

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหาของการวิจัย

สุขภาพเป็นภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ อารมณ์สังคม และจิตวิญญาณ (ประเวศ วะสี, 2544) สุขภาพดีจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา บุคคลจึงพยายามหาวิธีที่จะดูแลสุขภาพเพื่อไม่ให้เกิด ภาวะเจ็บป่วย แต่การที่มนุษย์เราจะมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงได้นั้น ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งในปัจจุบันปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศส่วนใหญ่เป็นปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรม การรักษาสุขภาพของประชาชนและปัญหาสิ่งแวดล้อมซึ่งมีหลายปัจจัย อาทิเช่น ด้านสังคม การเมือง เศรษฐกิจ การคมนาคม และการพัฒนาเทคโนโลยี เป็นต้น

ในปี พ.ศ.2545 รัฐบาลจึงได้ประกาศให้เป็นปีเริ่มต้นของการรณรงค์เสริมสร้างสุขภาพ ภายใต้ยุทธศาสตร์รวมพลังสร้างสุขภาพ ซึ่งเป็นแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพของประชาชน จากนโยบายและเป้าหมายการสร้างสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข มีนโยบายส่งเสริมให้ประชาชนรวมกลุ่ม และร่วมทำกิจกรรมด้านการออกกำลังกายเป็นเรื่องแรก และบูรณาการกิจกรรมการบริโภคอาหารและ กิจกรรมอื่นๆ ที่จำเป็นต่อการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีในบุคคล ครอบครัว ชุมชนโดยการสนับสนุนองค์ความรู้และทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต ภายใต้ชื่อหลักการส่งเสริมสุขภาพ 60. อันประกอบไปด้วย ออกกำลังกาย อาหาร อารมณ์ อโรควา อนามัยสิ่งแวดล้อม และอบายมุข

การกำหนดกลุ่มพฤติกรรม 60. เป็นไปตามที่กระทรวงสาธารณสุขของประเทศไทยกำหนด วัยเด็ก มีปัญหาพฤติกรรมสุขภาพ ด้านอาหารเป็นประเด็นหลัก โดยขาดความรู้ในการบริโภคที่ไม่มีประโยชน์ หวาน และมีไขมันสูง วันเยาวชน ยังคงมีประเด็นหลักในทำนองเดียวกับวัยเด็ก และเพิ่มเติมด้วยการอยากรู้ อยากลองในบุหรี่ และ สิ่งเสพติด วัยทำงาน มีปัญหาต่อเนื่องจากวัยเยาวชน และมีปัญหาเรื่องการออกกำลังกายไม่มากพอ อันเป็นสาเหตุเริ่มต้นของการเกิดโรค จากผลงานวิจัยโดยโครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพ (HITAP) ระบุว่าพบปัญหาสุขภาพหลายประการ ในเด็กและวัยรุ่นไทย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางกายและทางจิตใจ เช่น สมาธิสั้น ไม่ตั้งใจเรียน ติดเกม- ติดจอ หรือการติดบุหรี่-ติดเหล้า ซึ่งปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่เห็นชัดเจนและสังคมควรให้ความสำคัญ โดยคนส่วนใหญ่เห็นว่าปัญหาเหล่านี้ไม่ใช่โรคหรือปัญหาสุขภาพทางกาย แต่ในความเป็นจริงหาก พฤติกรรมเหล่านี้เป็นปัญหาทางด้านสุขภาพเช่นกัน หากไม่ได้รับการแก้ไขอย่างถูกต้อง ปัญหาเหล่านี้ จะทวีความรุนแรงมากขึ้นและซับซ้อนมากขึ้น (สุขภาพจิตของวัยรุ่นเรื่องที่ถูมองข้ามไป, 2561) ดังนั้น พฤติกรรมที่พึงประสงค์ จึงเป็นการสนับสนุนให้ออกกำลังกาย รับประทานอาหารให้ถูกต้อง และมีประโยชน์ เป็นประเด็นหลัก ขยายผลด้วยการควบคุมอารมณ์ ให้เบิกบาน ดูแลสภาพแวดล้อม ไม่เสี่ยงต่อโรคสำคัญ และอบายมุข

ทั้งนี้ ผู้วิจัยเล็งเห็นถึงความสำคัญในการศึกษาหาองค์ความรู้และส่งเสริมสุขภาพที่ดีตาม หลักการส่งเสริมสุขภาพ 60. โดยการมุ่งเน้นเพื่อให้ความรู้แก่เด็กนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีองค์ความรู้ที่ถูกต้องและสามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนิน ชีวิตได้จริง และเพื่อเป็นรากฐานสำคัญต่อการปฏิรูประบบสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยรวม ในสังคมต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อเสริมสร้างและพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาวะ 60. ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่

1.2.2 เพื่อสำรวจความพึงพอใจต่อการเสริมสร้างและพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับส่งเสริมสุขภาวะ 60. ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่

1.3 ขอบเขตของการวิจัย

1.3.1 ขอบเขตเนื้อหา/ตัวแปรที่ศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาวะ 60. และความพึงพอใจต่อการเสริมสร้างและพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับส่งเสริมสุขภาวะ 60. ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่

1.3.2 ขอบเขตประชากร ประชากร ได้แก่ ประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาในเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา (รัฐบาล) จากโรงเรียนในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งแบ่งออกเป็น 6 พื้นที่การศึกษา (รวม 715 โรงเรียน) โดยผู้วิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างและใช้วิธีการเลือกตัวอย่างในแต่ละกลุ่ม ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้เครื่องมือในการวิจัยได้แก่

1) ชุดวิดิทัศน์เพื่อส่งเสริมสุขภาวะ 60. ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้พัฒนาสื่อขึ้นมา

2) แบบสอบถามวัดความพึงพอใจ ให้กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง

1.3.3 ขอบเขตพื้นที่ จังหวัดเชียงใหม่

1.3.4 ขอบเขตเวลา กำหนดขอบเขตเวลา เริ่มตั้งแต่วันอนุมัติทุนวิจัย โดยใช้เวลาทั้งสิ้น 12 เดือน (20 เมษายน 2561 ถึง 19 เมษายน 2562)

1.4 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1.4.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาวะ 60. หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมและใช้ชุดวิดิทัศน์

1.4.2 นักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ มีความพึงพอใจต่อการเสริมสร้างและพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับส่งเสริมสุขภาวะ 60. หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมและใช้ชุดวิดิทัศน์

1.4.3 นักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ มีสุขภาวะที่ดีมากขึ้น