

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย การอภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องความเชื่อในเรื่องสุขภาพ และสุขบัญญัติ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อในเรื่องสุขภาพ และสุขบัญญัติ และเพื่อเปรียบเทียบความเชื่อในเรื่องสุขภาพ และสุขบัญญัติ ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง โดยแบ่งเนื้อหาเรื่องความเชื่อในเรื่องสุขภาพและสุขบัญญัติ ออกเป็น 5 เรื่อง ซึ่งประกอบด้วยเรื่องต่างๆ ตามลำดับดังนี้ สุขภาพส่วนบุคคล การบริโภคอาหาร สุขภาพจิตและสุขภาพกาย สวัสดิศึกษา และสุขภาพเรื่องอื่นๆ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็นนักเรียนชาย จำนวน 268 คน นักเรียนหญิง จำนวน 232 คน รวมทั้งสิ้น 500 คน ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือในการวิจัย และเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ได้รับแบบสอบถามกลับคืน จำนวน 500 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอช เอ็กซ์ (SPSS X) หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า "ที"(t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ในรูปตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นนักเรียนชาย จำนวน 268 คน นักเรียนหญิง จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 53.6 และ 46.4 และนักเรียนส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา ด้านการศึกษาบิดาส่วนใหญ่มัธยมศึกษาและชั้นระดับ

มัธยมศึกษา ร้อยละ 28.4 เท่ากับระดับอนุปริญา ร้อยละ 25.8 และปริญา ร้อยละ 16 การศึกษาของมารดาส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษา ร้อยละ 39.84 และระดับมัธยมศึกษา มีจำนวนเท่ากับระดับอนุปริญา ร้อยละ 24 และระดับปริญา ร้อยละ 10.8 อาชีพของบิดาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 45.4 และรองลงไปคือรับราชการ ร้อยละ 27.4 และประกอบธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 24.6 ส่วนมารดาประกอบอาชีพรับจ้างเป็นส่วนมาก ร้อยละ 36 รองลงมาคือรับราชการ ร้อยละ 23.8 ซึ่งมีจำนวนเท่ากับประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว และแม่บ้าน ร้อยละ 20

2. ความเชื่อในเรื่องสุขภาพ และสุขภาพจิตของนักเรียน

2.1 ความเชื่อในเรื่องสุขภาพ

2.1.1 เรื่องสุขภาพส่วนบุคคล

นักเรียนโดยส่วนรวมมีความเชื่อที่ถูกต้อง ในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล อยู่ในระดับถูกต้องมากได้แก่ เรื่องความสะอาดของฟัน เล็บมือ เล็บเท้า ล้างมือ หลังขับถ่าย อวัยวะขับถ่าย ผมนและหนังศีรษะ

นักเรียนมีความเชื่อถูกต้องมากที่สุด เรื่องการแปรงฟันหลังอาหาร และก่อนนอนทุกครั้ง ช่วยป้องกันไม่ให้ฟันผุ รองลงมาคืออาบน้ำให้ร่างกายสะอาด สามารถป้องกันโรคผิวหนัง พบทันตแพทย์ทันทีเมื่อฟันผุ ช่วยไม่ให้ต้องถอนฟัน เรื่องดูแลรักษาฟันน้ำนมไม่ให้ผุ จะทำให้ฟันแท้ขึ้นสวยงาม

เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อที่ถูกต้อง ในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ ดูแลรักษาฟันน้ำนมไม่ให้ผุ จะทำให้ฟันแท้ขึ้นสวยงาม โดยนักเรียนหญิงมีความเชื่อมากกว่านักเรียนชาย

2.1.2 เรื่องการบริโภคอาหาร

นักเรียนโดยส่วนรวม มีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องการบริโภคอาหารอยู่ในระดับถูกต้องมาก ได้แก่ อาหารไม่ถูกสุขลักษณะ การป้องกันโรคทางเดินอาหาร การรับประทานอาหารรสจัด และมีความเชื่อมากที่สุด คือ รับประทานอาหารที่สุกๆ ดิบๆ ทำให้เกิดโรค รองลงไปคือ ของขบเคี้ยวเล่นที่รสหวานจัด ทำให้ฟันผุได้ง่าย

เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อที่ถูกต้อง ในเรื่องการบริโภค

อาหาร ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ โรคทางเดินอาหารป้องกันได้ ถ้าดื่มน้ำต้มสุก โดยนักเรียนหญิงมีความเชื่อถูกต้องมากกว่านักเรียนชาย

