

วาสนา บุญชู 2551: การให้โภชนศึกษาเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของเด็ก
วัยเรียน ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์) สาขาคหกรรมศาสตร์ ภาควิชา
คหกรรมศาสตร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์สิริพันธุ์ จุลกรังคะ, M.S.
236 หน้า

การทำวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยโดยสร้างสื่อการ
สอนเพื่อให้โภชนศึกษาและทำการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับอาหารไทย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ไทยและปริมาณพลังงานและสารอาหารเฉลี่ยที่ได้รับจากอาหารไทยต่อวัน ก่อนและหลังการให้โภชน
ศึกษา ตลอดจนศึกษาผลของสังกัดของโรงเรียนต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย ความรู้เกี่ยวกับ
อาหารไทยและปริมาณพลังงานเฉลี่ยที่ได้รับจากอาหารไทยต่อวัน

รูปแบบงานวิจัยเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi Experiment) วางแผนการวิจัยแบบ
Nonequivalent Control Group Design (Pretest - Posttest Nonrandomized Design) กลุ่มตัวอย่างคือเด็ก
วัยเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3- 6 ซึ่งได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอนมีจำนวนทั้งสิ้น 386 คน แบ่งเป็น
กลุ่มทดลอง จำนวน 196 คน กลุ่มควบคุม 190 คน ทำการให้โภชนศึกษาเป็นเวลา 3 สัปดาห์ โดยใช้สื่อ
การสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และแบบทดสอบความรู้ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ สถิติที่ใช้ใน
การวิเคราะห์ข้อมูลคือ t-test และ ANCOVA

ผลการวิจัยพบว่า สื่อที่ใช้ในการให้โภชนศึกษาเรื่องอาหารหลัก 5 หมู่มีประสิทธิภาพ 84.0/81.5
และสื่อการสอนเรื่องประเภทอาหารไทยมีประสิทธิภาพ 84.5/85.9 กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับอาหาร
ไทย สูงกว่ากลุ่มควบคุมและแตกต่างกันหลังการให้โภชนศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
ในด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยบ่อยครั้งกว่า
กลุ่มควบคุมและแตกต่างกันหลังการให้โภชนศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีการ
บริโภคแกงเผ็ด แกงส้ม ขนมจีนน้ำยาและขนมตาลเพิ่มมากขึ้น ในการให้โภชนศึกษาไม่มีผลทำให้
ปริมาณพลังงานและสารอาหารเฉลี่ยที่ได้รับจากอาหารไทยแตกต่างกันในระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม
ควบคุม ก่อนการให้โภชนศึกษาพบความแตกต่างของความรู้เกี่ยวกับอาหารไทยและปริมาณพลังงาน
และสารอาหารเฉลี่ยที่ได้รับจากอาหารไทยของเด็กวัยเรียนในโรงเรียนที่สังกัดต่างกัน แต่หลังการให้
โภชนศึกษาพบเฉพาะความแตกต่างในด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเท่านั้น