

สารบัญ

บทที่

หน้า

1 บทนำ

ความเป็นมาของปัญหา	1
คำถามการวิจัย	7
จุดมุ่งหมายของการวิจัย.....	7
ความสำคัญของการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	8
สมมติฐานงานวิจัย	8
นิยามศัพท์เฉพาะ	8

2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 10

ภาวะน้ำหนักรเกินมาตรฐานในเด็กวัยรุ่น	10
ทฤษฎีความสามารถของตน	31
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	37
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	39

3 วิธีดำเนินการวิจัย..... 41

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	41
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	42
การหาคุณภาพของเครื่องมือ	46
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	48
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	49
แผนภูมิการทดลอง	49
ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย.....	50
การวิเคราะห์ข้อมูล	53

สารบัญ (ต่อ)

บทที่

หน้า

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	55
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป.....	55
ตอนที่ 2 เปรียบเทียบระดับคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐาน ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลอง.....	57
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบระดับคะแนนเฉลี่ยของระดับการรับรู้การปฏิบัติตน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	59
ตอนที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของน้ำหนักตัวระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม.	61
5 สรุปและอภิปรายผล	66
สรุปผลการวิจัย	68
อภิปรายผล	70
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	75
ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป	75
บรรณานุกรม.....	76
ภาคผนวก.....	83
ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	84
ภาคผนวก ข รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจความตรงเชิงเนื้อหา.....	124
ภาคผนวก ค เอกสารรับรองการวิจัยในมนุษย์.....	126
ภาคผนวก ง ตารางวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม	128
ประวัติผู้วิจัย.....	133

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	แสดงพลังงานที่ควรได้รับจากอาหารที่บริโภคต่อวันสำหรับวัยรุ่น.....	23
2	แสดงสัดส่วนปริมาณอาหารที่เหมาะสมในระดับพลังงานต่าง ๆ.....	26
3	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ อาชีพของ ครอบครัว รายได้เฉลี่ยในครอบครัวต่อเดือน ส่วนสูง น้ำหนักตัว ประวัติ น้ำหนักเกินในวัยเด็ก ภาวะน้ำหนักเกินของบุคคลในครอบครัว ประวัติการลดน้ำหนัก.....	54
4	แสดงจำนวน ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามระดับความรู้เรื่องภาวะน้ำหนัก เกินมาตรฐาน ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลอง.....	57
5	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐาน ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง.....	57
6	แสดงจำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการรับรู้ความสามารถ ของตนในการปฏิบัติตนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	59
7	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการรับรู้ความสามารถของตนใน การปฏิบัติตน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	60
8	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของน้ำหนักตัว ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	61
9	แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำค่าเฉลี่ยน้ำหนักตัว ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ใน 3 ช่วงเวลา	62
10	แสดงเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยน้ำหนักตัว ในกลุ่มทดลองใน 3 ช่วง เวลา	63
11	แสดงเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยน้ำหนักตัว ในกลุ่มควบคุมใน 3 ช่วงเวลา.....	63
12	แสดงผลการเปรียบเทียบภายหลัง ค่าเฉลี่ยน้ำหนักตัว ใน 3 ช่วงเวลา ระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	64
13	แสดงการวิเคราะห์ผลต่างของน้ำหนักตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	130

บัญชีภาพ

ภาพ

หน้า

1	แสดงจุดตัดที่ใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการ.....	20
2	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคล เงื่อนไขเชิงพฤติกรรม และเงื่อนไขเชิงสิ่งแวดล้อม	32
3	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนกับความคาดหวัง ในผลลัพธ์.....	33
4	แสดงรูปแบบความแตกต่างระหว่างความเชื่อในการรับรู้ความสามารถ ของตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ ที่มีต่อพฤติกรรมและสภาพอารมณ์.....	34
5	แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย	40
6	แสดงแผนภูมิการทดลอง.....	49
7	แสดงแผนภูมิการเปลี่ยนแปลงของน้ำหนักตัวในกลุ่มทดลอง	131
8	แสดงแผนภูมิการเปลี่ยนแปลงของน้ำหนักตัวในกลุ่มควบคุม.....	132