

ความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสาร กับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกัน โรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

ศิริวรรณ ขอบธรรมสกุล*

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง และ 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสาร กับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง จำนวน 375 คน สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม และแบบทดสอบ ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการเปิดรับข่าวสาร ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน เท่ากับ 0.91, 0.84, 0.88 ตามลำดับ และค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน เคอร์-20 เท่ากับ 0.82 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า 1) การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง 2) ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับดี 3) ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง 4) พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และ 5) การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน มีความสัมพันธ์ต่ำทางบวกกับความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และมีความสัมพันธ์สูงทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทักษะ พฤติกรรม การป้องกันโรคอ้วน

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ติดต่อผู้พิมพ์: ศิริวรรณ ขอบธรรมสกุล E-mail: siriwanhk@gmail.com มือถือ 096-8315559

วันที่รับบทความ 12 พฤษภาคม 2564 วันที่แก้ไขบทความ 21 พฤษภาคม 2564 วันที่ตอบรับ 1 มิถุนายน 2564

Relationship between Media Exposure and Knowledge, Attitudes, and Obesity Prevention Behaviors of Ramkhamhaeng University Students

Siriwan Chobthamasakul*

Abstract

This research aims to 1) study media exposure, knowledge, attitudes, and obesity prevention behaviors of Ramkhamhaeng University students and 2) study the relationship between media exposure, knowledge, attitudes, and obesity prevention behaviors of Ramkhamhaeng University students. The sample group were 375 students from the Faculty of Education, Ramkhamhaeng University. They were chosen using the stratified sampling method. The research instruments included questionnaires and tests. The reliability values of questionnaires about media exposure, attitudes, and obesity prevention behaviors were 0.91, 0.84, and 0.88, respectively. The reliability values of the obesity prevention knowledge test KR-20 was 0.82. The data were analyzed using mean scores, standard deviation, and the Pearson Product Moment Correlation Coefficient.

The results showed that the 1) overall obesity prevention-related media exposure of Ramkhamhaeng University students was at moderate level, 2) overall obesity prevention-related knowledge of Ramkhamhaeng University students was at good level, 3) overall obesity prevention-related attitudes were at moderate level, 4) overall obesity prevention behaviors of Ramkhamhaeng University students were at moderate level, and 5) obesity prevention-related media exposure had a low positive relationship with obesity prevention-related knowledge and a high positive relationship with obesity prevention behaviors with the statistical significance level of .05.

Keywords: Media Exposure, Knowledge, Attitudes, Behaviors, Obesity Prevention

* Asst. Prof. Faculty of Education Ramkhamhaeng University

Contract: Siriwan Chobthamasakul E-mail: siriwanhk@gmail.com มือถือ 096-8315559

Received: May 12, 2021 ; Revised: May 21, 2021 ; Accepted: June 1, 2021

บทนำ

โรคอ้วนเป็นปัญหาที่สำคัญทางสาธารณสุขของประเทศไทย จากรายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 5 พ.ศ.2557 พบว่าประชากรไทยทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปมีภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วน เป็นเพศหญิง ร้อยละ 41.8 เพศชาย ร้อยละ 32.9 ความชุกของภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนของคนไทยหากเปรียบเทียบกับในระดับภูมิภาค ปัจจุบันคนไทยอ้วนเป็นอันดับ 2 ใน 10 ประเทศอาเซียนรองจากมาเลเซีย (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2559) นอกจากนี้ ยังพบว่า อุบัติการณ์ของโรคอ้วนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วจนนำไปสู่การเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญระดับโลก ในปี พ.ศ. 2559 มีประชากรโลกอายุ 18 ปีขึ้นไปมากกว่า 1.9 พันล้านคน มีภาวะน้ำหนักเกินและในจำนวนนี้เป็นโรคอ้วนมากกว่า 650 ล้านคน (WHO, 2020)