2.1.3 เรื่องสุขภาพจิตและสุขภาพกาย

นักเรียนโดยส่วนรวมมีความเชื่อ ในเรื่องสุขภาพจิตและสุขภาพกาย อยู่ในระดับถูกต้องมากที่สุด ในเรื่องการออกกำลังกายทุกวัย ทำให้ร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพดี ปราศจากโรค ซึ่งมีค่าเฉลี่ยของนักเรียนชายสูงกว่านักเรียนหญิง รองลงมาคือการทำงานอดิเรก เช่น อ่านหนังสือ เล่นดนตรี ช่วยให้เกิดความเพลิดเพลิน และมีความเชื่อที่ถูกต้องในระดับมาก ในเรื่องพูดคุยและรับประทานอาหารพร้อมกัน สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดด้านจิตใจ

เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อ ในเรื่องสุขภาพจิตและสุขภาพกาย ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ พูดคุย และรับประทานอาหารพร้อมกัน สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว และการออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดด้านจิตใจได้ดี โดยนักเรียนหญิงมีความเชื่อถูกต้องมากกว่านักเรียนชาย

2.1.4 เรื่องสวัสดิศึกษา

นักเรียนส่วนใหญ่มีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องสวัสดิศึกษาอยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ เรื่องอุบัติเหตุป้องกันได้ ความปลอดภัยในการข้ามถนน การไม่วิ่งเล่นหยอกล้อ การปฏิบัติตามกฎจราจร การจับพี่และซ้อนรถจักรยานยนต์ได้ใช้หมวกกันน็อก และมีความเชื่ออยู่ในระดับถูกต้องมากคือ สวมรองเท้าป้องกันเชื้อโรคและอุบัติเหตุได้ อุบัติเหตุในบ้านเกิดขึ้นได้จากการวางของเกะกะ และใช้รถที่มีประกันภัยจะทำให้อันตรายลดค่าใช้จ่ายเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อที่ถูกต้อง ในเรื่องสวัสดิศึกษา ระหว่างนักเรียนหญิงกับนักเรียนชาย พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ปฏิบัติตามกฎจราจร ทำให้เกิดความปลอดภัยต่อชีวิต จับพี่และซ้อนรถจักรยานยนต์ให้ปลอดภัย ต้องใส่หมวกกันน็อก โดยนักเรียนหญิงมีความเชื่อถูกต้องมากกว่านักเรียนชาย

2.1.5 สุขภาพเรื่องอื่นๆ

นักเรียนโดยส่วนรวมมีความเชื่อที่ถูกต้อง ในเรื่องสุขภาพ

เรื่องอื่นๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ อันตรายต่อสุขภาพในเรื่องสูดดมกาว ทินเนอร์และไอระเหยของน้ำมันเบนซิน สบูบหรือ ดีมีสุรา การสำส่อนทางเพศ การเก็บกวาดหน้าบ้านและถนน ทั้งขยะมูลฝอยลงในถังขยะเป็นการรักษาสิ่งแวดล้อมให้ดี และช่วยป้องกันการแพร่เชื้อโรค

เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อที่ถูกต้อง ในเรื่องสุขภาพเรื่องอื่นๆ ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ทั้งขยะมูลฝอยลงในภาชนะที่มีฝาปิด ช่วยป้องกันแมลงและสัตว์ไม่ให้เป็นโรค และผู้ที่สำส่อนทางเพศทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ โดยนักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ถูกต้องมากกว่านักเรียนชาย

2.2 สุขบัญญัติ

2.2.1 เรื่องสุขภาพส่วนบุคคล

นักเรียนโดยส่วนรวมมีสุขบัญญัติ ในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคลอยู่ในระดับดีมาก ได้แก่ ขาระล้างอวัยวะข้บถ่าย การอาบน้ำ ล้างมือหลังข้บถ่าย สระผม และที่บัญญัติในระดับดีคือ การแปรงฟัน ดูแลเล็บมือเล็บเท้า ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร (ซึ่งสุขบัญญัติเรื่องเล็บกับการล้างมือมีค่าเฉลี่ยระดับดี เท่ากัน) ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ การไปพบทันตแพทย์รักษาฟันทันทีเมื่อฟันผุ

เมื่อเปรียบเทียบสุขบัญญัติที่ถูกต้อง เรื่องสุขภาพส่วนบุคคลระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีสุขบัญญัติดีกว่านักเรียนชาย จำนวน 5 ข้อ คือ

