

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำนวน 300 คน ตั้งแต่วันที่ 1 พฤศจิกายน-20 ธันวาคม 2553 ผลการศึกษาวิจัยนำเสนอตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ 3 เจตคติต่อการดูแลตนเองของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ 4 การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการดูแลตนเองของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ 6 ผลการทดสอบสมมติฐาน

ตอนที่ 1 ลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำนวน 300 คน จำแนกตาม เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และรายได้ของครอบครัว มีรายละเอียดดังแสดงในตาราง 2 ดังต่อไปนี้

ตาราง 2

จำนวน และร้อยละของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำแนกตาม เพศ
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และรายได้ของครอบครัว

ลักษณะปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	132	44.0
หญิง	168	56.0
รวม	300	100.0
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
ต่ำกว่า 2.00-2.99	87	29.0
3.00-4.00	213	71.0
รวม	300	100.0
รายได้ของครอบครัว(บาท/เดือน)		
ต่ำกว่า 20,000 บาท	63	21.0
20,001-30,000 บาท	60	20.0
30,001-40,000 บาท	55	18.30
40,001 บาทขึ้นไป	122	40.70
รวม	300	100.0

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 168 คน คิดเป็นร้อยละ 56.00 ส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 3.00-4.00 จำนวน 213 คน คิดเป็นร้อยละ 71.00 และนักเรียนส่วนใหญ่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือน 40,001 บาทขึ้นไป จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 40.70

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของนักเรียน
โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตาราง 3

จำนวน และร้อยละของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำแนกตามระดับ
ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง

ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง	129	43.0
ระดับปานกลาง	150	50.0
ระดับต่ำ	21	7.0
รวม	300	100.0

จากตาราง 3 เมื่อพิจารณาระดับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองส่วนใหญ่ พบว่า
นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในระดับปานกลาง จำนวน 150 คน คิดเป็น
ร้อยละ 50.00 รองลงมา ระดับสูงและระดับต่ำจำนวน 129 คนและ 21 คน คิดเป็นร้อยละ
43.00 และ 7.00 ตามลำดับ



ตอนที่ 3 เจตคติต่อการดูแลตนเองของนักเรียน
โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตาราง 4

จำนวน และร้อยละของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำแนกตามเจตคติต่อการดูแลตนเอง

เจตคติต่อการดูแลตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับดีมาก	0	0
ระดับดี	204	68.0
ระดับปานกลาง	92	30.67
ระดับไม่ดี	3	1.0
ระดับไม่ดีย่างยิ่ง	1	0.33
รวม	300	100.0

จากตาราง 5 เมื่อพิจารณาเจตคติต่อการดูแลตนเอง พบว่า นักเรียนเจตคติต่อการดูแลตนเองในระดับดี จำนวน 204 คน คิดเป็นร้อยละ 68.0 รองลงมา คือ นักเรียนมีเจตคติระดับปานกลาง ระดับไม่ดี และระดับไม่ดีย่างยิ่ง จำนวน 92 คน 3 คน และ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 30.67 , 1.0 และ 0.33 ตามลำดับ

ตาราง 5

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับเจตคติของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัด นครปฐม จำแนกตามเจตคติต่อการดูแลตนเองรายข้อ

