

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6  
ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร

นาง อรพิน ฐาปนกุลศักดิ์



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา  
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา พ.ศ. 2539

ISBN 974-635-849-9

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

HEALTH CARE BEHAVIORS OF PRATHOM SUKSA SIX STUDENTS  
IN SCHOOL UNDER THE JURISDICTION OF THE OFFICE  
OF BANGKOK PRIMARY EDUCATION

Mrs. Orapin Thapanakulsak

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education in Health Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

Academic Year 1996

ISBN 974-635-849-9

หัวข้อวิทยานิพนธ์ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร

โดย นาง อรพิน ฐาปนกุลศักดิ์

ภาควิชา พลศึกษา

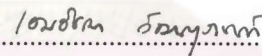
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอ็มอัชมา วัฒนบูรานนท์


บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยฉบับนี้เป็นส่วน  
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

  
.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
( ศาสตราจารย์ นายแพทย์สุภวัฒน์ ชุตินวงศ์ )

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
.....ประธานกรรมการ  
( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ลาวณีย์ สุกกรี )

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษา  
( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอ็มอัชมา วัฒนบูรานนท์ )

  
.....กรรมการ  
( รองศาสตราจารย์ ดร. รัชณี ขวัญจวน )

  
.....กรรมการ  
( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เทพวณี หอมสนิท )

  
.....กรรมการ  
( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์สิริ กาญจนวาสี )



พิมพ์ต้นฉบับบทคัดย่อวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

อรพินฐ ฐาปนกุลศักดิ์: พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร ( HEALTH CARE BEHAVIORS OF PRATHOM SUKSA SIX STUDENTS IN SCHOOL UNDER THE JURISDICTION OF THE OFFICE OF BANGKOK PRIMARY EDUCATION.) อ.ที่ปรึกษา :


ผศ.ดร. เอมอรรณมา วัฒนบูรานนท์ ,167 หน้า, ISBN 974-635-849-9

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบและหาความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 450 คน ( ชาย 236 หญิง 214 คน ) จาก 38 โรงเรียน การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบทดสอบความรู้ แบบสอบถาม เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ได้แบบสอบถามฉบับที่สมบูรณ์จำนวน 400 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 88.89 จากนั้นผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์ หากำร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า “ ที ” (t-test) และหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัย มีดังนี้

1. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนโดยเฉลี่ยในเรื่องความรู้ด้านสุขภาพส่วนบุคคล ด้านอาหาร ด้านการพักผ่อน ด้านการออกกำลังกาย ด้านการป้องกันโรคและอุบัติเหตุอยู่ในระดับดี โดยนักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05
2. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนโดยเฉลี่ยในเรื่องเจตคติด้านสุขภาพส่วนบุคคล ด้านอาหาร ด้านการพักผ่อน ด้านการออกกำลังกาย ด้านการป้องกันโรคและอุบัติเหตุอยู่ในระดับดี โดยนักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีเจตคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05
3. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของนักเรียนโดยเฉลี่ยในเรื่องการปฏิบัติ ด้านสุขภาพส่วนบุคคล ด้านอาหาร ด้านการพักผ่อน ด้านการออกกำลังกาย ด้านการป้องกันโรคและอุบัติเหตุอยู่ในระดับพอใช้ โดยนักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ความรู้กับเจตคติ ความรู้กับการปฏิบัติและเจตคติกับการปฏิบัติที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาควิชา ..... พลศึกษา .....  
สาขาวิชา ..... สุขศึกษา .....  
ปีการศึกษา ..... 2539 .....

ลายมือชื่อนิสิต .....  .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา ..... เอมอรรณมา วัฒนบูรานนท์ .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม .....

