International Journal of Enhanced Research in Educational Development (IJERED)
ISSN: 2320-8708, Vol. 14 Issue 5, September-October, 2026

मधुबनी जिले के माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवय छात्राओं में शारीरिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता एवं उनके अधिगम स्तर के मध्य सह संबंध का अध्ययन

कुमारी कामिनी मिश्रा[1], डॉ. पंकज नाथ मिश्रा[2]

[1,2]लाइफ लॉन्ग लर्निंग (शिक्षा विभाग), अवधेश प्रताप सिंह विश्वविद्यालय, रीवा, मध्यप्रदेश

DOI: https://doi.org/10.55948/IJERED.2026.0937

अमूर्त (ABSTRACT)

प्रस्तुत शोध-पत्र का मुख्य मंतव्य बिहार प्रांत के मधुबनी जनपद के शासकीय माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवय छात्राओं **(N = 400)** के अंतर्गत प्राथमिक चिकित्सा **(First Aid)** संबंधी ज्ञान के विभिन्न व्यावहारिक घटकों तथा उनकी सामान्य स्वास्थ्य चेतना का विवरणात्मक मूल्यांकन करना है। स्तरीकृत यादृच्छिक न्यायदर्श विधि द्वारा **31** सरकारी विद्यालयों से **400** बालिकाओं **(320** ग्रामीण एवं **80** शहरी**)** का चयन किया गया। प्राथमिक समकों के संकलन हेतु स्व-निर्मित एवं मानकीकृत 'शारीरिक स्वास्थ्य जागरूकता प्रश्नावली' का प्रयोग किया गया। आंकड़ों के विश्लेषण हेतु विशिष्ट वर्णनात्मक सांख्यिकी **(**प्रतिशत वितरण**,** माध्य**,** मध्यिका**,** बहुलक**,** एवं मानक विचलन**)** का अनुप्रयोग किया गया।

शोध के निष्कर्षों से ज्ञात हुआ कि समेकित रूप से **80%** छात्राएं स्वास्थ्य के प्रति सजग हैं तथा **75%** छात्राएं दैनिक विद्यालयी जीवन में गंभीर व्याधियों से मुक्त हैं। प्राथमिक चिकित्सा के तीन मुख्य घटकों—पट्टी बांधना**,** ओ.आर.एस. घोल निर्माण**,** तथा टिटनेस चेतना—के संयुक्त प्रतिशत वितरण विश्लेषण से यह उद्घाटित हुआ कि केवल **26.7%** छात्राओं में उच्च ज्ञान है**,** जबकि बहुसंख्यक **56.7%** छात्राएँ 'औसत ज्ञान' की श्रेणी में तथा **16.6%** छात्राएँ 'निम्न ज्ञान' की श्रेणी में संकेंद्रित हैं। यह परिणाम राष्ट्रीय शिक्षा नीति **(NEP 2020)** के आलोक में माध्यमिक स्तर के पाठ्यक्रम में जीवनोपयोगी व्यावहारिक कौशलों **(Life Skills)** को अनिवार्य रूप से समाहित करने की नीतिगत आवश्यकता को रेखांकित करता है।

मुख्य शब्द (Keywords): प्राथमिक चिकित्सा ज्ञान**,** स्वास्थ्य जागरूकता**,** अधिगम स्तर**,** किशोरवय छात्राएं**,** प्रतिशत वितरण**,** राष्ट्रीय शिक्षा नीति **2020**

परिचय एवं सैद्धांतिक पृष्ठभूमि

(INTRODUCTION & THEORETICAL FRAMEWORK)

शिक्षा और स्वास्थ्य मानव पूंजी निर्माण के दो अंतर्संबंधित आयाम हैं। राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP 2020) के समग्र विकास (Holistic Development) के लक्ष्यों के आलोक में संज्ञानात्मक विकास (Cognitive Development) और शारीरिक स्वास्थ्य एक-दूसरे के पूरक हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार 10-19 वर्ष का किशोरवय काल तीव्र शारीरिक, मानसिक और हार्मोनल परिवर्तनों का संधिकाल है। इस अवस्था में बालिकाओं में शारीरिक स्वास्थ्य, संतुलित पोषण और व्यक्तिगत स्वच्छता के प्रति जागरूकता उनके विद्यालयी ठहराव और सीखने की क्षमता (Learning outcomes) को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती है। प्रस्तुत शोध बिहार के सामाजिक-शैक्षिक रूप से विशिष्ट मधुबनी जिले की किशोरवय छात्राओं में स्वास्थ्य चेतना और अधिगम के अंतर्संबंधों को वैज्ञानिक साक्ष्यों के माध्यम से खंगालने का एक प्रामाणिक प्रयास है।

