International Journal of Enhanced Research in Educational Development, IJERED,
ISSN: 2320-8708, Vol. 13 Issue 2, Mar.-Apr, 2025

ग्रामीण एवं शहरी उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का अध्ययन

तृप्ति नायर[1], डॉ. अज़रा हुसैन[2]

[1]शोधार्थी, (एम.एड.) छात्रा, स्वामी श्री स्वरूपानंद सरस्वती महाविद्यालय, हुडको, भिलाई, जिला–दुर्ग, छत्तीसगढ़।
[2]शोध निर्देशिका, उप प्राचार्य, स्वामी श्री स्वरूपानंद सरस्वती महाविद्यालय, हुडको, भिलाई, जिला–दुर्ग, छत्तीसगढ़।

सारांश

प्रस्तुत शोध पत्र में ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय और अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का अध्ययन किया गया है। उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाएँ अपने विकास क्रम की दृष्टि से किशोरावस्था के काल में होतीं हैं, जिसमें बालिकाओं में शारीरिक एवं मानसिक रूप से कई महत्वपूर्ण बदलाव होते हैं, जिसका प्रभाव उनके स्वास्थ्य पर प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से पड़ता है। स्वास्थ्य संबंधी यह परिवर्तन बालिकाओं के सर्वांगीण विकास को प्रभावित करता है। उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं में स्वास्थ्य संबंधी कई समस्याएँ पाई जातीं हैं, जिनके कारणों की पहचान कर उनका सही समय में उपचार करना तथा स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं एवं उनसे बचाव के उपायों के विषय में बालिकाओं को जागरूक करना अत्यंत आवश्यक है।

की–वर्ड :– बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्या, स्वास्थ्य संबंधी समस्या के कारणों की पहचान, स्वास्थ्य संबंधी समस्या से बचाव के उपाय, बालिकाओं में स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के प्रति जागरूकता।

भूमिका

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 1986 में संशोधन के उपरांत 'बुनियादी प्राथमिक शिक्षा की गुणवत्ता' बनाए रखने तथा 'बालिका शिक्षा' पर विशेष बल दिया गया। साथ ही विद्यालयों में 'विद्यार्थियों की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं को दूर करने' एवं उनके स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने हेतु खेलकूद, शारीरिक शिक्षा, योग आदि को विद्यालय की गतिविधियों के रूप में अनिवार्य रूप से सम्मिलित किया गया, क्योंकि शिक्षण–अधिगम प्रक्रिया की सफलता विद्यार्थियों के अच्छे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर निर्भर करती है। आज भी देश में कई बालिकाएँ अस्वस्थ स्थिति में शिक्षा ग्रहण कर रहीं हैं। भोजन के रूप में संतुलित आहार का सेवन न करना, अनियमित दिनचर्या, तनाव, अवसाद, चिंता, पर्याप्त नींद न लेना, दूषित भोजन का सेवन, व्यायाम की कमी आदि वे प्रमुख कारण हैं, जो बालिकाओं में पोषण की कमी और रोगों को बढ़ा रहा है, जिसका प्रभाव निश्चित रूप से उनकी शैक्षिक उपलब्धियों एवं अधिगम प्रक्रिया पर पड़ता है। साथ ही स्वास्थ्य संबंधी इन समस्याओं के कारणों का पता लगाकर उनके निराकरण हेतु सफल प्रयास करने की आवश्यकता है, जिससे बालिकाएँ स्वस्थ, सुरक्षित, सकारात्मक और सेहतमंद रह सकें तथा निर्धारित शैक्षिक लक्ष्यों एवं उद्देश्यों की प्राप्ति भी सुनिश्चित हो सके।