โรคอ้วนเป็นปัญหาด้านสุขภาพประการหนึ่ง ซึ่งการมีสุขภาพที่ดีจะต้องมีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา ในอดีตการดูแลสุขภาพถูกมองไปที่การรักษาการเจ็บป่วย รูปแบบการบริการสาธารณสุขจึงเน้นการรักษาทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงขึ้น รัฐจึงต้องให้ความสำคัญด้านการป้องกันโรค โดยการพัฒนาทักษะส่วนบุคคล เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเนื่องจากโรคอ้วนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคคลเพราะโรคอ้วนนำไปสู่การป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน อีกทั้งเป็นปัญหาต่อการสาธารณสุขของประเทศ ทั้งด้านเศรษฐกิจที่ต้องใช้งบประมาณในการดูแลประเทศ และเป็นปัญหาในการพัฒนาประชากรในประเทศ กระทรวงสาธารณสุขได้ทำแผนยุทธศาสตร์สุขภาพวิถีไทย ปี พ.ศ. 2554-2563 เพื่อดำเนินงานหลักในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค เน้นการเฝ้าระวังและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง อ้วนลงพุง การป้องกันและควบคุมโรคเรื้อรังในกลุ่มที่อ้วนลงพุงตามหลัก 3 อ. คือ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ (ทองมี ผลาผล, นันทวัน สุวรรณรูป และสุพินดา เรืองจิรัชเสียร, 2560)

สภาพสังคมในปัจจุบันเป็นสังคมของยุคโลกาภิวัตน์ซึ่งเป็นยุคที่มีวิวัฒนาการเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยเฉพาะด้านการติดต่อสื่อสารที่ไร้พรมแดน ทำให้ความรู้และข่าวสารต่าง ๆ ที่มีอยู่ในโลกสามารถส่งถึงกันและกันได้อย่างรวดเร็ว การสื่อสารมีความสำคัญต่อชีวิตประจำวันของทุกคน เนื่องจากการสื่อสารมีวัตถุประสงค์เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ศึกษาหาความรู้ สร้างความพอใจ ความบันเทิง หรือช่วยให้บุคคลสามารถตัดสินใจเรื่องใดเรื่องหนึ่ง (ปรมะ สตะเวทิน, 2546) อีกทั้งการสื่อสารยังส่งผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการซื้อ พฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยเฉพาะพฤติกรรมด้านสุขภาพ การเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารไปยังประชาชนเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพเพื่อให้เกิดการตอบสนอง เช่นการเผยแพร่ข่าวสารเกี่ยวกับอันตรายและวิธีการป้องกันโรค

โควิด-19 การรณรงค์ลดเหล้าช่วงเข้าพรรษา เพื่อลดอุบัติเหตุจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น โดยเฉพาะการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารในเรื่อง การป้องกันโรคอ้วนของกระทรวงสาธารณสุข รวมทั้งสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มีการจัดกิจกรรมรณรงค์ให้ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ผ่านสื่อต่างๆ เช่น สื่อวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ แผ่นพับ โปสเตอร์ หนังสือเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน ซึ่งการสื่อสารดังกล่าวสามารถเข้าถึงประชาชนกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะกลุ่มนักศึกษาหรือไม่ อย่างไร และเมื่อนักศึกษารับข้อมูล ข่าวสารแล้ว นักศึกษาสามารถรับรู้ เข้าใจ จนเกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญในการนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองเพื่อการป้องกันโรคอ้วนหรือไม่ ดังนั้นจึงควรมีการดำเนินการทุกวิถีทางเพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความตระหนัก และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคอ้วน

การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนเป็นเรื่องสำคัญและจะส่งผลในการป้องกันโรคอ้วน รวมทั้งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันโรคอ้วน โดยอาศัยความร่วมมือจากหลาย ๆ ฝ่ายที่จะร่วมมือกันสร้างเสริม ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติที่ถูกต้องในเรื่องการป้องกันโรคอ้วนให้กับนักศึกษา เพื่อช่วยให้นักศึกษามีสุขภาพดีเป็นกำลังสำคัญของชาติต่อไป ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสาร กับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง เพื่อนำข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยไปใช้ในการวางแผนพัฒนาหลักสูตรจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับเรื่องโรคอ้วน เพื่อสร้างเสริมความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสาร กับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มประชากร กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ นักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี (ส่วนกลาง) ชั้นปีที่ 1-4 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ปีการศึกษา 2563 จำนวน 10,446 คน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี (ส่วนกลาง) ชั้นปีที่ 1-4 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย

