

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุป

การศึกษาเรื่อง รูปแบบการบูรณาการการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์: กรณีศึกษาโรงเรียนจรรุศรบำรุง ปทุมธานี เขต 1 เป็นการศึกษา โดยวิธีการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบการบูรณาการการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ โรงเรียนจรรุศรบำรุง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปทุมธานี เขต 1 โดยนำแนวคิด PRECEDE Model มาประยุกต์ในการศึกษาวิจัยโดยเป็นกระบวนการวิเคราะห์พฤติกรรมและจัดดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ เป็นเวลาต่อเนื่อง 8 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้มีเพียงกลุ่มเดียว จำนวน 42 คน ซึ่งเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึง 6 โรงเรียนจรรุศรบำรุง โดยเลือกจากนักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ มีการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยแบบสอบถามซึ่งเป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน และทดลองใช้กับประชากรที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตามวิธีของ Cronbach ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปได้ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแต่ละส่วนอยู่ระหว่าง .60 - .85 จากนั้นนำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง สำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ, ค่าเฉลี่ย, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน, Paired Sample t – test, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นตารางประกอบคำพรรณนา ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

ปัจจัยด้านชีวิตสังคมของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 66.7 เพศหญิง ร้อยละ 33.3 ส่วนใหญ่มีอายุ 7 ปี ร้อยละ 21.4 รองลงมา คือ อายุ 11 ปี ร้อยละ 19.0 กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 มากที่สุด คือ ร้อยละ 21.4 รองลงมา คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 19.0 มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3 คน เป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 71.4 รองลงมา มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 4 คน คือ ร้อยละ 23.8 นักเรียนส่วนใหญ่ในครอบครัว มีมารดาหัว ร้อยละ 33.8 รองลงมา บิดาหัว ร้อยละ 22.5 รูปร่างของนักเรียนตามความคิดของนักเรียนเองส่วนใหญ่เห็นว่าตนเองมีรูปร่างท้วม ร้อยละ 33.3 รองลงมา คิดว่าตนเองอ้วน ร้อยละ 23.8 รายได้ผู้ปกครองของนักเรียน โดยเฉลี่ยต่อเดือนส่วนใหญ่มีรายได้ 15,000 บาทขึ้นไป

ร้อยละ 40.5 รองลงมามีรายได้ระหว่าง 10,000 ถึง 14,999 บาท คือ ร้อยละ 31.0 ส่วนใหญ่จำนวนเงินที่ผู้ปกครองให้ไปโรงเรียนวันละ 20 บาทขึ้นไป คือ ร้อยละ 95.2 รองลงมาอยู่ระหว่าง 15 ถึง 20 บาท คือ ร้อยละ 4.8 บุคคลที่มีหน้าที่ซื้ออาหารหรือประกอบอาหารในครัวเรือนของนักเรียน คือ บิดา และมารดา ร้อยละ 100.0

สรุปผลตามวัตถุประสงค์รวมและวัตถุประสงค์หลัก

รูปแบบการบูรณาการ การส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ โรงเรียนจรรุศรบำรุง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปทุมธานี เขต 1 มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ ดังนี้

1. รูปแบบการบูรณาการ การส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ โรงเรียนจรรุศรบำรุง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปทุมธานี เขต 1 มีประสิทธิผลต่อกลุ่มตัวอย่างหลังการทดลอง ซึ่งพบว่า

1.1 ปัจจัยนำ ได้แก่ ด้านความรู้ เจตคติ และค่านิยม ในเรื่องการเลือกรับประทานอาหารและการออกกำลังกาย หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีปัจจัยดังกล่าวดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1.1

1.2 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ความสะดวกที่นักเรียนจะสามารถซื้ออาหารต่าง ๆ มาบริโภค ความสะดวกในการซื้ออาหารจากแหล่งซื้ออาหารต่าง ๆ ความสะดวกที่นักเรียนจะสามารถหาอาหารรับประทานเองหลังการทดลอง การได้รับความสะดวกและสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีปัจจัยดังกล่าวดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1.2

1.3 ปัจจัยเสริม ได้แก่ นักเรียนได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายจากสื่อต่าง ๆ นักเรียนได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายจากบุคคลต่าง ๆ นักเรียนได้รับการสนับสนุนเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหารและออกกำลังกายจากบุคคลต่าง ๆ และการได้รับนโยบายส่งเสริมในด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีปัจจัย

ดังกล่าวดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1.3

1.4 ผลการดำเนินงานตามรูปแบบการบูรณาการ ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1.3

2. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการดำเนินงานตามรูปแบบการบูรณาการการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ก่อนและหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

การวิจัยในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงรูปแบบการบูรณาการที่แท้จริงของการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ โรงเรียนจรรุศรบำรุง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานี เขต 1 ซึ่งพบว่า ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ โรงเรียนจรรุศรบำรุง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานี เขต 1

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถนำไปใช้จัดกิจกรรมตามปัจจัยหลัก ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม เพื่อกระตุ้นให้เด็กนักเรียนเกิด ความรู้ เจตคติ ค่านิยม และการปฏิบัติตัวในการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ช่วยให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ เพื่อส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์

2. การจัดรูปแบบการบูรณาการ การส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ ควรให้ผู้บริหารโรงเรียน ครู ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และนักเรียน เห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ และนำรูปแบบการบูรณาการการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ไปจัดให้กับโรงเรียนอื่นในพื้นที่ต่าง ๆ โดยนำไปปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับทรัพยากรและพื้นที่ที่ดำเนินการต่อไป

3. การจัดรูปแบบการบูรณาการ การส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ ควรให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขมีส่วนร่วม จะได้มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องและจัดตั้งกลุ่มเพื่อส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ในโรงเรียน โดยใช้กระบวนการสนับสนุนทางสังคม มีการประสานงานและดำเนินการเชิงรุกกับหน่วยงานที่รับผิดชอบในพื้นที่

4. ควรมีการติดตามประเมินผล การปฏิบัติงานดังกล่าวเป็นระยะ ๆ เพื่อทราบความยั่งยืนของการส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

1. การศึกษาครั้งนี้ศึกษาเฉพาะเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ โรงเรียนจรรุศรบำรุง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปทุมธานี เขต 1 เท่านั้น ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบในเด็กโรงเรียนอื่น ๆ หรือระดับชั้นอื่นเพื่อให้ครอบคลุมลักษณะเฉพาะหรือวัฒนธรรมของโรงเรียนแต่ละระดับ

2. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการจัดอบรมผู้ประกอบการในโรงเรียนและผู้ปกครองในเรื่องการปรุงและประกอบอาหารและอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กนักเรียนให้อยู่ในรูปแบบถ้วย

3. การวิจัยในครั้งนี้ใช้แบบสอบถามเพียงอย่างเดียวในการรวบรวมข้อมูล แม้จะถามข้อมูลได้ค่อนข้างกว้าง แต่อาจมีจุดอ่อนที่ไม่สามารถศึกษาในทางลึกได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรใช้วิธีการอื่น ๆ ร่วมด้วย เพื่อให้การวิจัยมีเนื้อหาที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น เช่น การวิจัยเชิงคุณภาพ