- **स्वास्थ्य का अर्थ :–**

'स्वास्थ्य' का अंग्रेज़ी अनुवाद 'Health' है। स्वास्थ्य शब्द का शाब्दिक अर्थ है–स्व+स्थ अर्थात् वह अवस्था जिसमें व्यक्ति अपने मूल रूप में स्थित हो या रोगमुक्त हो, स्वास्थ्य कहलाता है। प्रत्येक व्यक्ति को अपने व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन में आरोग्यपूर्ण या स्वस्थ होना चाहिए। इस प्रकार पूर्णतः स्वस्थ व्यक्ति उसे कहेंगे जिसका शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक पक्ष सुदृढ़ हो। इस प्रकार तन, मन और आत्मोत्साह के समन्वय को ही स्वास्थ्य की संज्ञा दी जाती है। जब शरीर, मन, इंद्रियाँ और आत्मा सभी संतुलित रूप और अपनी पूर्ण क्षमता से कार्य करते हैं, तब उसे अच्छा स्वास्थ्य कहते हैं। स्वास्थ्य पर ही मानव

की प्रसन्नता, खुशहाली, समृद्धि और समस्त क्रियाएँ निर्भर होतीं हैं। अतः 'स्वास्थ्य ही मानव जीवन की सबसे बड़ी पूँजी है।'

- **स्वास्थ्य की परिभाषा :–**

1. **विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार,** "स्वास्थ्य केवल रोग एवं शारीरिक दौर्बल्य से रहित होना मात्र नहीं है, वरन् शारीरिक, मानसिक व सामाजिक साम्य की स्थिति है।"
2. **ऑक्सफोर्ड इंग्लिश कोष के अनुसार,** "शरीर और मन की तेज पूर्ण स्थिति, ऐसी अवस्था जिसमें समस्त शारीरिक और मानसिक कार्य समय से और पूरी क्षमता से संपादित हो रहें हों, ऐसी अवस्था को स्वास्थ्य कहते हैं।"

- **स्वास्थ्य के प्रकार :–**

1. शारीरिक स्वास्थ्य
2. मानसिक स्वास्थ्य
3. सामाजिक स्वास्थ्य
4. आध्यात्मिक स्वास्थ्य

शारीरिक स्वास्थ्य :– यदि सामान्य रूप से शरीर के बाह्य तथा आंतरिक अंग कार्य करते रहते हैं, तो शारीरिक स्वास्थ्य अच्छा माना जाता है। अच्छे शारीरिक स्वास्थ्य में शरीर के सभी अंग अपना कार्य पूरी क्षमता से करते हैं। नियमित व्यायाम, संतुलित आहार, पर्याप्त आराम और चिकित्सकीय उपचार द्वारा शारीरिक स्वास्थ्य मज़बूत बना रहता है।

मानसिक स्वास्थ्य :– जब व्यक्ति किसी भी तरह की मानसिक बीमारी से मुक्त होता है, तो उसे मानसिक रूप से स्वस्थ समझा जाता है और उसकी इस अवस्था को मानसिक स्वास्थ्य की संज्ञा दी जाती है। एक पूर्ण सक्रिय जीवनशैली के हिस्से के रूप में मानसिक स्वास्थ्य उतना ही महत्वपूर्ण है, जितना कि शारीरिक स्वास्थ्य।

सामाजिक स्वास्थ्य :– सामाजिक स्थिति का व्यक्ति के जीवन में विशेष महत्व है। बिना समाज के मनुष्य एकाकी जीवन नहीं जी सकता। अतः समाज में रहने हेतु उसके सामाजिक स्वास्थ्य का संतुलित या ठीक रहना परम आवश्यक है। सामाजिक स्वास्थ्य वह दशा है, जो व्यक्ति की सामाजिक वातावरण से समायोजन की स्थिति तथा संबंधों को स्पष्ट करता है।

आध्यात्मिक स्वास्थ्य :– आध्यात्मिक स्वास्थ्य वह अवस्था है, जिसमें व्यक्ति प्रकृति, आत्मा व परमात्मा की असीम सत्ता में विश्वास रखते हुए एकाग्रचित होकर अपने कार्यों का निर्वाह करता है, साथ ही वह सभी जीवों के समक्ष दया भाव रखता है और अपनी इंद्रियों पर नियंत्रण रखते हुए सत्य, अहिंसा एवं अस्तेय का पालन करता है। अच्छे आध्यात्मिक स्वास्थ्य का व्यक्ति सदाचार, सद्इच्छा एवं शुभ संकल्पों को सदैव अपनाए रखता है और संतुष्ट रहता है।

