

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้การควบคุมสุขภาพและปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนในชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยนำเสนอเป็นลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ความรู้ด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้การควบคุมสุขภาพ

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคน

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพและการรับรู้การควบคุมสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคน

โดยในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางต่างๆได้มีการใช้สัญลักษณ์ ดังนี้

$\bar{X}$	หมายถึง ค่าเฉลี่ย
S.D.	หมายถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
p	หมายถึง ระดับของความมีนัยสำคัญ
%	หมายถึง ร้อยละ

#### ตอนที่ 1 วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล

จากการเก็บข้อมูลในสตรีวัยกลางคนในชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจำนวน 397 คน โดยใช้แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ผู้วิจัยได้นำเสนอรายละเอียดในรูปของตารางแจกแจงความถี่และร้อยละดังต่อไปนี้

ตาราง 2 จำนวน และร้อยละของสตรีวัยกลางคน จำแนกตามระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัวและอาชีพหลักของสตรีวัยกลางคน (n = 397)

ปัจจัยส่วนบุคคล	รายละเอียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา	ประถมศึกษาและต่ำกว่า	361	90.90
	สูงกว่าประถมศึกษา	36	9.10
รายได้ของครอบครัว	ไม่เพียงพอ	188	47.40
	เพียงพอ	209	52.70
สถานภาพสมรส	เดี่ยว	51	12.80
	คู่	346	87.20
จำนวนสมาชิกในครอบครัว	2 - 4 คน	197	49.60
	5 - 7 คน	178	44.80
	8 - 10 คน	22	5.60
อาชีพ	เกษตรกรรวม	304	76.60
	รับจ้าง	28	7.10
	ค้าขาย	11	2.80
	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	13	3.30
	แม่บ้าน	41	10.30

จากตาราง 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างสตรีวัยกลางคนเป็นผู้ที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา และต่ำกว่าประถมศึกษามากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 89.90 รายได้ของครอบครัวของสตรีวัยกลางคนมีรายได้เพียงพอและไม่เพียงพอในจำนวนใกล้เคียงกันคิดเป็นร้อยละ 52.70 และ 47.40 ตามลำดับ มีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 87.20 จำนวนสมาชิกในครอบครัวอยู่ระหว่าง 2 - 7 คน คิดเป็นร้อยละ 94.40 และมีอาชีพเกษตรกรรวมคิดเป็นร้อยละ 76.6

ตอนที่ 2 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ความรู้ด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้การควบคุมสุขภาพ

ผลการศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนในชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยสอบถามถึงความถี่ของการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ผู้วิจัยได้นำเสนอในรูปของตารางแสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนทั้งรายข้อ รายด้านและโดยรวมดังนี้คือ (ตาราง 3 - 9)

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารของสตรีวัยกลางคน (n = 397) จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ข้อ	ด้านการรับประทานอาหาร	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	การดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6 แก้ว	3.92	0.30	ดีมาก
2	การรับประทานอาหารที่ปรุงสุก	3.71	0.52	ดีมาก
3	การงดเว้นการดื่มน้ำชา	3.66	0.53	ดีมาก
4	การรับประทานอาหารผัก/ผลไม้	3.61	0.53	ดีมาก
5	การงดเว้นการดื่มกาแฟ/ไอศกรีม	3.46	0.70	ดีมาก
6	การรับประทานอาหารตรงเวลาทุกมื้อ	3.24	0.71	ดี
7	การตรวจสอบวันหมดอายุของอาหารกระป๋อง	3.03	1.09	ดี
8	การรับประทานอาหารปลาลึกปลาน้อย	3.00	0.59	ดี
9	การรับประทานอาหารเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน	2.89	0.59	กลาง
10	การงดเว้นการรับประทานอาหารย่อยยาก	2.53	0.69	พอใช้
11	การงดเว้นการรับประทานอาหารรสจัด	2.44	0.79	พอใช้
12	การจำกัดอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก	2.30	0.96	พอใช้
รวม		3.15	0.28	ดี

จากตาราง 3 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนด้านการรับประทานอาหารในเรื่องการดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 6 แก้ว การรับประทานอาหารที่ปรุงสุกแล้ว การงด