เจตคติต่อการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับเจตคติ
1. การเจ็บป่วยไม่ได้เกิดจากดวงชะตาไม่ดี	3.95	1.07	ดี
2. บุคลิกภาพที่ดี ไม่ได้เกิดจากการแต่งกายด้วย เสื้อผ้าราคาแพง	3.98	.97	ดี
3. การไม่รับประทานอาหารเมื่อเช้า ส่งผลเสียต่อ สุขภาพ	4.41	.91	ดี
4. การรับประทานเนื้อสัตว์ที่สุก ๆ ดิบ ๆ อาจทำให้ร่างกายได้รับเชื้อพยาธิ	4.47	.68	ดี
5. การสวดมนต์และนั่งสมาธิก่อนนอนทำให้นอนหลับดีและมีสมาธิในการเรียน	4.28	.79	ดี
6. การอ่านหนังสือมาล่วงหน้าก่อนที่ครูจะสอน ทำให้เข้าใจบทเรียนดีขึ้น	4.36	.77	ดี
7. การเจริญสมาธิช่วยรักษาโรคและแก้ปัญหา ความเครียด	3.99	.78	ดี
8. การดัดแปลงของเหลือใช้ให้กลับมาใช้ ประโยชน์ได้ เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์ และประหยัดค่าใช้จ่าย	4.25	.78	ดี
9. การเจ็บป่วยบางครั้ง อาจมีสาเหตุมาจากการที่ อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี	4.30	.69	ดี
10. พ่อแม่เป็นผู้ให้คำปรึกษาทุกปัญหาที่ดีที่สุด	4.26	.81	ดี
11. หากออกกำลังกายเป็นประจำอยู่แล้ว ก็ จำเป็นต้องตรวจสุขภาพประจำปี	4.23	.79	ดี
12. การรู้จักผ่อนคลายความเครียด ช่วยให้มีความสุขทางจิตดี และใบหน้าสดใส	4.45	.69	ดี
13. การศึกษาเรื่องพิษภัยของยาเสพติด เป็น วิธีการป้องกันตนเองจากยาเสพติดที่ดีที่สุด	4.05	.92	ดี

ตาราง 5 (ต่อ)

เจตคติต่อการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับเจตคติ
14. การนอนหลับที่น้อยกว่า 6 ชั่วโมงในแต่ละวัน ส่งผลเสียต่อพัฒนาการด้านสติปัญญา	3.98	.97	ดี
15. การรับประทานผักสวนครัวที่ปลูกเอง เป็นการป้องกันโรคจากสารพิษในผักได้	4.34	.72	ดี
16. ความรัก ความอบอุ่นในครอบครัวสามารถป้องกันปัญหาเสพติดได้	4.44	.74	ดี
17. เราสามารถดูแลสุขภาพตนเองให้แข็งแรง ด้วยการติดตามข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพเป็นประจำ	3.99	.83	ดี
18. สภาวะสุขภาพ เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเป็นสำคัญ	4.23	.67	ดี
19. การยึดถือค่านิยมเรื่องการรักนวลสงวนตัว เป็นการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	4.47	.70	ดี
20. การมีเพื่อนร่วมทางหรือเดินทางกันเป็นกลุ่ม ช่วยป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศได้	4.23	.79	ดี
รวม	4.23	.80	ดี

จากตาราง 5 เจตคติต่อการดูแลตนเองของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม โดยภาพรวม พบว่า นักเรียนมีเจตคติอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.23, SD = .80$) เมื่อพิจารณาข้อคำถามรายข้อ พบว่า นักเรียนมีเจตคติระดับดีทุกข้อ โดยมีข้อ 4 การรับประทานเนื้อสัตว์ที่สุก ๆ ดิบ ๆ อาจทำให้ร่างกายได้รับเชื้อพยาธิ ($\bar{X} = 4.47, SD = .68$) และ ข้อ 19 การยึดถือค่านิยมเรื่องการรักนวลสงวนตัว เป็นการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ($\bar{X} = 4.47, SD = .70$) และเจตคติระดับดีที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ ข้อ 1 การเจ็บป่วยไม่ได้เกิดจากดวงชะตาไม่ดี ($\bar{X} = 3.95, SD = 1.07$)

ตอนที่ 4 การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองของนักเรียน
โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตาราง 6

จำนวน และร้อยละของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำแนกตามการได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง

การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับมาก	21	7.0
ระดับปานกลาง	232	77.33
ระดับค่อนข้างน้อย	45	15.0
ระดับน้อย	2	0.67
รวม	300	100.0