(1) สระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง และทุกครั้ง

สกปรก

(2) ขาระล้างอวัยวะข้บถ่ายให้สะอาด ภายหลังข้บถ่าย

ทุกครั้ง

(3) ตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้น และดูแลให้สะอาด

(4) อาบน้ำตอนเช้า ก่อนนอน และทุกครั้งเมื่อร่างกาย

สกปรก

(5) ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ทุกครั้ง

2.2.2 เรื่องการบริโภคอาหาร

นักเรียนโดยส่วนรวมมีสุขบัญญัติ ในเรื่องการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี นักเรียนมีสุขบัญญัติดีมาก ในเรื่องการรับประทานอาหารที่ปรุงสุกและสะอาด ในเรื่องดื่มน้ำสะอาด การรับประทานอาหารที่ใส่สีจนขาด ใส่ผงชูรส อาหารรสจัด และดื่มน้ำอัดลม

เมื่อเปรียบเทียบสุขบัญญัติ ในเรื่องการบริโภคอาหาร ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยส่วนรวมและรายชื่อในเรื่องรับประทานอาหารที่ปรุงสุกและสะอาด และรับประทานอาหารที่ใส่สีจนขาด โดยนักเรียนหญิงมีสุขบัญญัติเรื่องการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนชาย

2.2.3 เรื่องสุขภาพจิตและสุขภาพกาย

นักเรียนโดยส่วนรวม มีสุขบัญญัติในเรื่องสุขภาพจิตและสุขภาพกาย อยู่ในระดับดีทุกๆ เรื่องคือ การแก้ปัญหา งานอดิเรก ร่วมกิจกรรมกับครอบครัว การออกกำลังกาย ตรวจสุขภาพประจำปี เมื่อร่างกายปกติและมีอาการผิดปกติ

เมื่อเปรียบเทียบสุขบัญญัติเรื่องสุขภาพจิต และสุขภาพกาย ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยส่วนรวมและรายชื่อ คือ เมื่อมีปัญหาตัดสินใจไม่ได้มักจะปรึกษาบิดามารดา และออกกำลังกายทุกวัน โดยนักเรียนหญิงมีสุขบัญญัติดีกว่านักเรียนชาย

2.2.4 เรื่องสวัสดิศึกษา

นักเรียนโดยส่วนรวมมีสุขบัญญัติในเรื่องสวัสดิศึกษา อยู่ในระดับดี

นักเรียนมีสุขบัญญัติในระดับดีมากในรายชื่อคือ สวมรองเท้า เมื่อออกจากบ้านทุกครั้ง ปฏิบัติตามกฎจราจรเพื่อรักษาความปลอดภัย และข้ามถนนบนสะพานลอยหรือทางม้าลาย และวิ่งเล่นหยอกล้อกันบนถนน

เมื่อเปรียบเทียบสุขบัญญัติ ในเรื่องสวัสดิศึกษา ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีสุขบัญญัติดีกว่านักเรียนชาย ทั้งโดยส่วนรวมและรายชื่อ

- (1) เล่นของมีคมหรือสิ่งๆ ที่ทำให้เกิดบาดแผลได้
- (2) วิ่งเล่นหยอกล้อกันบนถนน

(3) ปฏิบัติตามกฎจราจรเพื่อรักษาความปลอดภัย

(4) ไล่หมวกกันน็อคทุกครั้งที่ขับขี่และซ้อนรถจักรยานยนต์

นักเรียนหญิงมีสุขบัญญัติดีกว่านักเรียนชาย

2.2.5 สุขบัญญัติเรื่องอื่นๆ

นักเรียนโดยส่วนรวมมีสุขบัญญัติเรื่องอื่นๆ อยู่ในระดับดีมาก

นักเรียนมีสุขบัญญัติดีมากในรายชื่อเรื่อง สุขบุหรณ์ นักเรียนมี

สุขบัญญัติน้อยในเรื่อง การรักษาความสะอาด คือการเก็บกวาดหน้าบ้านและถนนให้สะอาดเรียบร้อย

เมื่อเปรียบเทียบสุขบัญญัติเรื่องอื่นๆ ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีสุขบัญญัติดีกว่านักเรียนชาย ทั้งส่วนรวมและรายชื่อ คือ