เว้นการดื่มน้ำชา กาแฟ/โอเลี้ยงและการรับประทานผัก/ผลไม้อยู่ในระดับดีมาก และการรับประทานอาหารเช้า การตรวจสบวันหมดอายุของอาหารกระป๋องและการรับประทานปลาเล็กปลาน้อยอยู่ในระดับดี ส่วนการงดเว้นการรับประทานอาหารย่อยยากและอาหารรสจัดและการจำกัดอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักของร่างกายอยู่ในระดับพอใช้ แต่การรับประทานเนื้อสัตว์ไม่ติดมันอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายของสตรีวัยกลางคน (n = 397) จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ข้อ	ด้านการออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	ระยะเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง	2.35	0.81	พอใช้
2	ความถี่ของการออกกำลังกายในแต่ละสัปดาห์	2.28	0.88	พอใช้
3	การออกกำลังกายเบาๆ เช่น การเดิน	2.25	1.00	พอใช้
4	การออกกำลังกายประเภทออกแรงปานกลาง ได้แก่ การปั่นจักรยาน	2.06	0.99	แก้ไข
รวม		2.24	0.73	พอใช้

จากตาราง 4 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายของสตรีวัยกลางคนอยู่ในระดับพอใช้เกือบทั้งหมด ยกเว้นการออกกำลังกายประเภทออกแรงปานกลาง ได้แก่ การปั่นจักรยานอยู่ในระดับต้องแก้ไข

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้าน  
ความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตนเองของสตรีวัยกลางคน (n = 397)  
จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ข้อ	ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	การอาบน้ำ	3.98	0.14	ดีมาก
2	การงดเว้นการสูบบุหรี่	3.97	0.22	ดีมาก
3	การทำความสะอาดปากและฟัน	3.66	0.57	ดีมาก
4	การขับถ่ายอุจจาระ	3.61	0.76	ดีมาก
5	การงดเว้นการดื่มสุรา	3.59	0.66	ดีมาก
6	การสังเกตอาการผิดปกติในร่างกาย	3.23	0.91	ดี
7	การหาความรู้ในการดูแลสุขภาพจากสื่อต่างๆ	3.19	0.83	ดี
8	การใช้เวลาว่างเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ	3.12	0.89	ดี
9	การนอนหลับในเวลากลางคืน	3.04	0.87	ดี
10	การขอคำแนะนำในการดูแลสุขภาพ จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	3.00	0.85	ดี
11	การนอนหลับในเวลากลางวัน	2.74	1.00	กลาง
12	การไปรับการตรวจสุขภาพประจำปี	2.32	1.08	พอใช้
13	การตรวจหามะเร็งปากมดลูก	2.29	1.10	พอใช้
14	การตรวจเต้านมด้วยตนเอง	2.22	1.06	พอใช้
15	การตรวจเต้านมกับแพทย์	2.04	1.05	แก้ไข
	รวม	3.07	0.42	ดี

จากตาราง 5 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตนเองของสตรีวัยกลางคนรายข้อและโดยรวมอยู่ในระดับดี ยกเว้นการอาบน้ำและทำความสะอาดปากและฟัน การขับถ่ายอุจจาระ การงดเว้นการสูบบุหรี่และดื่มสุราอยู่ในระดับดีมากและการนอนหลับในเวลากลางวันอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนการไปรับการตรวจสุขภาพประจำปี การไปรับการตรวจ

หามะเร็งปากมดลูกและการตรวจเต้านมด้วยตนเองอยู่ในระดับพอใช้ แต่การไปรับการตรวจเต้านมกับแพทย์อยู่ในระดับต้องแก้ไข

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดของสตรีวัยกลางคน (n = 397) จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ข้อ	ด้านการจัดการกับความเครียด	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	การปรึกษาปัญหากับสมาชิกในครอบครัว	3.56	0.72	ดีมาก
2	การผ่อนคลายภาวะเครียดโดยปฏิบัติงานอดิเรก	2.89	0.84	กลาง
3	การผ่อนคลายภาวะเครียดโดยปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา	2.72	0.87	กลาง
4	การผ่อนคลายความเครียดโดยการปล่อยวางปัญหาที่ยังแก้ไขไม่ได้ไปชั่วขณะ	2.71	0.95	กลาง
5	การนอนหลับสนิทตลอดคืน	2.64	1.10	กลาง
	รวม	2.90	0.60	กลาง