शोध के उद्देश्य
(OBJECTIVES OF THE STUDY)

1. मधुबनी जिले के सरकारी माध्यमिक विद्यालयों की किशोरवय छात्राओं में शारीरिक स्वास्थ्य जागरूकता तथा उनके शैक्षणिक अधिगम स्तर की वर्तमान स्थिति (Descriptive Profile) का आकलन करना।

2. छात्राओं की शारीरिक स्वास्थ्य जागरूकता के प्राप्तांकों तथा उनके अधिगम स्तर के प्राप्तांकों के मध्यमानों के बीच के वास्तविक अंतर (Difference) की सांख्यिकीय सार्थकता की जाँच करना।
3. छात्राओं के स्वास्थ्य के प्रति दृष्टिकोण, प्राथमिक चिकित्सा ज्ञान तथा समकालीन आधुनिक स्वास्थ्य चुनौतियों के संबंध में उनकी समझ का मूल्यांकन करना।

शोध विधि एवं प्रक्रिया
(RESEARCH METHODOLOGY & PROCEDURE)

- **शोध विधि:** प्रस्तुत अध्ययन में मात्रात्मक संप्रदाय के अंतर्गत 'वर्णनात्मक सर्वेक्षण शोध विधि' (Descriptive Survey Method) का प्रयोग किया गया है।
- **समष्टि (Population):** मधुबनी जिले के समस्त सरकारी माध्यमिक विद्यालयों (कक्षा 9वीं एवं 10वीं) में पंजीकृत समस्त किशोरवय छात्राएं (13-18 वर्ष)।
- **न्यायदर्श (Sample Size):** स्तरीकृत यादृच्छिक न्यायदर्श विधि (Stratified Random Sampling) द्वारा **कुल 400 छात्राओं** (320 ग्रामीण और 80 शहरी) का निष्पक्ष चयन किया गया।
- **शोध उपकरण (Tools):** शोधकर्ता द्वारा स्व-निर्मित एवं मानकीकृत 'शारीरिक स्वास्थ्य जागरूकता प्रश्नावली' (विश्वसनीयता गुणांक $R = 0.82$) तथा छात्राओं के 'अधिगम स्तर' हेतु बिहार विद्यालय परीक्षा समिति के मानदंडों पर आधारित वार्षिक परीक्षाओं के संचित आधिकारिक प्राप्तांक (Academic Scores)।
- **सांख्यिकीय विश्लेषण प्रविधियाँ:** प्रतिशत वितरण, माध्य (Mean), मध्यिका (Median), बहुलक (Mode), मानक विचलन (SD), और मध्यमानों के अंतर हेतु स्वतंत्र प्रतिदर्श 'टी-परीक्षण' (Independent Samples t-Test)।

समेकित सांख्यिकीय परिणाम एवं परिकल्पना परीक्षण
(RESULTS & HYPOTHESIS TESTING MATRIX)

तालिका 1: शोध की समस्त 7 विशिष्ट परिकल्पनाओं के परीक्षण का समेकित विवरण (N = 400)