(1) ดื่มสุรา

(2) ทิ้งขยะลงในภาชนะรองรับที่มีฝาปิด

(3) เก็บกวาดหน้าบ้านและถนนให้สะอาดเรียบร้อย

(4) ใช้น้ำและไฟฟ้าอย่างประหยัด

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องความเชื่อในเรื่องสุขภาพ และสุขบัญญัติ ของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยขอ อภิปรายผลการวิจัย เฉพาะประเด็นที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. เรื่องสุขภาพส่วนบุคคล

นักเรียนโดยส่วนรวมมีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพส่วนบุคคล อยู่ใน ระดับมากเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพความสะอาดร่างกาย ได้แก่ การแปรงฟัน การอาบน้ำ การ ดูแลเล็บ แสดงว่านักเรียนมีความเข้าใจถึงความสำคัญของความสะอาดต่างๆ และเชื่อว่า เกิดผลดีถ้านักเรียนมีความสะอาด ซึ่งสอดคล้องกับการปฏิบัติของนักเรียนเช่นกันคือ นักเรียน มีความเชื่อในระดับมาก นักเรียนจึงปฏิบัติดี จากผลการวิจัยด้านการปฏิบัติในระดับดี สอดคล้องกับงานวิจัยของเฉลา เพียรชอบ (2528) เรื่องการดูแลสุขภาพของตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของกองส่งเสริม ผลศึกษาและสุขภาพ (2529) ในเรื่องความสะอาดของฟัน พบว่านักเรียนมีความสะอาดส่วน ใหญ่ในระดับพอใช้ อย่างไรก็ตามมีนักเรียนบางส่วนที่มีความเชื่อที่ถูกต้องน้อย ในเรื่องการ ไปพบทันตแพทย์ทันทีเมื่อฟันผุจะช่วยให้ไม่ต้องถอนฟัน จึงมีการปฏิบัติเป็นส่วนน้อยเรื่องการไป พบทันตแพทย์เพื่อรักษาฟัน และจากผลงานวิจัยของเพ็ญเพ็ญ ธัญญะตุลย์ (2533) ที่พบว่า นักเรียนไปพบทันตแพทย์ในระดับพอใช้ ดังนั้นการสอนจึงควรให้ความสำคัญและเน้นใน เรื่องระยะแรกๆ โดยการสร้างความเชื่อที่ถูกต้องเรื่องอันตรายจากฟันผุ เพราะฟันผุเป็น สาเหตุทำให้เกิดโรคต่างๆ ได้ เช่น โรคไต โรคหัวใจ เป็นต้น

2. เรื่องการบริโภคอาหาร

นักเรียนโดยส่วนรวมมีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องการบริโภคอาหาร อยู่ใน ระดับมาก ในเรื่องการรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ อาหารที่ทำให้ฟันผุ และอาหารใส่สาร ปรุ่งแต่ง แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีความเชื่อถูกต้องในเรื่องอันตรายของอาหารที่ไม่สุก สามารถทำให้เกิดโทษแก่ร่างกายมากกว่าเกิดประโยชน์ และจากการวิจัยของกองส่งเสริม ผลศึกษาและสุขภาพ (2529) พบว่าพฤติกรรมในการรับประทานอาหารของนักเรียนในเรื่อง

อาหารสุกๆ ดิบๆ อยู่ในระดับดี และสอดคล้องกับงานวิจัยด้านความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนของ ศิริศจี๋ ศิริบุญย์ (2531) ที่พบว่าอยู่ในระดับดี อย่างไรก็ตามยังมีนักเรียนบางส่วนที่ต้องสร้างความเชื่อที่ถูกต้อง และการปฏิบัติอีกในเรื่อง รับประทานอาหารรสหวานจัด เค็มจัด อาหารที่ใส่ผงชูรส และดื่มน้ำอัดลม ทั้งนี้อาจสืบเนื่อง มาจากค่านิยมความเชื่อในครอบครัวของนักเรียน จากผลงานวิจัยของอุไรวรรณ คำไทย (2530) ยุพิน ตรีส (2528) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อผิดทางด้าน โภชนาการอยู่ในระดับควรปรับปรุง และมีความรู้ ความเชื่อ และการบริโภคนิสัยอยู่ในระดับ พอใช้เท่านั้น