# # c 841942 : MAJOR HEALTH EDUCATION

KEY WORD: HEALTH CARE BEHAVIORS / KNOWLEDGE / ATTITUDE / PRACTICE

ORAPIN THAPANAKULSAK : HEALTH CARE BEHAVIORS OF PRATHOM SUKSA SIX STUDENTS IN SCHOOL UNDER THE JURISDICTION OF THE OFFICE OF BANGKOK

PRIMARY EDUCATION THESIS ADVISOR : ASSO. PROF. DR. AIMUTCHA

WATANABURANON, Ed. D, 167 pp. ISBN 974-635-849-9

The purposes of the research were to study , to compare and to find out the correlation among knowledge , attitudes and practices concerning the health care behaviors of prathom sukka six students in schools under the Jurisdiction of the Office of Bangkok Primary Education on variable of gender. The subjects were 450 prathom sukka six students from 38 schools under the Jurisdiction of the Office of Bangkok Primary Education. The constructed questionnaires were sent to 450 students, but only 400 questionnaires, accounting for 88.89 percent were returned. The data were then analyzed to obtain percentages , means and standard deviations . The t-test was utilized to determine the significant differences. The Pearson Product Moment Correlation Coefficient was used to test the correlation.


The results revealed as follows :

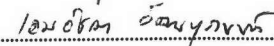
1. Health care behaviors on average, regarding the students' knowledge in the area of personal health, nutrition, rest, exercise, disease and accident prevention were at the good level . There were no statistically significant differences at the .05 level between the knowledge of males and females concerning health care behaviors .
2. Health care behaviors on average, regarding the students' attitudes in the area of personal health, nutrition, rest, exercise, disease and accident prevention were at the good level. There were no statistically significant differences at the .05 level between the attitudes of males and females concerning health care behaviors.
3. Health care behaviors on average, regarding the students' practices in the area of personal health, nutrition, rest, exercise, disease and accident prevention were at the fair level. There were no statistically significant differences at the .05 level between the practices of males and females concerning health care behaviors .
4. Knowledge and attitudes , knowledge and practices , attitudes and practices concerning health care behaviors were significantly related at the .01 level .

ภาควิชา..... พลศึกษา.....

สาขาวิชา..... สุขศึกษา.....

ปีการศึกษา..... 2539.....

ลายมือชื่อนิสิต..... 

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....  ไลม อธิธา อัมบุรณนท์

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอ็มอัชมา วัฒนบูรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้กรุณาช่วยเหลือให้คำแนะนำ ตลอดจนแนะนำแนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างยิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านคณาจารย์ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้ความรู้ ให้คำปรึกษาแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์ รวมทั้งผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาสละเวลาให้ความช่วยเหลือในการตรวจสอบให้คำแนะนำในการปรับปรุงแบบสอบถามที่ใช้เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย และขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัยที่กรุณาให้เงินทุนอุดหนุนในการวิจัย ตลอดจนขอขอบคุณผู้อำนวยการโรงเรียน อาจารย์ใหญ่ คณะครู และนักเรียนของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่ให้การช่วยเหลือสนับสนุน และให้กำลังใจตลอดมา ขอขอบคุณสมาชิกในครอบครัว อาจารย์มาลินี จันทรจิรพงษ์ อาจารย์สุรชาติพิศ เชื้อภักดี พี่ๆ และน้องๆ ทุกคน ทั้งที่ฝ่ายอบรมอนามัยในบ้าน สภาอากาศไทย ที่ฝ่ายถ่ายทอดเทคโนโลยี สถาบันสุขภาพสัตว์แห่งชาติ รวมทั้ง น.สพ. ปฏิพร ฐาปนกุลศักดิ์ ที่ให้คำแนะนำช่วยเหลือ และให้กำลังใจในการศึกษาตลอดมา

