

## พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลรามธิบดี

คิวาพร ทองสุข\* วท.ม. (พยาบาล)

พรรณวดี พุทธิวัฒน์\*\* วท.ด. (โภชนศาสตร์)

พิศสมัย อรทัย\*\*\* ค.ด. (วิธีวิทยาการวิจัยการศึกษา)

บทคัดย่อ: งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมและพฤติกรรมมารับประทานอาหารของนักศึกษาพยาบาลรามธิบดี และเปรียบเทียบพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกับพฤติกรรมมารับประทานอาหารระหว่างนักศึกษาพยาบาลรามธิบดีชั้นปีที่ 1-4 โดยใช้แบบจำลองการสร้างเสริมสุขภาพของเพนเตอร์เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย เก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2553 จำนวน 763 คน โดยใช้แบบวัดวิถีการดำเนินชีวิตเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และแบบสอบถามพฤติกรรมมารับประทานอาหารวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย และ one-way ANOVA ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยรวมทุกชั้นปีอยู่ในระดับปานกลางและคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมมารับประทานอาหารของนักศึกษาพยาบาลทั้ง 4 ชั้นปี ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมมารับประทานอาหารของนักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปีอยู่ในระดับเหมาะสมและคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมมารับประทานอาหารของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เหมาะสมกว่าชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยครั้งนี้เสนอแนะว่า ผู้บริหารหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตควรเร่งส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพดีขึ้น คงไว้ซึ่งการมีพฤติกรรมมารับประทานอาหารในระดับเหมาะสม และควรส่งเสริมสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง เพื่อเสริมสร้างความยั่งยืนของพฤติกรรม และเป็นแบบอย่างที่ดีในด้านสุขภาพ

คำสำคัญ: พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ พฤติกรรมมารับประทานอาหาร นักศึกษาพยาบาล

\*Corresponding author, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการพยาบาลพื้นฐาน โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล, E-mail: [rasto@mahidol.ac.th](mailto:rasto@mahidol.ac.th)

\*\*รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาการพยาบาลพื้นฐาน โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*\*ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการพยาบาลพื้นฐาน โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

## Health Promoting Behaviors of Ramathibodi Nursing Students

Siwaporn Thongsuk\* M.Sc. (Nursing)

Panwadee Putawatana\*\* D.Sc. (Nutrition)

Pisamai Orathai\*\*\* Ph.D. (Educational Research Methodology)

**Abstract:** The purposes of this research were to examine overall health promoting behaviors and eating behaviors of Ramathibodi nursing students and to compare the mean scores of health promoting behaviors and eating behaviors among Ramathibodi nursing students' years 1-4. Pender's Health Promotion Model was used as a conceptual framework. Seven hundred and sixty three students from Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University in the academic year 2010 were recruited to participate in the study. They were asked to respond to the Health Promoting Lifestyle Profile II, and the Eating Behavior Questionnaire. Descriptive statistics and one-way ANOVA were used for data analysis. Results showed that the overall of health promoting behavior scores of nursing students was at a moderate level and there were no statistical differences in the mean scores of health promoting behaviors among nursing students in years 1-4. The mean score of eating behavior of nursing students was at a suitable level and the mean scores of eating behaviors of nursing students in year 1 were more suitable than nursing students in year 2, year 3, and year 4. The findings in this study suggested that administrators who are involved with the Bachelor nursing curriculum should promptly enhance health promoting behaviors, maintain suitable eating behaviors, and develop health promoting environment in order to support sustainable behaviors of nursing students for being a good health role model.

**Keywords:** Health promoting behaviors, Eating behaviors, Nursing students

---

\*Corresponding author, Assistant Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University,

E-mail: [rasto@mahidol.ac.th](mailto:rasto@mahidol.ac.th)

\*\*Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*\*Assistant Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University