จากตาราง 6 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดของสตรีวัยกลางคนอยู่ในระดับปานกลางทั้งหมด ยกเว้นการปรึกษาปัญหากับสมาชิกในครอบครัวอยู่ในระดับดีมาก

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลของสตรีวัยกลางคน (n = 397)  
จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ข้อ	ด้านการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคล	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	การแสดงความห่วงใยเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัว	3.64	0.69	ดีมาก
2	การปรึกษาและร่วมรับผิดชอบต่อความเป็นอยู่ ของสมาชิกในครอบครัว	3.58	0.70	ดีมาก
3	การให้ความช่วยเหลือในกิจกรรมทางศาสนา และงานพิธีต่างๆของหมู่บ้าน	3.48	0.76	ดีมาก
4	การให้ความช่วยเหลือญาติมิตรและเพื่อนบ้าน	3.39	0.77	ดี
5	การแสดงความยินดีชื่นชมความสำเร็จของบุคคลอื่น	3.26	0.89	ดี
	รวม	3.47	0.56	ดีมาก

จากตาราง 7 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลของสตรีวัยกลางคนอยู่ในระดับดีมาก ยกเว้นเรื่องการให้ความช่วยเหลือญาติมิตรและเพื่อนบ้าน และการแสดงความยินดีและชื่นชมความสำเร็จของบุคคลอื่นอยู่ในระดับดี

**ตาราง 8** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการตระหนักและยอมรับในคุณค่าแห่งตนของสตรีวัยกลางคน (n = 397)  
จำแนกเป็นรายข้อและโดยรวม

ข้อ	ด้านการตระหนักและยอมรับในคุณค่าแห่งตน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	การดูแลครอบครัวให้มีความสุข	3.40	0.77	ดีมาก
2	การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	3.27	0.87	ดี
3	การปรับปรุงความเป็นอยู่ของตนเอง	3.20	0.93	ดี
4	การดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง	3.19	0.95	ดี
5	การใช้เวลาศึกษาเพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ	2.40	1.01	พอใช้
รวม		3.09	0.64	ดี

จากตาราง 8 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการตระหนักและยอมรับในคุณค่าแห่งตนของสตรีวัยกลางคนอยู่ในระดับดี ยกเว้นเรื่องการดูแลครอบครัวให้มีความสุขอยู่ในระดับดีมาก ส่วนเรื่องการใช้เวลาศึกษาเพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุพบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับพอใช้



**ตาราง 9** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ของสตรีวัยกลางคน (n = 397) จำแนกเป็นรายด้านและโดยรวม

ด้าน	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	การสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคล	3.47	0.56	ดีมาก
2	การรับประทานอาหาร	3.15	0.28	ดี
3	การตระหนักและยอมรับในคุณค่าแห่งตน	3.09	0.64	ดี
4	ความรับผิดชอบต่อสุขภาพตนเอง	3.07	0.42	ดี
5	การจัดการกับความเครียด	2.90	0.60	กลาง
6	การออกกำลังกาย	2.24	0.73	พอใช้
	รวม	2.99	0.43	กลาง

จากตาราง 9 พบว่าพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าอยู่ในระดับดี ยกเว้นการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลอยู่ในระดับดีมาก ส่วนการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง แต่การออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้

จากการศึกษาปัจจัยเกี่ยวกับความรู้ด้านสุขภาพของสตรีวัยกลางคนในชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือโดยใช้แบบทดสอบความรู้ด้านสุขภาพ ผลการวิเคราะห์ได้นำเสนอเป็นตาราง แจกแจงความถี่ของคะแนนเต็มและคะแนนที่ได้โดยเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละและระดับของความรู้ด้านสุขภาพของสตรีวัยกลางคนทั้งรายด้านและโดยรวมดังนี้คือ

ตาราง 10 คะแนนเฉลี่ย ร้อยละและระดับของความรู้ด้านสุขภาพของสตรีวัยกลางคน (n = 397)  
จำแนกเป็นรายด้านและโดยรวม