अच्छे स्वास्थ्य की विशेषताएँ :–

1. भोजन का पाचन समय पर होना
2. शरीर में आलस्य का न होना तथा पर्याप्त नींद होना
3. अच्छे से भूख लगना तथा शरीर ऊर्जावान रहना
4. स्मरण शक्ति का प्रबल होना
5. शरीर के तीनों दोष (वात, पित्त, कफ) का सम स्थिति में होना
6. शरीर से अपशिष्ट पदार्थ सही समय में एवं सही मात्रा में निष्कासित होना
7. भावनाओं को अभिव्यक्त करना तथा मन का प्रसन्न, शांत एवं आनंदित होना
8. सहनशील, निर्भय, आत्मविश्वासी, दृढ़ मनोबल शक्ति एवं जीवन के प्रति उत्साही होना
9. किसी भी कार्य को पूरी क्षमता और उत्साह के साथ करना
10. समायोजन का गुण होना।

बालिकाओं को होने वाली स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ :–

1. कुपोषण
2. एनीमिया
3. पीसीओएस
4. थैलासीमिया
5. सर्वाइकल कैंसर
6. स्तन कैंसर
7. मसूड़ों से रक्त निकलना (पायरिया)
8. दृष्टि कमज़ोर होना (मायोपिया, ग्लूकोमा)
9. कृमि संक्रमण
10. यूरिनल संक्रमण
11. मासिक धर्म संबंधी समस्याएँ
12. शारीरिक कमज़ोरी
13. मानसिक अवसाद
14. मोटापा।

शोध अध्ययन की उपयोगिता :–

- बालिकाओं को स्वास्थ्य संबंधी विभिन्न समस्याओं से परिचित कराना।
- बालिकाओं को स्वास्थ्य संबंधी विभिन्न समस्याओं की पहचान करने योग्य बनाना।
- बालिकाओं को सरकार द्वारा चलाई जाने वाली बालिका स्वास्थ्य संबंधी योजनाओं की जानकारी प्रदान करना।
- ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र की बालिकाओं को स्वास्थ्य संबंधी योजनाओं की जानकारी देना।
- बालिकाओं को अच्छे स्वास्थ्य के लक्षणों से परिचित कराना।
- बालिकाओं को स्वास्थ्य संबंधी विभिन्न समस्याओं के कारणों और उनके उपचार की जानकारी प्रदान करना।
- बालिकाओं को स्वास्थ्य संबंधी समस्या के दुष्प्रभावों की जानकारी प्रदान करना।
- बालिकाओं को अच्छे स्वास्थ्य का महत्व बताकर उन्हें अच्छे स्वास्थ्य की व्यक्तिगत और सामाजिक उपयोगिता से अवगत कराना।
- बालिकाओं को विद्यालय के भीतर एवं बाहर ऐसे अवसर प्रदान करना, जिससे वे अपनी स्वास्थ्य समस्या की पहचान कर उसके उपचार हेतु प्रयत्न कर सकें।
- बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्या से विद्यालय प्रबंधन, शिक्षकों और पालकों को परिचित कराना।

संबंधित शोध अध्ययन :–

मोनिका देवी, (2023), "किशोरियों में आयरन की कमी और एनीमिया संबंधी ज्ञान के आंकलन पर अध्ययन" किया और पाया कि, होशियारपुर की 12–18 आयु वर्ग की किशोरियों में एनीमिया और आयरन की कमी की व्यापकता है, जिनमें 21% छात्राएँ कम वज़न और लगभग 9% छात्राएँ अधिक वज़न वाली हैं।

शमीमा अख्तर, (2022), "किशोरियों में सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम के संबंध में ज्ञान पर अध्ययन" किया और पाया कि, 14–17 वर्ष की किशोरियों में सर्वाइकल कैंसर से बचाव के संबंध में जानकारी प्रदान करने की आवश्यकता है।

आभा मंगल, (2020), "गुजरात में विद्यालय जाने वाली किशोरियों के बीच सामान्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं और उनके निर्धारकों की जाँच पर अध्ययन" किया और पाया कि, किशोर बालिकाओं में चिंता, मानसिक अवसाद, असुरक्षा की भावना और मनोसामाजिक समस्या निहित है।

