

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Discriptive Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 384 คน ผลการวิจัยได้นำเสนอในรูปตารางประกอบความคำบรรยาย ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษากลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของนักศึกษากลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	247	64.3
หญิง	137	35.7
รวม	384	100.0
อายุ (ปี)		
18	71	18.5
19	111	28.9
20	69	18.0
21	34	8.9
22	65	16.9
23 ปีขึ้นไป	34	8.9
รวม	384	100.0

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
โรคประจำตัวที่แพทย์ตรวจพบ		
มี	1	.3
ไม่มี	283	99.5
รวม	384	100.0

จากตาราง 1 พบว่านักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชาย 274 คน คิดเป็นร้อยละ 64.3 เพศหญิง 137 คน คิดเป็นร้อยละ 35.7 อายุ 18 ปี 71 คน คิดเป็นร้อยละ 18.5 อายุ 19 ปี 111 คน คิดเป็นร้อยละ 28.9 อายุ 20 ปี 69 คน คิดเป็นร้อยละ 18 อายุ 21 ปี 34 คน คิดเป็นร้อยละ 8.9 อายุ 22 ปี 65 คน คิดเป็นร้อยละ 16.9 อายุ 23 ปีขึ้นไป 34 คน คิดเป็นร้อยละ 8.9 โรคประจำตัวที่แพทย์ตรวจพบมี 1 คน คิดเป็นร้อยละ .3 ไม่มี 383 คน คิดเป็นร้อยละ 99.5

วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกายด้านสุขภาพของนักศึกษา
 ดังตาราง 2-3

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยประชากรคะแนนจากการทดสอบ
 สมรรถภาพทางกายของนักศึกษาชาย

สมรรถภาพทางกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ประมาณค่าเฉลี่ย	ระดับ
			ประชากร	
เดิน/วิ่ง 1 ไมล์	2.12	0.54	2.05 - 2.19	พอใช้
ความอ่อนตัว	3.31	0.74	3.22 - 3.40	ดี
ลูกนั่ง 30 วินาที	3.41	0.56	3.34 - 3.48	ดี
ดึงข้อ	3.47	0.56	3.40 - 3.54	ดีถึงดีมาก
ดัชนีมวลของร่างกาย	3.02	0.42	2.98 - 3.06	ดี

จากตาราง 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยจากการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาชาย เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง 1 ไมล์ เท่ากับ 2.12 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.54 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.05 - 2.19 อยู่ในระดับพอใช้ ส่วนคะแนนเฉลี่ยลูกนั่ง 30 วินาที ความอ่อนตัว และดัชนีมวลของร่างกายเท่ากับ 3.41, 3.31 และ 3.02 คะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.56, 0.74 และ 0.42 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.34 - 3.48, 3.22 - 3.40 และ 2.98 - 3.06 อยู่ในระดับดี และคะแนนเฉลี่ยดึงข้อเท่ากับ 3.47 คะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.56 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.40 - 3.54 อยู่ในระดับดีถึงดีมาก

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยประชากรคะแนนจากการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาหญิง

สมรรถภาพทางกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ประมาณค่าเฉลี่ย	ระดับ
			ประชากร	
เดิน/วิ่ง 1 ไมล์	2.07	0.66	1.96 - 2.18	พอใช้
ความอ่อนตัว	2.66	1.07	2.48 - 2.84	ดี
ลูกนั่ง 30 วินาที	3.16	0.52	3.07 - 3.25	ดี
ดึงข้อ	3.02	0.75	2.89 - 3.15	ดี
ดัชนีมวลของร่างกาย	3.16	0.42	3.12 - 3.20	ดี

จากตาราง 3 พบว่า คะแนนเฉลี่ยจากการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาหญิง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า คะแนนเฉลี่ยเดิน/วิ่ง 1 ไมล์ เท่ากับ 2.07 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.66 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.96 - 2.18 อยู่ในระดับพอใช้ ส่วนคะแนนเฉลี่ยลูกนั่ง 30 วินาที ดัชนีมวลของร่างกายเท่ากับ ดึงข้อ และความอ่อนตัวเท่ากับ 3.16, 3.16, 3.02 และ 2.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.52, 0.42, 0.75 และ 1.07 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.07 - 3.25, 3.12 - 3.20, 2.87 - 3.15 และ 2.48 - 2.84 อยู่ในระดับดี

วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของนักศึกษา

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยประชากรของคะแนนภาวะสุขภาพของนักศึกษา

