



## การวิจัยเชิงปริมาณ

**ชื่อโครงการ :** ประสิทธิภาพของการดำเนินงาน 10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

The Effectiveness of the 10 Inventions Packages for Health promotion in Working age

**ชื่อผู้วิจัยหลัก :** พญ.สาริษฐา สมทรัพย์

**ผู้ร่วมวิจัย :** 1. นางสาวจุฑารัตน์ ปฏิเวทย์

2. นายโกวิท เป็งวงศ์

**หน่วยงาน :** กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

**ประเภทการวิจัย** Descriptive cross section Study

**สาขาวิชาการและกลุ่มวิชาที่ทำการวิจัย** สาขาวิทยาศาสตร์การแพทย์ กลุ่มสาธารณสุข

**หลักการและเหตุผล:** สถานการณ์ของประชากรวัยทำงานทั่วโลก (ประชากรอายุระหว่าง 15-59 ปี) ประมาณ 1,900,000,000 คน จากสถิติขององค์การอนามัยโลกปี 2559 กำลังประสบปัญหาจากการทำงานที่ส่งผลกระทบต่อความไม่ปลอดภัยในการทำงาน และต่อภาวะสุขภาพ ก่อให้เกิดโรคต่างๆมากมาย ในอดีตที่ผ่านมา แม้ว่าทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ต่างเล็งเห็นความสำคัญของสุขภาพของประชากรวัยทำงาน โดยในส่วนของภาครัฐได้มีการพัฒนาทางด้านกฎหมาย ระเบียบปฏิบัติทางด้านสุขภาพ และความปลอดภัยของผู้ใช้แรงงาน มีการฝึกอบรมบุคลากรทางด้านอาชีวอนามัย และความปลอดภัย ในส่วนของภาคเอกชน ทั้งนายจ้าง ลูกจ้างได้ร่วมมือกันปฏิบัติตามกฎหมาย ระเบียบและข้อแนะนำต่างๆ เพื่อให้พ้นจากการบาดเจ็บ และโรคร้ายจากการทำงาน (Occupational diseases and Work related diseases ) แต่อย่างไรก็ตามประชากรวัยทำงานส่วนใหญ่ก็ยังเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพซึ่งเป็นโรคที่อาจป้องกันได้

สำหรับข้อมูลของประเทศไทยปี 2560 จากสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่า จำนวนแรงงานอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป มีประมาณ 56.08 ล้านคน โดยเป็นผู้ที่อยู่ในกำลังแรงงานหรือผู้ที่พร้อมที่จะทำงานประมาณ 37.75 ล้านคน ประกอบด้วยผู้มีงานทำ 37.2 ล้านคน ผู้ว่างงาน 420,000คน และผู้ที่รอฤดูกาล 1.12 ล้านคน ทั้งนี้ผู้มีงานทำ 37.2 ล้านคน ประกอบด้วยผู้ทำงานในภาคเกษตรกรรม 10 ล้านคน และนอกภาคเกษตรกรรม 27.2 ล้านคน ซึ่งจะเห็นได้ว่าประชากรวัยทำงาน (อายุ 15-59 ปี) เป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศ เป็นกลุ่มหลักที่ต้องทำหน้าที่ขับเคลื่อนประเทศ ดังนั้นการสร้างกระบวนการ การดำเนินการ การบริหารจัดการ การให้ความรู้และให้คำแนะนำเพื่อสร้างสุขภาพและสุขภาวะที่ดี ที่ทำให้ประชากรวัยทำงาน มีภาวะสุขภาพและสุขภาวะที่ดี ส่งผลทำให้เกิดประสิทธิภาพที่ดีของ

กำลังคนในการขับเคลื่อนความเจริญก้าวหน้าให้กับประเทศชาติ และลดภาระรายจ่ายด้านสุขภาพและการรักษาพยาบาลเมื่อเกิดความเจ็บป่วย จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการพัฒนาระบบ ตลอดจนกระบวนการทำงานให้มีประสิทธิภาพ สามารถเกิดการพัฒนาได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน ดังนั้นการศึกษาวิจัยเพื่อศึกษาถึงประสิทธิภาพของ10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จึงมีความจำเป็นเพื่อจะได้ทราบถึงความเป็นไปได้ ของการนำแนวทางดังกล่าวมาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพในระดับประเทศต่อไป

