

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(1)
Abstract.....	(3)
กิตติกรรมประกาศ.....	(5)
สารบัญ.....	(6)
สารบัญตาราง.....	(9)
สารบัญแผนภูมิ.....	(11)
บทที่	
1. บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 คำถามการวิจัย.....	7
1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย.....	7
1.4 สมมติฐานของการวิจัย.....	7
1.5 ขอบเขตของการวิจัย.....	8
1.6 นิยามตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	8
2. แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ภาวะอ้วนลงพุง.....	12
2.2 บริบทของกำลังพลค่ายนวมินทรราชินี จังหวัดชลบุรี.....	23
2.3 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง.....	25
2.4 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ.....	29
2.5 บทบาทของพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนต่อการส่งเสริมพฤติกรรม สร้างเสริมสุขภาพของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง.....	35
2.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	38

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3. วิธีดำเนินการวิจัย	
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	40
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	42
3.3 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....	48
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	49
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
3.6 การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง.....	52
4. ผลการศึกษา	
4.1 ปัจจัยส่วนบุคคลของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง.....	54
4.2 พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง และระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ.....	55
4.3 อารมณ์และความรู้คิดที่เฉพาะเจาะจงกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้าน การบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง.....	57
4.4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล.....	65
4.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลร่วมในการทำนายพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้าน การบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง.....	67
5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	70
5.2 อภิปรายผลการวิจัย.....	71
5.3 ข้อเสนอแนะ.....	75
บรรณานุกรม.....	77

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก	
ผนวก ก. เอกสารรับรองคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย.....	87
ผนวก ข. เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	88
ผนวก ค. คำชี้แจงการพิทักษ์สิทธิ์กำลังพลในการเข้าร่วมวิจัย.....	89
ผนวก ง. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	91
ผนวก จ. รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล.....	107
ผนวก ฉ. ผลการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติถดถอยพหุคูณ แบบขั้นตอน.....	108
ประวัติผู้เขียน.....	110



สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
2.1 เกณฑ์การวินิจฉัยภาวะอ้วนลงพุง.....	14
2.2 เส้นรอบเอวของแต่ละประเทศที่บ่งถึงภาวะไขมันในช่องท้อง.....	15
3.1 จำนวนประชากรและขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มแบบมีระบบ จำแนกตามหน่วยงาน.....	42
4.1 จำนวนและร้อยละของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล.....	54
4.2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของกำลังพลที่มี ภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	55
4.3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	57
4.4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติ พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	59
4.5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความสามารถของตนเอง เกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	60
4.6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความรู้สึกรู้สึกคิด ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหารและ การออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	61
4.7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่าง บุคคลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหารและ การออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	63

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ทัศนคติพลด้านสถานการณ์ ต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร และการออกกำลังกายของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	64
4.9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทุกปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม สร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ของกำลังพลที่มีภาวะอ้วนลงพุงค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	66
4.10 ค่าอำนาจในการทำนายของตัวทำนายค่าพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายของกำลังพลที่มี ภาวะอ้วนลงพุง ค่ายนวมินทราชินี จังหวัดชลบุรี.....	67

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
2.1 พยาธิสรีรวิทยาของภาวะอ้วนลงพุง.....	16
2.2 แบบจำลองการสร้างเสริมสุขภาพฉบับปรับปรุง.....	31
2.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	39