3. เรื่องสุขภาพจิต

นักเรียนโดยส่วนรวมมีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพจิต สุขภาพกายใน ระดับมากที่สุดเกี่ยวกับเรื่องการออกกำลังกาย การทำงานอดิเรก การเล่นเกมกีฬาเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด แสดงว่านักเรียนเห็นความสำคัญและทราบถึงประโยชน์ของการออก กาย อดิเรก การทำงานอดิเรก แต่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี ซึ่งเป็นการปฏิบัติในระดับน้อยกว่า ในส่วนที่น่าจะมีการปรับปรุงแก้ไขคือ นักเรียนหญิงมีความเชื่อมากแต่ปฏิบัติในการออกก าย น้อย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของมณฑิรา ชุนวงษ์ (2530) จึงจำเป็นต้องสร้างทัศนคติให้ แนวทางและรูปแบบในการออกก ายที่เหมาะสมกับวัย สถานที่ และความจำกัดต่างๆ ตลอดจนจัดกิจกรรมการออกก ายให้แก่นักเรียนหญิงเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่เด็ก ยังอยู่ในโรงเรียน และถ้าเป็นไปได้น่าจะมีการวิจัยหาสาเหตุของการออกก ายน้อยในกลุ่ม นักเรียนหญิง เพื่อหาทางแก้ไขปัญหานี้ต่อไปในอนาคตด้วย

4. เรื่องสวัสดิศึกษา

โดยส่วนรวมนักเรียนมีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องสวัสดิศึกษา อยู่ในระดับ มากที่สุด เกี่ยวกับการป้องกันอุบัติเหตุต่างๆ แสดงว่านักเรียนตระหนักถึงความปลอดภัยและ อันตรายของอุบัติเหตุต่างๆ และมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี ซึ่งมีทิศทางไปในทางเดียวกัน แต่ อาจจะมีปฏิบัติน้อยกว่าเล็กน้อย สอดคล้องกับงานวิจัยของกองส่งเสริมผลศึกษาและสุขภาพ กรมพลศึกษา (2529) ที่พบว่านักเรียนมีการปฏิบัติเรื่องการป้องกันอุบัติเหตุถูกต้องระดับดี แต่อย่างไรก็ตามควรสร้างความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องของอุบัติเหตุภายในบ้าน และการใช้รถ

ที่มีประกันภัยให้มากขึ้นอีก และสมควรใช้เวลาเรื่องความเชื่อ ความเข้าใจในการสร้างความคุ้นเคยอีกระยะหนึ่ง และเกิดการยอมรับเพื่อปฏิบัติต่อไป

5. เรื่องสุขภาพอื่นๆ

นักเรียนโดยส่วนรวม มีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพอื่นๆ อยู่ในระดับมากที่สุด เกี่ยวกับเรื่องสารเสพติด-บุหรี่ สุรา และสารระเหยต่างๆ แสดงว่านักเรียนตระหนักถึงอันตรายและพิษภัยของสารเสพติดที่มีร่างกาย และส่งผลถึงการปฏิบัติ คือมีความเชื่อในระดับมากที่สุด สอดคล้องกับการปฏิบัติที่อยู่ในระดับดีมากเช่นกัน นับว่าเป็นสิ่งที่ดียิ่งมากสำหรับเด็กและเยาวชนไทย ที่จะมีโอกาสปลอดภัยจากสารเสพติดให้โทษ และควรสร้างความเชื่อที่ถูกต้องและการปฏิบัติในเรื่องการรักษาสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการดูแลบ้าน และขยะมูลฝอย ซึ่งเป็นเรื่องใกล้ตัวของนักเรียนทุกคน แต่นักเรียนยังมองเห็นความสำคัญไม่มากเพียงพอ

6. การเปรียบเทียบความเชื่อและการปฏิบัติ เกี่ยวกับสุขภาพระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงในด้านต่างๆ พบว่า นักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ถูกต้องและการปฏิบัติดีกว่านักเรียนชายในทุกๆ ด้าน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าโดยทั่วไป เพศหญิงมีความสนใจในเรื่องสุขภาพมาก จึงมักตั้งใจเอาใจใส่จดจำในเรื่องของความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ครูสอน ประกอบกับลักษณะทางวัฒนธรรมของไทย เพศหญิงมักเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่โดยเฉพาะครูมากกว่า และจากพัฒนาการของเด็กในวัยประถมศึกษาพบว่า วุฒิภาวะของเพศหญิงมีสูงกว่าเพศชายเล็กน้อยในขณะที่อยู่ในวัยเดียวกัน (ประหยัด ทองมาก 2527) และจากผลการวิจัยของมณฑิรา ชุนวงษ์ (2530) และเว็ด (Wade 1970) พบว่านักเรียนหญิงมีความรู้ และทัศนคติเกี่ยวกับสุขภาพมากกว่านักเรียนชาย จึงมีผลส่งให้นักเรียนหญิงมีความเชื่อในเรื่องสุขภาพและการปฏิบัติมากกว่านักเรียนชาย

