

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3

บังอร ดีคำย้อย^{1*} วันเพ็ญ นันทะศรี^{2*} สมเกียรติ พละจิตต์^{3*}

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน และตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 การวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือระยะที่ 1 การพัฒนารูปแบบ ดำเนินการโดย 1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และ 2. วิเคราะห์ สังเคราะห์เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จัดทำกรอบแนวคิด และร่างรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน และระยะที่ 2 การตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบ ซึ่งผู้วิจัยแบ่งการดำเนินงานเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นตอนที่ 1 การตรวจสอบร่างรูปแบบโดยนำร่างรูปแบบไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คนพิจารณา มีค่าดัชนีความสอดคล้องและความตรงเชิงเนื้อหา อยู่ระหว่าง 0.60-1.00 และ ขั้นตอนที่ 2 การตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.22-0.87 และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.97 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนมี 3 องค์ประกอบหลัก คือ 1.1 ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน 1.2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนักเรียน 1.3 เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน
2. ผลการตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนพบว่ามีความเหมาะสมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.43$, S.D.=0.10) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

คำสำคัญ : การส่งเสริมสุขภาพ การพัฒนารูปแบบ

¹ นักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานวัตกรรมการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จังหวัดสกลนคร e-mail: earth27@hotmail.com

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชานวัตกรรมการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จังหวัดสกลนคร e-mail: Wanphen2516@windowslive.com

อาจารย์ สาขาวิชานวัตกรรมการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จังหวัดสกลนคร³ e-mail: somkiatpalajit@gmail.com

*ผู้นิพนธ์หลัก e-mail: earth27@hotmail.com

THE DEVELOPMENT OF HEALTH PROMOTION MODEL IN SCHOOL UNDER SAKON NAKHON PRIMARY EDUCATIONAL SERVICE AREA 3

Bangon Deekhumyoi^{1*} Wanphen Nuntasri^{2*} Somkiat Palachit^{3*}

Abstract

The purposes of this research were to develop the students Health Promotion Model and suitability verification of Health Promotion Model of students at School under Sakon Nakhon Primary Educational Service Area 3. The research was divided into 2 phases: phase 1, development of the model, 1. study of concepts, theories and related researches, and 2. analysis of synthesized the document and related researches and drafting the student health promotion model; and Phase 2 validation of the model. The researcher divided the operation into 2 steps as follows: Step 1 Examine the draft by bringing the draft to 5 experts. The content consistency and content index was between 0.60-1.00 and Step 2: Check the fit of the pattern. Data were collected by using 5-rating scale questionnaire with 0.22-0.87 discriminative power. The reliability of the questionnaire was 0.97. Data were analyzed using percentage, mean and standard deviation.

The findings are as follows:

1. Students Health Promotion Model at School comprised of 3 elements, namely 1) Factors affecting students health. 2) Students health promotion activities. 3) Goal of students health promotion.

2. The results of Verification of the suitability of Students Health Promotion Model were found to be appropriate at the high level ($x = 4.43$, S.D. = 0.10). This was in accordance with the hypothesis.

Keywords : Health Promotion, The Development of Model

¹ Education Degree in Educational Administrative Innovation, Faculty of Educational, Sakon Nakhon Rajabhat University, e-mail: earth27@hotmail.com

² Assistant Professor, Administrative Innovation, Faculty of Educational, Sakon Nakhon Rajabhat University e-mail: Wanphen2516@windowslive.com

³ Civil Administrative Innovation, Faculty of Educational, Sakon Nakhon Rajabhat University e-mail: somkiatpalajit@gmail.com