รวมค่าแห่ง ปีการศึกษา 2563 จำนวน 375 คน จำนวนกลุ่มตัวอย่างได้จากการเปิดตารางของ Krejcie and Morgan (1970) และสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (stratified random sampling) โดยใช้ชั้นปีของนักศึกษาเป็นชั้น (strata) อย่างเป็นสัดส่วนของประชากร

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตามแนวคิดของ Likert (1932) ประกอบด้วย มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด และแบบทดสอบเป็นแบบเลือกตอบ (Multiple choice) แบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน

ตอนที่ 3 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน

ตอนที่ 4 แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน

ตอนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือ โดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน

2. สร้างเครื่องมือเพื่อใช้สอบถามให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และนิยามศัพท์เฉพาะ

3. ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.1 ความเที่ยงตรงของเครื่องมือด้วยการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Item of Objective Congruence--IOC) แล้วเลือกข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (บุญชม ศรีสะอาด, 2556) จากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 คน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.80–1.00

3.2 ความเชื่อมั่นของเครื่องมือด้วยการนำเครื่องมือที่ได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงและได้ปรับปรุงแล้วไปทำการทดลองใช้ (Try-out) กับนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง จำนวน 45 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แล้ววิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน ทัศนคติเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน เท่ากับ 0.91, 0.84, 0.88 ตามลำดับ และค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ เคอาร์-20 (KR-20) เท่ากับ 0.82

4. นำเครื่องมือที่ได้ไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

1. ศึกษาการเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง วิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation--SD) ของคะแนน การเปิดรับข่าวสาร ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน โดยแปลความหมายจากค่าเฉลี่ยที่คำนวณได้ ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2556)

ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00 หมายถึง มีการเปิดรับข่าวสาร/ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50 หมายถึง มีการเปิดรับข่าวสาร/ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนมาก

ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50 หมายถึง มีการเปิดรับข่าวสาร/ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50 หมายถึง มีการเปิดรับข่าวสาร/ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50 หมายถึง มีการเปิดรับข่าวสาร/ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนน้อยที่สุด

ส่วนการแปลความหมายระดับความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน กำหนดหลักเกณฑ์จากการกำหนดอันตรภาคชั้น ดังนี้ (Best, 1981)

ค่าเฉลี่ย .80 ขึ้นไป หมายถึง มีความรู้ดีมาก

ค่าเฉลี่ย .61-.80 หมายถึง มีความรู้ดี

ค่าเฉลี่ย .41-.60 หมายถึง มีความรู้ปานกลาง

ค่าเฉลี่ย .21-.40 หมายถึง มีความรู้น้อย

ค่าเฉลี่ย ต่ำกว่า .21 หมายถึง มีความรู้น้อยที่สุด

2. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยนำข้อมูลและผลการวิเคราะห์เบื้องต้นจากข้อ 1. มาทำการวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ โดยพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient --r) จากเกณฑ์ ดังนี้ (Garrett อ้างถึงใน วิทยุ วิชาลาภรณ์, 2540)

ค่าสัมประสิทธิ์ $.00 - +.20$ หมายถึง มีความสัมพันธ์ต่ำมาก
ค่าสัมประสิทธิ์ $+.20 - +.40$ หมายถึง มีความสัมพันธ์ต่ำ
ค่าสัมประสิทธิ์ $+.40 - +.70$ หมายถึง มีความสัมพันธ์สูง
ค่าสัมประสิทธิ์ $+.70 - +1.00$ หมายถึง มีความสัมพันธ์สูงมาก
กำหนดเกณฑ์ความสัมพันธ์ (r) มากกว่า $+.40$

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง หมายเลขใบรับรอง RU-HRE 64/0005