### วัตถุประสงค์ในการศึกษา

1. ทราบประสิทธิภาพของ10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จุดแข็ง จุดอ่อนของการดำเนินการ เพื่อนำไปสู่การพัฒนากระบวนการและแนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน
2. นำข้อมูลที่ได้จากศึกษาประสิทธิภาพของ10แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานไปทำข้อเสนอเชิงนโยบาย และวางแผนยุทธศาสตร์ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

### ขอบเขตในการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้ มีขอบเขต 2 ลักษณะ คือ

#### 1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และทบทวนวรรณกรรมต่างๆ โดยมุ่งศึกษาระดับการรับรู้ของประชากรวัยทำงานในการส่งเสริมสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุขรวมถึงศึกษาระดับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานที่พึงประสงค์ 4 ด้านตามหลักปฏิบัติของกรมอนามัย และหาแนวทางการสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลของคนวัยทำงาน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

#### 2. ขอบเขตประชากร

การศึกษาเชิงปริมาณ ได้แก่ ประชากรวัยทำงานในสถานประกอบการจากสถานประกอบการ 30 แห่งจาก 3 เขตสุขภาพ อันได้แก่ เขตสุขภาพที่ 4, 6, 10 ที่มีอายุระหว่าง 15-59 ปี ทั้งหมดจำนวน ..... คน ขนาดตัวอย่างที่ศึกษาเท่ากับ ..... คน

#### 3. ขอบเขตด้านพื้นที่

พื้นที่ที่ใช้ในการศึกษา

1.เขตสุขภาพน่านองอันได้แก่เขตสุขภาพที่ 4, 6, 10

2.สถานประกอบการที่มีเจตจำนงเข้าร่วมโครงการเขตสุขภาพละ10 สถานประกอบการ รวมจำนวน30 สถานประกอบการ

## นียมศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา

**ประสิทธิภาพการดำเนินงาน 10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน** หมายถึง ผลลัพธ์ของการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางส่งเสริมสุขภาพ 10 แนวทาง ได้แก่

1. หุ่นดี สุขภาพดี
2. จิตสดใส ใจเป็นสุข
3. ครอบครัวสดใส ใสใจดูแล
4. สูดยอดคุณแม่
5. เตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า พาชีวิวยืนยาว
6. พิชิตออฟฟิศซินโดรม
7. สถานประกอบการก้าวไกล ต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานต่างชาติ
8. สถานประกอบการดี ชีวีสดใส ไร้แอลกอฮอล์ บุหรี่
9. โรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ
10. สถานประกอบการปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดี มีสมดุลชีวิต

## ประโยชน์ที่จะได้รับ

- 1 มาตรการ เพื่อการ....
- 2 ข้อเสนอเชิงนโยบาย...
- 3 ตัวแบบหรือระบบ ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ
- 4

ได้ทราบประสิทธิภาพของ10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จุดแข็ง จุดอ่อนของการดำเนินการ เพื่อนำไปสู่การพัฒนากระบวนการและแนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนและนำข้อมูลที่ได้จากศึกษาประสิทธิภาพของ10แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานไปทำข้อเสนอเชิงนโยบาย และวางแผนยุทธศาสตร์ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