จากตาราง 6 เมื่อพิจารณาการได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง พบว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม ส่วนใหญ่ได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองในระดับปานกลาง จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 77.33 รองลงมาระดับค่อนข้างน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 15.0 ระดับมาก จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 7.0 และระดับน้อย 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.67 ตามลำดับ

ตาราง 7

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองรายข้อ
ของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับการได้รับ คำแนะนำ ในการดูแลตนเอง
1. ท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองจาก บุคลากรทางการแพทย์	1.86	.79	ปานกลาง
2. ท่านทราบประโยชน์ของการดูแลตนเองจากครู อาจารย์	2.02	.67	ปานกลาง
3. เพื่อนแนะนำให้ท่านอ่านหนังสือการ์ตูนเพื่อคลาย เครียด	1.68	.84	ปานกลาง
4. ท่านทราบวิธีการใช้ยาที่ถูกต้องจากเภสัชกร	1.91	.83	ปานกลาง
5. ท่านทราบวิธีการคลายเครียดจากสื่อโฆษณา	1.73	.87	ปานกลาง
6. ท่านเคยอ่านฉลากยาแล้วทราบว่ายายบางชนิด ทำให้ง่วงนอน	2.28	.81	ปานกลาง
7. บุคคลในครอบครัวแนะนำให้ท่านคิมน้ำเกลือแร่ เมื่อเกิดอาการท้องร่วง	2.20	.83	ปานกลาง
8. ท่านทราบวิธีการรักษาผิวหนังจากรายการ โทรทัศน์	1.90	.88	ปานกลาง
9. ครูแนะนำวิธีใช้ยาปฏิชีวนะที่ถูกต้องให้แก่ท่าน	1.53	.91	ปานกลาง
10. พ่อแม่แนะนำให้ท่านนั่งสมาธิ	1.77	1.01	ปานกลาง
11. ท่านทราบวิธีประดิษฐ์ของใช้เองจากรายการ โทรทัศน์	1.73	.86	ปานกลาง
12. ท่านรู้จักโรคชนิดใหม่ๆจากอินเทอร์เน็ต	1.92	.84	ปานกลาง
13. ท่านเล่นกีฬาตามที่เพื่อนแนะนำ	1.67	.88	ปานกลาง
14. ท่านได้รับคำแนะนำจากครูเกี่ยวกับการเดินทาง เพื่อให้เกิดความปลอดภัย	1.92	.72	ปานกลาง
15. ครูแนะนำว่าอาหารบางชนิดสามารถรักษาอาการ ป่วยได้	2.01	.74	ปานกลาง

ตาราง 7 (ต่อ)

การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับการได้รับ คำแนะนำ ในการดูแลตนเอง
16. ท่านได้รับคำแนะนำว่าการทำสมาธิ ช่วยให้จิตใจ สงบ และคิดหาทางแก้ปัญหาได้	2.35	.68	ปานกลาง
17. ครูแนะนำให้ท่านออกกำลังกายเพื่อช่วยรักษา โรคประจำตัว เช่น โรคภูมิแพ้	1.96	.75	ปานกลาง
18. ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านออกกำลังกายเพื่อผ่อนคลาย ความเครียด	2.10	.83	ปานกลาง
19. ท่านทราบวิธีป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากครู	2.14	.72	ปานกลาง
20. ท่านได้รับความรู้เรื่องอาหารและยาจากการ โฆษณาทางโทรทัศน์	1.93	.81	ปานกลาง
รวม	1.93	.81	ปานกลาง