ด้าน	ความรู้ด้านสุขภาพ	คะแนนเต็ม	คะแนนเฉลี่ย	S.D.	ร้อยละ	ระดับ
1	การทำความสะอาดร่างกาย	4	3.59	0.65	89.74	ดีมาก
2	การออกกำลังกาย	5	4.13	0.98	82.57	ดีมาก
3	การสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคล	3	2.18	0.84	72.63	ดี
4	การจัดการกับความเครียด	5	3.58	1.09	71.64	ดี
5	การขับถ่าย	6	3.86	1.19	64.32	ค่อนข้างดี
6	การตรวจสุขภาพ	6	3.67	1.46	61.13	ค่อนข้างดี
7	การรับประทานอาหาร	6	3.49	1.23	58.10	พอใช้
8	การพักผ่อนนอนหลับ	5	2.86	1.02	57.28	พอใช้
รวม		40	27.36	4.77	69.67	ค่อนข้างดี

จากตาราง 10 พบว่าความรู้ด้านสุขภาพของสตรีวัยกลางคนโดยรวมและด้านการขับถ่ายและการตรวจสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างดี ส่วนการทำความสะอาดร่างกายและการออกกำลังกายอยู่ในระดับดีมากและการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลและการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับดี แต่การรับประทานอาหารและการพักผ่อนนอนหลับอยู่ในระดับพอใช้

จากการศึกษาการรับรู้ภาวะสุขภาพและการรับรู้การควบคุมสุขภาพของสตรีวัยกลางคน ในชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจำนวน 397 คน ได้นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และนำเสนอในรูปแบบของค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยกลางคน ทั้งรายด้านและโดยรวมดังนี้คือ (ตาราง 11 - 12)

**ตาราง 11** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยกลางคน (n = 397) จำแนกเป็นรายด้านและโดยรวม

ด้าน	การรับรู้ภาวะสุขภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	ร่างกาย	2.96	0.49	กลาง
2	จิตใจ	2.80	0.49	กลาง
	รวม	2.88	0.44	กลาง

จากตาราง 11 พบว่าการรับรู้ภาวะสุขภาพของสตรีวัยกลางคนทุกอยู่ในระดับปานกลาง

**ตาราง 12** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการรับรู้การควบคุมสุขภาพของสตรีวัยกลางคน (n = 397) จำแนกเป็นรายด้านและโดยรวม

ด้าน	การรับรู้การควบคุมสุขภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1	ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ	4.11	1.52	กลาง
2	ความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพ	3.78	1.40	กลาง
3	ความเชื่ออำนาจความบังเอิญด้านสุขภาพ	3.07	1.50	กลาง
	รวม	3.65	0.51	กลาง

จากตาราง 12 พบว่าการรับรู้การควบคุมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง

### ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคน ทั้งโดยรวมและรายด้านโดยใช้สถิติทดสอบความสัมพันธ์ไคสแควร์ นำเสนอเป็นตารางแจกแจงความถี่และร้อยละของระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรส จำแนกตามระดับของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนและแสดงค่าไคสแควร์และระดับของการมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value) ดังนี้คือ (ตาราง 13 - 19)

ตาราง 13 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมของ  
สตรีวัยกลางคน

พฤติกรรมโดยรวม	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		ต้องแก้ไข(0.00-2.19)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	%	จำนวน	%	จำนวน	%	จำนวน	%	
ปัจจัยส่วนบุคคล									
ระดับการศึกษา									
ประถมและต่ำกว่า	43	11.90	272	75.30	46	12.70	361	90.90	
สูงกว่าประถม	5	13.90	25	69.40	6	16.70	36	9.10	0.64
รวม	48	12.10	297	74.80	52	13.10	397	100.00	(0.72)
รายได้ของครอบครัว									
ไม่เพียงพอ	20	10.60	142	75.50	26	13.80	188	47.40	
เพียงพอ	28	13.40	155	74.20	26	12.40	209	52.60	0.79
รวม	48	12.10	297	74.80	52	13.10	397	100.00	(0.67)
สถานภาพสมรส									
เดี่ยว	6	11.80	37	72.50	8	15.70	51	12.80	
คู่	42	12.10	260	75.10	44	12.70	346	87.20	0.34
รวม	48	12.10	297	74.80	52	13.10	397	100.00	(0.84)

จากตาราง 13 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 14 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการรับประทานอาหารของสตรีวัยกลางคน