สรุปผลการวิจัย

1. การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.13$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า สื่อใหม่ (สื่อสังคมออนไลน์) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.51$) รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง คือ สื่อบุคคล ($\bar{X} = 3.25$) สื่อสิ่งพิมพ์ ($\bar{X} = 3.13$) สื่อเฉพาะกิจ ($\bar{X} = 3.07$) สื่อมวลชน ($\bar{X} = 2.97$) และ สื่อโทรทัศน์ ($\bar{X} = 2.85$) ตามลำดับ (ดังตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวม

($n = 375$)

การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน	$\bar{X}$	SD	ระดับ
1. สื่อมวลชน	2.97	.95	ปานกลาง
2. สื่อสิ่งพิมพ์	3.13	.92	ปานกลาง
3. สื่อบุคคล	3.25	.74	ปานกลาง
4. สื่อใหม่ (สื่อสังคมออนไลน์)	3.51	.81	มาก
5. สื่อโทรทัศน์	2.85	1.18	ปานกลาง
6. สื่อเฉพาะกิจ	3.07	1.08	ปานกลาง
ภาพรวม	3.13	.73	ปานกลาง

1. การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 0.73$)
2. ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = .71$)
3. ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.47$)
4. พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.41$)
5. การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความสัมพันธ์ต่ำทางบวกกับความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และมีความสัมพันธ์สูงทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนกับความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน

การเปิดรับข่าวสาร เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)		
	ความรู้	ทักษะ	พฤติกรรม
1. สื่อมวลชน	.110*	-.086	.426*
2. สื่อสิ่งพิมพ์	.182*	-.012	.435*
3. สื่อบุคคล	.097	.047	.460*
4. สื่อใหม่(สื่อสังคมออนไลน์)	.114*	.010	.295*
5. สื่อโซเชียล	.076	-.039	.342*
6. สื่อเฉพาะกิจ	-.005	.080	.382*
ภาพรวม	.120*	.003	.505*

* $p < .05$

การอภิปรายผล

1. การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง อันเนื่องมาจาก ในสภาพสังคมปัจจุบันเป็นยุคแห่งข้อมูลข่าวสาร ทำให้ข่าวสารต่างๆ ส่งถึงกันได้อย่างรวดเร็ว แต่ความสนใจของนักศึกษาซึ่งกำลังศึกษาเล่าเรียน อาจจะสนใจเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียนมากกว่าสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Klapper (1963) เกี่ยวกับการเลือกข่าวสารที่บุคคลจะเลือกเปิดรับสื่อและข่าวสารจากแหล่งต่าง ๆ ตามความสนใจ และความต้องการเพื่อนำมาใช้แก้ปัญหาหรือสนองความต้องการของตน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศรี จากผา (2555) ที่ได้ศึกษา พฤติกรรมการรับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า วัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีพฤติกรรมการรับรู้ข่าวสารด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง

การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง เมื่อพิจารณาเฉพาะช่องทางที่อยู่ในระดับมาก คือ สื่อใหม่ (สื่อสังคมออนไลน์) อันประกอบด้วย เว็บไซต์ (Website) อินเทอร์เน็ต (Internet) รองลงมา คือ เฟซบุ๊ก (Facebook) ครู/อาจารย์ เพื่อน และญาติ/คนในครอบครัว อันเนื่องมาจาก เว็บไซต์ อินเทอร์เน็ต เฟซบุ๊ก เป็นสื่อใหม่ที่กำลังได้รับความนิยมมากในปัจจุบัน สามารถนำเสนอทั้งภาพและเสียงได้อย่างรวดเร็ว ตอบสนองความต้องการของนักศึกษาได้อย่างครบถ้วน เข้าถึงง่าย ได้ทุกที่ทุกเวลา และทันสมัย ทันท่วงทีต่อการเปลี่ยนแปลงในยุคสังคมปัจจุบัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ มณฑล หวานวาจา (2557) ที่ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ของการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของประชาชนในกรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนในกรุงเทพมหานคร เปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนจากเว็บไซต์ (website) และเฟซบุ๊ก (Facebook) อยู่ในระดับสูง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปัทมาภรณ์ เจริญนนท์ และลัดดาวัลย์ กงพลี (2560) ที่ได้ศึกษา ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เปิดรับข้อมูลข่าวสารจากอินเทอร์เน็ต (Internet) ร้อยละ 73.2 ส่วนเพื่อน และญาติ/คนในครอบครัว ที่มีการเปิดรับข่าวสารอยู่ในระดับมาก อาจเป็นเพราะ เพื่อน และญาติ/คนในครอบครัว เป็นสื่อบุคคลที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิด มีโอกาสพบเจอ พูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์กันตลอดเวลา และยังสอดคล้องกับ มณฑล หวานวาจา (2557) ที่พบว่า เพื่อน และญาติ/คนในครอบครัวมีการเปิดรับข่าวสารอยู่ในระดับสูง

2. ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับดี อันเนื่องมาจาก นักศึกษากำลังศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งเป็นผู้มีความรู้พื้นฐานในระดับดี จากการเรียนรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมา อีกทั้งกระแสสังคมในปัจจุบันกระตุ้นให้นักศึกษาตื่นตัว เรื่องการดูแลสุขภาพมากขึ้น นักศึกษาสามารถแสวงหาข้อมูลต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง มีการเปิดรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ

การป้องกันโรคอ้วนผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น เว็บไซต์ (Website) อินเทอร์เน็ต (Internet) เฟซบุ๊ก (Facebook) โทรศัพท์ หนังสือพิมพ์ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพเพื่อป้องกันโรคอ้วน จึงทำให้นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนในภาพรวมอยู่ในระดับดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ Jagadeesan, Prasanna, Kannan, Immaculate, Kanchan, Siddharthan, & Vinitha, (2017) ที่พบว่า นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วนอยู่ในระดับดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทัดพิชา เขียววิจิตร (2561) ที่ได้ศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงของนิสิตระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งพบว่า นิสิตมีความรู้ในการบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงอยู่ในระดับมาก

3. ทักษะเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ นักศึกษามีการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนในระดับปานกลาง และจากการติดต่อสื่อสารทำให้เกิดความรู้แล้วจะทำให้เกิดทัศนคติจากการรับรู้ข่าวสารต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers (1976) ที่กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการสื่อสารว่า การสื่อสารมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ จึงทำให้นักศึกษามีทัศนคติเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปัทมาภรณ์ เจริญนนท์ และลัดดาวัลย์ กงพลี (2560) ที่ได้ศึกษา ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี ซึ่งพบว่า นักศึกษามีทัศนคติต่อโรคอ้วนอยู่ในระดับปานกลาง

4. พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนเป็นพฤติกรรมที่ต้องปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวันเกี่ยวกับเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการความเครียด ดังนั้น แม้ นักศึกษาจะมีการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน จนมีความรู้ในระดับดี มีทัศนคติอยู่ในระดับปานกลาง แต่ก็ยังไม่สามารถที่จะปฏิบัติให้มีพฤติกรรมได้ถูกต้อง เหมาะสม จึงทำให้พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปัทมาภรณ์ เจริญนนท์ และลัดดาวัลย์ กงพลี (2560) ที่ได้ศึกษา ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี พบว่า นักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ มีการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคอ้วนอยู่ในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับมณฑล หวานวาจา (2557) ที่ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ของการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของประชาชนในกรุงเทพมหานคร พบว่า พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับปานกลาง

5. การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับโรคอ้วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความสัมพันธ์ต่ำทางบวกกับความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วน และมีความสัมพันธ์สูงทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อันเนื่องมาจาก ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า นักศึกษาเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนจากสื่อใหม่ คือ เว็บไซต์ (Website) อินเทอร์เน็ต (Internet) และเฟซบุ๊ก (Facebook) อยู่ในระดับมาก จึงทำให้มีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนมากขึ้น และส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนมากขึ้น แสดงว่าการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนมีความสัมพันธ์กับ ความรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน สอดคล้องกับงานวิจัยของ มณฑล หวานวาจา (2557) ที่ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ของการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของประชาชนในกรุงเทพมหานคร พบว่า การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับโรคอ้วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ กำพล ดวงพรประเสริฐ (2558) ที่ได้ศึกษา การเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทักษะ และการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่า การเปิดรับข่าวสารความรู้ และการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครมีความสัมพันธ์กัน เช่นกัน

