

Research Articles

Factors Related to Being Overweight of Secondary School Students at Schools in Suai Luang District under the Bangkok Metropolitan Administration 4

Swasorn Chomnabok Anukool Pibon Jaree Thongkumwong Wanida Theerachai

Replacing Wheat Flour with Taro and Replacing Fat with Inulin in Chiffon Cake 11

Pornnaree Kraiwong Lily Ingosaisawang Tassanee Limsuwan

Effect of Sugar Substitutes Sucralose and Maltitol on Sensory, Physical and Chemical Characteristics of Sherbet Ice Cream. 21

Nattarat Pankul Lily Ingosaisawang and Tassanee Limsuwan

The Development of Frankfurters Supplemented with Powdered Pomelo Aibedo Fiber 31

Sureerat Sawadon Wanida Theerachai Anukool Pibon Patcheri Boongkum

Need Assessment for Instructional Model which Enhance Early Childhood Children's Science Process Skills 38

Tippawan Desinganya Suphonn Tanachaiyan Yewwada Dechitakul Pitsarnwadee Lannongkol

The Design and Development of Women's Handbags by Embroidery Techniques : Case study of the Ginger Bread Motifs 47

Uttachue Wir-udorn Bessana Suwanya

Review Articles

TOH: KORAT for a SUSTAINABLE FUTURE 57

Watsaporn Chaisaranchar

บทความวิจัย

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเข้ารับการกักเอดส์นักเรียนที่มีรอยโรคทางผิวหนัง โรงเรียนในจังหวัดสมุทรสาคร 4

สิริภัทร กฤษณะพนทนาพร

ศุภพร เจริญสุข อรุณพร พลศิริ ทรัพย์ หอมคำสีย์ ทัศนีย์ ไชยภักดิ์

การทดแทนแป้งสาลีด้วยเยื่อถั่วและการทดแทนไขมันด้วยไขมันลินินในผลิตภัณฑ์ฟอง 11

ปานศรี แก้วภักดิ์ ธิติ อธิศรีสว่าง ศศิธรณ์ ธีระธรรม

ผลของการใช้สารทดแทนน้ำตาลซูคราโลสและมอลทอitolต่อลักษณะทางประสาทสัมผัส การยภาพ และเคมีของไอศกรีมเชอร์รี่แบบ 21

สุวิทย์ นนทกุล สิริ อัมภักดิ์งาม และศศิธรณ์ ธีระธรรม

การพัฒนาได้รอกแหงษ์เพื่อเตรียมเส้นใยจากเปลือกเปลือกส้มโอ 31

ศุภกานต์ ศรีสวัสดิ์ ทัศนีย์ ไชยภักดิ์ อรุณพร พลศิริ ทรัพย์ หอมคำสีย์

ความต้องการรูปแบบการจัดระบบการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ 38

ทิพวรรณ ตรีปัญญา สุภาพร ธีระภักดิ์ เสรภาพร เสด็จสุนันต์ ปัทมาภรณ์ วัฒนภักดี

การออกแบบและพัฒนาผลิตภัณฑ์กระเป๋าถือสตรีจากผ้าด้วยเทคนิคปักถุง : กรณีศึกษา 47

ศิริวิทย์ เกษมอุดม ญุภากร ศรีภักดิ์

บทความวิชาการ

ได้ใจความสู่อนาคตที่ยั่งยืน 57

ฉวีวรรณ แก้วพิบูลย์

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้น โรงเรียนในเขตสวนหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร

ศิวพร เจริญสุข* อนุตล พลศิริ** จารี ทองคำสิง** วันดี ไทยพานิช***

บทคัดย่อ

วิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาลักษณะพื้นฐาน ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีภาวะโภชนาการเกิน (2) ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนในเขตสวนหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนชาย-หญิงที่มีภาวะโภชนาการเกิน กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 161 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือแบบทดสอบความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ ทักษะคิดต่อภาวะโภชนาการเกินและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.72, 0.78 และ 0.80 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ความถี่ ร้อยละ และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยไคสแควร์ (Chi-square) กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัย พบว่า ภาวะโภชนาการของนักเรียนมีภาวะอ้วน (ร้อยละ 36.7) เริ่มอ้วน (ร้อยละ 36.0) และ ท้วม (ร้อยละ 27.3) มีความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ (ร้อยละ 40.4) รองลงมา มีความรู้ระดับต่ำกว่าเกณฑ์ (ร้อยละ 39.1) ปานกลาง (ร้อยละ 10.6) ดี (ร้อยละ 6.2) และ ดีมาก (ร้อยละ 3.7) นักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติเป็นกลางต่อภาวะโภชนาการเกิน (ร้อยละ 91.3) มีทัศนคติทางบวก (ร้อยละ 6.2) และทางลบ (ร้อยละ 2.5) ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 50.9) มีพฤติกรรมถูกต้องในระดับดี (ร้อยละ 30.5) และต้องปรับปรุงแก้ไข (ร้อยละ 18.6) ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : ปัจจัยต่อภาวะโภชนาการเกิน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

* อาจารย์ โรงเรียนมัธยมนาคนาวาลูปถัมภ์ สำนักงานเขตสวนหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร

** รองศาสตราจารย์ ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

*** รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Factors Related to Being Overweight of Secondary School Students at Schools in Suan Luang District under the Bangkok Metropolitan Administration

Siwaporn Charoensuk* Anukool Polsiri** Jaree Thongtumluing** Wandee Thaipanich***

ABSTRACT

In this research, the researcher investigates (1) basic characteristics, knowledge, attitudes, and consumption behaviors of selected overweight secondary school students enrolled in schools. In addition, the researcher studies (2) factors related to these students being overweight. The research population consisted of 161 male and female overweight students studying at the secondary school level in the second semester of the academic year 2011. The instrument of research was a tripartite test concerning knowledge of food and nutrition, attitudes toward being overweight, and food consumption behaviors with the three parts being couched at the reliability levels of 0.72, 0.78, and 0.80, respectively. Using techniques of distributive statistics, the researcher analyzed the data collected in terms of frequency and percentage. In addition, hypotheses governing the relationships between the factors studied were by means of applications of the chi-square (χ^2) technique with the statistically significant level being stipulated at the level of .05 for the results obtained. Findings are as follows: In respect to the weight condition of the students under study, the researcher found more than a third who were obese (36.7 percent) and slightly more than a fourth (27.3 percent) who were plump. Approximately two-fifths of the students under study were found to be knowledgeable concerning food and nutrition at the level of having satisfied the knowledge criteria at the lowest level (40.4 percent). Next, in descending order, were only slightly fewer whose level of knowledge was lower than the set criteria (39.1 percent), slightly over a tenth whose level of knowledge was moderate (10.6 percent), and those whose levels of knowledge were (6.2 percent), and, then, very good (3.7 percent). A large majority of the students under study exhibited neutral attitudes toward being overweight (91.3 percent). Next, in descending order, positive attitudes (6.2 percent) and negative attitudes (2.5 percent). A slight plurality of a little over half of the students under study displayed food consumption behaviors at a moderate level (50.9 percent). Next, in descending order, were nearly a third who evinced correct behaviors at or good level (30.5 percent) and needed improvement (18.6 percent). The researcher found that student knowledge concerning food, nutrition, and food consumption was correlated with being overweight at the statistically significant level of .05.

Keywords : Factor to Being Overweight, Secondary School Students, Bangkok Metropolitan Administration

*Teacher, Matthayomnakhwaupthum School, Suanluang District, Bangkok Metropolis.