ภาวะสุขภาพ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน	ประมาณค่าเฉลี่ย	ระดับ
		มาตรฐาน	ประชากร	
การทำงานของร่างกาย	3.73	0.83	3.65 - 3.85	ดี
การควบคุมอารมณ์	3.63	0.71	3.53 - 3.68	ดี
การมีส่วนร่วมในสังคม	3.68	0.77	3.60 - 3.76	ดี
โดยรวม	3.68	0.77	3.59 - 3.76	ดี

จากตาราง 4 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนภาวะสุขภาพของนักศึกษาโดยรวมเท่ากับ 3.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.77 ซึ่งอยู่ในระดับดี เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนภาวะสุขภาพของนักศึกษาระหว่าง 3.59 - 3.76 ซึ่งอยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการทำงานของร่างกาย การมีส่วนร่วมในสังคม และการควบคุมอารมณ์อยู่ในระดับดีทุกด้าน

วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยประชากรของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

พฤติกรรมสุขภาพ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ประมาณ ค่าเฉลี่ย ประชากร	ระดับ พฤติกรรม สุขภาพ
- การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล	3.92	0.78	3.84 - 4.00	ดี
- การหลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็น อันตรายต่อสุขภาพ	4.45	0.83	4.36 - 4.53	ดีถึงดีมาก
- การป้องกันอุบัติเหตุ	3.75	1.14	3.64 - 3.86	ดี
- การรับประทานอาหาร	3.52	0.96	3.42 - 3.62	ปานกลางถึงดี
- การออกกำลังกาย	3.16	1.06	3.05 - 3.27	ปานกลาง
โดยรวม	3.76	0.95	3.66 - 3.86	ดี

จากตาราง 5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างโดยรวมเท่ากับ 3.76 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.95 ซึ่งอยู่ในระดับดี เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา ระหว่าง 3.66 - 3.86 อยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการหลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพอยู่ในระดับดีถึงดีมาก ส่วนด้านอื่นอยู่ในระดับดี ปานกลางถึงดี และปานกลาง

วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยหลัก ปัจจัยสนับสนุน และปัจจัยเสริม

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประมาณค่าเฉลี่ยประชากรของคะแนนปัจจัยหลัก ปัจจัยสนับสนุน และปัจจัยเสริม

ปัจจัย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ประมาณค่าเฉลี่ย ประชากร	ระดับ
ปัจจัยหลัก				
- ด้านการรับรู้ในเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพ	4.38	0.70	4.31 - 4.45	สูงถึงสูงมาก
ปัจจัยสนับสนุน				
- ด้านระบบการสนับสนุนของ องค์กรที่มีผลต่อพฤติกรรม สุขภาพ	3.39	0.66	3.32 - 3.46	ปานกลาง
ปัจจัยเสริม				
- ด้านการสนับสนุนทางสังคม ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	3.66	0.82	3.55 - 3.73	สูง

จากตาราง 6 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัจจัยหลักด้านการรับรู้ในเรื่องพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาเท่ากับ 4.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.70 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนระหว่าง 4.31 - 4.45 อยู่ในระดับสูงถึงสูงมาก ส่วนปัจจัยสนับสนุนด้านระบบการสนับสนุนขององค์กรที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาเท่ากับ 3.39 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.66 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนระหว่าง 3.32 - 3.46 อยู่ในระดับปานกลาง และปัจจัยเสริมด้านการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาเท่ากับ 3.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.82 เมื่อนำมาประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนระหว่าง 3.55 - 3.73 อยู่ในระดับสูง

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัย
เชียงใหม่

ตาราง 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา
กลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัย	ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ (r)	ค่าการทดสอบ นัยสำคัญ (t)
1. ปัจจัยหลัก		
- ด้านการรับรู้ในเรื่องของพฤติกรรมสุขภาพ	0.503	11.390**
2. ปัจจัยสนับสนุน		
- ด้านระบบการสนับสนุนขององค์กรที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	0.471	10.426**
3. ปัจจัยเสริม		
- ด้านการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	0.286	5.844**

**<0.01

จากตาราง 7 พบว่าปัจจัยหลักด้านการรับรู้ในเรื่องของพฤติกรรมสุขภาพ ปัจจัยสนับสนุน
ด้านระบบการสนับสนุนขององค์กรที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยเสริมด้านการสนับสนุน
ทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาอย่างมีนัย
สำคัญทางสถิติที่ระดับ .01