

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยะลา เขต 1 กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย สรุปอภิปรายผล และข้อเสนอแนะตามลำดับ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษา ปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยะลา เขต 1
2. เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยต่างๆ ได้แก่ เพศ อาชีพหลักของมารดา ระดับการศึกษาสูงสุดของมารดา รายได้ของครอบครัวต่อเดือน และจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยะลาเขต 1

วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัยประกอบด้วยประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือในการวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยะลา เขต 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 ทั้งหมด 2 โรงเรียน จำนวน 1,228 คน กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 301.71 คน โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นอย่างมีสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งเป็น 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยะลา เขต 1 ภาคเรียนที่ 1 จำนวน 5 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง จำนวน 15 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเจตคติต่อการดูแลสุขภาพตนเอง จำนวน 15 ข้อ

ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามวัดพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง จำนวน 28 ข้อ เป็นแบบมาตรส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ ไม่เคยทำเลย ทำนานๆครั้ง ทำบางครั้ง ทำบ่อยครั้ง และทำทุกครั้ง

วิธีการเก็บข้อมูล

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลยะลา และโรงเรียนนิบงชนูปถัมภ์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขออนุญาตเก็บข้อมูล

2. ขอความร่วมมือครูประจำชั้นและนักเรียนเพื่อเก็บข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้

3. ดำเนินการแจกแบบสอบถามการเก็บข้อมูล โดยให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม โดยให้ทำพร้อมกันในห้องโดยขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอน และอาจารย์ประจำชั้น

4. ผู้วิจัยอธิบายวิธีตอบแบบสอบถามในแต่ละตอนให้นักเรียนฟังอย่างเข้าใจ และเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามเมื่อไม่เข้าใจในแต่ละข้อของแบบสอบถาม

5. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถาม แล้วนำมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูลที่ได้ นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ แล้วนำไปวิเคราะห์โดยวิธีการทางสถิติ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานใช้สถิติ t-test และ Oneway ANOVA ตามลักษณะของตัวแปร

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษายะลา เขต 1 สรุปผลได้ดังนี้

1. นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 285 คน จากจำนวน 300 คน ส่วนมากเป็นเพศหญิง อาชีพของมารดารับราชการ มารดาส่วนใหญ่ระดับการศึกษาปริญญาตรี รายได้ของครอบครัวต่อเดือน 10,000-20,000 บาท และมีสมาชิกในครอบครัว 4-5 คน

2. นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับสูง รองลงมา ระดับปานกลาง และระดับต่ำ
3. นักเรียนเกือบทั้งหมดมีเจตคติพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองที่ดี รองลงมา เจตคติปานกลาง และมีเจตคติที่ไม่ดี
4. นักเรียนมีพฤติกรรม การปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวม อยู่ในระดับทำบ่อยครั้ง
5. ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า
 - 5.1 นักเรียนที่มีเพศต่างกัน พบว่า มีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองด้านความรู้แตกต่างกัน ส่วนด้านเจตคติ การดูแลสุขภาพตนเอง และ ด้านการปฏิบัติ การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนไม่แตกต่างกัน
 - 5.2 นักเรียนที่มารดา มีอาชีพหลักต่างกัน พบว่า มีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียน ทั้ง 3 ด้านไม่แตกต่างกัน
 - 5.3 นักเรียนที่มารดา มีระดับการศึกษาต่างกัน พบว่า มีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนทั้ง 3 ด้านแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
 - 5.4 นักเรียนที่ครอบครัว มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน พบว่า มีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนทั้ง 3 ด้านไม่แตกต่างกัน
 - 5.5 นักเรียนที่มีสมาชิกในครอบครัวต่างกัน พบว่า มีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนทั้ง 3 ด้านไม่แตกต่างกัน

การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาเขต 1 และเพื่อเปรียบเทียบปัจจัยต่างๆ ได้แก่ เพศ อาชีพหลักของมารดา ระดับการศึกษาสูงสุดของมารดา รายได้ของครอบครัวต่อเดือน และจำนวนสมาชิกในครอบครัว ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง 285 คน จาก 300 คน ส่วนมากเป็นเพศหญิง รองลงมาคือเพศชาย

จากผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า

1. จากสมมติฐานที่ 1 ซึ่งกล่าวว่า เพศ มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกัน โดยเพศหญิงมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้องมากกว่าเพศชาย โดยส่วนใหญ่ นักเรียนเพศหญิงมีความสนใจในสุขภาพของตนเอง และมีความขยันในการ

อ่านหนังสือ ทำให้มีความรู้มากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ของ ฉัฐพงศ์ อนุวัตรรยง (2541 : บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเรื่องความรู้ ทัศนคติ การปฏิบัติเกี่ยวกับทัศนสุขภาพและดัชนีสภาวะอนามัยในช่องปาก ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 อำเภอเมือง จังหวัดระนอง และพบว่า นักเรียนหญิงมีความรู้และการปฏิบัติดีกว่าเพศชาย ส่วนด้านเจตคติในการดูแลสุขภาพตนเอง และด้านการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนในวัยนี้จะมี ความชอบ ความคิดที่แยกแยะสิ่งต่างๆ ได้ดี จึงทำให้นักเรียนชายและนักเรียนหญิง จึงไม่แตกต่างกัน ซึ่งใกล้เคียงกับการศึกษาของ นิลาภา จิระรัตนวรรณ และคณะ (2544 : 145) ศึกษาพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร พบว่าเพศมีความสัมพันธ์กับการศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. จากสมมติฐานที่ 2 ซึ่งกล่าวว่า อาชีพของมารดา มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ไม่แตกต่างกันทั้ง 3 ด้าน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า มารดาของนักเรียนแต่ละคนมีอาชีพที่ไม่เหมือนกัน แต่การดูแลด้านสุขภาพ เป็นหน้าที่ของมารดาทุกคน ที่ให้ความรักความห่วงใย และสร้างนิสัยที่ดีในการดูแลสุขภาพ และส่งผลให้ นักเรียนมีความรู้ เจตคติและการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพที่ไม่แตกต่างกัน