क्र.सं.	शोध की विशिष्ट परिकल्पना (Hypotheses)	प्रयुक्त सांख्यिकीय उपकरण	परिकलित सांख्यिकीय मान (Calculated Values)	परिकल्पना का अंतिम परिणाम / निर्णय
1.	अधिकांश किशोरवय छात्राओं में शारीरिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता है।	प्रतिशत वितरण (Percentage)	उच्च = 20% मध्यम = 60%	परिकल्पना स्वीकृत (80% छात्राएं सजग हैं)
2.	स्वास्थ्य जागरूकता तथा अधिगम स्तर के प्राप्तांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं है।	स्वतंत्र प्रतिदर्श 'टी-परीक्षण' (t-Test)	't' मूल्य = 0.658 (df = 798, $p > 0.05$)	परिकल्पना स्वीकृत (शून्य अंतर सिद्ध हुआ)
3.	अधिकांश छात्राओं में शारीरिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं नहीं है।	प्रतिशत वितरण (Percentage)	समस्या मुक्त = 75%	परिकल्पना स्वीकृत (अधिकांश छात्राएं स्वस्थ हैं)
4.	स्वास्थ्य की पारंपरिक और आधुनिक अवधारणा के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण है।	माध्य (Mean) एवं SD	Mean = 68.40 (SD = 8.12)	परिकल्पना स्वीकृत (अनुकूल दृष्टिकोण है)
5.	स्वास्थ्य समस्याओं की पहचान तथा उनसे निपटने की समझ औसत है।	प्रतिशत वितरण (Percentage)	औसत समझ = 65%	परिकल्पना स्वीकृत (छात्राओं की समझ औसत है)
6.	अधिकांश छात्राओं में शारीरिक स्वास्थ्य से संबंधित नवीनतम समस्याओं की जानकारी है।	प्रतिशत वितरण (Percentage)	जानकारी है = 72%	परिकल्पना स्वीकृत (आधुनिक चुनौतियों का ज्ञान है)
7.	अधिकांश छात्राओं में प्राथमिक चिकित्सा से संबंधित ज्ञान की औसत जानकारी है।	घटक-वार संयुक्त प्रतिशत	अच्छा = 26.7%, औसत = 56.7% कम = 16.6%	परिकल्पना स्वीकृत (प्राथमिक चिकित्सा ज्ञान औसत है)

मुख्य शोध निष्कर्ष
(KEY FINDINGS)

1. **संतुलित सांख्यिकीय वितरण:** शारीरिक स्वास्थ्य जागरूकता (Mean = 64.50, SD = 10.00) और अधिगम स्तर (Mean = 64.95, SD = 9.34) के केंद्रीय मापों का समरूप होना यह प्रमाणित करता है कि एकत्रित आंकड़े सामान्य संभाव्यता वक्र (NPC) का अनुसरण करते हैं।

2. **शून्य अंतर (No Significant Difference):** मुख्य शून्य परिकल्पना (परिकल्पना 2) पर प्रयुक्त 't-test' का मूल्य **0.658** आया, जो सांख्यिकीय रूप से सार्थक नहीं है ($p > 0.05$)। यह सिद्ध करता है कि बालिकाओं का स्वास्थ्य जागरूकता स्तर और उनका अधिगम स्तर समानुपातिक संतुलन और गति के साथ चल रहा है।

3. **व्यावहारिक कौशल का मध्यम स्तर:** घटक-वार विश्लेषण (सारणी 4.9) के अनुसार प्राथमिक चिकित्सा (First Aid) के तीन प्रमुख घटकों (पट्टी बांधना, ORS घोल निर्माण, टिटनेस चेतना) में सर्वाधिक **56.7% छात्राएं औसत ज्ञान** की श्रेणी में पाई गईं, जो व्यावहारिक जीवन कौशल के औपचारिक प्रशिक्षण की आवश्यकता को दर्शाता है।

4. **समकालीन चेतना:** 72% छात्राएं आधुनिक समस्याओं (जैसे अत्यधिक मोबाइल स्क्रीन टाइम के दुष्प्रभाव, जंक फूड से मोटापा) के प्रति सजग पाई गईं।

नीतिगत सुझाव एवं शैक्षणिक निहितार्थ
(Policy Recommendations Based on NEP 2020)

- **हेल्थ एंड वेलनेस क्लब (NEP Para 12.5):** छात्राओं के प्राथमिक चिकित्सा ज्ञान को 'औसत' (56.7%) से 'उच्च' श्रेणी में लाने के लिए प्रत्येक विद्यालय में रेड क्रॉस के सहयोग से अनिवार्य प्रमाण-पत्र आधारित फर्स्ट-एड प्रशिक्षण कार्यक्रम शुरू किए जाएं।
- **समग्र प्रगति कार्ड (NEP Para 4.34):** छात्राओं के लिए केवल शैक्षणिक अंक नहीं, बल्कि उनके शारीरिक स्वास्थ्य और पोषण सूचकांकों का नियमित लेखा-जोखा रखने हेतु 'समग्र स्वास्थ्य प्रोग्रेस कार्ड' (Holistic Card) की व्यवस्था लागू की जाए।
- **पोषण साक्षरता एवं मानसिक स्वास्थ्य परामर्श:** किशोरवय काल के शारीरिक परिवर्तनों और समकालीन मानसिक तनावों से निपटने के लिए महिला चिकित्सकों द्वारा मासिक काउंसिलिंग (Counseling) सत्र आयोजित किए जाएं तथा स्थानीय पौष्टिक खाद्य पदार्थों के महत्व पर बल दिया जाए।

