

ชื่อวิทยานิพนธ์	การศึกษาพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของพระภิกษุ ในจังหวัดปัตตานี
ผู้เขียน	นางสนธนา สีฟ้า
สาขาวิชา	หลักสูตรและการสอน
ปีการศึกษา	2559

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed method research) ประเภท (Convergent Parallel Design) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของพระภิกษุการรับรู้ พฤติกรรม การสร้างเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคและการออกกำลังกาย สภาพปัญหาและอุปสรรคของพฤติกรรม การสร้างเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคและการออกกำลังกาย และศึกษาแนวคิดและนโยบายในการสร้างเสริมสุขภาพของพระภิกษุ ในด้านการบริโภคและการออกกำลังกายของพระภิกษุในจังหวัดปัตตานี กลุ่มตัวอย่างเชิงปริมาณเป็นพระภิกษุในจังหวัดปัตตานี จำนวน 196 รูป กลุ่มตัวอย่างเชิงปริมาณเป็นเจ้าคณะอำเภอในจังหวัดปัตตานี 6 รูป การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละค่าเฉลี่ยและการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรม การบริโภคอาหารของพระภิกษุ โดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.54 ซึ่งอยู่ในระดับไม่เคยปฏิบัติ พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภค อาหาร และพฤติกรรมออกกำลังกายของพระภิกษุ โดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.79 ซึ่งอยู่ในระดับไม่เคยปฏิบัติพฤติกรรมเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ปัญหาการบริโภคของพระภิกษุส่วนใหญ่มีการรับรู้ประโยชน์การบริโภคอาหารอยู่ในระดับมาก แต่พระภิกษุส่วนใหญ่ไม่ได้ปฏิบัติ เนื่องจากต้องฉันอาหารที่ญาติโยมนำมาถวาย ส่วนใหญ่เป็นอาหารประเภทไขมันสูง อุปสรรคการบริโภคของพระภิกษุส่วนใหญ่ มีการรับรู้อุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง และการฉันในแต่ละมื้อพระภิกษุสงฆ์ไม่สามารถที่จะเลือกเมนูอาหารได้ แต่เลือกฉันอาหารประเภทไขมันในปริมาณที่น้อยลง ปัญหาการออกกำลังกายของพระภิกษุส่วนใหญ่ มีการรับรู้ประโยชน์การออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก แต่พระภิกษุส่วนใหญ่ไม่ได้ปฏิบัติ เนื่องจากพระภิกษุมีข้อจำกัดในการออกกำลังกาย ไม่สามารถออกกำลังกายได้เหมือนบุคคลทั่วไป อุปสรรคการออกกำลังกายของพระภิกษุส่วนใหญ่มีการรับรู้อุปสรรคด้านการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง พระภิกษุออกกำลังกายได้โดยการเดินบิณฑบาต แต่เนื่องจากสถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดภาคใต้ ทำให้พระภิกษุไม่สามารถออกเดินบิณฑบาตได้ และวิธีการออกกำลังกายของพระภิกษุเป็นเพียงการขยับร่างกายตามกิจวัตรประจำวันเท่านั้น เจ้าคณะอำเภอในจังหวัดปัตตานี มีแนวคิดและนโยบายที่จะทำให้พระภิกษุตระหนักถึงการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง โดย ให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับดูแล

สุขภาพ ให้ความรู้ ส่งเสริมให้พระภิกษุเห็นความสำคัญของสุขภาพ เมื่อพระภิกษุเห็นความสำคัญ
ของสุขภาพตนเอง ก็จะทำให้เกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเอง

Prince of Songkla University
Pattani Campus

Thesis Title	The Study of Health Behavior of Monks in Promoting Pattani Province
Author	Mrs. Sonthna Sifa
Major Program	Curriculum and Instruction
Academic Year	2015

ABSTRACT

This research aimed to 1) study the health promoting behaviors on consuming and exercising of Thai Monks in Pattani 2) examine the perception of the health promoting behaviors on consuming and exercising of Thai Monks in Pattani 3) study the problems and obstacles of the health promoting behaviors on consuming and exercising of Thai Monks in Pattani. This research was conducted by using the Mixed Research Method. The random samples in this study included 196 monks in Pattani province. Data were collected by using questionnaire and in-depth interview of 6 monks. The data were analyzed by frequency, means, percentages, standard deviations.

The results reviewed that the mean score of overall health promoting behavior on consuming was at slightly level (mean = 1.54, SD = .67). As for the mean score of the overall exercising behavior was at slightly level as well (mean = .79, SD = .08). Regarding the perception of problem on consuming behavior among monks in Pattani, it was found that most of the monks perceived problem on consuming at moderate level. Though most of them perceived the problem, they did not carry out as they needed to consume only foods providing by folks which were mostly in fried food, contained a lot of fats, and made from coconut milk. They were unable to choose what they consumed; however, they attempted to reduce consuming food which was lots of fats instead. Concerning the perception of problem on exercising behavior, the result showed that most of the monks perceived problem on exercising at high level. Even though their perception of this problem was high, they still did not carry out in practice due to the fact that they were in limitation. They could not exercise like the general people. In addition, it was found that most of the monks perceived obstacle on exercising behavior at moderate level. They realized that monks could exercise through walking for food offering. However, they were unable to do so because of violent situations in the three border provinces of southern Thailand. Therefore, the way to exercise for them was just moving the body in their routine activities only.

Prince of Songkla University
Pattani Campus