

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



246244



ความผู้แต่งหลักสูตรสหภาพทางหลักศูนย์ปฏิกูที่น่งเงาเดิชอบนักสืบ
โรงเรียนสตรีมหาวิทาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ผู้แต่ง: พรนภะ

ศึกษาพิมพ์ที่สนอที่อนทาววิทาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
เป็นต้นฉบับที่ส่งตงนเรชิตนงตามหลักศูนย์ปฏิกูที่น่งเงาเดิชอบนักสืบ
ศึกษาสวสตรนงนงนัคัล (สุขที่กษว)

ปีตงนเรชิตนง 2553

๖๐๐๒๕๐๘๘๕

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



246244

ความรู้และพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียน
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง



ณัฐภาส พรพมา

วิทยานิพนธ์เสนอต่อมหาวิทยาลัยรามคำแหง
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา)
ปีการศึกษา 2553
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยรามคำแหง

STUDENT KNOWLEDGE OF NATIONAL HEALTH
RECOMMENDATIONS AND CORRESPONDING HEALTH
BEHAVIORS AT RAMKHAMHAENG UNIVERSITY
DEMONSTRATION SCHOOL

NATTHAPAS PROMMA

A THESIS PRESENTED TO RAMKHAMHAENG UNIVERSITY
IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF MASTER OF EDUCATION
(HEALTH EDUCATION)

2010

COPYRIGHTED BY RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ความรู้และพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ
ของนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ชื่อผู้เขียน นายณัฐภาส พรพมา

สาขาวิชา สุขศึกษา

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ตำราญจิตต์ ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์เพ็ญศรี เศรษฐวงค์

มหาวิทยาลัยรามคำแหงอนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิมล พุพิพิช)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒน บุญกอบ)

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์จันทร์จาริ เกตุมาโร)

กรรมการ

(เรือโท ดร. ทวีศักดิ์ รูปสิงห์)

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ตำราญจิตต์)

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์เพ็ญศรี เศรษฐวงค์)

ผลการวิจัยพบว่า

246244

1. นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติแห่งชาติ ทั้งโดยรวมและรายข้อสุขบัญญัติอยู่ในระดับสูง และมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติโดยรวม อยู่ในระดับสูง

2. นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่เพศและระดับการศึกษาของบิดามารดาหรือผู้ปกครองต่างกัน มีความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติแห่งชาติโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนระดับชั้นเรียน อายุ และอาชีพของบิดามารดาหรือผู้ปกครองต่างกัน มีความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติแห่งชาติโดยรวมไม่แตกต่างกัน

3. นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ระดับชั้นเรียน อายุ และอาชีพของบิดามารดาหรือผู้ปกครองต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วน เพศ และระดับการศึกษาของบิดามารดาหรือผู้ปกครองต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติโดยรวมไม่แตกต่างกัน

4. ความรู้กับพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยรวมมีความสัมพันธ์ต่อกันเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(3) the relationships between student knowledge and health behaviors in the present connection.

The sample population consisted of 380 RUDS students.

Using techniques of descriptive statistics by means of applications of a computer program, the researcher analyzed the data collected in terms of percentage, mean, and standard deviation. T test and one-way analysis of variance (ANOVA) were also employed. In cases differences were found at a statistically significant level, Scheffé's method was used. In addition, the researcher also employed Pearson's product moment correlation coefficient technique.

Findings are as follows:

1. The RUDS students under study exhibited knowledge regarding national health recommendations in an overall picture and in each item at a high level. They additionally evinced health behaviors in accordance with national health recommendations in an overall picture at a high level.

2. RUDS students who differed in the demographical variables of gender and parental or guardian levels of education exhibited parallel differences in knowledge regarding national health recommendations at the statistically significant level of .05. However, those who differed in the demographical variables of level of study, age, and parental or guardian occupation did not exhibit concomitant differences in their knowledge regarding national health recommendations:

3. RUDS students who differed in the demographical variables of level of study, age and paternal or guardian occupations displayed corresponding

differences in health behaviors by reference to national health 246244
recommendations at the statistically significant level of .05. However, those
who differed in the demographical variables of parental or guardian's level of
education did not manifest parallel differences in health behaviors by
reference to national health recommendations.

4. In comparing the relationships between knowledge of national health
recommendations and health behaviors in accordance with these
recommendations, the researcher determined that the knowledge and
behaviors of the RUDS students under examination were overall positively
correlated at the statistically significant level of .05.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความช่วยเหลืออย่างยิ่งจาก
รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ตำราญจิตต์ ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และ
รองศาสตราจารย์เพ็ญศรี เศรษฐวงษ์ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์
ดร. วัฒน์ บุญกอบ รองศาสตราจารย์จันทร์จारी เกตุมาโร และเรือโท ดร. ทวีศักดิ์ รูปสิงห์
คณะกรรมการสอบป้องกันวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ เสนอแนะ แก้ไขสิ่ง-
บกพร่องทุกขั้นตอน เพื่อให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณ
เป็นอย่างสูงยิ่ง

กราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิเชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัยรองศาสตราจารย์
ดร. วัฒน์ บุญกอบ รองศาสตราจารย์จันทร์จारी เกตุมาโร ผู้ช่วยศาสตราจารย์มณฑนา
ชนะพันธุ์ คุณวิไล สุวรรณพฤษยาและคุณธราภรณ์ สุวรรณ ที่ได้สละเวลาในการตรวจ-
สอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และขอขอบคุณรองศาสตราจารย์จิราพร วรแสน
ผู้ช่วยศาสตราจารย์เกษณี เทศนา อาจารย์กชรัตน์ มากสกุล ที่กรุณาแนะนำและให้
คำปรึกษาวิธีการวิเคราะห์ข้อมูล รวมทั้งรองคณบดีและผู้อำนวยการ โรงเรียนสาธิต-
มหาวิทยาลัยรามคำแหง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ปรีดี สุทธิแย้ม ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการ
เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบคุณนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทำให้
การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อไมล์ คุณแม่สุด พรมมา พี่สมัย พี่บัวลัย
พรมมา และสมาชิกในครอบครัวทุกคน ขอขอบคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ น้อง ๆ โรงเรียนสาธิตมหา-
วิทยาลัยรามคำแหง และขอบคุณบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษารุ่นที่ 9 พี่ ๆ น้อง ๆ
ทุกคนที่ให้โอกาส ให้กำลังใจและให้คำปรึกษาช่วยเหลือจนสำเร็จด้วยดี

ณัฐภาส พรมมา

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	(4)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	(6)
กิตติกรรมประกาศ.....	(9)
สารบัญตาราง.....	(12)
สารบัญภาพประกอบ.....	(16)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
สมมติฐานของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
2 วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขบัญญัติแห่งชาติ.....	9
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	37
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	51
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	52
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	52
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	54
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	58
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	58

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	61
ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	61
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติแห่งชาติ.....	63
ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติแห่งชาติจำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล.....	65
ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ.....	78
ตอนที่ 5 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติจำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล.....	79
ตอนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สุขบัญญัติแห่งชาติกับพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ.....	95
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	97
สรุปผลการวิจัย.....	98
อภิปรายผลการวิจัย.....	99
ข้อเสนอแนะ.....	109
ภาคผนวก	
ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	111
ข หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย.....	113
ค หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง	119
ง แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย.....	121
จ คุณภาพเครื่องมือ.....	133
บรรณานุกรม.....	140
ประวัติผู้เขียน.....	150

สารบัญญัตราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนและร้อยละสถานภาพส่วนบุคคล.....	62
2	คะแนนเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและร้อยละของความรู้เกี่ยวกับสุข- บัญญัติแห่งชาติ.....	63
3	ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนมีเพศต่างกันจะมีความรู้สุขภาพ ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยใช้สถิติ <i>t test</i>	65
4	ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่เรียนในระดับชั้นเรียนต่างกัน จะมีความรู้สุขภาพ ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยใช้สถิติ <i>t test</i>	66
5	ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่มีอายุต่างกันจะมีความรู้สุขภาพ ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยสถิติ one-way analysis of variance.....	68
6	ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านการ ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด” เป็นรายคู่ โดยวิธี Scheffe’.....	69
7	ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้าน กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย หลีกเลียงอาหารรสจัด สีฉูดฉาด” เป็นรายคู่ โดยวิธี Scheffe’.....	70
8	ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านงด บุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ” เป็นรายคู่ โดย วิธี Scheffe’.....	71
9	ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านป้อง- กันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท” เป็นรายคู่ โดยวิธี Scheffe’.....	71

ตาราง	หน้า
10 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่มีระดับการศึกษาของบิดา มารดา หรือผู้ปกครองต่างกันจะมีความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยสถิติ one-way analysis of variance.....	72
11 ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	74
12 ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านงบบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ” เป็นรายคู่โดยวิธีของ Scheffe’	74
13 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่มีอาชีพของบิดา มารดาหรือผู้ปกครองต่างกันจะมีความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยใช้สถิติ one-way analysis of variance.....	75
14 ผลการเปรียบเทียบ “ความรู้สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	77
15 ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) พฤติกรรมตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติเป็นรายข้อและ โดยรวม.....	78
16 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนมีเพศต่างกันจะมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยใช้สถิติ t test.....	79
17 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่เรียนในระดับชั้นเรียนต่างกันจะมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยใช้สถิติ t test.....	80
18 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่มีกลุ่มอายุต่างกันจะมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยสถิติ one-way analysis of variance.....	82

ตาราง	หน้า
19 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านการดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	84
20 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	84
21 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านงดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	85
22 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	86
23 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	86
24 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน ด้านมีจิตสำนึกต่อส่วนรวมร่วมสร้างสรรค์สังคม” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	87
25 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่มีระดับการศึกษาของบิดามารดาหรือผู้ปกครองต่างกัน จะมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน” โดยสถิติ one-way analysis of variance.....	88
26 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้านล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	90

ตาราง	หน้า
27 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติด้าน กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตรายหลีกเลี่ยงอาหารรสจัดสี- ฉูดฉาด” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	90
28 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้าน งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ” เป็นรายคู่โดย วิธีของ Scheffe’	91
29 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “นักเรียนที่มีอาชีพของบิดา มารดาหรือ ผู้ปกครองต่างกันจะมีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตก- ต่างกัน” โดยสถิติ one-way analysis of variance.....	92
30 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้าน ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย” เป็นรายคู่โดยวิธีของ Scheffe’	93
31 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้าน- งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	94
32 ผลการเปรียบเทียบ “พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ด้าน ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ” เป็นรายคู่ โดยวิธีของ Scheffe’	94
33 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า “ความรู้กับพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก- สุขบัญญัติแห่งชาติมีความสัมพันธ์ต่อกันทางบวก” โดยการหาค่า สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson’s product moment correlation coefficient).....	95

สารบัญภาพประกอบ

ตาราง	หน้า
1 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวัง ที่จะเกิดขึ้น.....	32
2 ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนของเบนคูรา.....	36