

ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

The Learning Outcomes Using Problem-Based Learning on Health Promotion and Dental Care for Third-Grade Elementary School Students

เจชนรินทร์ นามมี¹ และ สุดใจ เขียนภักดี²

Jesnarin Nammee¹ and Sudjai Kianpakdee²

คณะศึกษาศาสตร์และศิลปศาสตร์ สถาบันสารสนเทศเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ

Faculty of Education and Liberal Arts, Suvarnabhumi Institute of Technology, Samut Prakan, Thailand

Corresponding Author, Email: ¹iibahbas1992@gmail.com

Retrieved: April 27, 2026; Revised: June 30, 2026; Accepted: June 30, 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน และ 2) ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพของนักเรียนหลังการจัดการเรียนรู้ดังกล่าว กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/2 โรงเรียนสารสนเทศวิเทศกาญจบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 20 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน จำนวน 5 แผน แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และแบบสังเกตพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที่สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่สัมพันธ์กัน (Dependent Samples t-test)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพ ของนักเรียนหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ 22.90 สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียนซึ่งเท่ากับ 16.95 และ 2) พฤติกรรม-(M = 3.74, SD = 0.48)

คำสำคัญ: การจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน; ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน; พฤติกรรมสุขภาพ; ทันตสุขภาพ

Abstract

This research aimed to: (1) compare the learning achievement in Health Education on Health Promotion and Oral Health among Grade 3 students before and after learning through Problem-Based Learning (PBL), and (2) investigate students' oral health behaviors following the implementation of PBL. The sample consisted of 20 Grade 3 students from Class 3/2 at Sarasas Witaed Kanchanaburi School during the second semester of the 2025 academic year, selected through random sampling. The research instruments included five Problem-Based Learning lesson plans, a learning achievement test, and an oral health behavior observation form. Data were analyzed using mean, standard deviation, and the dependent samples t-test.

The findings revealed that: (1) students' post-learning achievement was significantly higher than their pre-learning achievement at the .05 level, with the posttest mean score of 22.90 compared to the pretest mean score of 16.95; and (2) students' oral health behaviors after participating in Problem-Based Learning were at a very good level overall (Mean = 3.74, S.D. = 0.48).

Keywords: Problem-Based Learning (PBL); Learning Achievement; Health Behavior; Dental Health

บทนำ

ในกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลกศตวรรษที่ 21 ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ของประเทศไทยได้วางรากฐานสำคัญในการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ โดยมุ่งเน้นให้คนไทยเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีสุขภาวะที่ดีในทุกมิติ ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติที่ให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมของประชากรวัยเรียน ซึ่งเป็นวัยรากฐานสำคัญของการพัฒนาประเทศ การศึกษาในยุคปัจจุบันจึงไม่ได้มุ่งเน้นเพียงการแสวงหาความรู้เชิงวิชาการเท่านั้น แต่ต้องมุ่งเน้นการสร้าง "ความรอบรู้ด้านสุขภาพ" (Health Literacy) เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์สถานการณ์และตัดสินใจเลือกปฏิบัติพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อสุขภาพได้อย่างเท่าทัน

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ได้กำหนดเป้าหมายชัดเจนให้นักเรียนมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งเป็นช่วงวัยรอยต่อสำคัญ (Transition Period) ที่เด็กเริ่มมีความเป็นตัวของตัวเองในการเลือกบริโภคและตัดสินใจด้านพฤติกรรมส่วนบุคคล หากนักเรียนขาดการปลูกฝังทัศนคติและทักษะที่ถูกต้องในการดูแลตนเอง โดยเฉพาะด้าน "ทันตสุขภาพ" ซึ่งเป็นประเด็นด้านแรกของระบบร่างกาย ย่อมส่งผลเสียต่อสุขภาพอย่างต่อเนื่องจนถึงวัยผู้ใหญ่ สถิติจากกรมอนามัย (2566) และข้อมูลในระดับพื้นที่อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี สะท้อนให้เห็นว่าการสร้างความตระหนักด้านการดูแลสุขภาพช่องปากในเด็กวัยเรียนยังเป็นการกิจเร่งด่วน เนื่องจากปัญหาฟันผุและโรคเหงือกไม่เพียงแต่ส่งผลต่อสุขภาพกาย แต่ยังกระทบต่อบุคลิกภาพ สมาธิในการเรียน และคุณภาพชีวิตโดยรวมของนักเรียน