एडविना नरलिता, (2023), "थैलासीमिया वाले बच्चों एवं किशोर छात्राओं में मनोसामाजिक पहलुओं पर अध्ययन" किया और पाया कि, आयरन की कमी, बार–बार रक्त संक्रमण और क्रॉनिक एनीमिया से पीड़ित बच्चों और किशोर छात्राओं में तनावपूर्ण स्थितियाँ निहित हैं।

अल्फ्रेड जे. जॉर्ज, (2022), "मासिक धर्म के दौरान किशोरियों की मनोसामाजिक समस्या पर अध्ययन" किया और पाया कि, मासिक धर्म के दौरान किशोरियों में एकाग्रता की कमी, चिड़चिड़ापन, घबराहट, उदासी, उत्तेजना, अनिद्रा और कुसमायोजन जैसी मनोवैज्ञानिक और मनोसामाजिक समस्याएँ रहती हैं।

लिसा मैकेंजी, (2022), "छात्राओं के बीच सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम के बारे में ज्ञान, दृष्टिकोंण और जागरूकता संबंधी स्कूल आधारित अध्ययन" किया और पाया कि, स्कूल आधारित शिक्षा से सर्वाइकल कैंसर और ह्यूमन पैपिलोमा वायरस (एचपीवी) संक्रमण के बारे में किशोर बालिकाओं के ज्ञान में सुधार हुआ, साथ ही एचपीवी टीकाकरण के प्रति बालिकाओं में जागरूकता भी देखी गई।

शोध अध्ययन के उद्देश्य :–

1. ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की जानकारी प्राप्त करना।
2. ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की विस्तृत जानकारी प्राप्त करना।
3. ग्रामीण क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की विस्तृत जानकारी प्राप्त करना।
4. शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की विस्तृत जानकारी प्राप्त करना।
5. शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की विस्तृत जानकारी प्राप्त करना।
6. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के कारणों का पता लगाना।
7. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के कारणों के निराकरण के उपायों का पता लगाना।

शोध अध्ययन की परिकल्पना :–

- HO_1 – ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।
- HO_2 – ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।
- HO_3 – शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।
- HO_4 – ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।
- HO_5 – ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।
- HO_6 – ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

- HO_7 – ग्रामीण क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

शोध अध्ययन की परिसीमा :–

- प्रस्तुत शोध में उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का अध्ययन किया गया।
- अध्ययन हेतु भारत के छत्तीसगढ़ राज्य के दुर्ग जिले के अंतर्गत दुर्ग और भिलाई क्षेत्र के ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों का चयन किया गया।
- इस अध्ययन हेतु ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 96 बालिकाओं का चयन किया गया।
- इस अध्ययन हेतु ग्रामीण क्षेत्र के उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 48 बालिकाओं का चयन किया गया।
- इस अध्ययन हेतु शहरी क्षेत्र के उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 48 बालिकाओं का चयन किया गया।
- इस अध्ययन हेतु ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 24 बालिकाओं और अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 24 बालिकाओं का चयन किया गया।
- इस अध्ययन हेतु शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 24 बालिकाओं और अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् 24 बालिकाओं का चयन किया गया।

शोध अध्ययन में प्रयुक्त उपकरण :–

इस शोध अध्ययन हेतु **डॉ. रचना शर्मा** द्वारा निर्मित **'किशोरियों की स्वास्थ्य समस्याओं के पैमाने' (AGHPS - SR)** का प्रयोग किया गया। इस उपकरण में कुल **36 प्रश्न** सम्मिलित हैं, जिसमें **शारीरिक स्वास्थ्य** से संबंधित 20 प्रश्न और **मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य** से संबंधित 16 प्रश्न दिए गए हैं, **जो 13–18 आयु वर्ग की किशोर बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं को जानने के लिए निर्मित किया गया है।** इस उपकरण में कुल 5 प्रतिक्रियाएँ दी गई हैं, जिनमें से एक का चयन करके किशोर बालिकाएँ अपनी प्रतिक्रिया व्यक्त कर सकती हैं।

