

นันทินี พึ่งสกุล 2550: ภาวะโภชนาการและกิจกรรมของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในระดับมัธยมศึกษาและผลสัมฤทธิ์ของการใช้คู่มือการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรต ปรินญาทกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเกษตรศาสตร์
ภาควิชาเกษตรศาสตร์ ปรธานกรรมการที่ปรึกษา: อาจารย์ชนิตา ปิโสดิการ, Ph.D. 153 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในระดับมัธยมศึกษา ผลสัมฤทธิ์ของการใช้ชุดสื่อการสอนเรื่องการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรต ความพึงพอใจที่มีต่อชุดสื่อการสอน จำนวนกรัมของคาร์โบไฮเดรตที่นักเรียนบริโภคใน 1 วัน ความสัมพันธ์ของปริมาณคาร์โบไฮเดรตที่นักเรียนบริโภคร่วมกับภาวะโภชนาการ ความสัมพันธ์ของกิจกรรมต่างๆ ที่นักเรียนทำกับภาวะโภชนาการ โดยกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 13-19 ปี จำนวน 320 คน เก็บข้อมูลโดยการทดสอบความรู้พื้นฐานทางด้านโภชนาการและในเรื่องการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรต โดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังการเรียนรู้ และสำรวจภาวะโภชนาการของนักเรียนโดยการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง และค่าปริมาณไขมันในร่างกายโดยวิธี Bioelectrical Impedance Analysis นำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

ผลการวิจัยพบว่า ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างมีน้ำหนักและส่วนสูงตามเกณฑ์ และเมื่อเปรียบเทียบกับน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงกลุ่มตัวอย่างมีรูปร่างสมส่วน ร้อยละ 73.75, หัวม ร้อยละ 4.38, เริ่มอ้วน ร้อยละ 7.50, อ้วน ร้อยละ 7.81, ค่อนข้างผอม ร้อยละ 3.75 และผอม ร้อยละ 2.81 ค่าปริมาณไขมันในร่างกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 55.31, มากกว่าปกติเล็กน้อย ร้อยละ 20.94, เกินเกณฑ์ ร้อยละ 13.12 และต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 10.63

คะแนนสอบวัดผลสัมฤทธิ์หลังการเรียนรู้สูงกว่าคะแนนสอบก่อนการเรียนรู้ ความพึงพอใจที่มีต่อชุดสื่อการสอนการนับหน่วยคาร์โบไฮเดรตอยู่ในระดับพึงพอใจมาก ปริมาณคาร์โบไฮเดรตที่กลุ่มตัวอย่างบริโภคต่อวันส่วนใหญ่ร้อยละ 83.2 บริโภคคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่า 230 กรัมต่อวัน รองลงมาบริโภคคาร์โบไฮเดรตวันละ 230-330 กรัม และบริโภคคาร์โบไฮเดรตมากกว่า 330 กรัมขึ้นไปต่อวัน ร้อยละ 13.4 และร้อยละ 3.4 ตามลำดับ

ปริมาณคาร์โบไฮเดรตที่นักเรียนบริโภคไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กิจกรรมต่างๆ ที่นักเรียนทำมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเพียง 2 ประเด็นเท่านั้นคือจำนวนชั่วโมงการอ่านหนังสือของนักเรียนและจำนวนชั่วโมงการเล่นของนักเรียน มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญที่ .05