ในฐานะครูผู้สอนรายวิชาสุขศึกษา ณ โรงเรียนสารสาสน์วิเทศกาญจนบุรี ผู้วิจัยพบความท้าทายสำคัญในการจัดการเรียนรู้เพื่อให้เกิด "ผลการจัดการเรียนรู้" ที่เป็นรูปธรรม แม้โรงเรียนจะมีการให้ข้อมูลความรู้ตามหลักสูตรอย่างต่อเนื่อง แต่นักเรียนบางส่วนยังไม่สามารถนำความรู้ไปปรับเปลี่ยนเป็นพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ได้จริง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในหัวข้อการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพยังคงติดระดับเดิมเนื่องจากการจัดการเรียนรู้รูปแบบเดิมที่เน้นครูเป็นศูนย์กลาง (Teacher-Centered) ทำให้นักเรียนมองวิชาสุขศึกษาเป็นเพียงวิชาท่องจำเพื่อการสอบ ไม่เกิดความเชื่อมโยงกับปัญหาที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน ส่งผลให้ขาดแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพช่องปากอย่างยั่งยืน

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญของการยกระดับคุณภาพการศึกษาโดยใช้นวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-Based Learning: PBL) ซึ่งเป็นกระบวนการที่ใช้ "ปัญหาจริง" หรือสถานการณ์จำลองที่ใกล้เคียงกับนักเรียนเป็นตัวกระตุ้น (Stimulus) ทำให้นักเรียนเกิดความต้องการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง (ทิตนา แหมมณี, 2561) การใช้ PBL จะเปลี่ยนบทบาทของนักเรียนจาก "ผู้รับข้อมูล" เป็น "ผู้แก้ปัญหา" (Active Learner) ฝึกการคิดวิเคราะห์ การทำงานเป็นทีม และการประยุกต์ใช้ความรู้สุขศึกษาเพื่อหาแนวทางป้องกันและดูแลสุขภาพตนเองอย่างเป็นระบบ



การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งศึกษา การจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เพื่อพิสูจน์ว่ากระบวนการดังกล่าวไม่เพียงแต่จะช่วยให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 สูงขึ้นเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพด้านการดูแลช่องปากที่ถูกต้อง สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ยั่งยืน และขับเคลื่อนนักเรียนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีตามเป้าหมายของยุทธศาสตร์ชาติต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน มีพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพหลังการจัดการเรียนรู้อยู่ในระดับดี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการวิจัยแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One-Group Pretest-Posttest Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศกาญจนบุรี สังกัดสำนักงานศึกษาธิการจังหวัดกาญจนบุรี สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 3 ห้องเรียน รวมทั้งสิ้น 60 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศกาญจนบุรี จำนวน 20 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยในการสุ่ม (sampling unit) และสุ่มเลือกจำนวน 1 ห้องเรียนเพื่อเข้าร่วมการวิจัย

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการในรายวิชาสุขศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพ โดยครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปาก การแปรงฟันอย่างถูกวิธี และการเลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมต่อสุขภาพฟัน ตัวแปรต้น ได้แก่ การจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-Based Learning: PBL) ส่วนตัวแปรตาม ได้แก่ (1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพ และ (2) พฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพของนักเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 3 ประเภท ดังนี้

1. แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน จำนวน 5 แผน ใช้เวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้รวม 6 ชั่วโมง พัฒนาขึ้นตามแนวคิดการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานของทศนา แคมมณี (2561) ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การกำหนดปัญหา (2) การทำความเข้าใจปัญหา (3) การศึกษาค้นคว้า (4) การสังเคราะห์องค์ความรู้ (5) การสรุปและประเมินคำตอบ และ (6) การประเมินผลและสะท้อนกระบวนการเรียนรู้

2. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทันตสุขภาพ เป็นแบบปรนัยชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 30 ข้อ ใช้วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้

3. แบบสังเกตพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพ เป็นแบบประเมินการปฏิบัติจริง (Performance Assessment) ใช้ประเมินพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนภายหลังการจัดการเรียนรู้ โดยครอบคลุมพฤติกรรมสำคัญ ได้แก่ การแปรงฟันอย่างถูกวิธี การดูแลรักษาความสะอาดช่องปาก และการเลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมต่อสุขภาพฟัน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/2 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศ กาญจนบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 20 คน ตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1.ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย และบทบาทของผู้เรียนในการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน เพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดการวิจัย

2.ดำเนินการทดสอบก่อนเรียน (Pretest) โดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา และประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพก่อนการทดลองด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือแล้ว

3.จัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-Based Learning: PBL) ตามแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 5 แผน รวมระยะเวลา 6 ชั่วโมง โดยดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ตาม 6 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การกำหนดปัญหา (2) การทำความเข้าใจปัญหา (3) การศึกษาค้นคว้า (4) การสังเคราะห์องค์ความรู้ (5) การสรุปและประเมินคำตอบ และ (6) การนำเสนอและประเมินผลการเรียนรู้

4.ภายหลังเสร็จสิ้นการจัดการเรียนรู้ ดำเนินการทดสอบหลังเรียน (Posttest) โดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนเรียน และประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพด้วยแบบสังเกตชุดเดียวกัน

5.ตรวจให้คะแนนแบบทดสอบและแบบสังเกตพฤติกรรม จากนั้นบันทึกข้อมูลเพื่อนำไปวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

6.วิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัย พร้อมนำเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบตารางและคำอธิบายเชิงพรรณนา

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยค่าเฉลี่ย (Mean: M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.)

2. เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียนโดยใช้สถิติการทดสอบค่าทีสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่สัมพันธ์กัน (Dependent Samples *t*-test) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

3. วิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพภายหลังการจัดการเรียนรู้ด้วยค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และแปลผลตามเกณฑ์การประเมินแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับของบุญชม ศรีสะอาด (2560)



ผลการวิจัย

1. ผลการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาหลังเรียน ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน พบว่านักเรียนมีผลการเรียนรายวิชาสุขศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานหลังเรียนสูงกว่าก่อนการจัดการเรียนรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนสุขภาพ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก (ค่าเฉลี่ย = 3.74, S.D. = 0.48) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีทักษะอยู่ในระดับดีมากในทุกด้าน ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากระบวนการเรียนรู้แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน ช่วยให้นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการดูแลสุขภาพฟันได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 สำหรับการอภิปรายผลการวิจัยสามารถจำแนกรายละเอียด ได้ดังนี้

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษา เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและทัศนสุขภาพ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนเท่ากับ 22.90 คะแนน (ร้อยละ 76.33) ซึ่งสูงกว่าก่อนเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ย 16.95 คะแนน (ร้อยละ 56.50) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานเป็นกระบวนการที่เน้นให้นักเรียนสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองผ่านการเผชิญสถานการณ์ปัญหาที่สอดคล้องกับชีวิตจริง