พฤติกรรม ปัจจัยส่วนบุคคล	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
<b>ระดับการศึกษา</b>							
ประถมและต่ำกว่า	49	13.60	312	86.40	361	90.90	
สูงกว่าประถม	4	11.10	32	88.90	36	9.10	0.17
รวม	53	13.40	344	86.60	397	100.00	(0.80)
<b>รายได้ของครอบครัว</b>							
ไม่เพียงพอ	27	14.40	161	85.60	188	47.40	
เพียงพอ	26	12.40	183	87.60	209	52.60	0.31
รวม	53	13.40	344	86.60	397	100.00	(0.57)
<b>สถานภาพสมรส</b>							
เดี่ยว	8	15.70	43	84.30	51	12.80	
คู่	45	13.00	301	87.00	346	87.20	0.27
รวม	53	13.40	344	86.60	397	100.00	(0.59)

จากตาราง 14 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 15 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการออกกำลังกายของสตรีวัยกลางคน

พฤติกรรม	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		ต้องแก้ไข(0.00-2.19)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
ปัจจัยส่วนบุคคล									
ระดับการศึกษา									
ประถมและต่ำกว่า	31	8.60	110	30.50	220	60.90	361	90.90	
สูงกว่าประถม	3	8.30	13	36.10	20	55.60	36	9.10	0.49
รวม	34	8.60	123	31.00	240	60.50	397	100.00	(0.78)
รายได้ของครอบครัว									
ไม่เพียงพอ	19	10.10	55	29.30	114	60.60	188	47.40	
เพียงพอ	15	7.20	8	32.50	126	60.30	209	52.60	1.33
รวม	34	8.60	123	31.00	240	60.50	397	100.00	(0.51)
สถานภาพสมรส									
เดี่ยว	3	5.90	15	29.40	33	64.70	51	12.80	
คู่	31	9.00	108	10.20	207	59.80	346	87.20	0.71
รวม	34	8.60	123	31.00	240	60.50	397	100.00	(0.70)

จากตาราง 15 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 16 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตนเองของสตรีวัยกลางคน

พฤติกรรม	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		ต้องแก้ไข(0.00-2.19)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
<b>ปัจจัยส่วนบุคคล</b>									
<b>ระดับการศึกษา</b>									
ประถมและต่ำกว่า	59	16.30	271	75.10	31	8.60	361	90.90	
สูงกว่าประถม	10	27.80	21	58.30	5	13.90	36	9.10	4.72
รวม	69	17.40	292	73.60	36	9.10	397	100.00	(0.09)
<b>รายได้ของครอบครัว</b>									
ไม่เพียงพอ	30	16.00	143	76.00	15	8.00	188	47.40	
เพียงพอ	39	18.70	149	71.30	21	10.00	209	52.60	1.18
รวม	69	17.40	292	73.60	36	9.10	397	100.00	(0.55)
<b>สถานภาพสมรส</b>									
เดี่ยว	6	11.80	38	74.50	7	13.70	51	12.80	
คู่	63	18.20	254	73.40	29	8.40	346	87.20	2.46
รวม	69	17.40	292	73.60	36	9.10	397	100.00	(0.29)

จากตาราง 16 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตนเองของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



**ตาราง 17 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการจัดการกับความเครียดของสตรีวัยกลางคน**

พฤติกรรม	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		ต้องแก้ไข(0.00-2.19)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
<b>ปัจจัยส่วนบุคคล</b>									
<b>ระดับการศึกษา</b>									
ประถมและต่ำกว่า	43	11.90	219	60.70	99	27.40	361	90.90	
สูงกว่าประถม	6	16.70	21	58.30	9	25.00	36	9.10	0.69
รวม	49	12.30	240	60.50	108	27.20	397	100.00	(0.70)
<b>รายได้ของครอบครัว</b>									
ไม่เพียงพอ	20	10.60	109	58.00	59	31.40	188	47.40	
เพียงพอ	29	13.90	131	62.70	49	23.40	209	52.60	3.49
รวม	49	12.30	240	60.50	108	27.20	397	100.00	(0.17)
<b>สถานภาพสมรส</b>									
เดี่ยว	6	11.80	28	54.90	17	33.30	51	12.80	
คู่	43	12.40	212	61.30	91	26.30	346	87.20	1.12
รวม	49	12.30	240	60.50	108	27.20	397	100.00	(0.57)