จากตาราง 7 เมื่อพิจารณาการได้รับความแนะนำในการดูแลตนเองโดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 1.93, SD = .81$) แต่เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลางเกือบทุกข้อ ยกเว้น ข้อ 2 คือ ท่านทราบประโยชน์ของการดูแลตนเองจากครู อาจารย์ ($\bar{X} = 2.02, SD = .67$) ข้อ 6 คือ ท่านเคยอ่านฉลากยาแล้วทราบว่ายาบางชนิดทำให้ง่วงนอน ($\bar{X} = 2.28, SD = .81$) ข้อ 7 คือ บุคคลในครอบครัวแนะนำให้ท่านดื่มน้ำเกลือแร่เมื่อเกิดอาการท้องร่วง ($\bar{X} = 2.20, SD = .83$) ข้อ 15 คือ ครูแนะนำว่าอาหารบางชนิดสามารถรักษาอาการป่วยได้ ($\bar{X} = 2.01, SD = .74$) ข้อ 18 คือ ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านออกกำลังกายเพื่อผ่อนคลายความเครียด ($\bar{X} = 2.01, SD = .83$) และข้อ 19 คือ ท่านทราบวิธีป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จากครู ($\bar{X} = 2.14, SD = .72$) ทั้งนี้ การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองระดับมากที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 16 ท่านได้รับคำแนะนำว่าการทำสมาธิช่วยให้จิตใจสงบ และคิดหาทางแก้ปัญหาได้ ($\bar{X} =$

2.35, $SD = .68$) ส่วนการได้รับคำแนะนำที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดได้แก่ ข้อ 9 ครูแนะนำวิธีใช้ยาปฏิชีวนะที่ถูกต้องให้แก่ท่าน ($\bar{X} = 1.53, SD = .91$)

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการดูแลตนเองของนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตาราง 8

จำนวน และร้อยละของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม จำแนกตามระดับพฤติกรรมการดูแลตนเอง

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ระดับดีมาก	25	8.33
ระดับดี	251	83.67
ระดับปานกลาง	21	7.0
ระดับไม่ดี	3	1.0
รวม	300	100.00

จากตาราง 8 เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการดูแลตนเอง พบว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับดี จำนวน 251 คน คิดเป็นร้อยละ 83.67 รองลงมา คือ ระดับดีมาก จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 8.33 ระดับปานกลาง จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 7.0 และระดับไม่ดี จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 ตามลำดับ

ตาราง 9

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมการดูแลตนเองรายด้าน

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับพฤติกรรม การดูแลตนเอง
1. ด้านสุขภาพกาย	2.12	.82	ดี
2. ด้านสุขภาพจิต	2.23	.73	ดี
3. ด้านการเรียน	1.90	.81	ดี
4. ด้านเศรษฐกิจ	1.93	.84	ดี
รวม	2.05	.86	ดี

จากตาราง 9 เมื่อพิจารณาระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยภาพรวม พบว่าอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.05, SD = .86$) แต่เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า พฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.93, SD = .84$) และพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.92, SD = .89$)

ตาราง 10

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และพฤติกรรมการดูแลตนเองรายข้อของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับ พฤติกรรม การดูแล ตนเอง
ด้านสุขภาพกาย			
1. ข้าพเจ้าไม่สูบบุหรี่	2.76	0.76	ดีมาก
2. ข้าพเจ้าแปรงฟันหรือบ้วนปากทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร	1.99	0.82	ดี
3. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่สุก สะอาด	2.42	0.72	ดี
4. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารตรงเวลา	2.00	0.76	ดี