प्रदत्तों का विश्लेषण एवं व्याख्या :–

सारणी क्रमांक – 1 ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
ग्रामीण शासकीय एवं अशासकीय बालिकाएँ	48	69.66	10.30	2.35	0.906
शहरी शासकीय एवं अशासकीय बालिकाएँ	48	71.79	12.87		

$$\mathbf{df = N_1+N_2–2 = df = 48+48–2 = 94}$$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 1 से यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण शासकीय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी शासकीय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 48 एवं 48, तथा मध्यमान (M) 69.66 एवं 71.79, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 10.30 एवं 12.87, तथा मानक त्रुटि (SED) 2.35, तथा टी–मूल्य (t) 0.906 प्राप्त

हुआ, जो df 94 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से कम है, अतः इनमें सार्थक अंतर नहीं पाया गया। **अतः यह परिकल्पना स्वीकृत होती है।**

सारणी क्रमांक – 2 ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
ग्रामीण शासकीय बालिकाएँ	24	66.62	10.69	2.81	2.163
ग्रामीण अशासकीय बालिकाएँ	24	72.70	8.92		

$df = N_1+N_2–2 = df = 24+24–2 = 46$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 2 से यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और ग्रामीण अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 24 एवं 24, तथा मध्यमान (M) 66.62 एवं 72.70, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 10.69 एवं 8.92, तथा मानक त्रुटि (SED) 2.81, तथा टी–मूल्य (t) 2.163 प्राप्त हुआ, जो df 46 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से अधिक है, अतः इनमें सार्थक अंतर पाया गया। इससे यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और ग्रामीण अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सार्थक अंतर है क्योंकि ग्रामीण शासकीय बालिकाओं की तुलना में ग्रामीण अशासकीय बालिकाओं का मध्यमान अधिक है। **अतः यह परिकल्पना अस्वीकृत होती है।**

सारणी क्रमांक – 3 शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
शहरी शासकीय बालिकाएँ	24	67.66	10.83	3.48	2.37
शहरी अशासकीय बालिकाएँ	24	75.91	13.41		

$df = N_1+N_2–2 = df = 24+24–2 = 46$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 3 से यह ज्ञात होता है कि शहरी शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 24 एवं 24, तथा मध्यमान (M) 67.66 एवं 75.91, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 10.83 एवं 13.41, तथा मानक त्रुटि (SED) 3.48, तथा टी–मूल्य (t) 2.37 प्राप्त हुआ, जो df 46 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से अधिक है, अतः इनमें सार्थक अंतर पाया गया। इससे यह ज्ञात होता है कि शहरी शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सार्थक अंतर है क्योंकि शहरी शासकीय बालिकाओं की तुलना में शहरी अशासकीय बालिकाओं का मध्यमान अधिक है। **अतः यह परिकल्पना अस्वीकृत होती है।**

सारणी क्रमांक – 4 ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
ग्रामीण शासकीय बालिकाएँ	24	66.62	10.69	3.07	0.338
शहरी शासकीय बालिकाएँ	24	67.66	10.83		

$df = N_1+N_2–2 = df = 24+24–2 = 46$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 4 से यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 24 एवं 24, तथा मध्यमान (M) 66.62 एवं 67.66, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 10.69 एवं 10. 83, तथा मानक त्रुटि (SED) 3.07, तथा टी–मूल्य (t) 0.338 प्राप्त हुआ, जो df 46 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से कम है, अतः इनमें सार्थक अंतर नहीं पाया गया। **अतः यह परिकल्पना स्वीकृत होती है।**

सारणी क्रमांक – 5 ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
ग्रामीण अशासकीय बालिकाएँ	24	72.70	8.92	3.25	0.987
शहरी अशासकीय बालिकाएँ	24	75.91	13.41		

