

การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร



นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุศึกษา ภาควิชาพลศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2545

ISBN 974-172-639-2

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

31 ต.ค. 2547

120874443

PERCEIVED SELF - EFFICACY TO HEALTH BEHAVIOR OF STUDENTS IN UPPER
SECONDARY SCHOOLS UNDER THE JURISDICTION OF
THE GENERAL EDUCATION DEPARTMENT
IN BANGKOK METROPOLIS

Miss. Amornrat Phachiyankul

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

Department of Physical Education

Faculty of Education


Chulalongkorn University

Academic Year 2002

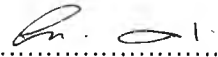
ISBN 974-172-639-2

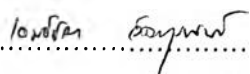
หัวข้อวิทยานิพนธ์ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
โดย นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกุล
สาขาวิชา สุขศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอ็มอัชฌา วัฒนบูรานนท์

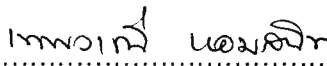
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท

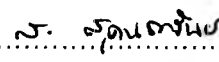

.....คณบดีคณะครุศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร. ไพฑูรย์ สินลารัตน์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์สิริ กาญจนวาสี)


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอ็มอัชฌา วัฒนบูรานนท์)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. เทพวณี หอมสิน)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุจิตรา สุขนธทรัพย์)

อมรรัตน์ พาชยานุกูล : การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของ
 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.
 (PERCEIVED SELF – EFFICACY TO HEALTH BEHAVIOR OF STUDENTS IN
 UPPER SECONDARY SCHOOLS UNDER THE JURISDICTION OF THE
 GENERAL EDUCATION DEPARTMENT IN BANGKOK METROPOLIS)
 อ.ที่ปรึกษา : ผศ.ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์, 115 หน้า. ISBN 974-17-2639-2.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและหาความสัมพันธ์ของการรับรู้ความ
 สามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญ
 ศึกษา กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองจากกลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนชั้น
 มัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 480 คน
 ได้รับแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์กลับคืนมา 410 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 85.42 วิเคราะห์ข้อมูล
 โดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยมีดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน
 ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายอยู่ในระดับค่อนข้างสูงซึ่งด้านที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด คือด้าน
 พฤติกรรมทางเพศ ส่วนด้านการออกกำลังกายมีค่าเฉลี่ยของคะแนนน้อยที่สุด ค่าเฉลี่ยของ
 คะแนนการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายส่วนใหญ่อยู่ในระดับ
 ค่อนข้างดีโดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด คือด้านพฤติกรรมทางเพศ และด้านที่มีค่า
 เฉลี่ยของคะแนนน้อยที่สุด คือด้านการออกกำลังกาย

2. การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญ
 ทางสถิติที่ระดับ.05 โดยด้านที่มีความสัมพันธ์มากที่สุดคือด้านความเครียดและสุขภาพจิต และ
 ด้านการสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า และสารเสพติด ส่วนด้านที่มีระดับความสัมพันธ์น้อยที่สุด คือ
 ด้านการออกกำลังกาย

ภาควิชา พลศึกษา
 สาขาวิชา สุขศึกษา
 ปีการศึกษา 2545

ลายมือชื่อนิสิต.....อมรรัตน์ พาชยานุกูล.....
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์.....
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

4483848027 : MAJOR HEALTH EDUCATION

KEY WORD : PERCEIVED SELF – EFFICACY / HEALTH BEHAVIOR

AMORNRAT PHACHIYANUKUL : PERCEIVED SELF – EFFICACY TO HEALTH BEHAVIOR OF STUDENTS IN UPPER SECONDARY SCHOOLS UNDER THE JURISDICTION OF THE GENERAL EDUCATION DEPARTMENT IN BANGKOK METROPOLIS. THESIS ADVISOR : ASST. PROF. AIM-UTCHA WATTANABURANON, Ed.D., 115 pp. ISBN 974-17-2639-2.

The purposes of the research were to study and correlate perceived self - efficacy to health behavior of students in upper secondary schools Under the Jurisdiction of the General Education Department in Bangkok Metropolis. The subjects were 480 students in upper secondary schools. The constructed questionnaires were sent to 480 students, but only 410 questionnaires, accounted for 85.42 percent were returned. The data were then analyzed to obtain percentages, means, standard deviations and Pearson's Product Moment correlation.

The results revealed as follows ;

1. Perceived self - efficacy to health behavior of students in upper secondary schools was found at the nearly high level. The sex behavior area met the highest mean scores, while the area of exercise met the lowest mean scores. Most students' health behavior were at the nearly high level. The areas of sex behavior and exercise were at the highest and lowest level respectively.

2. Perceived self - efficacy and health behavior of students were significantly correlated at the .05 level. The highest correlation was mental health area and smoking, alcohol and narcotics using area. The exercise area had the lowest correlation.