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้

1. จัดสอนโดยใช้กลวิธีและสื่อต่างๆ เพื่อช่วยให้นักเรียนมีความเชื่อ โดยต้องใช้วิธีสอนที่เหมาะสมกับวัย เช่นการรำซบบทบาทสมมุติ (roleplay) การเล่านิทาน สื่อที่ใช้ก็เช่นเดียวกันควรแตกต่างจากนักเรียนมัธยมศึกษาและประชาชน ควรเป็นการ์ตูนในรูปของหนังสืออ่านหรือวีดีโอ กลวิธีในการสอน เพื่อให้เกิดการปฏิบัติที่มากขึ้นควรใช้การสอนที่เน้นในเรื่องของการปฏิบัติจริงมากกว่าการสอนแบบบรรยาย เพราะในระดับประถมศึกษาเด็กยังมีความเจริญทางวุฒิภาวะน้อย จึงต้องให้ปฏิบัติซ้ำบ่อย ๆ จนเกิดเป็นนิสัย

2. การจัดกิจกรรมเสริมสำหรับนักเรียนชั้นประถมปลาย ครูผู้สอนควรเสริมให้นักเรียนเกิดความรู้ความเชื่อที่ดีที่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพเหล่านี้ โดยครูอาจจัดโครงการสุขภาพต่าง ๆ หรือจัดนิทรรศการขึ้นภายในโรงเรียน และให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ เช่นโครงการรักษาความสะอาดร่างกายเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของเรา โครงการอาหารเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี เป็นต้น หรืออาจเชิญวิทยากรพิเศษจากแหล่งความรู้ด้านสุขภาพอนามัยต่างๆ มาร่วมโครงการด้วย เป็นการกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจที่จะสร้างความเชื่อ ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องมากขึ้น

3. ครูควรเอาใจใส่ให้นักเรียนชายให้มากขึ้น ทั้งในการเรียนการสอนภายในห้อง และการปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี

4. ควรหาทางกระตุ้นและส่งเสริมให้นักเรียนหญิง ใช้เวลาว่างไปในการออกกำลังกายเล่นกีฬาให้มากขึ้น โดยจัดกิจกรรมแข่งขันกีฬาขึ้นในโรงเรียนให้บ่อยครั้งขึ้น และจัดให้นักเรียนทุกคนโดยเฉพาะนักเรียนหญิงเข้าร่วมเล่นและแข่งขัน ครูสามารถส่งเสริมในเรื่องสุขบัญญัติของนักเรียนได้เสมอ ด้วยการจัดการเรียนการสอนในลักษณะที่เป็นกิจกรรมร่วมเช่นจัดอภิปราย โต้วาที เป็นต้น และเน้นให้คงปฏิบัติในสิ่งที่ดีตลอดไป และนำเอาสิ่งที่เรียนรู้จากในโรงเรียนไปปฏิบัติจนเกิดเป็นนิสัย ครูควรติดตามสังเกตพฤติกรรมในสุขบัญญัติต่างๆ ให้ครอบคลุมหลายๆ เรื่องอย่างสม่ำเสมอ และชมเชยให้กำลังใจเมื่อนักเรียนมีสุขบัญญัติที่ดี โดยเน้นที่สุขบัญญัติของเด็กชายให้เพิ่มมากขึ้น

5. ครูควรเพิ่มเวลาการสอนให้นักเรียนเข้าใจจนเกิดความเชื่อและนำไปปฏิบัติในเรื่องการแปรงฟัน การพบทันตแพทย์ การบริโภคอาหาร การเลือกซื้ออาหาร การดื่มเครื่องดื่ม การไปตรวจร่างกายเมื่อมีอาการผิดปกติ การตรวจสุขภาพประจำปี ความสัมพันธ์ในครอบครัว และการใช้บริการรถที่มีประกันอุบัติเหตุ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเรื่องความเชื่อในเรื่องสุขภาพและสุขบัญญัติ ในเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนหรือสังกัดอื่น ๆ อีก เพื่อให้กว้างขวางขึ้น

2. ควรมีการศึกษาในเด็กมัธยมปลายต่อไป

3. ควรศึกษาด้านความสัมพันธ์ ระหว่างความเชื่อในเรื่องสุขภาพกับสุขบัญญัติต่อไป