$df = N_1+N_2–2 = df = 24+24–2 = 46$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 5 से यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 24 एवं 24, तथा मध्यमान (M) 72.70 एवं 75.91, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 8.92 एवं 13.41, तथा मानक त्रुटि (SED) 3.25, तथा टी–मूल्य (t) 0.987 प्राप्त हुआ, जो df 46 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से कम है, अतः इनमें सार्थक अंतर नहीं पाया गया। **अतः यह परिकल्पना स्वीकृत होती है।**

सारणी क्रमांक – 6 ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओ में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
ग्रामीण शासकीय बालिकाएँ	24	66.62	10.69	3.46	2.684
शहरी अशासकीय बालिकाएँ	24	75.91	13.41		

$df = N_1+N_2–2 = df = 24+24–2 = 46$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 6 से यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 24 एवं 24, तथा मध्यमान (M) 66.62 एवं 75.91, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 10.69 एवं 13.41, तथा मानक त्रुटि (SED) 3.46, तथा टी–मूल्य (t) 2.684 प्राप्त हुआ, जो df 46 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से अधिक है, अतः इनमें सार्थक अंतर पाया गया। इससे यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सार्थक अंतर है क्योंकि ग्रामीण शासकीय बालिकाओं की तुलना में शहरी अशासकीय बालिकाओं का मध्यमान अधिक है। **अतः यह परिकल्पना अस्वीकृत होती है।**

सारणी क्रमांक – 7 ग्रामीण क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

तुलनात्मक समूह	कुल संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (S.D.)	मानक त्रुटि (SED)	t मूल्य
ग्रामीण अशासकीय बालिकाएँ	24	72.70	8.92	2.83	1.78
शहरी शासकीय बालिकाएँ	24	67.66	10.83		

$$df = N_1+N_2-2 = df = 24+24-2 = 46$$

उपरोक्त सारणी क्रमांक – 7 से यह ज्ञात होता है कि ग्रामीण अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं और शहरी शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की कुल संख्या (N) क्रमशः 24 एवं 24, तथा मध्यमान (M) 72.70 एवं 67.66, तथा प्रमाणिक विचलन (S.D.) 8.92 एवं 10.83, तथा मानक त्रुटि (SED) 2.83, तथा टी–मूल्य (t) 1.78 प्राप्त हुआ, जो df 46 के लिए सारणीयन मूल्य 0.05 स्तर से कम है, अतः इनमें सार्थक अंतर नहीं पाया गया। **अतः यह परिकल्पना स्वीकृत होती है।**

प्रस्तुत शोध कार्य के निष्कर्ष :–

- ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।
- ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सार्थक अंतर पाया गया।
- शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सार्थक अंतर पाया गया।
- ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।
- ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।
- ग्रामीण क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं शहरी क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सार्थक अंतर पाया गया।
- ग्रामीण क्षेत्र के अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय एवं शहरी क्षेत्र के शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् बालिकाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।

संदर्भित ग्रंथ सूची :–

1. https://scholar.google.com
2- https://hi.vikaspedia.in
3- https://www.gigadocs.com
4- https://www.villagesquare.in
5- https://www.momkidcare.com
6- www.scotbuzz.org
7. साप्ताहिक आयरन सम्पूरण कार्यक्रम प्रशिक्षण मॉड्यूल, (2022), राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, उत्तरप्रदेश, पृष्ठ क्र. – 10–15 ।
8. गोपाल डॉ. अरूण, कुलश्रेष्ठ अर्चना, (2016), पोषण एवं स्वास्थ्य, देखभाल, महात्मा गाँधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय, चित्रकूट, मध्यप्रदेश, पृष्ठ क्र. – 37–41, 74–79 ।
9. शर्मा मदन मोहन, शर्मा प्रशांत, (2007), पोषण, स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा, विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा, पृष्ठ क्र. – 1–5 ।
10. आहार विज्ञान एवं पोषण, उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, पृष्ठ क्र. – 11–20, 49–58 ।
11. समाजशास्त्र, उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, पृष्ठ क्र. – 125–126 ।
12. योग एवं स्वास्थ्य, उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, पृष्ठ क्र. – 1–4, 111–112 ।
13. स्वास्थवृत आहार एवं पोषण, उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, पृष्ठ क्र. – 1–5, 141–148, 150–152 ।