ตาราง 10 (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับ พฤติกรรม การดูแล ตนเอง
5. ข้าพเจ้าล้างมือให้สะอาดหลังจากใช้ส้วมทุกครั้ง	2.43	0.79	ดี
6. ข้าพเจ้าหมั่นสังเกตความผิดปกติของเหงือกและฟัน	2.09	0.75	ดี
7. ข้าพเจ้ารับประทานผัก ผลไม้เพื่อช่วยในการขับถ่าย	2.21	0.74	ดี
8. ข้าพเจ้าตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง	1.52	1.02	ดี
9. ข้าพเจ้าพักผ่อนมากขึ้นเมื่อมีอาการป่วย	2.35	0.76	ดี
10. ข้าพเจ้ารับประทานยาที่แพทย์สั่งจนหมดแม้ว่าอาการ จะเป็นปกติแล้ว	1.96	0.88	ดี
11. ข้าพเจ้าดื่มนมทุกวัน	2.10	0.87	ดี
12. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างน้อย สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละไม่ต่ำกว่า 30 นาที	1.62	0.92	ดี
13. ข้าพเจ้าดื่มน้ำสะอาดวันละ 8-10 แก้ว	2.00	0.82	ดี
14. ข้าพเจ้าชั่งน้ำหนักเดือนละ 1 ครั้ง	1.99	0.92	ดี
15. ข้าพเจ้ารับประทานยาที่ได้รับจากแพทย์หรือเภสัชกร เท่านั้น	2.13	0.81	ดี
16. ข้าพเจ้าถ่ายอุจจาระทุกวัน	2.30	0.79	ดี
17. ข้าพเจ้าผ่อนคลายความเครียดด้วยการทำกิจกรรม ที่สนใจ	2.52	0.71	ดีมาก
18. ข้าพเจ้าสวมหมวกนิรภัยทุกครั้งที่ใช้รถจักรยานยนต์	1.75	0.98	ดี
รวม	2.12	0.82	ดี
ด้านสุขภาพจิต			
19. ข้าพเจ้ายินดีกับผลการเรียนที่ดีของเพื่อน	2.53	0.60	ดีมาก
20. ข้าพเจ้าชอบทำงานร่วมกับเพื่อน ๆ	2.36	0.75	ดี
21. ข้าพเจ้าชอบที่ได้ช่วยเหลือผู้ที่ด้อยโอกาส	2.30	0.72	ดี
22. ข้าพเจ้ามองโลกในแง่ดี	2.26	0.75	ดี
23. ข้าพเจ้าควบคุมอารมณ์โกรธของตนเองได้	2.06	0.71	ดี

ตาราง 10 (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับ พฤติกรรม การดูแล ตนเอง
24. ข้าพเจ้าฝึกฝนตนเองให้เป็นคนมีความเชื่อมั่นใน ตนเอง	2.04	0.73	ดี
25. ข้าพเจ้าใช้หลักธรรมทางศาสนาในการแก้ไขปัญหา ของตนเอง	1.97	0.78	ดี
26. ข้าพเจ้าจัดการกับอารมณ์ทางเพศด้วยการออกกำลัง กายและกิจกรรมนันทนาการ	2.15	0.80	ดี
27. ข้าพเจ้ายินดีรับฟังปัญหาของเพื่อนและช่วยหาทาง แก้ไข	2.36	0.68	ดี
28. ข้าพเจ้ารักษาสาธารณะสมบัติของโรงเรียน	2.22	0.76	ดี
รวม	2.23	0.73	ดี
ด้านการเรียน			
29. ข้าพเจ้าไม่ลอกการบ้านเพื่อน	1.47	0.85	ปานกลาง
30. ข้าพเจ้านำอุปกรณ์การเรียนมาเรียนครบ	2.14	0.91	ดี
31. ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นในการเรียน	1.97	0.73	ดี
32. ข้าพเจ้าวางแผนทำงานเพื่อส่งครูให้ตรงตามกำหนด	2.06	0.78	ดี
33. ข้าพเจ้าชอบใช้เวลาว่างในการค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต ทำการบ้าน อ่านหนังสือหรือเล่นกีฬา	2.09	0.84	ดี
34. ข้าพเจ้าอ่านบทเรียนมาแล้วล่วงหน้าก่อนที่ครูจะสอน	1.50	0.84	ปานกลาง
35. ข้าพเจ้าซักถามครูเมื่อไม่เข้าใจบทเรียน	1.81	0.82	ดี
36. ข้าพเจ้าอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนทุกวัน	1.53	0.79	ดี
37. ข้าพเจ้าร่วมทำกิจกรรมการเรียนในห้องเรียนทุกครั้ง	2.10	0.73	ดี
38. ข้าพเจ้าเข้าห้องเรียนตรงเวลา	2.16	0.74	ดี
39. ข้าพเจ้าเรียนพิเศษเพิ่มเติมจากเวลาเรียนปกติ	2.09	0.86	ดี
40. ข้าพเจ้าให้ความสำคัญกับทุกรายวิชาเท่าๆกัน	1.82	0.83	ดี
รวม	1.90	0.81	ดี