*Corresponding author, e-mail: earth27@hotmail.com

บทนำ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 มาตรา 6 กล่าวไว้ว่าการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรมมีจริยธรรมและวัฒนธรรม ในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2545 : 5) สุขภาพเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ต่อความเจริญของงานและพัฒนาการทุก ๆ ด้านของบุคคล หากสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจของบุคคลนั้น ๆ สมบูรณ์แล้วย่อมส่งผลต่อการพัฒนาการด้านการเรียนและการปฏิบัติงานของบุคคลเป็นอย่างดี สุขภาพที่ดี เป็น สิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำรงชีวิต ผู้ที่มีสุขภาพที่ดีจะสามารถใช้ชีวิตประจำวันและปฏิบัติการกิจได้ อย่างเต็มความสามารถ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนที่อยู่ในช่วงที่กำลังเจริญเติบโตและมีการเรียนรู้ การดูแล และส่งเสริมสุขภาพให้มีความสมบูรณ์ จะทำให้มีสมรรถภาพในการเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ ร่างกายเจริญเติบโต และมีพัฒนาการได้อย่างสมวัย ซึ่งจะทำให้เป็นผู้ใหญ่ที่มีศักยภาพในการทำหน้าที่การงาน อริสโตเติล (Aristotle) และเพลโต (Plato) ได้มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่า “ก่อนที่จะให้การศึกษาด้านอื่น ๆ นั้น สมควรจะให้เด็กมี สุขภาพดีเสียก่อน” ทั้งนี้หมายความว่า หากเด็กมีสุขภาพไม่ดีแล้วแม้จะให้การศึกษาอบรมดีเพียงไรก็ตาม การศึกษา ก็จะไม่ได้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วยหรืออาจจะไร้ผลก็ได้ ตรงกันข้ามถ้าเด็กมีสุขภาพดี การศึกษา เล่าเรียนก็ ย่อมจะดำเนินไปด้วยดี (กระทรวงสาธารณสุข, 2556 : 3)

โรงเรียนเป็นแหล่งเรียนรู้ของชุมชนและนักเรียน เพื่อพัฒนากำลังคนให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ดังนั้น การส่งเสริมสนับสนุนกิจกรรมเพื่อพัฒนาสุขภาพจึงเป็นส่วนหนึ่ง ของการจัดการศึกษา ซึ่งทำให้โรงเรียนเป็นจุดเริ่มต้นของการปลูกฝังความรู้ทางสุขภาพ ทศนคติที่ดีต่อสุขภาพซึ่ง ส่งผลให้สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง เมื่อสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงนักเรียนก็สามารถศึกษาเล่าเรียนได้อย่างเต็มที่ ที่ สำคัญจะเห็นได้ว่าส่วนใหญ่แล้วนักเรียนใช้ชีวิตประจำวันอยู่ในโรงเรียนเฉลี่ยวันละ 7-8 ชั่วโมง ตลอดช่วงระยะ ของการศึกษาไม่น้อยกว่า 6 ปีที่อยู่ในโรงเรียน ดังนั้นจึงเชื่อว่าการพัฒนาองค์ประกอบการศึกษา สุขภาพควบคู่ กันไป ควรเริ่มจากวัยเด็กอันเป็นวัยพื้นฐานของการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีศักยภาพคุณภาพที่พึงประสงค์ เพื่อ ร่วมพัฒนาประเทศต่อไป (กระทรวงสาธารณสุข, 2556 : 1)

จากความสำคัญและปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยในฐานะครูสายปฏิบัติการสอน สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ปฏิบัติงานด้านบริหารทั่วไป รับผิดชอบงานอนามัย โรงเรียน ตระหนักและเห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน จึงสนใจศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยต่าง ๆ และพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 เพื่อเป็นแนวทางให้แก่สถานศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนให้มี ประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ของงานวิจัยไว้ดังนี้

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาสกลนคร เขต 3
2. เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ประกอบด้วย 1) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) ร่างรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน

ระยะที่ 2 ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินงานเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การตรวจสอบร่างรูปแบบ และ 2) การตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้บริหารโรงเรียนและครูอนามัยโรงเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ในปีการศึกษา 2561 จำนวน 364 คน ประกอบด้วย ผู้บริหารโรงเรียนจำนวน 182 คน และครูอนามัยโรงเรียน จำนวน 182 กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 188 คน กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางของเครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie&Morgan,1970 : p. 608) ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้จำนวน 200 คน ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 แบ่งเป็น 2 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามตำแหน่ง วุฒิการศึกษา อายุและประสบการณ์การทำงานมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ โดยสร้างข้อคำถามในแต่ละองค์ประกอบตามร่างรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียน

การหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปตรวจสอบหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มีขั้นตอนดังนี้

1. นำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณา แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) แล้วนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามรายข้อกับวัตถุประสงค์ (Index of Item Congruence: IOC) พบว่าค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถามมีค่าระหว่าง 0.60-1.00

2. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้บริหาร ครูอนามัยโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน นำมาวิเคราะห์ หาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม พบว่า มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.22-0.87 และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.97

3. นำผลการวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือมาประกอบการพิจารณา เพื่อจัดทำเป็นแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยส่งและเก็บข้อมูลในบางส่วนด้วยตนเอง และบางส่วนผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ลงทะเบียน พร้อมแนบซองเปล่าติดดวงตราไปรษณียากร เพื่อส่งคืนผู้วิจัย ได้แบบสอบถามกลับคืนมา 196 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 98.00

การวิเคราะห์ข้อมูล นำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างมาทำการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการวิจัยครั้งนี้ กำหนดความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพ

นักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ที่พัฒนาขึ้น ที่ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ ดังนี้

1. ผลการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3

รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และเป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน ซึ่งแต่ละองค์ประกอบมีรายละเอียด ดังนี้

1.1 ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ 1) คุณลักษณะเฉพาะบุคคลของนักเรียน 2) พื้นฐานครอบครัว 3) นโยบายด้านสุขภาพของโรงเรียน 4) ศักยภาพการทำงานด้านสุขภาพของครูอนามัย 5) สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน

1.2 องค์ประกอบที่ 2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ 1) การร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน 2) การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน 3) การบริการอนามัยโรงเรียน 4) ภาวะโภชนาการ 5) การออกกำลังกาย

1.3 องค์ประกอบที่ 3 เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ 1) สุขภาพกายที่ดี 2) สุขภาพจิตที่ดี

2. ผลการตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3

ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนครเขต 3 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบพบว่ามีความเหมาะสมมากที่สุด 1 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 3 เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน ส่วนอีก 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1 ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน และองค์ประกอบที่ 2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและมีความเหมาะสมในระดับมาก ผลสรุปรายองค์ประกอบ มีดังนี้

2.1 องค์ประกอบที่ 1 ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน โดยรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านสามารถเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้ดังนี้ ด้านศักยภาพการทำงานด้านสุขภาพของครูอนามัย ด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ด้านพื้นฐานครอบครัว ด้านคุณลักษณะเฉพาะบุคคลของนักเรียน และด้านนโยบายด้านสุขภาพของโรงเรียน ตามลำดับ

2.2 องค์ประกอบที่ 2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านสามารถเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้ ดังนี้ ด้านภาวะโภชนาการ ด้านการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ด้านการออกกำลังกาย ด้านการบริการอนามัยโรงเรียน และด้านการร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน ตามลำดับ

2.3 องค์ประกอบที่ 3 เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน โดยรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านสามารถเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยได้ ดังนี้ ด้านสุขภาพกายที่ดี และด้านสุขภาพจิตที่ดี ตามลำดับ แสดงผลตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริม สุขภาพนักเรียน
ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 โดยภาพรวม