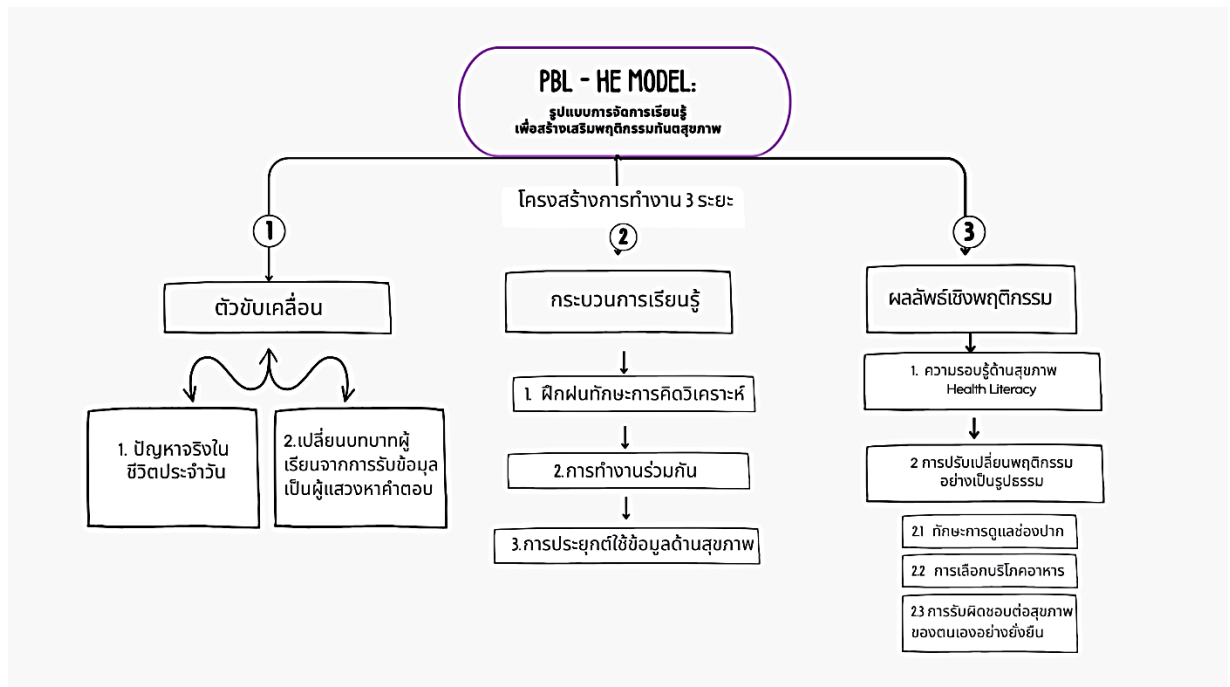
แม้ว่าในช่วงเริ่มต้นของการวิจัย ผู้วิจัยพบปัญหาสำคัญคือ นักเรียนบางส่วนยังไม่คุ้นเคยกับการแสวงหาคำตอบด้วยตนเอง โดยเฉพาะในขั้นกำหนดปัญหาที่นักเรียนยังไม่สามารถเชื่อมโยงสถานการณ์ฟันผุในใบงานเข้ากับพฤติกรรมบริโภคในชีวิตจริงได้ทันที ส่งผลให้การอภิปรายกลุ่มในช่วงแรกมีความล่าช้า อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้ดำเนินการแก้ไขโดยใช้กลยุทธ์ การตั้งคำถามกระตุ้น (Scaffolding) เพื่อประคับประคองการเรียนรู้ตามแนวคิดของ Vygotsky ที่เน้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการช่วยเหลือจนนักเรียนสามารถก้าวข้ามขีดความสามารถเดิม (Zone of Proximal Development) ไปสู่การสร้างความรู้ที่ถูกต้องได้ด้วยตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดของทิตนา แชมเมณี (2564) และ วิจารณ์ พานิช (2565) ที่เน้นย้ำว่าการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพเกิดจากการที่นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในกลุ่ม และสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง (Concrete Experience) ของ Kolb ที่ใช้ปัญหาทัศนสุขภาพจริงในโรงเรียนเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ กมลวรรณ ทิพยนตร์ (2562) ที่พบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ที่ใช้สถานการณ์ปัญหาเป็นฐานและลงมือปฏิบัติจริง มีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เรื่องทัศนสุขภาพและทักษะการแปรงฟันหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากระบวนการ PBL สามารถยกระดับสมรรถนะการเรียนรู้และพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนได้อย่างเป็นรูปธรรม