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะสำหรับนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 การเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับโรคอ้วน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญในการรณรงค์เรื่องการป้องกันโรคอ้วนผ่านสื่อใหม่ คือ เว็บไซต์ (Website) อินเทอร์เน็ต (Internet) เฟซบุ๊ก (Facebook) และสื่อโทรทัศน์ ให้มากขึ้น

1.2 กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรเน้นเรื่องการใช้สื่อต่าง ๆ เพื่อสร้างเสริมทัศนคติต่อการป้องกันโรคอ้วนมากกว่าการให้ความรู้อย่างเดียว

1.3 มหาวิทยาลัยรามคำแหง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินงานเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนเชิงรุก โดยเพิ่มเรื่องเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติในการป้องกันโรคอ้วนแทรกเข้าไปในระบบการศึกษาตั้งแต่ระดับประถมศึกษาถึงระดับปริญญาตรี

1.4 ผู้ปกครอง มหาวิทยาลัยรามคำแหง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมและสนับสนุนให้นักศึกษามีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายเพื่อการป้องกันโรคอ้วนมากขึ้น

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาความสัมพันธ์ของการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาในสถาบันการศึกษาอื่น ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน

2.2 ควรศึกษาวิจัยและพัฒนารูปแบบการเปิดรับข่าวสารกับพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

เอกสารอ้างอิง

- กำพล ดวงพรประเสริฐ. (2558). การเปิดรับข่าวสาร ความรู้ ทักษะ และการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. *วารสารสังคมศาสตร์*, 4(1), 1-8.
- ทองมี ผลาผล, นันทวัน สุวรรณรูป และสุพินดา เรื่องจิรัชฐิเยร. (2560). ผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายในผู้ใหญ่ที่มีความเสี่ยงโรคอ้วนลงพุง. *วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 29(1), 81-91.
- ทัตพิชา เขียววิจิตร. (2561). ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงของนิสิตระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จังหวัดพิษณุโลก. *วารสารสำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยทักษิณ*, 7, 130-145.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *การวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ปรมะ สตะเวทิน. (2546). *หลักนิเทศศาสตร์*. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- ปัทมาภรณ์ เจริญนนท์ และลัดดาวัลย์ กงพลี. (2560). ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคอ้วนของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี. *วารสารมหาวิทยาลัยนครพนม*, 25, 87-94.
- มณฑล หวานวาจา. (2557). ความสัมพันธ์ของการเปิดรับข่าวสารกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของประชาชนในกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิญญา วิศาลาภรณ์. (2540). *การวิจัยทางการศึกษา: หลักการและแนวทางการปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: ต้นอ้อ แกรมมี.
- ศรี จากผา. (2555). *พฤติกรรมการรับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต)*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2559). รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557. นนทบุรี: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- Best, J. W. (1981). *Research in Education*. New Jersey, NY: Prentice-Hall.
- Jagadeesan, M., Prasanna Karthik, S., Kannan, R., Immaculate Bibiana, C., Kanchan, N., Siddharthan, J., & Vinitha, M. (2017). A study on the knowledge, attitude and practices (KAP) regarding obesity among engineering college students. *International Journal of Advances in Medicine*. 4(6), 1681-1684.
- Klapper, J. T. (1963). *The effect of mass Communication*. Glencoe, IL: The Free Press.
- Krejcie, R.V., and Morgan, D.W. (1970). "Determining Sample Size for Research Activities." *Educational and Psychological Measurement*. 30, 607-610.
- Likert, R. A. (1932). Technique for the measurement of attitude. *Archives Psychological*, 3(1), 42-48.
- Rogers, E. M. (1976). *Communication and Development: The Passing of a Dominant Paradigm*, *Communication Research*. 3(2), 213-240.
- WHO. (2020). Obesity and overweight. Retrieved June, 19, 2020. From <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.