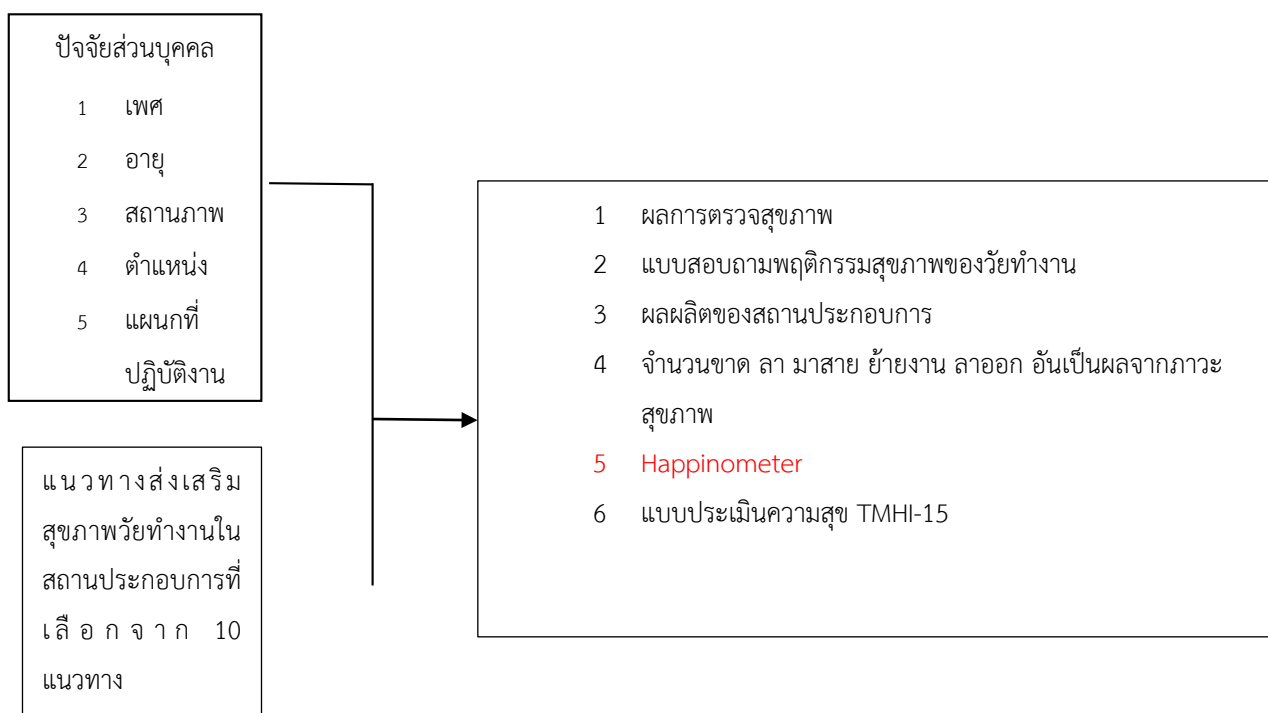
## บทที่ 2

### แนวคิด และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง “แนวทางการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานที่พึงประสงค์ 4 ด้านตามหลักปฏิบัติของกรมอนามัย เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต” ผู้ศึกษาได้ศึกษาจากเอกสารเกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดประสิทธิภาพของการดำเนินงาน
2. แนวคิดพฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior)
3. แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion)
4. แผนยุทธศาสตร์สุขภาพดีวิถีไทย พ.ศ. 2554-2563 ของกระทรวงสาธารณสุข
5. แผนยุทธศาสตร์ Prevention & Promotion Excellence (ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเป็นเลิศ) ของกระทรวงสาธารณสุข
6. ยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2560 – 2564 ของกรมอนามัย
7. การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
8. กรอบแนวคิดในการศึกษา

### กรอบแนวคิด



### บทที่ 3

#### ระเบียบวิธีการศึกษา

**การศึกษาเรื่อง** ประสิทธิภาพของการดำเนินงาน 10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) โดยกำหนดวิธีการศึกษา ดังนี้

#### วิธีการศึกษา

ประสิทธิภาพของการดำเนินงาน 10 แนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานเป็นการศึกษาในเชิงปริมาณ ดังนี้ การศึกษาในเชิงปริมาณ ข้อมูลทางสถิติ โดยจากการวิจัยสำรวจแบบวัดครั้งเดียว การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เครื่องมือแบบสอบถาม (Questionnaire) กับกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่เป้าหมายเพื่อตอบปัญหาคำวิจัย โดยรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Study) โดยการศึกษาจากแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารที่เกี่ยวข้องได้แก่ ตำรา หนังสือ เอกสารทางวิชาการ รายงานการประชุม วิทยานิพนธ์ บทความ กฎหมาย นโยบาย รายงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ที่เป็นบทความในเว็บไซต์ต่างๆ เพื่อนำมาใช้อ้างอิงประกอบการศึกษาให้สมบูรณ์

2. ศึกษาภาคสนาม (Field Study) การศึกษาภาคสนามในการสำรวจ (Survey Study) โดยการใช้แบบสอบถาม (Questionnaire)

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มประชากร คือ ประชากรวัยทำงานในสถานประกอบการจากสถานประกอบการ 30 แห่งจาก 3 เขตสุขภาพ อันได้แก่ เขตสุขภาพที่ 4, 6, 10 ที่มีอายุระหว่าง 15-59 ปี

ซึ่งมีขนาดกลุ่มประชากรที่ต้องการสำรวจจะอยู่ที่ ..... คน การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างในการสำรวจเพื่อให้ได้ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ของการสำรวจครั้งนี้ต้องอาศัยหลักสถิติโดยใช้สูตรการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบ.....