ตาราง 10 (ต่อ)

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	\bar{X}	SD	ระดับ พฤติกรรม การดูแล ตนเอง
ด้านเศรษฐกิจ			
41. ข้าพเจ้าใช้สมุดและอุปกรณ์การเรียนจนหมดก่อนจึงซื้อใหม่	2.04	0.81	ด
42. ข้าพเจ้าเลือกซื้อเสื้อผ้าที่เท่าที่จำเป็นและสวมใส่ได้หลาย ๆ โอกาส	2.06	0.77	ด
43. ข้าพเจ้าไม่ใช้เงินเพื่อซื้อของฟุ่มเฟือย	1.89	0.76	ด
44. ข้าพเจ้าทำของเล่นหรือของใช้ด้วยตนเอง	1.33	0.99	ปานกลาง
45. ข้าพเจ้าใช้เงินตามที่ได้รับจากผู้ปกครองเท่านั้น	2.17	0.80	ด
46. ข้าพเจ้าเลือกซื้ออาหารที่ปริมาณคุ้มค่างับราคา	2.12	0.74	ด
47. ข้าพเจ้าเก็บเงินใส่กระปุกออมสิน	2.06	0.91	ด
48. ข้าพเจ้าซ่อมแซมเสื้อผ้าที่ชำรุดด้วยตนเอง	1.41	1.06	ปานกลาง
49. ข้าพเจ้าซื้อของโดยคำนึงถึงประโยชน์ใช้สอยเป็นหลัก	2.07	0.76	ด
50. ข้าพเจ้าวางแผนการใช้จ่ายเงิน	2.11	0.81	ด
รวม	1.93	0.84	ด
รวมทุกด้าน	2.05	0.86	ด

จากตาราง 10 พบว่า นักเรียนนักเรียน โรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับดี ($\bar{X} = 2.05, SD = .86$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงสุด คือ ข้อ 1 ข้าพเจ้าไม่สูบบุหรี่ ($\bar{X} = 2.76, SD = .76$) รองลงมา ข้อ 19 ข้าพเจ้ายินดีกับผลการเรียนที่ดีของเพื่อน ($\bar{X} = 2.53, SD = .60$) และข้อ 17 ข้าพเจ้าผ่อนคลายความเครียดด้วยการทำกิจกรรมที่สนใจ ($\bar{X} = 2.52, SD = .71$) ตามลำดับ ส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ ข้อ 44 ข้าพเจ้าทำของเล่นหรือของใช้ด้วยตนเอง ($\bar{X} = 1.33, SD = .99$)

ตอนที่ 6 ผลการทดสอบสมมติฐาน

1. การเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม ที่มีเพศต่างกัน

ตาราง 11

จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการดูแลตนเอง จำแนกตามตัวแปรเพศ

ตัวแปรเพศ	จำนวน	\bar{X}	SD	ระดับพฤติกรรม การดูแลตนเอง
ชาย	132	1.98	.44	ดี
หญิง	168	2.10	.35	ดี

จากตาราง 11 พบว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมทั้งเพศชายและเพศหญิงมีพฤติกรรมการดูแลตนเองในระดับดี

ตาราง 12

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองต่างกัน”

ตัวแปรเพศ	จำนวน	\bar{X}	SD	<i>t</i>	Sig.
ชาย	132	1.98	.44	-2.491*	.013
หญิง	168	2.10	.35		

* $p < .05$

จากตาราง 12 พบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองของนักเรียนเพศชายและเพศหญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนเพศหญิงมีพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่าเพศชาย

2. การเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน

ตาราง 13

จำนวน คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมการดูแลตนเอง จำแนกตามตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	จำนวน	\bar{X}	SD	ระดับพฤติกรรม การดูแลตนเอง
ต่ำกว่า 2.00-2.99	87	2.04	.85	ดี
3.00-4.00	213	2.05	.86	ดี
รวม	300	2.05	.86	ดี

จากตาราง 13 พบว่า นักเรียนทุกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีพฤติกรรม การดูแลตนเองอยู่ในระดับดี และนำมาทดสอบหาความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรม การดูแลตนเอง จำแนกตามตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ ความแปรปรวนแบบทางเดียว (one-way ANOVA) ดังแสดงในตาราง 14

ตาราง 14

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมที่มีระดับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองต่างกัน”

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	จำนวน	\bar{X}	SD	F	Sig.
ต่ำกว่า 2.00-2.99	87	2.04	.85	.037	.963
3.00-4.00	213	2.05	.86		
รวม	300	2.05	.86		

จากตาราง 14 แสดงว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมที่มีระดับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่ต่างกันที่ระดับ .05

3. การเปรียบเทียบพฤติกรรมการดูแลตนเองของโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม
ที่มีรายได้ของครอบครัวต่างกัน

ตาราง 15

จำนวน คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับพฤติกรรมการดูแลตนเอง
จำแนกตามตัวแปรรายได้ของครอบครัว

รายได้ของครอบครัว (บาท/เดือน)	จำนวน	\bar{X}	SD	ระดับพฤติกรรม การดูแลตนเอง
ต่ำกว่า 20,000 บาท	63	2.09	.84	ดี
20,001-30,000 บาท	60	2.04	.85	ดี
30,001-40,000 บาท	55	2.05	.86	ดี
40,001 บาทขึ้นไป	122	2.02	.93	ดี
รวม	300	2.05	.86	ดี

จากตาราง 15 พบว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมทุกระดับรายได้
ของครอบครัวมีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับดี และนำมาทดสอบหาความ
แตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง จำแนกตามตัวแปรรายได้ของครอบครัว
โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (one-way ANOVA) ดังแสดง
ในตาราง 16

ตาราง 16

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมที่มีรายได้ของครอบครัวต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองต่างกัน”

รายได้ของครอบครัว (บาท/เดือน)	จำนวน	\bar{X}	SD	F	Sig.
ต่ำกว่า 20,000 บาท	63	2.09	.84	1.102	.356
20,001-30,000 บาท	60	2.04	.85		
30,001-40,000 บาท	55	2.05	.86		
40,001 บาทขึ้นไป	122	2.02	.93		
รวม	300	2.05	.86		

จากตาราง 16 แสดงว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐมที่มีรายได้ของครอบครัวต่างกันมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่ต่างกัน ที่ระดับ .05

4. การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง เจตคติต่อการดูแลตนเอง และการได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยรวมของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม

ตาราง 17

ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง เจตคติต่อการดูแลตนเอง และการได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์กันในเชิงบวก”

ปัจจัย	พฤติกรรมการดูแลตนเอง				รวม
	สุขภาพกาย	สุขภาพจิต	การเรียน	เศรษฐกิจ	
ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง	.071	.068	.070	.136*	.133*
เจตคติต่อการดูแลตนเอง	.296**	.406**	.290**	.311**	.393**
การได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง	.472**	.505**	.464**	.446**	.155**

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17 พบว่า ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของนักเรียนโรงเรียนสาธิตในจังหวัดนครปฐม ในด้านเศรษฐกิจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .136 และมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .133 ปัจจัยด้านเจตคติต่อการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต การเรียนและเศรษฐกิจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .296 .406 .290 และ .311 ตามลำดับ และมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .393 ปัจจัยด้านการได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต การเรียน และเศรษฐกิจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .472 .505 .464 และ .446 ตามลำดับ และมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .155