

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรต่อการรับรู้สมรรถนะการออกกำลังกายของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์**The Correlation between Selected factors and Perceived of exercising efficacy in nursing students****ภาวดี ทองนพคุณ**

ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรร เพศ ความรู้ ประโยชน์ อุปสรรค และการรับรู้ความสามารถแห่งตนต่อการรับรู้สมรรถนะเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานีปีการศึกษา 2558 จำนวน 100 คน ขนาดกลุ่มตัวอย่างเลือกตามความสะดวก (Convenience Sampling)ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนมีนาคม-เมษายน เลือกประชากรทั้งหมดเป็นกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากกลุ่มประชากรขนาดไม่ใหญ่มาก รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล การรับรู้สมรรถนะเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การรับรู้ประโยชน์ ของการออกกำลังกาย การรับรู้อุปสรรคของการออกกำลังกาย และการรับรู้ความสามารถแห่งตน เครื่องมือผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยการวิเคราะห์ค่าความสอดคล้องภายใน ได้ค่าครอนบาคแอลฟาเท่ากับ 0.9 ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยด้านการรับรู้สมรรถนะการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=8.05$, $SD=2.564$) ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายในระดับดี ($\bar{X}=10.22$, $SD=1.467$) การรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย พบว่าอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=4.32$, $SD=0.56$) ส่วนการรับรู้อุปสรรคและความสามารถแห่งตน อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X}=1.8$, $SD=0.46$ และ $\bar{X}=1.89$, $SD=0.28$) ตามลำดับ และพบว่าเพศที่แตกต่างกันไม่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้สมรรถนะการออกกำลังกาย ในขณะที่ปัจจัยด้านความรู้และการรับรู้ความสามารถแห่งตนเกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับการรับรู้สมรรถนะการออกกำลังกาย ส่วนอุปสรรคของการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับการรับรู้สมรรถนะการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.204$, $p<.05$) และด้านประโยชน์ของการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับการรับรู้สมรรถนะการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=-.361$, $p<.01$)

คำหลัก: ปัจจัยคัดสรร การรับรู้สมรรถนะ การออกกำลังกาย นักศึกษาพยาบาล