3. จากสมมติฐานที่ 3 ซึ่งกล่าวว่า ระดับการศึกษาของมารดา มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า แตกต่างกันทั้ง 3 ด้าน ทั้งนี้เป็นเพราะว่า มารดาที่มีความรู้สูง จะมีวิธีในการถ่ายทอดความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ ที่ถูกต้องให้แก่ นักเรียน และเอาใจใส่ดูแลสุขภาพของนักเรียน ที่ทำให้นักเรียนเกิดความรู้ที่ได้รับจาก มารดา มีเจตคติที่ดีในการดูแลสุขภาพตนเอง ทำให้มีการปฏิบัติตามสุขบัญญัติ 10 ประการ ซึ่ง แตกต่างจากมารดาที่มีการศึกษาน้อย ไม่เข้าใจในวิธีในการถ่ายทอดความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ ใให้กับนักเรียนได้อย่างถูกต้อง จึงทำให้มีความแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชัชวาล นฤพนธ์จิรกุล และนลินี มกรเสน(2539 : 64) ที่ศึกษา เรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จังหวัดสุพรรณบุรี และ พบว่า การศึกษาของบิดามารดาหรือผู้ปกครองเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพตามสุข บัญญัติแห่งชาติ และผลการศึกษา ของสกุณา บุญนรากร(2541 :บทคัดย่อ) ที่ศึกษา เรื่อง พฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพตนเองของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดกองการศึกษาเทศบาลเมือง นราธิวาส พบว่า ระดับการศึกษาของบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับการดูแลสุขภาพตนเอง

4. จากสมมติฐานที่ 4 ซึ่งกล่าวว่า รายได้ของครอบครัวต่อเดือน มีความสัมพันธ์ต่อ พฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ไม่ แตกต่างกันทั้ง 3 ด้าน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ารายได้ของครอบครัว เป็นส่วนหนึ่งที่มีความสำคัญใน

ครอบครัว ที่ส่งผลต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองแต่อย่างไรก็ตามการมีรายได้มากหากไม่มีการระมัดระวังเรื่องสุขบัญญัติแห่งชาติ ก็อาจทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจที่ผิดๆ ในการปฏิบัติตน และในปัจจุบันการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ ในเรื่องของการดูแลสุขภาพมีอย่างแพร่หลาย ทำให้เกิดการพัฒนาระบบการเรียนรู้และปลูกฝังพฤติกรรม การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง ซึ่งจากการวิจัยในครั้งนี้ศึกษาถึงนักเรียนในเมืองเป็นส่วนใหญ่ทำให้เกิดการรับรู้ถึงข่าวสารที่ง่าย และถึงแม้ครอบครัวมีรายได้น้อยก็สามารถหาสิ่งของที่มีประโยชน์มาทดแทนต่อการดูแลสุขภาพของตนเองได้ เพราะนั้น รายได้ของครอบครัวจึงไม่ส่งผลให้เกิดความรู้ เจตคติที่ดี และการปฏิบัติที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพของตนเอง จึงทำให้ไม่เกิดความแตกต่างกัน

5. จากสมมติฐานที่ 5 ซึ่งกล่าวว่า จำนวนสมาชิกในครอบครัว มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ไม่แตกต่างกัน ทั้ง 3 ด้านทั้งนี้เป็นเพราะว่า ถึงแม้หากจำนวนสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนจะมีมาก แต่จำนวนสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่แตกต่างกันมีการดูแลสุขภาพของตนเองที่ไม่ถูกต้อง ขึ้นอยู่กับความใส่ใจ ความรัก และความตระหนักรู้ต่อตนเองในการดูแลสุขภาพ หากครอบครัวมีความรู้ ความเข้าใจและปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีจะทำให้เกิดการเรียนรู้ พฤติกรรมทางสังคม

ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ปกครองและบุคคลที่เกี่ยวข้องควรที่จะให้ความสนใจ และตระหนักไปถึงการปลูกฝังในเรื่องเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้อง ซึ่งจะส่งผลให้พฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนดีขึ้น ซึ่งพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองมีผลต่อพฤติกรรม และอิทธิพลกับนักเรียนในอนาคตด้านต่างๆ เช่น พัฒนาการทางด้านร่างกาย และ พัฒนาการทางด้านอารมณ์ เป็นต้น พฤติกรรม การดูแลสุขภาพของแต่ละคนล้วนแต่มีความแตกต่างกันไป ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะปัจจัยด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพหรือ ประสบการณ์ที่ได้รับมา มีความแตกต่างกัน ดังนั้นพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้องของนักเรียนจึงมีความเกี่ยวข้องกับผู้ปกครอง ในการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรมีการให้ความรู้แนะนำหรือปลูกฝังวิธีการดูแลสุขภาพตนเองที่ถูกต้องให้กับนักเรียนอย่างต่อเนื่องและทั่วถึง เพื่อประเมินผลเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนเป็นระยะ 3 เดือน หรือ 6 เดือน ครั้ง โดยเน้นนักเรียนที่เป็นเพศชายเป็นกรณีพิเศษ

2. ควรสนับสนุนให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนกับมารดา
ที่มีการศึกษาในระดับต่ำ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนในเขตการศึกษาอื่น
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนในระดับ
เดียวกันกับเขตพื้นที่การศึกษาอื่นในจังหวัดยะลาต่อไป

Prince of Songkla University
Pattani Campus