#### เกณฑ์การคัดเลือกประชากร (Inclusion criteria)

กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับประโยชน์ต่อการวิจัยหรือกลุ่มที่มีคุณสมบัติเหมาะสมที่จะเข้าสู่การวิจัย ได้แก่

1. สถานประกอบการที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 4,6,10

## 2. บุคคลากรในสถานประกอบการที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 4,6,10

### เกณฑ์การคัดออกประชากร (Exclusion criteria)

กลุ่มตัวอย่างที่ถูกคัดเลือกเข้าโครงการแล้ว แต่อาจมีอันตรายหรือโอกาสเสี่ยงกับผลแทรกซ้อนจากการวิจัยได้มากกว่าคนปกติหรือกลุ่มตัวอย่างรายอื่น เช่น

1. ผู้ให้ข้อมูลหลักที่ไม่สามารถให้ข้อมูลได้ เนื่องจากเหตุผลส่วนบุคคล เช่น เจ็บปวด เสียชีวิต กลับภูมิลำเนา

### เกณฑ์การยุติ (Terminal criteria)

การให้เลิกจากการวิจัย จะเกิดขึ้นเมื่อกลุ่มตัวอย่างหรือผู้ให้ข้อมูลหลักมีความประสงค์ที่จะหยุดให้ข้อมูล หรือขอถอนตัว

### การตระหนักถึงจริยธรรมในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้คำนึงถึงจริยธรรมในการวิจัยตลอดเวลาโดยให้ความละเอียดอ่อนต่อมิตติดังต่อไปนี้

1. หลักการเคารพในบุคคล (Respect for persons) ผู้ศึกษาจะให้การเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยในครั้งนี้ จากการไม่ใช้คำถามที่ล่วงล้ำในสิทธิความเป็นมนุษย์มาใช้จนเกินไป เพื่อเป็นการให้เกียรติในความเป็นมนุษย์ของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

2. หลักประโยชน์ ผู้ศึกษาจะทำการบอกเล่าถึงประโยชน์ในการวิจัยเรื่องนี้ให้แก่ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย โดยผู้วิจัยจะได้นำผลการศึกษาในครั้งนี้เกี่ยวกับแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมวัยทำงานที่พึงประสงค์ 4 ด้านไปนำเสนอกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยอย่างสูงสุด

3. หลักความโปร่งใส ผู้ศึกษาจะใช้การอธิบายหรือบอกเล่าถึงวัตถุประสงค์และรายละเอียดของการทำงานสารนิพนธ์ขึ้นนี้ให้แก่ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยได้ทราบถึงเนื้อหาและรายละเอียดที่สื่อสารกัน ซึ่งการอธิบายรายละเอียดทั้งหมดถือได้ว่าเป็นการขออนุญาตด้วยความสมัครใจของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

4. การรักษาความลับ (confidentiality) การวิจัยครั้งนี้ให้ความสำคัญกับการรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูลด้วยวิธีการดังต่อไปนี้ ไม่เปิดเผยชื่อ นามสกุลจริง ของผู้ให้ข้อมูลในรายงานวิจัย โดยใช้ชื่อเป็นนามสมมติแทน ไม่ระบุชื่อและสถานที่จริงของการเก็บข้อมูลภาคสนาม การเก็บรักษาข้อมูลให้เป็นความลับ โดยไม่เปิดเผยให้กับผู้อื่นนอกจากผู้วิจัยเท่านั้น เช่น ข้อมูลจากการสำรวจจะเก็บรักษาไว้ในที่ปลอดภัยเป็นความลับ

5. ความเป็นส่วนตัว (Privacy) การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการเก็บข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลในพื้นที่ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการที่มีความเป็นส่วนตัว ปราศจากการรบกวนจากบุคคลอื่น

6. การยินยอมพร้อมใจ (informed consent) ในเก็บข้อมูลทุกครั้งผู้วิจัยจะขออนุญาตในการเก็บข้อมูลและดำเนินการขอความยินยอมพร้อมใจในการให้ข้อมูลด้วยวิธีการขออนุญาตผ่านทางคำพูด

## เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ใช้แบบสอบถาม(Questionnaire) จำนวน 1 ชุด เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าจากแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารที่เกี่ยวข้องได้แก่ ตำรา หนังสือ เอกสารทางวิชาการ รายงานการประชุม วิทยานิพนธ์ บทความ กฎหมาย นโยบาย รายงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ที่เป็นบทความในเว็บไซต์ต่างๆ (Internet) และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา โดยให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบแบบสอบถามเอง โดยมีโครงสร้างของแบบสอบถามประกอบด้วย ข้อคำถามปลายปิด และปลายเปิด ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

**ส่วนที่ 1** ข้อมูลทั่วไปของประชากรวัยทำงาน คือ คำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ เป็นต้น ลักษณะข้อคำถามเป็นการทำเครื่องหมาย  $\sqrt{\quad}$  ลงในช่อง ( ) และเติมข้อความลงในช่องว่าง

**ส่วนที่ 2** ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการที่เลือกจาก 10 แนวทาง ได้แก่ 1 หน้าที่ สุขภาพดี 2 จิตสดใส ใจเป็นสุข 3 ครอบครัวสดใส ใสใจดูแล 4 สดุดคุณแม่ 5 เตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า พาชีวิตยืนยาว 6 พิชิตออฟฟิศซินโดรม 7 สถานประกอบการก้าวไกล ต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานต่างชาติ 8 สถานประกอบการดี ชีวิตสดใส ไร้แอลกอฮอล์ บุหรี่ 9 โรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ 10 สถานประกอบการปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี มีสมดุลชีวิต

**ส่วนที่ 3** ข้อมูลเกี่ยวกับการประเมินประสิทธิผลของการดำเนินงานก่อนและหลัง ได้แก่

1. ผลการตรวจสุขภาพอันได้แก่ ความดันโลหิตปกติหรือควบคุมได้ น้ำหนักปกติหรือในเกณฑ์ควบคุมได้ เส้นรอบเอวปกติหรือไม่เพิ่มขึ้น ดัชนีมวลกายปกติหรือไม่เพิ่มขึ้น จำนวนผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลในเลือดได้ ค่าไขมันในเลือดปกติหรือควบคุมได้และสุขภาพฟัน
2. แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงาน
3. ผลผลิตของสถานประกอบการ
4. จำนวนขาด ลา มาสาย ย้ายงาน ลาออก อันเป็นผลจากภาวะสุขภาพ
5. Happiness
6. แบบประเมินความสุข TMHI-15

### การตรวจสอบเครื่องมือ

ผู้ศึกษาได้สร้างแบบสอบถาม จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ไปตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) และตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability)

**1. การตรวจสอบความเที่ยงตรง(Validity)**ผู้ศึกษาได้สร้างเครื่องมือแบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถามขึ้น แล้วนำเครื่องมือดังกล่าวเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ได้แก่

1.1....

1.2 ....

## 1.3 ....

เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา (Content) และนำเสนอแนะมาปรับปรุงเครื่องมือเพื่อใช้ในการสุ่มตัวอย่างซึ่งผู้เชี่ยวชาญพิจารณาว่า ข้อคำถามแต่ละข้อ วัดได้ตรงตามสิ่งที่ต้องการวัดเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์การเรียนรู้มากน้อยเพียงใด โดยใช้เกณฑ์การประเมิน ดังนี้

ให้คะแนน +1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อสอบวัดวัตถุประสงค์/เนื้อหานั้น

ให้คะแนน 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อสอบวัดวัตถุประสงค์/เนื้อหานั้น

ให้คะแนน -1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อสอบไม่วัดวัตถุประสงค์/เนื้อหานั้น

แล้วนำข้อมูลที่ได้จากการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ หาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับวัตถุประสงค์หรือเนื้อหา (Index of Item-Objective Congruence หรือ IOC) จากสูตร

$$\text{สูตรการหาค่า IOC} = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ  $\sum R$  แทน ผลรวมของคะแนนการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

เกณฑ์การตัดสินค่า IOC ถ้ามีค่า 0.70 ขึ้นไป แสดงว่า ข้อคำถามนั้นวัดได้ตรงจุดประสงค์หรือตรงตามเนื้อหานั้น แสดงว่าข้อคำถามข้อนั้นใช้ได้ ซึ่งได้ค่า IOC ที่ ..... จึงถือว่าแบบสอบถามนี้ใช้ได้

**2. การตรวจสอบความเชื่อมั่น** ภายหลังจากการตรวจสอบความเที่ยงตรงและปรับปรุงข้อคำถามในแบบสอบถาม นักศึกษาได้นำแบบสอบถามไป Pre test กับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ชุด แล้วนำแบบสอบถามที่เก็บตัวอย่างมาทดสอบความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha Coefficient ของ Cronbach) ซึ่งต้องมีค่าความเชื่อมั่นตั้งแต่ 0.70 ขึ้นไปจึงจะยอมรับ

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาได้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยนำแบบสอบถามไปแจกให้กับกลุ่มเป้าหมาย จำนวน ..... ชุด โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. ทำหนังสือถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งหมด เพื่อขออนุญาตในการเก็บข้อมูล
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ให้แก่กลุ่มเป้าหมายทราบ และขอความร่วมมือตอบแบบสอบถาม
3. นำแบบสอบถามไปแจกให้แก่กลุ่มเป้าหมายในหน่วยงานต่างๆที่กำหนด
4. ดำเนินการแจกแบบสอบถามให้แก่กลุ่มเป้าหมาย เพื่อประเมินตามข้อคำถามในแบบสอบถาม หากกลุ่มเป้าหมายท่านใดมีข้อจำกัดในการอ่าน ผู้ศึกษาจะอ่านข้อคำถามให้และให้กลุ่มเป้าหมายตอบ และกรอกข้อมูลลงในแบบสอบถาม
5. ตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลหากมีแบบสอบถามไม่สมบูรณ์ดำเนินการสอบถามเพิ่มเติมให้ครบถ้วนสมบูรณ์



6. เก็บแบบสอบถามคืนเพื่อนำไปวิเคราะห์ต่อไป

ใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือน 8 เดือน (1 กุมภาพันธ์ 2562 ถึง 30 กันยายน 2562) และนำผลที่ได้ไปประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ (Statistical package for The Social Science : SPSS)

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาคั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ได้มาจัดระเบียบ ลงรหัส เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลแล้ว นำมาประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยใช้สถิติ ดังนี้

**ส่วนที่ 1** การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ เพื่ออธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานที่พึงประสงค์ 4 ด้าน โดยการทดสอบดังนี้

1. การทดสอบความสัมพันธ์โดยใช้ t-test ใช้วิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ระหว่างค่าเฉลี่ยของตัวแปรสองกลุ่ม ได้แก่ เพศ และสถานภาพสมรส โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติ (Statistical Significant) ที่ระดับ 0.05

2. การทดสอบความสัมพันธ์โดยใช้ F-test ใช้วิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ระหว่างค่าเฉลี่ยของตัวแปรสามกลุ่มขึ้นไป ได้แก่ อายุรายได้ ระดับการศึกษา ตำแหน่งงาน สถานที่ปฏิบัติงาน น้ำหนัก ส่วนสูง เส้นรอบเอว BMI และผลตรวจสุขภาพ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Anova) โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติ (Statistical Significant) ที่ระดับ 0.05

**ส่วนที่ 2** การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการที่เลือกจาก 10 แนวทาง ใช้การคำนวณค่ามัชฌิมเลขคณิต (Mean) หรือค่าเฉลี่ยในการอธิบายค่ากลางของคะแนนทั้งหมด ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

**ส่วนที่ 3** วิเคราะห์เกี่ยวกับข้อมูลเกี่ยวกับการประเมินประสิทธิผลของการดำเนินงานก่อนและหลัง

### การนำเสนอข้อมูล

สำหรับการนำเสนอข้อมูลนั้น ผู้ศึกษาจะนำเสนอในรูปแบบการบรรยายประกอบตารางโดยวิเคราะห์ตามประเด็นที่กำหนด