**Associate Professor, Department of Home Economics, Faculty of Education, Ramkhamhaeng University.

***Associate Professor, Dr., Department of Home Economics, Faculty of Education, Ramkhamhaeng University.

บทนำ

ความสัมพันธ์ของโรคกับโภชนาการมีมานาน อาหารมีทั้งคุณค่าและโทษแก่มนุษย์ การขาดอาหารทำให้เป็นโรคแบบหนึ่งในขณะที่การรับประทานอาหารมากเกินไปหรือไม่เหมาะสมก็ทำให้เกิดเป็นโรคอีกแบบหนึ่งได้ ประเทศที่เจริญแล้วจึงมักมีปัญหาการรับประทานอาหารมากเกินไปและเมื่อได้รับพลังงานมากเกินไปร่างกายต้องการร่วมกับการขาดการออกกำลังกายที่เหมาะสมร่างกายจึงสะสมอาหารส่วนเกินนี้ไว้ในรูปไขมันเกิดเป็น “ความอ้วน” (กนกกลดา, 2546, หน้า 5) ในรอบ 5 ปีที่ผ่านมาพบว่าเด็กไทยเป็นโรคอ้วนเพิ่มมากขึ้นถึงร้อยละ 15-16 เครือข่ายวิจัยสุขภาพได้ทำการสำรวจโรงเรียนทั่วประเทศ 400 เขต ซึ่ง 342 แห่ง พบเด็กอ้วนร้อยละ 12 ท้วมร้อยละ 5 รวมเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินทั้งสิ้นร้อยละ 17 พบในกลุ่มเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง ในกรุงเทพมหานครพบเด็กอ้วนร้อยละ 15.5 ท้วมร้อยละ 7 รองลงมาคือ ภาคกลาง ภาคเหนือ และพบในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคใต้ไม่มากนัก (ลัดดา, 2548, หน้า 35-39) ขณะเดียวกัน สมยศ (2551, หน้า 1-2) กล่าวว่า เด็กในวัยเรียนและวัยรุ่นมีภาวะโภชนาการเกินหรือมีน้ำหนักเกินและอ้วนเพิ่มสูงขึ้นเป็นร้อยละ 13.4 และ 10.2 ของปี 2545 ซึ่งแต่ละปีมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นตามลำดับ

สำหรับสาเหตุของภาวะโภชนาการเกินนั้น สุขุมาลัย (2552, หน้า 137-138) กล่าวว่า การได้รับสารอาหารเกินได้กลายเป็นภาวะที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว จากการเปลี่ยนแปลงวิถีความเป็นอยู่ของประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเขตเมือง ปัจจุบันพบว่าโรคอ้วน โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือดและโรคเบาหวานมีแนวโน้มสูงขึ้น เป็นสาเหตุสำคัญที่

ทำให้เกิดการตายก่อนวัยอันควร ทำให้เกิดการสูญเสียทรัพยากรในวัยทำงานและในกรณีที่ป่วยก็เป็นภาระของสังคมที่ต้องดูแล เพื่อการรักษาและฟื้นฟูสภาพ สาเหตุอันสำคัญเกิดจากการได้รับสารอาหารบางประเภทมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย ได้แก่ อาหารประเภทให้พลังงาน ทั้งไขมัน แป้ง และน้ำตาล ซึ่งสอดคล้องกับลัดดา (2548, หน้า 40) กล่าวว่า ปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่ทำให้โรคอ้วนเพิ่มมากขึ้นก็คือ สิ่งแวดล้อมที่มีอาหารมากมาย หาได้ง่ายโดยเฉพาะอาหารที่มีไขมันและน้ำตาลสูง รวมถึงวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปเคลื่อนไหวร่างกายน้อยลง ออกกำลังกายน้อยลง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาลักษณะพื้นฐาน ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีภาวะโภชนาการเกิน โรงเรียนในเขตสวนหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนในเขตสวนหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชาย-หญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีภาวะโภชนาการเกินจำนวน 3 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนมัธยมขนาดนาอูปถัมภ์ โรงเรียนวัดปากบ่อ และโรงเรียนวัดใต้ รวมจำนวนทั้งสิ้น 161 คน

วิธีการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม โดยแบ่งเป็น 4 ตอน ได้แก่ ข้อมูลลักษณะพื้นฐานของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ ทักษะติดต่อ

ภาวะโภชนาการเกินและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผ่านการหาคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน และวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร KR-20 ของ คูเคอร์-ริชาร์ดสัน สำหรับวัดความรู้ ๑ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.72 และค่าความเชื่อมั่น แบบวัดทัศนคติและพฤติกรรม ๑ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาคซ์ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78 และ 0.80

ผลวิจัยและวิจารณ์

นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินอยู่ในภาวะอ้วน (ร้อยละ 36.7) ภาวะเริ่มอ้วน (ร้อยละ 36.0) และภาวะท้วม (ร้อยละ 27.3) เป็นเพศชาย (ร้อยละ 51.6) กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (ร้อยละ 41.6) มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน (ร้อยละ 35.5) มีแม่ที่รูปร่างอ้วนมากที่สุด (ร้อยละ 35.0) ได้เงินมากกว่า 50 บาท / วัน (ร้อยละ 35.4) ผู้ปกครองมีระดับการศึกษาชั้นประถม (ร้อยละ 44.1) ประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม / รับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 56.5) รายได้ 9,001 บาทขึ้นไป (ร้อยละ 31.7) มีพฤติกรรมออกกำลังกาย 1-2 วัน / สัปดาห์ (ร้อยละ 40.4)

นักเรียนมีความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ (ร้อยละ 40.4) ต่ำกว่าเกณฑ์ (ร้อยละ 39.1) รองลงมา มีความรู้ปานกลาง (ร้อยละ 10.6) ความรู้ดี (ร้อยละ 6.2) และความรู้ดีมาก (ร้อยละ 3.7) และนักเรียนไม่ได้สนใจในการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ อาจเป็นสาเหตุมาจากการศึกษาและอาชีพของผู้ปกครองที่ให้ความรู้ถูกบ้าง ไม่ถูกบ้าง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ จีราวรรณ (2547, หน้า 110) ที่ได้ศึกษาความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า

นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับต่ำ ได้รับข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจากบิดามารดามากที่สุด (ร้อยละ 49.5) ซึ่งระดับการศึกษาของผู้ปกครองส่วนใหญ่ (ร้อยละ 32.8) อยู่ในระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษา และสอดคล้องกับผลการวิจัยของทิพย์พิภา และคณะ (2556) พบว่า การศึกษาและอาชีพของบิดามารดามีความสัมพันธ์กับปริมาณและแบบแผนการบริโภคอาหารของบุตร ทัศนคติต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่านักเรียนมีทัศนคติเป็นกลางมากที่สุด (ร้อยละ 91.3) รองลงมา มีทัศนคติเป็นบวก (ร้อยละ 6.2) และมีทัศนคติทางลบเพียงเล็กน้อย (ร้อยละ 2.5) เพราะ ทัศนคติเป็นความรู้ดีของบุคคล นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินอาจจะยอมรับภาพลักษณ์รูปร่างที่มีน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วนได้ และคิดว่าการมีน้ำหนักเกินก็สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับเพื่อน ๆ ได้ โดยที่ไม่มีปัญหาหรืออุปสรรคใด ๆ เช่น การเรียนหนังสือ การเล่นกีฬา สอดคล้องกับประวีณา (2550, หน้า 81) ที่กล่าวว่า วัยรุ่นที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน (เริ่มอ้วน) มีความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนและเห็นคุณค่าในตนเองในระดับปานกลาง

นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด (ร้อยละ 50.9) รองลงมา มีพฤติกรรมถูกต้องในระดับค่อนข้างสูงหรือดี (ร้อยละ 30.5) และมีพฤติกรรมถูกต้องในระดับค่อนข้างต่ำหรือปรับปรุง (ร้อยละ 18.6) เพราะในปัจจุบันนิยมบริโภคอาหารตามกระแสนิยมและอิทธิพลของการโฆษณาชักจูงโน้มน้าวใจวัยรุ่นให้เห็นว่าเป็นสิ่งที่ดีทันสมัย วัยรุ่นมักเข้าใจผิดและนิยมบริโภคอาหารโดยสนใจรูป รส กลิ่นและสีของอาหารมากกว่าจะคำนึงถึงสารอาหารที่ได้รับ