องค์ประกอบ	ระดับความเหมาะสม		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน	4.41	0.08	เหมาะสมมาก
1.1 คุณลักษณะเฉพาะบุคคลของนักเรียน	4.36	0.20	เหมาะสมมาก
1.2 พื้นฐานครอบครัว	4.40	0.12	เหมาะสมมาก
1.3 นโยบายด้านสุขภาพของโรงเรียน	4.35	0.16	เหมาะสมมาก
1.4 ศักยภาพการทำงานด้านสุขภาพของครูอนามัย	4.55	0.09	เหมาะสมมากที่สุด
1.5 สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน	4.40	0.10	เหมาะสมมาก
2. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ	4.39	0.14	เหมาะสมมาก
2.1 การร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน	4.27	0.06	เหมาะสมมาก
2.2 การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน	4.51	0.17	เหมาะสมมากที่สุด
2.3 การบริการอนามัยโรงเรียน	4.30	0.18	เหมาะสมมาก
2.4 ภาวะโภชนาการ	4.53	0.15	เหมาะสมมากที่สุด
2.5 การออกกำลังกาย	4.45	0.15	เหมาะสมมาก
3. เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน	4.52	0.09	เหมาะสมมากที่สุด
3.1 สุขภาพกายที่ดี	4.58	0.07	เหมาะสมมากที่สุด
3.2 สุขภาพจิตที่ดี	4.45	0.11	เหมาะสมมาก
เฉลี่ยรวม	4.43	0.10	เหมาะสมมาก

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยขออภิปรายผลตามความมุ่งหมายของการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ 1) ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน 2) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และ 3) เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน โดยแต่ละองค์ประกอบมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันที่จะทำให้การดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนของโรงเรียนบรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ภายใต้ความร่วมมือของผู้บริหาร ครู บุคลากร ผู้ปกครองนักเรียนและชุมชน หากโรงเรียนได้มีรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนที่ดี จะทำให้การบริหารงานของโรงเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากสุขภาพถือเป็นองค์ประกอบพื้นฐานสำคัญที่จำเป็นต่อความเจริญของงานและพัฒนาการทุกด้านในตัวบุคคล เด็กที่มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง จะมาสามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้การจัดการเรียนรู้สัมฤทธิ์ผลได้มากกว่าเด็กที่มีร่างกายอ่อนแอ หรือมีปัญหาด้านสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ผจกสุข เนียมประดิษฐ์ (2555 : 63) เรื่องการพัฒนาแบบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยในภาคตะวันออก ที่กล่าวว่า แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับองค์ประกอบในการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านสุขภาพนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ด้านสุขภาพและค่านิยมเกี่ยวกับ

การส่งเสริมสุขภาพ รวมไปถึงรูปแบบในการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งจะส่งผลไปยังเป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพ คือ การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี

1.1 ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน เป็นสิ่งที่เอื้อให้การดำเนินการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วยคุณลักษณะเฉพาะบุคคลของนักเรียนซึ่งหมายถึงลักษณะที่เป็นมาตั้งแต่เกิดและจะอยู่เช่นนี้ตลอดไป ได้แก่ เพศ พันธุกรรม อายุ และระดับสติปัญญาของนักเรียน พื้นฐานครอบครัวนโยบายด้านสุขภาพของโรงเรียน ศักยภาพการทำงานด้านสุขภาพของครูอนามัย และสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ซึ่ง สอดคล้องกับผลการวิจัยของ รัตนพร วงษ์ดาไช (2554 : 43-46) เรื่องการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์ ที่พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพนักเรียนสามารถแบ่งเป็น 2 ปัจจัยใหญ่ ๆ คือ ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ พันธุกรรม เพศ อายุและระดับพัฒนาการความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพกายสุขภาพจิต และปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ แบบแผนชีวิต สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ มาตรฐานความเป็นอยู่ วัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณี ครอบครัว เครือข่ายสนับสนุนทางสังคม พื้นที่ภูมิประเทศ และสอดคล้องกับ วิษณุ จันทรส (2555 : ออนไลน์) ที่กล่าวว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพของบุคคลได้แก่ ด้านปัจเจกบุคคล คือ ด้านชีววิทยา เช่นลักษณะทางสังคม พฤติกรรมสุขภาพ ความเชื่อ จิตวิญญาณ ด้านสภาพแวดล้อม และด้านระบบบริการสุขภาพ นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชญานิกา ศรีวิชัย (2558 : 17-18) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่ติดเกม ที่พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของเด็กวัยรุ่นตอนต้น ประกอบด้วย เพศ เป็นลักษณะกำหนดบทบาททางสังคม แบ่งออกเป็นเพศชายและเพศหญิง โรงเรียนและครูเป็นสิ่งแวดล้อมที่มีความสำคัญของเด็กในด้านการเรียนรู้ และปฏิสัมพันธ์ที่ดีของสมาชิกภายในครอบครัว

