

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
Abstract	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
รายการตาราง	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	2
คำถามการวิจัย	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
กรอบแนวคิด	3
ขอบเขตการวิจัย	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัย	5
แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ	5
รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์	6
วัยรุ่นกับการสร้างเสริมสุขภาพ	7
แนวทางการรับประทานอาหารที่เหมาะสมในวัยรุ่น	10
กลยุทธ์ในการสร้างเสริมสุขภาพ	12
ขอบเขตของการสร้างเสริมสุขภาพ	16
การจัดการเรียนการสอนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน	19
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	20
ประชากรกลุ่มตัวอย่าง	20
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	20
การแปลผลคะแนน	21
การหาความตรงและความเชื่อมั่นของเครื่องมือ	22
การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง	22
วิธีดำเนินการวิจัย	22
การเก็บรวบรวมข้อมูล	22
การวิเคราะห์ข้อมูล	23

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและการอภิปรายผล	24
ข้อมูลทั่วไป	24
อภิปรายผล	27
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย	32
ข้อเสนอแนะ	32
บรรณานุกรม	33
ภาคผนวก	36
ภาคผนวก ก	37
ภาคผนวก ข	38
แบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษา	38
ประวัติผู้วิจัย	44

รายการตาราง

ตาราง	หน้า
1. การแปรผลระดับคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ	21
2. จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ ชั้นปี คณะ สถานที่พัก และรายได้	24
3. ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ของกลุ่มที่เรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวันจำแนกตามรายด้านและโดยรวม	26
4. ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามรายด้านและโดยรวม	26
5. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพระหว่างกลุ่มที่ลงทะเบียนเรียน	27