2. ผลการจัดการเรียนรู้ด้านพฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก จากผลการวิจัยพบว่า หลังจากการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนสุขภาพ (ค่าเฉลี่ย = 3.74, S.D. = 0.48) ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก ทั้งนี้เนื่องจากกระบวนการ PBL ไม่ได้มุ่งเน้นเพียงการถ่ายทอดความรู้ในเชิงทฤษฎี แต่เป็นการใช้สถานการณ์ปัญหาที่ซับซ้อนในชีวิตจริง เช่น ปัญหาฟันผุและการเลือกบริโภคอาหาร เป็นตัวกระตุ้นให้นักเรียนเกิดสมรรถนะในการวิเคราะห์และตัดสินใจเลือกพฤติกรรมที่ถูกต้องด้วยตนเอง สอดคล้องกับแนวทางของ กรมอนามัย (2566) ที่เน้นการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) โดยกระบวนการ PBL ช่วยให้นักเรียนพัฒนาทักษะจากการท่องจำ ไปสู่การ "ประยุกต์ใช้" ในสถานการณ์จริง สอดคล้องกับงานวิจัยของ กมลวรรณ ทิพยนตร์ (2562)

ที่พบว่าการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) โดยใช้ปัญหาเป็นฐานช่วยยกระดับทั้งความรู้และทักษะการปฏิบัติในเด็กประถมศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อย่างไรก็ตาม ในระหว่างการศึกษาพบว่า พื้นที่และระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติการแปร่งฟันในโรงเรียนมีข้อจำกัด ทำให้นักเรียนบางส่วนมีความเร่งรีบในการปฏิบัติในช่วงแรก ส่งผลให้คะแนนในด้าน "ทักษะการแปร่งฟัน" น้อยกว่าด้านอื่น ผู้วิจัยจึงได้แก้ปัญหาโดยการจัดอาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer Support) และ การใช้สื่อวิดีโอสาธิตซ้ำเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย สอดคล้องกับแนวคิดของ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2563) ที่ระบุว่า การเรียนรู้เรื่องสุขภาพในเด็กประถมศึกษาจะเกิดความยั่งยืนเมื่อมีการลงมือปฏิบัติซ้ำในสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูล จนนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ยั่งยืนในที่สุด

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย



รูปแบบกระบวนการนี้แบ่งการทำงานเป็น 3 ระยะที่เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ เริ่มจาก บริบทนำเข้า (The Stimulus) โดยใช้ปัญหาจริงในชีวิตประจำวัน (เช่น สถิติฟันผุในชั้นเรียน) เพื่อเปลี่ยนบทบาทของผู้เรียนให้มุ่งแสวงหาคำตอบ จากนั้นขับเคลื่อนด้วย กระบวนการเรียนรู้ 6 ขั้นตอน (The 6-Step Process) ที่เน้น Active Learning เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตรวจสอบแนวทางแก้ปัญหา ซึ่งนำไปสู่ ผลลัพธ์เชิงพฤติกรรม (The Outcomes) ที่ก่อให้เกิด "ความรอบรู้ด้านทันตสุขภาพ (Health Literacy)" ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นรูปธรรม ทั้งทักษะการแปร่งฟัน การลดบริโภคหวาน และการตรวจเช็กช่องปากด้วยตนเองอย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษาสามารถนำการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอน เพื่อส่งเสริมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพของผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้จากสถานการณ์จริงและการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ

2. สถานศึกษาควรสนับสนุนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่บูรณาการสถานการณ์ปัญหาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพช่องปากในชีวิตประจำวัน เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง

3. ผู้สอนควรใช้การประเมินผลที่หลากหลายควบคู่กับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน เช่น การประเมินการปฏิบัติจริง การสังเกตพฤติกรรม และการสะท้อนผลการเรียนรู้ เพื่อประเมินทั้งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมของผู้เรียนอย่างรอบด้าน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาประสิทธิผลของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานกับกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้น และในบริบทของสถานศึกษาที่หลากหลาย เพื่อเพิ่มความสามารถในการอ้างอิงผลการวิจัย

2. ควรเปรียบเทียบผลของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานกับรูปแบบการจัดการเรียนรู้อื่น เช่น การจัดการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ การเรียนรู้แบบร่วมมือ หรือการเรียนรู้เชิงรุก เพื่อศึกษาประสิทธิผลของแต่ละรูปแบบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพ

3. ควรศึกษาผลคงอยู่ของความรู้และพฤติกรรมสุขภาพด้านทันตสุขภาพในระยะยาว โดยติดตามผลหลังสิ้นสุดการจัดการเรียนรู้ เพื่อประเมินความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลงด้านการเรียนรู้และพฤติกรรมของผู้เรียน

เอกสารอ้างอิง

- กมลวรรณ ทิพย์เนตร. (2562). การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพช่องปากของนักเรียนชั้นประถมศึกษาโดยใช้การจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา). มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.
- กรมอนามัย. (2563). คู่มือส่งเสริมสุขภาพช่องปากเด็กวัยเรียน. นนทบุรี: สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย.
- กรมอนามัย. (2566). แนวทางการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อการป้องกันโรคฟันผุในโรงเรียน. นนทบุรี: สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560). กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กัณณภัค นรากร. (2560). ผลการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาโดยการสอนแบบสืบเสาะหาความรู้ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติต่อการจัดการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- กุลิสรา จิตธนาภรณ์ และ เกศราพรรณ พันธุ์ตระกูล คงเจริญ. (2565). การจัดการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฉันทกานต์ สอนจันทร์. (2564). การพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาโดยใช้กิจกรรมการเรียนรู้ปัญหาเป็นฐาน เรื่อง ความปลอดภัยในชีวิต กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา). มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.
- ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. (2565). 80 นวัตกรรมจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ. กรุงเทพฯ: แดเน็กซ์ อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น.
- ทิตินา แหมมณี. (2561). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 22). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- รุ่งสมทรัพย์ เรืองศรีธัญ. (2562). *การพัฒนาการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (PBL) เรื่อง ความปลอดภัยในชีวิต กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2* (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- วิจารณ์ พานิช. (2565). *การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- ศิริลักษณ์ ไทยพงษ์, สิริญา รอดพิพัฒน์, & จินตนา สรายุทธพิทักษ์. (2566). *การพัฒนาการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาโดยใช้ปัญหาเป็นฐานร่วมกับการตั้งคำถามแบบโสเครติส เพื่อส่งเสริมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการแก้ไขปัญหเชิงสร้างสรรค์ของนักเรียนมัธยมศึกษา. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, 15(1), 261–275.*
- สมนึก ภัททิยธนี. (2565). *การวัดผลการศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 13). กรุงเทพฯ: ประสานการพิมพ์.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2563). *แนวทางการจัดการเรียนรู้ฐานสมรรถนะ*. กรุงเทพฯ: פרקหวานกราฟฟิค.
- Barrows, H. S. (1996). Problem-based learning in medicine and beyond: A brief overview. *New Directions for Teaching and Learning, 1996(68)*, 3–12.
- Barrows, H. S. & Kelson, A. C. (2024). *Problem-based learning in secondary education and the development of critical thinking*. Springer Nature.
- Chen, X., et al. (2020). Impact of problem-based learning on oral health promotion in elementary schools. *Journal of School Health, 90(5)*, 350–358.
- Hmelo-Silver, C. E. (2004). Problem-based learning: What and how do students learn? *Educational Psychology Review, 16(3)*, 235–266.
- Magdalena, S., et al. (2024). Children health learning through Problem Based Learning (PBL) in Kota Kinabalu, Sabah Malaysia. *International Journal of Science and Research Archive, 12(2)*, 899–906.
- Schmidt, H. G., et al. (2023). *The psychology of problem-based learning: A theoretical framework for educational practice* (2nd ed.). Routledge.