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญ

|   | หน้า |
|---|------|
| บทคัดย่อภาษาไทย                                     | ง    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ                                  | จ    |
| กิตติกรรมประกาศ                                     | ฉ    |
| <b>บทที่</b>  |      |
| 1 บทนำ.....   | 1    |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....                 | 1    |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....                        | 5    |
| ขอบเขตของการวิจัย.....                              | 5    |
| ข้อตกลงเบื้องต้น.....                               | 6    |
| ข้อจำกัดในการวิจัย.....                             | 6    |
| คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....                    | 6    |
| ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....                   | 7    |
| 2 วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....              | 8    |
| แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม.....                        | 8    |
| ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ..... | 11   |
| พฤติกรรมและการดูแลสุขภาพตนเอง.....                  | 13   |
| ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ.....                 | 15   |
| การส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองในเด็ก.....       | 17   |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                          | 18   |
| สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                      | 26   |
| 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....                        | 28   |
| ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....                        | 28   |
| กลุ่มตัวอย่าง.....                                  | 28   |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                     | 31   |

สารบัญ (ต่อ)

| บทที่  | หน้า |
|--|------|
| ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....   | 32   |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล.....   | 34   |
| การวิเคราะห์ข้อมูล.....  | 34   |
| 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....  | 39   |
| 5 สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ .....   | 77   |
| รายการอ้างอิง.....   | 124  |
| ภาคผนวก.....   | 132  |
| ก. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....  | 133  |
| ข. จดหมายขอความร่วมมือ.....  | 134  |
| ค. สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....  | 138  |
| ง. การวิเคราะห์แบบสอบถามความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ<br>เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง.....  | 142  |
| จ. แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตนเองด้านความรู้<br>เจตคติและการปฏิบัติ .....       | 144  |
| ฉ. รายชื่อโรงเรียนที่ได้ทำการเก็บข้อมูล.....   | 164  |
| ช. การจัดระดับคะแนนความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง.....                               | 165  |
| ซ. การแจกแจงน้ำหนักจำนวนข้อคำถามของแบบสอบถามตามสัดส่วนของเนื้อหา<br>ประวัติผู้วิจัย..... | 166  |
|  | 167  |

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สารบัญตาราง

| ตารางที่ | หน้า   |
|----------|--|
| 1        | จำนวนโรงเรียน จำนวนประชากรและจำนวนกลุ่มตัวอย่างของนักเรียน<br>ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา<br>กรุงเทพมหานคร..... 29  |
| 2        | จำนวนและร้อยละของข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร..... 41  |
| 3        | จำนวนและร้อยละของข้อมูลเกี่ยวกับครอบครัว ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา<br>ปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร..... 43   |
| 4        | จำนวนและร้อยละของนักเรียนในเรื่องเกี่ยวกับระดับคะแนนความรู้เกี่ยวกับ<br>การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>สังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร..... 49  |
| 5        | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า “ที” ด้านความรู้เกี่ยวกับ<br>การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร..... 50                |
| 6        | เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง<br>ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็นรายด้าน..... 55        |
| 7        | จำนวนและร้อยละของนักเรียนในเรื่องเกี่ยวกับระดับเจตคติ<br>ในการดูแลสุขภาพ ตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง<br>ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา<br>กรุงเทพมหานคร..... 57 |
| 8        | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า “ที” (t-test) ในด้านเจตคติเกี่ยวกับ<br>การดูแลสุขภาพตนเองของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร..... 58     |
| 9        | เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง<br>ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็นรายด้าน..... 64         |

สารบัญ ตาราง (ต่อ)

| ตารางที่ | หน้า   |     |
|----------|--|-----|
| 10       | จำนวนและร้อยละของนักเรียนในเรื่องเกี่ยวกับระดับการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร.....                                    | 66  |
| 11       | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า “ที” (t-test) ในด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร.....                                   | 67  |
| 12       | เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็นรายด้าน.....                                      | 72  |
| 13       | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “ที” (t-test) ด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร.....    | 74  |
| 14       | ความสัมพันธ์ของคะแนนด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร.....   | 76  |
| 15       | ค่าความยากง่ายและค่าอำนาจจำแนกของข้อกระทงแบบทดสอบความรู้แบบสอบถามเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร..... | 142 |
| 16       | การแจกแจงน้ำหนักจำนวนข้อคำถามของแบบสอบถามตามสัดส่วนของเนื้อหา  | 166 |