จากตาราง 17 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียดของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตาราง 18 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ**  
**ด้านการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลของสตรีวัยกลางคน**

พฤติกรรม	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		ต้องแก้ไข(0.00-2.19)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
<b>ระดับการศึกษา</b>									
ประถมและต่ำกว่า	212	58.70	118	32.70	31	8.60	361	90.90	
สูงกว่าประถม	21	58.30	10	27.80	5	13.90	36	9.10	1.26
รวม	233	58.70	128	32.20	36	9.10	397	100.00	(0.53)
<b>รายได้ของครอบครัว</b>									
ไม่เพียงพอ	106	56.40	67	35.60	15	8.00	188	47.40	
เพียงพอ	127	60.80	61	29.20	21	10.00	209	52.60	2.06
รวม	233	58.70	128	32.20	36	9.10	397	100.00	(0.35)
<b>สถานภาพสมรส</b>									
เดี่ยว	29	56.90	17	33.30	5	9.80	51	12.80	
คู่	204	59.00	111	32.10	31	9.00	346	87.20	0.08
รวม	233	58.70	128	32.20	36	9.10	397	100.00	(0.95)

จากตาราง 18 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 19 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ด้านการตระหนักและยอมรับในคุณค่าแห่งตนของสตรีวัยกลางคน

พฤติกรรม	ดีมาก(3.40-4.00)		ดี(3.00-3.39)		ต้องแก้ไข(0.00-2.19)		รวม		ไคสแควร์ (p-value)
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
ปัจจัยส่วนบุคคล									
ระดับการศึกษา									
ประถมและต่ำกว่า	107	29.60	184	51.00	70	19.40	361	90.90	
สูงกว่าประถม	12	33.30	16	44.40	8	22.20	36	9.10	0.55
รวม	119	30.00	200	50.40	78	19.60	397	100.00	(0.75)
รายได้ของครอบครัว									
ไม่เพียงพอ	50	26.60	98	52.10	40	21.30	188	47.40	
เพียงพอ	69	33.00	102	48.80	38	18.20	209	52.60	2.05
รวม	119	30.00	200	50.40	78	19.60	397	100.00	(0.35)
สถานภาพสมรส									
เดี่ยว	15	29.40	23	45.10	13	25.50	51	12.80	
คู่	104	30.10	177	51.20	65	18.80	346	87.20	1.34
รวม	119	30.00	200	50.40	78	19.60	397	100.00	(0.50)

จากตาราง 19 พบว่าระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวและสถานภาพสมรสของสตรีวัยกลางคนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการตระหนักและยอมรับในคุณค่าแห่งตนของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพและการรับรู้การควบคุมสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนในชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือทั้งโดยรวมและรายด้าน โดยการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปของตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์และระดับของการมีนัยสำคัญทางสถิติ (p) ดังนี้คือ

ตาราง 20 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพและการรับรู้การควบคุมสุขภาพกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ  
ของสตรีวัยกลางคนทั้งโดยรวมและรายด้าน

ปัจจัย	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ						
	โดยรวม	การรับประทานอาหาร	การออกกำลังกาย	ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	การจัดการกับความเครียด	สร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคล	การตระหนักและยอมรับในคุณค่า
ความรู้ด้านสุขภาพ	0.26*	0.31*	0.14	0.23*	0.21*	0.06	0.23*
การรับรู้ภาวะสุขภาพ	0.72*	0.44*	0.75*	0.59*	0.67*	0.54*	0.45*
ความเชื่ออำนาจภายในตน	0.60*	0.55*	0.57*	0.45*	0.52*	0.40*	0.39*
ความเชื่ออำนาจผู้อื่น	-0.40*	-0.47*	-0.39*	-0.28*	-0.35*	-0.17*	-0.27*
ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ	-0.57*	-0.57*	-0.58*	-0.41*	-0.50*	-0.35*	-0.37*

\*  $p < .05$

จากตาราง 20 พบว่าการรับรู้ภาวะสุขภาพและความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับความรู้ด้านสุขภาพพบว่ามีสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนโดยรวมและรายด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและด้านการสร้างแรงสนับสนุนระหว่างบุคคลพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ด้านสุขภาพ ส่วนความเชื่ออำนาจผู้อื่นด้านสุขภาพและความเชื่ออำนาจความบังเอิญด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีวัยกลางคนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05