และไม่ครบทั้ง 5 หมู่ สอดคล้องกับแนวคิดของ ออบเซย (2551, หน้า 71-72) กล่าวว่า วัยรุ่นในยุคนี้มีนิสัยการบริโภคอาหารตามกระแสนิยม เช่น อาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นต้น รับประทานอาหารจุบจิบ และมีนิสัยการบริโภคที่ไม่ดี นอกจากนี้วัยรุ่นชอบความเป็นอิสระและตัดสินใจด้วยตนเองและยิ่งในปัจจุบันโฆษณาได้มีบทบาทต่อเด็กวัยรุ่นเป็นอย่างมากจึงส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้เรื่องอาหาร ทักษะคิดต่อภาวะโภชนาการเกิน และ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า

1. ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการกับภาวะโภชนาการเกินมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการเกินกับความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการของนักเรียน

ภาวะ โภชนาการเกิน	ระดับความรู้เรื่องอาหาร				χ^2	Sig.
	ต่ำกว่าเกณฑ์	ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	ปานกลาง	รวม		
ทั่วไป	16	21	7	44	17.117*	0.002
(ร้อยละ)	(36.4)	(47.7)	(15.9)	(100.0)		
เริ่มอ้วน	31	22	5	58	(8.7)	(100.0)
(ร้อยละ)	(53.4)	(37.9)	(8.7)	(100.0)		
อ้วน	16	22	21	59	(35.6)	(100.0)
(ร้อยละ)	(27.1)	(37.3)	(35.6)	(100.0)		
รวม	63	65	33	161	(20.5)	(100.0)
	(39.1)	(40.4)	(20.5)	(100.0)		

*p < .05, Cramer's V = 0.231

จากตารางที่ 1 พบว่า ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ รู้ไม่ถูกต้องทำให้มีภาวะโภชนาการเกิน สอดคล้องกับบงนุช (2547, หน้า 97) กล่าวว่าความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่ถูกต้อง ถ้าวัยรุ่นมีความรู้ทางโภชนาการที่ถูกต้องจะนำไปสู่การบริโภคอาหารที่เหมาะสม ซึ่งมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการที่ดีสอดคล้องกับผลการวิจัยของเสริมศักดิ์และนฤมล (2551) ที่พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ

นักเรียน วัยรุ่นจะมีอิสระที่จะตัดสินใจเลือกอาหารมาบริโภคด้วยตนเองประกอบกับช่วงชีวิตส่วนใหญ่ของเด็กจะอยู่นอกบ้าน ดังนั้นการบริโภคอาหารจึงขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจในการบริโภคอาหารมือหลักและมือว่างด้วยตนเอง วัยรุ่นที่เลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์ มีการเตรียมอาหารที่ถูกหลักโภชนาการและสุขภาพอาหารจึงได้รับสารอาหารครบถ้วนและร่างกายสามารถนำสารอาหารเหล่านั้นไปใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่

2. ภาวะโภชนาการของนักเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการเกินกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ภาวะ โภชนาการเกิน	พฤติกรรมการบริโภคอาหาร			รวม	χ^2	Sig.
	ค่อนข้างต่ำต้อง ปรับปรุงแก้ไข	ปานกลาง	ค่อนข้างสูง หรือดี			
ท่วม (ร้อยละ)	4 (9.1)	25 (56.8)	15 (34.1)	44 (100.0)	9.990*	0.041
เริ่มอ้วน (ร้อยละ)	8 (13.8)	29 (50.0)	21 (36.2)	58 (100.0)		
อ้วน (ร้อยละ)	18 (30.5)	28 (47.5)	13 (22.0)	59 (100.0)		
รวม	30 (18.6)	82 (50.9)	49 (30.5)	161 (100.0)		

