

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์** การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูก  
ของผู้สูงอายุชาย

**ผู้เขียน** นางสาวนันท์ทริกา เลิศเชิงกุล

**ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุก้าวัง ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ เอี่ยมจ้อย กรรมการ

#### บทคัดย่อ

ภาวะกระดูกพรุนเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของผู้สูงอายุ แม้จะไม่เกิดผลรุนแรงในระยะเริ่มต้น แต่จะส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุในทุกด้าน โดยเฉพาะเมื่ออาการรุนแรงมากขึ้น ซึ่งอาจทำให้ผู้สูงอายุได้รับอันตรายเกิดภาวะทุพพลภาพและเสียชีวิตได้ ภาวะกระดูกพรุนในผู้สูงอายุชายเป็นภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังที่สามารถชะลอและลดความรุนแรงได้ โดยผู้สูงอายุชายจะต้องมีการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกที่เหมาะสม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบหาความสัมพันธ์มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูก การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของผู้สูงอายุชายและอำนาจในการทำนายพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของผู้สูงอายุชาย โดยใช้กรอบแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender, 1996) กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุชายที่อาศัยอยู่ในเขตชนบท จังหวัดลำปาง จำนวน 200 ราย การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูก แบบสัมภาษณ์การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูก แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของผู้สูงอายุชายที่ผู้วิจัยและคณะกรรมการที่ปรึกษาได้สร้างขึ้นซึ่งได้รับการตรวจสอบความตรงตาม

เนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .96, .94 และ .93 ตามลำดับและได้ทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกและแบบสัมภาษณ์การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกโดยวิธีของคูเดอร์ ริชาร์ดสัน ใช้สูตร KR-20 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .93 และ .88 ส่วนแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของผู้สูงอายุชาย โดยใช้เทคนิคการทดสอบซ้ำ (test-retest method) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .92 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 84.0 มีคะแนนการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกอยู่ในระดับสูง คะแนนการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 49.0 และคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 57.0

2. การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .45$ ) การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = -.49$ )

3. การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกและการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 38.70 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .001

ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรทางด้านสุขภาพในการวางแผนกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกระดูกของผู้สูงอายุที่เหมาะสมต่อไป

**Thesis Title** Perceived Benefits, Perceived Barriers and Bone Health Promoting Behaviors  
Among Elderly Males

**Author** Miss Nuntharika Lertchawengkul

**Degree** Master of Nursing Science (Gerontological Nursing)

**Thesis Advisory Committee**

Assistant Professor Dr. Khanokporn Sucamvang Chairperson

Assistant Professor Wanpen Eamjoy Member

**ABSTRACT**

Osteoporosis is a significant public health problem among elderly males. The initial presentation is asymptomatic. But when the severity of symptoms increase it affects all aspects of elderly males and can result in disability or even death. Osteoporosis is a chronic disease among elderly males. Appropriate bone health promoting behaviors can delay bone deterioration and reduce osteoporosis severity. The purposes of this study were to investigate the relationships between perceived benefits and barriers of bone health promoting behaviors, and bone health promoting behaviors among elderly males, as well as the predictive power of these factors on the actual behaviors. The conceptual framework for this study was Pender's Health Promotion Model (Pender, 1996). Two hundred subjects were randomly selected using multistage sampling method from the elderly males residing in the rural area of Lampang province. The instruments for data collection were a demographic data recording form, structured interview questionnaire of perceived benefits of bone health promoting behaviors, perceived barriers to bone health promoting behaviors, and assessment of bone health promoting behaviors among elderly males developed by the researcher and advisory committee. The content validity of the instruments were tested and approved with the content validity index values of .96, .94 and .93 respectively.

The reliability of the questionnaires was also tested. The Kuder Richardson KR-20 of perceived benefits of bone health promoting behaviors questionnaire, perceived barriers to bone health promoting behaviors questionnaire were .93 and .88 respectively. The reliability of bone health promoting behaviors among elderly males using test-retest was .92. Data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's product moment correlation coefficient, and stepwise multiple regression.

The results revealed that:

1. Most subjects (84.0%) had a high level of perceived benefits of bone health promoting behaviors. Almost half of the subjects (49.0%) had a low level of perceived barriers to bone health promoting behaviors, and (57.0%) of the subjects had a moderate level of bone health promoting behaviors;
2. There was a statistically significant positive correlation between perceived benefits of bone health promoting behaviors and bone health promoting behaviors among elderly males ( $r = .45, p < .01$ ). There was a statistically significant negative correlation between perceived barriers to bone health promoting behaviors and bone health promoting behaviors among elderly males ( $r = -.49, p < .01$ ); and
3. Perceived benefits of bone health promoting behaviors and perceived barriers to bone health promoting behaviors could account for 38.70% of actual bone health promoting behaviors among elderly males at the .001 level of statistical significance.

The results can be used as baseline information for health personnel to plan activities that promote appropriate bone health promoting behaviors for elderly males.