उपसंहार
(CONCLUSION)

निष्कर्षतः यह शोध बिहार के मधुबनी जिले की किशोरवय छात्राओं में शारीरिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता उनके शैक्षणिक अधिगम स्तर के साथ एक सुदृढ़ सकारात्मक संतुलन प्रदर्शित करती है। यदि शोध में सुझाए गए नीतिगत उपायों, जैसे व्यावहारिक प्राथमिक चिकित्सा प्रशिक्षण और नियमित पोषण परामर्श को जमीनी स्तर पर लागू किया जाए, तो यह न केवल बालिकाओं के शैक्षणिक स्तर को ऊंचाइयों पर ले जाएगा बल्कि एक स्वस्थ और समृद्ध समाज के निर्माण में मील का पत्थर सिद्ध होगा।

संदर्भ ग्रंथ सूची
(REFERENCES)

1. *कपिल, एच. के.* (2019). *अनुसंधान विधियां: व्यवहारपरक विज्ञानों में* (16 *वां सं.*). *भार्गव बुक हाउस.*
2. *कुलश्रेष्ठ, एस. पी.* (2018). *शैक्षिक अनुसंधान के मूल तत्व. लाल बुक डिपो.*
3. *गुप्ता, एस. पी.* (2021). *अधगम और विकास का मनोविज्ञान. शारदा पुस्तक भवन.*
4. *पाण्डेय, के. पी.* (2017). *शिक्षा में क्रियात्मक अनुसंधान. विश्वविद्यालय प्रकाशन.*
5. *भटनागर, ए. बी.*, & *भटनागर, अनुराधा.* (2020). *शैक्षिक अनुसंधान एवं सांख्यिकी. अग्रवाल पब्लिकेशन्स.*
6. *यूनिसेफ बिहार रिपोर्ट.* (2024). *बिहार में किशोरवय बालिकाओं का स्वास्थ्य, पोषण एवं स्वच्छता सूचकांक: एक क्षेत्रीय मूल्यांकन रिपोर्ट. महिला एवं बाल विकास निगम, बिहार सरकार.*
7. *शर्मा, आर. ए.* (2019). *शिक्षा के मनोवैज्ञानिक आधार. आर. लाल बुक डिपो.*
8. *सिंह, ए. के.* (2021). *शिक्षा, मनोविज्ञान एवं अन्य व्यवहारपरक विज्ञानों में अनुसंधान विधियां* (12 *वां सं.*). *मोतीलाल बनारसीदास.*
9. *सिंह, ए. के.* (2022). *शिक्षा और मनोविज्ञान में सांख्यिकी. मोतीलाल बनारसीदास.*
10. Asthana, B. B. (2020). Measurement and Evaluation in Psychology and Education. Vinod Pustak Mandir.
11. Best, J. W., & Kahn, J. V. (2016). Research in Education (10th ed.). Pearson Education.
12. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (5th ed.). SAGE Publications.
13. Garrett, H. E. (2015). Statistics in Psychology and Education. Vakils, Feffer & Simons Pvt. Ltd.

14. Kerlinger, F. N. (2012). Foundations of Behavioral Research (4th ed.). Surjeet Publications.
15. Mangal, S. K. (2021). Statistics in Psychology and Education (2nd ed.). PHI Learning Pvt. Ltd.
16. Ministry of Human Resource Development. (2020).
17. National Education Policy 2020. Government of India. *education.gov.in*
18. National Sample Survey Office. (2023). Key Indicators of Social Consumption in India: Health and Education (NSS 75th Round). Ministry of Statistics and Programme Implementation, Government of India.
19. World Health Organization. (2022). Physical health, nutritional literacy and academic performance guidelines for adolescent development. WHO Regional Office for South-East Asia.