

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
สมมติฐานการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างเสริมสุขภาพ	9
ความหมายของพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ	11
กรอบแนวคิดของการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพ	12
พฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษา	13
รูปแบบพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์	19
ปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ	20
กรอบแนวคิดในการวิจัย	30
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	32
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	32
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	34
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	40
การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง	41
การเก็บรวบรวมข้อมูล	42
การวิเคราะห์ข้อมูล	42

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัย	43
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	75
สรุป	76
อภิปรายผล	78
ข้อเสนอแนะ	84
บรรณานุกรม	87
ภาคผนวก	
ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	94
ข ประวัติย่อผู้วิจัย	113



สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวน นักศึกษา และขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มแบบมีระบบ ระบบ (Systematic Sampling) จำแนกตามคณะและชั้นปีที่เป็นกลุ่ม ตัวอย่าง	34
2	จำนวน และค่าร้อยละ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามข้อมูลทั่วไป ๗ (n=435)	44
3	จำนวน และค่าร้อยละ ของแหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพฤติกรรม การสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (มากกว่า 1 แหล่ง)	47
4	จำนวน และร้อยละ ของนักศึกษา ๗ จำแนกตามการรับรู้ภาวะสุขภาพ	49
5	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม การสร้างสุขภาพ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายด้าน และโดยภาพรวม	50
6	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม การสร้างสุขภาพ ของนักศึกษา ๗ จำแนกตามพฤติกรรม การสร้างเสริมสุขภาพเป็นรายข้อ	51
7	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรม การสร้างสุขภาพ ด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายข้อ และภาพรวมทั้งหมด (n=435)	55
8	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ประโยชน์ของ พฤติกรรม การสร้างสุขภาพ ด้านการบริโภค การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายข้อ และ ภาพรวมทั้งหมด (n=435)	56
9	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการ สร้างสุขภาพ ด้านการบริโภค การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายข้อ และภาพรวมทั้งหมด (n=435)	59

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความสามารถของ ตนเองต่อพฤติกรรมกรรมการสร้างสุขภาพ ด้านการบริโภค การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายชื่อ และภาพรวม ทั้งหมด (n=435)	62
11	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้อิทธิพล ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการบริโภค การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายชื่อ และภาพรวม ทั้งหมด (n=435)	64
12	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้อิทธิพลด้านอิทธิพล สถานการณ์สิ่งแวดล้อม ฯ ด้านการบริโภค การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามรายชื่อ และภาพรวม ทั้งหมด (n=435)	67
13	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อ พฤติกรรม การสร้างเสริมสุขภาพกับพฤติกรรมกรรมการสร้างสุขภาพด้านการบริโภค อาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ	70
14	ค่าอำนาจในการทำนายของตัวทำนายพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ	72