

3736556 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : สุขศึกษา : วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร)

คำสำคัญ : โรคอ้วน / ความสามารถตนเอง / วัยรุ่นตอนต้น

กัญยารัตน์ กุญสุวรรณ : ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาในการควบคุมน้ำหนักวัยรุ่นตอนต้น (อายุ 10-12 ปี) ที่เป็นโรคอ้วน ในกรุงเทพมหานคร (THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION PROGRAM ON WEIGHT CONTROL AMONG OBESE EARLY ADOLESCENTS (AGED 10-12 YEARS) IN BANGKOK) กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : ชนัญฐ์ วโรทัย Dr.P.H., วสันต์ ศิลปสุวรรณ Dr.P.H., วิชัย ดันไพจิตร Ph.D., คุณฉวี สุทธิปริยาศรี Ph.D. 229 หน้า ISBN 974-664-088-7

วัตถุประสงค์หลักในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาในการควบคุมน้ำหนักวัยรุ่นตอนต้นที่เป็นโรคอ้วน อายุระหว่าง 10-12 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยได้ประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองและแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองในการวางแผนดำเนินกิจกรรมสุขศึกษา

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรคอ้วนที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม โดยกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนอนุบาลวัดปริณายก จำนวน 50 คน เป็นกลุ่มทดลอง กลุ่มเปรียบเทียบจากโรงเรียนอนุบาลวัดอัมรินทร์ราชมาร จำนวน 48 คน ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีน้ำหนักตัวเมื่อเทียบกับส่วนสูงแล้วอยู่ในเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 97 ขึ้นไป ซึ่งเป็นค่ามาตรฐานของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2530

วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลของการปฏิบัติและการปฏิบัติเพื่อควบคุมน้ำหนัก น้ำหนักตัว ความหนาของรอยพับไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนซ้ายด้านหลังและเส้นรอบวงกึ่งกลางต้นแขนซ้าย ใช้เวลาในการศึกษาทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถามด้วยตนเอง การประเมินภาวะโภชนาการใช้การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง การวัดความหนาของรอยพับไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนซ้ายด้านหลัง และการวัดเส้นรอบวงกึ่งกลางต้นแขนซ้าย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย Paired t-test, t-test and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient. ผลการศึกษา พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลของการปฏิบัติ การปฏิบัติตนเพื่อควบคุมน้ำหนักถูกต้องเพิ่มขึ้น ในขณะที่น้ำหนักตัว ความหนาของไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนซ้าย และเส้นรอบวงกึ่งกลางต้นแขนซ้ายลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) โดยที่แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนเพื่อควบคุมน้ำหนัก น้ำหนักตัว ความหนาของรอยพับไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนซ้ายด้านหลัง และเส้นรอบวงกึ่งกลางต้นแขนซ้ายลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.05$) จากผลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าการจัดโปรแกรมสุขศึกษาในครั้งนี้ มีผลทำให้กลุ่มทดลองสามารถควบคุมน้ำหนักได้ จึงควรพิจารณานำโปรแกรมสุขศึกษานี้ไปประยุกต์ใช้ในการควบคุมน้ำหนักในระยะเวลาที่ยาวนานขึ้น เพื่อศึกษาความยั่งยืนของพฤติกรรมควบคุมน้ำหนัก ในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้นต่อไป