers</b>	Wittama Thumcharoen, Nitasanee Chalernngam
<b>Organization</b>	Faculty of Science and Technology, Rambhai Barni Rajabhat University Chanthaburi
<b>Year</b>	2018

### Abstract

This research aimed to study self-care behaviors and the quality of life for the elderly and to study the relationship between self-care behaviors and the quality of life for the elderly and to compare the differences between personal data, health status, social support self-care behaviors of the elderly in Tha Mai District, Chanthaburi Province. The samples were 276 elderly people and the sampling was used to collect data for the elderly living in Song Phi Nong Subdistrict Tha Mai District Chanthaburi Province . The two-stage sampling was used with a sample by questionnaire. The descriptive statistics, including frequency distribution, percentage, mean and standard deviation and relationships were determined using Pearson's product moment correlation coefficient. Inferential statistics are T-test and One-Way ANOVA (F-test) by using statistical processing. The results showed that.

The overall health status of the elderly was very good ( $\bar{X} = 4.49$ ).The results showed that the social support of the elderly was overall good ( $\bar{X} = 4.18$ ) and the quality of life of the elderly was at moderate level ( $\bar{X} = 3.90$ ) the quality of life for the elderly was at a moderate level, 49.28% and 43.12%, respectively. With the overall quality of life, it was found that when analyzing the relationship between self-care behaviors with overall quality of life find all positive relationships and the three most significant relationships were self-development ( $r = .342$ ), coping ( $r = .306$ ), and effective communication ( $r = .224$ ). Individual health status social support self-care behaviors of the elderly were found to be gender-specific diseases and smoking. Education source of income family style the differences in self-care behaviors were not significantly different. The elderly living in occupational villages with different monthly income differed in their health care behaviors. Significant at the 0.05 level

**Keywords:** self-care behaviors quality of life elderly