1.2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ในการวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็น 5 ประเด็น คือ การร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน การบริการอนามัยโรงเรียน ภาวะโภชนาการ และการออกกำลังกาย โดยกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพนั้น มีขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมเริ่มจากการร่วมกับชุมชนในการประชุมวางแผนการปฏิบัติงานโครงการส่งเสริมสุขภาพ ร่วมกันดำเนินกิจกรรมตามแผนการดำเนินงานที่วางไว้ มีการตรวจสอบและประเมินผลการดำเนินงาน สอบถามความพึงพอใจต่อผลการดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพ และปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องที่เกิดจากการดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพร่วมกัน มีการกำหนดมาตรฐานสุขภาพสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนจัดบริเวณโรงเรียนสะอาดร่มรื่น และเผื่อระวังป้องกันการเกิดอุบัติเหตุในโรงเรียน จัดบริการน้ำดื่ม น้ำใช้และระบบสาธารณสุขที่ทันสมัย กีฬาและที่ออกกำลังกาย มีโรงอาหาร จัดให้มีอ่างล้างมือ ห้องน้ำ ห้องส้วมที่เพียงพอและถูกสุขลักษณะ มีการปรับปรุงแก้ไขและซ่อมแซมให้พร้อมใช้งานได้ตามปกติ จัดระบบการบริการอนามัยนักเรียนที่มีประสิทธิภาพทั้งด้านบุคลากร ห้องพยาบาลและเวชภัณฑ์ที่พร้อมให้บริการอยู่เสมอ จัดกิจกรรมให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่นักเรียน จัดให้มีการวางแผนการเผื่อระวังภาวะโภชนาการนักเรียน จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพนักเรียนจัดเมนู อาหารกลางวันนักเรียนโดยเน้นให้ได้รับอาหารครบ 5 หมู่ทุกวัน ให้คำแนะนำนักเรียนในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าหลักโภชนาการ การประเมินผลภาวะโภชนาการนักเรียน และนำผลการประเมินมาเพื่อใช้ในการพัฒนางานด้านภาวะโภชนาการนักเรียน จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการสำหรับนักเรียนในโรงเรียนอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง มีการนิเทศติดตามและประเมินผลการดำเนินงานอย่างสม่ำเสมอ และนำผลการประเมินมาปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนให้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปานหทัย ประสานสุข (2556 : 57-58) เรื่อง การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนสิริมังคลานุสรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ที่พบว่า กิจกรรม

ส่งเสริมสุขภาพประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ ความร่วมมือระหว่างโรงเรียนและชุมชน การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ การบริการอนามัยโรงเรียน และโภชนาการอาหารที่ปลอดภัย และสอดคล้องกับแนวคิดของเบญจพร อิทธิลวง (2561 : ออนไลน์) เรื่องพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในอำเภอดอยหล่อ จังหวัดเชียงใหม่ ที่พบว่า กิจกรรมสุขภาพของนักเรียน ได้แก่ การบริโภคอาหารและยา การออกกำลังกาย การพักผ่อน การจัดการสิ่งแวดล้อม การตรวจรักษาสุขภาพ และการจัดการความเครียด