*p < .05, Cramer's V = 0.176

จากตารางที่ 2 พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 คือ พฤติกรรมไม่ถูกต้องเหมาะสมทำให้มีภาวะโภชนาการเกิน สอดคล้องกับนิตยา (2547, หน้า 126) กล่าวว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลเสียต่อภาวะโภชนาการและสุขภาพ และพฤติกรรมทางโภชนาการที่ไม่พึงประสงค์

3. ทักษะคิดต่อภาวะโภชนาการเกินไม่สามารถบอกได้ว่ามีความสัมพันธ์กันกับภาวะโภชนาการเกินหรือไม่เนื่องจากกลุ่มประชากรใน Cell มีค่า expected valueไม่ถึง 5

สรุปผล

1.นักเรียนเป็นเพศชาย ร้อยละ 51.6 กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ร้อยละ 41.6 มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน ร้อยละ 35.5 มีแม่ที่รูปร่างอ้วนมากที่สุด ร้อยละ 35.0 ได้เงินมากกว่า 50 บาท / วัน ร้อยละ 35.4 ผู้ปกครองมีระดับการ

ศึกษาชั้นประถม ร้อยละ 44.1 ประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม / รับจ้างทั่วไป ร้อยละ 56.5 รายได้ต่อเดือน 9,001 บาทขึ้นไป ร้อยละ 31.7 นักเรียนมีพฤติกรรมการออกกำลังกาย 1- 2 วัน / สัปดาห์ ร้อยละ 40.4

2.นักเรียนมีความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ ร้อยละ 40.4 ต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 39.1

3.นักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติเป็นกลางต่อภาวะโภชนาการเกิน (ร้อยละ 91.3)

4.นักเรียนมีพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 50.9 รองลงมา มีพฤติกรรมดี ร้อยละ 30.5

5.ความรู้เรื่องอาหาร และพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

โรงเรียนในเขตสวนหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร ควรมีการจัดสัมมนา หรือแลกเปลี่ยน

เปลี่ยนความรู้ระหว่างผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ได้แก่ ครูผู้สอน ผู้บริหารการศึกษา และบุคคลที่เกี่ยวข้องทุกฝ่าย หาวิธีการส่งเสริมความรู้และ

พฤติกรรมกรรการบริโภคที่ถูกต้อง เพื่อส่งผลให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการที่ดี

เอกสารอ้างอิง

- กนกกลตา บาตี. (2546). **ด้วยรักและห่วงใยใส่ใจสุขภาพ**. กรุงเทพมหานคร : หอรัตนชัย การพิมพ์.
- จิราวรรณ สัทธภักดิ์. (2547). **ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.**
- ทิพย์พิภา ทรฤทธิ์ และคณะ. (2556). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแบบแผนการบริโภคอาหารของวัยรุ่นหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินในอำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสารคหเศรษฐศาสตร์. 56 (2) (พฤษภาคม- สิงหาคม) : 18 - 24.**
- นงนุช สุขพันธ์. (2547). **เอกสารการสอน ชุดโภชนาศาสตร์สาธารณสุข. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ. นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.**
- นิตยา เพ็ญศิริินภา. (2547). **โภชนศึกษา ในเอกสารการสอนชุดวิชาโภชนศาสตร์สาธารณสุข (ฉบับปรับปรุง, หน่วยที่ 7). นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.**
- ประวีณา ธาคาพรหม. (2550). **ภาพลักษณ์ทางร่างกาย และการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**
- ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2548). **โรงเรียนกับเด็กอ้วน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลา.**
- สมยศ กิตติมันคง. (2551). **เมื่อหมดต้องลดความอ้วน (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แสงดาว.**
- สุพมาลย์ ประสมศักดิ์. (2552). **โภชนาการเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเซนต์จอห์น.**
- เสริมศักดิ์ เคลือบทอง, นฤมล ศราษพันธุ์. (2551). **ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารที่เสี่ยงต่อภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร. วารสารคหเศรษฐศาสตร์. 51 (2) (พฤษภาคม-สิงหาคม) : 23 - 31.**
- อบเชย วงศ์ทอง. (2551). **โภชนาศาสตร์ครอบครัว (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.**