Department Physical Education
Field of study Health Education
Academic year 2002

Student's signature... AMORNRAT PHACHIYANUKUL
Advisor's signature... *Aimutcha Wattanaburanon*
Co-advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยความช่วยเหลืออย่างดียิ่งของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอมอัชมา วัฒนบูรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และอาจารย์ในภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งให้คำปรึกษา คำแนะนำ ตรวจสอบแก้ไข จนกระทั่งวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

นอกจากนี้ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในการ ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาเครื่องมือวิจัย ตลอดจนคำแนะนำอันทรงคุณค่าต่องานวิจัยนี้และ ขอขอบคุณเป็นพิเศษสำหรับคณะครู อาจารย์ ผู้บริหารโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา และผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่มีส่วนช่วยและสนับสนุนช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล ขอขอบคุณนักเรียนของ โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือในการศึกษา ครั้งนี้

ทำยนี้ผู้วิจัยใคร่ขอกราบขอบพระคุณบิดานายเฮงซัง แซ่เบ๊ - มารดานางบังอร งอยภูธร พี่และน้อง เพื่อนร่วมรุ่นที่ช่วยเหลือให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมาจนสำเร็จการศึกษา

อมรรัตน์ พาชิยานุกูล

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	๔
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	๕
กิตติกรรมประกาศ.....	๖
สารบัญ.....	๗
สารบัญตาราง.....	๘
บทที่	
1. บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของงานวิจัย.....	4
1.3 ขอบเขตการวิจัย.....	5
1.4 ข้อตกลงเบื้องต้น.....	5
1.5 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	5
1.6 ประโยชน์ในการวิจัย.....	6
2. ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
2.1 การรับรู้ความสามารถของตนเอง.....	7
2.2 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ.....	13
2.3 ธรรมชาติของวัยรุ่น การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น.....	19
2.4 สถานการณ์ด้านสุขภาพของกลุ่มเด็กวัยรุ่นเรียนและเยาวชน.....	24
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	27
3. วิธีดำเนินการวิจัย.....	35
3.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	35
3.2 กลุ่มตัวอย่าง.....	35
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	36
3.4 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	38

สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
3.5 การเก็บรวบรวมเครื่องมือ.....	39
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
4.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.....	42
4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย.....	45
4.3 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ.....	54
4.4 ข้อมูลความสัมพันธ์ของตัวแปรที่เลือกศึกษากับพฤติกรรมสุขภาพ.....	62
5. สรุปผลการวิจัย.....	71
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	72
5.2 การอภิปรายผล.....	77
5.3 ข้อเสนอแนะ.....	86
รายการอ้างอิง.....	88
ภาคผนวก.....	91
ภาคผนวก ก (รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ).....	93
ภาคผนวก ข (หนังสือขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ, ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล, ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล).....	95
ภาคผนวก ค (รายชื่อโรงเรียน..., ตารางแสดงจำนวนโรงเรียนประชากรกลุ่ม ตัวอย่าง).....	103
ภาคผนวก ง (เครื่องมือในการวิจัย).....	108
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	115

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. จำนวนและร้อยละของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำแนกตามข้อมูลทั่วไป.....	42
2. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของนักเรียนจำแนกตามการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยรวมและรายด้าน.....	46
3. ร้อยละของนักเรียนจำแนกตามระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยรวมและรายด้าน.....	47
4. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์ และเทคโนโลยีสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	48
5. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	49
6. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านความเครียดและสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำแนกรายข้อและโดยรวม.....	50
7. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม	51
8. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า และสารเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำแนกรายข้อและโดยรวม.....	52
9. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการรักษาสีงแวดล้อมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	53
10. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำแนกโดยรวมและรายด้าน.....	54

สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
3.5 การเก็บรวบรวมเครื่องมือ.....	39
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
4.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.....	42
4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย.....	45
4.3 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ.....	54
4.4 ข้อมูลความสัมพันธ์ของตัวแปรที่เลือกศึกษากับพฤติกรรมสุขภาพ.....	62
5. สรุปผลการวิจัย.....	71
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	71
5.2 การอภิปรายผล.....	77
5.3 ข้อเสนอแนะ.....	86
รายการอ้างอิง.....	88
ภาคผนวก.....	92
ภาคผนวก ก (รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ).....	93
ภาคผนวก ข (หนังสือขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ,ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล, ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล).....	95
ภาคผนวก ค (รายชื่อโรงเรียน....., ตารางแสดงจำนวนโรงเรียนประชากรกลุ่ม ตัวอย่าง).....	103
ภาคผนวก ง (เครื่องมือในการวิจัย).....	108
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	115

สารบัญตาราง(ต่อ)

ตารางที่	หน้า
11. ร้อยละของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกโดยรวมและรายด้าน.....	55
12. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพทางด้านการบริโภคอาหารผลิตภัณฑ์ และเทคโนโลยีสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	56
13. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำแนกรายข้อ และโดยรวม.....	57
14. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านความเครียดและสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	58
15. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	59
16. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า และสารเสพติด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	60
17. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกรายข้อและโดยรวม.....	61
18. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมและรายด้าน.....	62
19. ความสัมพันธ์การรับรู้ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรมสุขภาพตามคะแนนเฉลี่ยมากที่สุดและน้อยที่สุดรายข้อในแต่ละด้าน.....	63
20. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรมสุขภาพ ตามรายข้อในแต่ละด้าน.....	64

สารบัญตาราง(ต่อ)

ตารางที่	หน้า
21. ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อระดับการปฏิบัติ พฤติกรรมสุขภาพ.....	67