1.3 เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน การวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดเป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน เป็น 2 ประเด็น คือ สุขภาพกายที่ดี และสุขภาพจิตที่ดี โดยสุขภาพกายที่ดี คือ การมีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ แข็งแรง ร่างกายปราศจากความทุพพลภาพรวมทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ มีความต้านทานโรคได้ดี มีสมรรถภาพกายที่ผ่านเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย ร่างกายมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการสมกับวัย มีสภาพร่างกายทั่วไปสะอาดและสมบูรณ์ มีหน้าตาสดใสและร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอไม่ว่าจะอยู่คนเดียวหรืออยู่ต่อหน้าคนอื่น มีร่างกายที่แข็งแรงเพียงพอที่จะดำเนินงานตามภารกิจในชีวิตประจำวันได้ รวมทั้งมีความสามารถในการเคลื่อนไหวได้อย่างกระฉับกระเฉงคล่องแคล่ว การมีสุขนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหารและไม่รับประทานอาหารพร่ำเพรื่อ การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี และมีพฤติกรรมออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ส่วนพฤติกรรมที่บ่งชี้ว่านักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดี ได้แก่ การมีจิตใจที่ดี มีนิสัย ร่าเริง แจ่มใส และมองโลกในแง่ดี มีคุณธรรมจริยธรรม มีความเป็นประชาธิปไตยและยอมรับฟังเสียงข้างมาก มีวินัย ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบของโรงเรียนและสังคม มีความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงความคิดเห็น อย่างเหมาะสม มีเหตุผลและเคารพความคิดเห็นผู้อื่น มีความตั้งใจในการทำงาน มีความสามารถตัดสินใจได้รวดเร็วและถูกต้อง ไม่ผิดพลาด มีอารมณ์มั่นคง สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีความปรารถนาดี และยินดีเมื่อบุคคลอื่นมีความสุข ความสำเร็จ และมีความปรารถนาดีในการป้องกันผู้อื่นให้มีความสุขปลอดภัยจากอันตรายหรือโรคภัยไข้เจ็บ โดยสุขภาพกายและสุขภาพจิตเป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน ผู้ที่มีสุขภาพกายบกพร่องจะทำให้สุขภาพจิตผิดปกติตามไปด้วย การได้พัฒนาด้านสุขภาพกายสุขภาพจิตควบคู่กันไปจะทำให้สามารถพัฒนาบุคคลเพื่อนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่เป็นปกติสุข ซึ่งสอดคล้องกับ นิภาพร เอื้อวิณณะโชติมา (2559 : 147-148) ที่กล่าวว่า แนวคิดด้านสุขภาพนั้นมองสุขภาพเป็นองค์รวม ซึ่งให้ความสำคัญกับความสมดุลของสภาพทางกาย ทางจิตใจ และทางสังคมของบุคคล ดังคำจำกัดความของสุขภาพขององค์การอนามัยโลกที่ว่า “สุขภาพคือสภาวะที่สมบูรณ์ทางกาย ทางจิตใจ และสังคม ไม่ใช่เพียงแต่การไม่มีโรค การบาดเจ็บ และความพิการใด ๆ” นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ นิคม มูลเมือง (2561 : ออนไลน์) ที่กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีสุขภาพสมบูรณ์มีปัจจัยปัจจัยหลายประการ ได้แก่ กรรมพันธุ์ สิ่งแวดล้อม ลักษณะการดำรงชีวิต โดยปัจจัยเหล่านี้เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการมีสุขภาพกายที่ดี เมื่อมีสุขภาพร่างกายดีสุขภาพจิตก็จะดีตามไปด้วยเช่นกัน

2. การตรวจสอบรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนครเขต 3 พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนและครูอนามัยมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบพบว่ามีความเหมาะสมมากที่สุด 1 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 3 เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน ส่วนอีก 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1 ปัจจัย ที่มีผลต่อสุขภาพนักเรียน และองค์ประกอบที่ 2 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและมีความเหมาะสมในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ผจงสุข เนียมประดิษฐ์ (2555 : 63) เรื่องการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยในภาคตะวันออกเฉียงใต้ทำการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับนิสิต อันได้แก่การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านสุขภาพนโยบาย ด้านการส่งเสริมสุขภาพ

การรับรู้ด้านสุขภาพและค่านิยมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ พบว่ามีความเหมาะสมทุกองค์ประกอบ นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ทินกร พูลผล (2560 : 105) พบว่า ผลการประเมินการใช้รูปแบบการบริหารจัดการศึกษาโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 2 : กรณีศึกษา อำเภออุ้มผาง ภาพรวมปรากฏว่ามีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. ผลการวิจัย พบว่า การส่งเสริมสุขภาพนักเรียนต้องดำเนินการพัฒนาด้านร่างกาย และด้านจิตใจควบคู่กันไป เนื่องจากผู้ที่มีสุขภาพกายดีย่อมมีสุขภาพจิตที่ดี จึงกล่าวได้ว่า สุขภาพจิตที่ดีมักจะอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์ และผู้ที่มีสุขภาพกายสุขภาพจิตดี จะสามารถปฏิบัติหน้าที่ประจำวันและสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นโรงเรียนจึงควรกำหนดนโยบายการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนไว้อย่างชัดเจน ให้ครอบคลุม ทั้ง 3 องค์ประกอบเพื่อให้การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพนักเรียนเกิดประสิทธิผลสูงสุด

2. ผลการวิจัย พบว่า การส่งเสริมสุขภาพนักเรียนต้องได้รับความร่วมมือจากผู้บริหาร ครู ผู้ปกครองและชุมชน ดังนั้น โรงเรียนควรส่งเสริมสนับสนุนความร่วมมือระหว่างบุคลากรในโรงเรียนและชุมชน จึงจะทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้เพื่อปรับปรุงและพัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 3

2. ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนกับหน่วยงานอื่น เช่น ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียนสังกัดเอกชน หรือวิทยาลัยในสังกัดของกรมอาชีวศึกษา เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข. (2556). **คู่มือการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2556**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ชญาณิกา ศรีวิชัย. (2558). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่ติดเกม**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก, ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นิคม มูลเมือง. (2561). **แนวคิดพื้นฐานด้านสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการปฏิรูปสุขภาพ**. สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2561, จาก <http://www.libarts.mju.ac.th>.
- นิภาพร เอื้อวัฒน์โชติมา. (2559). **ปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพและการสร้างเสริมสุขภาพของประชากร**. วารสารวิชาการสาธารณสุข, 25(1), 147-156.
- เบญจพร อีหลวง. (2561). **พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในอำเภอดอยหล่อ จังหวัดเชียงใหม่**. สืบค้นเมื่อ 2 เมษายน 2561, จาก <https://www.tci-thaijo.org/index.php>
- ปานหทัย ประสานสุข. (2556, มิถุนายน 2555-พฤษภาคม 2556). **การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียนสิริมงคลานุสรณ์อำเภอมือง จังหวัดเชียงใหม่**. วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น, 1(1), 57-58.
- ผจงสุข เนียมประดิษฐ์. (2555). **การพัฒนาแบบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ**. วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม, 8(1), 63.

- วิษณุ จันทร์สถ. (2555). การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันการเจ็บป่วย. สืบค้นเมื่อ 4 เมษายน 2561, จาก http://www.61.19.124.180/manage/Plan_pic/.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. (2545). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545, กรุงเทพมหานคร: พริกหวานการพิมพ์.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย. (2558). คู่มือการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2558. นนทบุรี: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- ทินกร พูลผล. (2560). รูปแบบการบริหารงานจัดการศึกษาอู่ฝางโมเดล กรณีศึกษาอำเภอู่ฝางของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 2. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 12(1), 105.