

การศึกษาเรื่อง ภาวะสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนที่เข้าร่วม และไม่เข้าร่วม โครงการ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ : ศึกษาเฉพาะกรณี โรงเรียนในเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่อยู่ในโรงเรียนที่เข้าร่วมและไม่เข้าร่วมโครงการ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่อยู่ในโรงเรียนที่เข้าร่วมและไม่เข้าร่วมโครงการ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 2 และ 3 ของโรงเรียนในเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร จำนวน 390 คน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) Independent t-test และ F-test (One-way ANOVA)

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ส่วนมากศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ได้รับค่าอาหารวันละ 51-100 บาท มีบิดาจบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า และมีมารดาจบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า บิดาและมารดาประกอบอาชีพรับจ้าง รูปร่างของบิดาและมารดามีลักษณะสมส่วน/พอดี

2. พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย และความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียนมีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารที่ดี

3. นักเรียนมีภาวะสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

4. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพของนักเรียน ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย ทัศนคติที่ดีต่อการบริโภคอาหาร การศึกษาของบิดาและมารดา อาชีพของบิดาและมารดา และรูปร่างของบิดาและรูปร่างของมารดา

5. ภาวะสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนที่เข้าร่วมและไม่เข้าร่วมโครงการ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

ควรมีการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ภายในโรงเรียน หรือจัดกิจกรรมขึ้นเพื่อเป็นการให้ความรู้กับนักเรียนในเรื่องที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. การควบคุมร้านค้าภายในโรงเรียนไม่ให้มีการจำหน่ายสินค้าประเภทขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน/น้ำอัดลม และไอศกรีม แก่นักเรียน

2. การจัดกิจกรรมหรืออบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติ 10 ประการ พร้อมกับแจกสมุดบันทึกการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติ 10 ประการให้แก่นักเรียน เพื่อนำมาประเมินภาวะสุขภาพของนักเรียนเมื่อสิ้นภาคการศึกษา

3. จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับนักเรียน

The purpose of the survey was twofold : (1) to compare the health condition between secondary school student participants and non-participants in the Health Promotion School project and (2) to identify the factors related to their health condition.

A questionnaire was employed to collect the data from 390 students in Matthayomsuksa 2 and 3 at schools in Bangkhen District, Bangkok. The data was analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, independent t-test, and F-test (One-way ANOVA). The findings were summarized below.

1. Most of the students in the study were male and were in Matthayomsuksa 2. They got 51-100 baht for lunch. Their fathers had a Bachelor's degree or higher, and so did their mothers. The fathers and the mothers were engaged in general employment. Their figures were neither fat nor skinny.

2. The students' food consumption and exercising behavior, and their knowledge and understanding of nutrition were found to be moderate. The students had a good attitude toward nutritious food consumption.

3. Overall, the students are moderately healthy.

4. The factors significantly related to their health condition were food consumption, exercising behavior, attitude toward food consumption, education of the father and that of the mother, the father's and the mother's occupation, the father's figure and the mother's figure.

5. No significant difference was found in health condition between the secondary school student who participated in the Health Promotion School project and those who didn't.

Recommendations

The internal school environment should be improved and activities held to provide students with related knowledge. The following should be done.

1. The shops in the school should be controlled so that they will not sell junk foods (e.g. snacks, sweet drinks, bottled drinks, and ice-cream).

2. Activities or training should be held to provide the students with the knowledge of 10 health principles. A book for recording their practice in line with the 10 health principles should be distributed to the students in order to use the data for evaluation at the end of the semester.

3. An activity to promote students' exercising should be held.