

การประยุกต์ทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคมในโปรแกรมส่งเสริมการบริโภคผักและผลไม้ใน
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

APPLICATION OF SOCIAL SUPPORT THEORY IN PROMOTING OF FRUIT AND
VEGETABLE CONSUMPTION PROGRAM AMONG GRADE 5 STUDENTS IN
WARINCHAMRAP DISTRICT, UBONRATCHATHANI PROVINCE

ศศิธร บุญสุข 5037031 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร) สาขาวิชาเอกโภชนวิทยา

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : การดี เต็มเจริญ ส.ค., วงเดือน ปิ่นดี ส.ค., ทรายกล เก่งการพานิช, พบ.ม.

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้จัดทำขึ้น เพื่อประเมินผลของโปรแกรมส่งเสริมการบริโภคผักและผลไม้
ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาโดยการให้แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครอง กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ปกครอง
และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนสังกัดเทศบาลวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 2
โรงเรียน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 40 คู่ และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 41 คู่ ระยะเวลาทดลอง 4 สัปดาห์
ผู้ปกครองกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการเสริมความรู้เกี่ยวกับผักและผลไม้สำหรับเด็กวัยเรียน และ
บทบาทการเป็นแรงสนับสนุนทางสังคมในการส่งเสริมการบริโภคผักและผลไม้แก่นักเรียน เก็บข้อมูลด้วย
แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับผักและผลไม้สำหรับเด็กวัยเรียนให้ผู้ปกครองตอบด้วยตนเอง แบบสอบถาม
เกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบบันทึกการบริโภคผักและผลไม้ของนักเรียน เป็นเวลา 3 วัน
วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ Chi-square test, Paired t-test, และ Independent t-test

ผลการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง ผู้ปกครองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้เพิ่มขึ้นกว่า
ก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) คะแนนแรงสนับสนุน
ทางสังคมและปริมาณผักและผลไม้ที่นักเรียนบริโภคเพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่ม
เปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) โดยผลไม้บริโภคเพิ่มขึ้นได้ตามปริมาณเสนอแนะสำหรับเด็กวัยเรียน ส่วนผักยังคงบริโภคได้ประมาณครึ่งหนึ่งของปริมาณเสนอแนะเท่านั้น

ผลการศึกษาชี้ว่า การส่งเสริมการบริโภคผักในเด็กวัยเรียนต้องการระยะเวลาในการ
ดำเนินการที่นานกว่านี้ และต้องการความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และเด็ก

คำสำคัญ ผักและผลไม้ / แรงสนับสนุนทางสังคม / นักเรียนชั้นประถมศึกษา

APPLICATION OF SOCIAL SUPPORT THEORY IN PROMOTING OF FRUIT AND VEGETABLE CONSUMPTION PROGRAM AMONG GRADE 5 STUDENTS IN WARINCHAMRAP DISTRICT, UBONRATCHATHANI PROVINCE

SASITORN BOONSOOK 5037031 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN NUTRITION

THESIS ADVISORY COMMITTEE : PARADEE TEMCHAROEN, Dr.P.H. ,
WONGDIAN PANDII, Dr.P.H. THARADOL KENGGANPANICH, M.A.

ABSTRACT

This quasi-experimental research was conducted to examine an intervention program designed to promote fruit and vegetable consumption among school children by using guardians' social support. Samples were grade 5 students from 2 schools in Warinchamrap District, Ubonratchathani Province and their guardians. Forty pairs of guardian/student from one school were the experimental group in which guardians were given knowledge and social support roles for their child, and 41 pairs in another school were assigned as the comparison group. The study period was 4 weeks. Data were collected using self-administered questionnaires which included guardians' knowledge of the benefits of fruits and vegetables for school children and social support which students received from their parents. Information about the types and amounts of fruit and vegetable consumed by students were collected by a three-day-food-record form. Statistical analysis was performed using Chi-square test, Paired t-test and Independent t-test.

The results showed that after the intervention, guardians of the experimental group had knowledge scores significantly higher than before the intervention, and higher than those of the comparison group ($p < 0.001$). Also, students of the experimental group had social support scores significantly higher than before the intervention, and higher than the comparison group ($p < 0.001$). Although students of the experimental group consumed significantly more vegetables and fruits than before the intervention (vegetables increased from 68.4 g to 88.5 g and fruits increased from 187.6 g to 257.7 g) and more than the comparison group ($p < 0.001$). This amount of fruits consumed met the recommended level for school children while the amount of vegetables was only a half of the recommendation.

The findings indicated that the promotion of vegetable consumption program in school children needed a longer intervention period and required cooperation among school, guardians, and students.

KEY WORDS: VEGETABLE AND FRUIT / SOCIAL SUPPORT /
PRIMARY SCHOOL STUDENT

119 pages