

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนาในรูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม จากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ประชากรกลุ่มเป้าหมาย คือ นักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดโคกงาม อำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี จำนวน 24 คน การวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1) ศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการการพัฒนา ระยะที่ 2) แสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาและกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนา และระยะที่ 3) พัฒนาการลดพฤติกรรม การบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียน กรอบการวิจัยคือการศึกษาความรู้ เจตคติและพฤติกรรม การบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียน เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถาม แบบทดสอบความรู้ แบบวัดเจตคติ แบบวัดพฤติกรรม การสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การตีความและการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพปัจจุบันของการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนคือรับประทานขนมขบเคี้ยวทุกวัน ร้อยละ 45.8 ส่วนมากมีระดับความรู้เกี่ยวกับขนมขบเคี้ยวในระดับต่ำ มีระดับเจตคติต่อการบริโภคขนมขบเคี้ยวในระดับค่อนข้างดี พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวที่เป็นปัญหาเกิดจากการขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากการบริโภคขนมขบเคี้ยวมากเกินไป ผู้ปกครองขาดการดูแลเอาใจใส่และไม่ตระหนักถึงโทษจากการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียน โรงเรียนขาดสื่อให้ความรู้แก่นักเรียนและการขาดกำชับเอาใจใส่เท่าที่ควรจากคณะครู

2. แนวทางและวิธีการพัฒนาใช้ยุทธศาสตร์เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจและเสริมสร้างเจตคติที่ดีต่อขนมขบเคี้ยวและยุทธศาสตร์สร้างความร่วมมือจากผู้ปกครองและคณะครูโดยการจัดบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับโทษและอันตรายจากการบริโภคขนมขบเคี้ยวมากเกินไปแก่ผู้ปกครองและนักเรียน จัดทำสื่อให้ความรู้เกี่ยวกับขนมขบเคี้ยวแก่นักเรียนและให้ความรู้เกี่ยวผลกระทบจากการบริโภคขนมขบเคี้ยวมากเกินไปโดยเสียงตามสายของโรงเรียนช่วงพักรับประทานอาหารกลางวัน มีดัชนีชี้วัดความสำเร็จคือนักเรียนมีความรู้ต่อขนมขบเคี้ยวเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการบริโภคขนมขบเคี้ยวเพิ่มขึ้นและร้อยละของพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวด้านบวกเพิ่มขึ้น ร้อยละของพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวด้านลบลดลง

3. การพัฒนาการลดพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนโดยการให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากการรับประทานขนมขบเคี้ยวมากเกินไปจากผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ ให้ความรู้เกี่ยวกับอันตรายจากขนมขบเคี้ยวโดยเสียงตามสายของโรงเรียนช่วงพักรับประทานอาหารกลางวัน จัดป้ายนิเทศให้ความรู้ตามอาคารเรียนและสร้างร่วมมือกับคณะครูและผู้ปกครองในการสอดส่องดูแล ให้คำแนะนำที่ถูกต้องเมื่อสิ้นสุดกระบวนการพัฒนาพบว่านักเรียนมีระดับความรู้เกี่ยวกับขนมขบเคี้ยวระดับสูง ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการบริโภคขนมขบเคี้ยวอยู่ในระดับดี มีร้อยละของพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวด้านบวกเพิ่มขึ้น มีร้อยละของพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวด้านลบลดลง ตามดัชนีชี้วัดความสำเร็จของการพัฒนา

This is a participatory action research and development from all people involved. The 24 samples drawn from a population of second level primary education grades 4-6 students of Wat Khok-ngarm School, Ban Mo District, Saraburi Province. The research comprised 3 steps as follows: 1) study the current state, problems and needs for development, 2) determine guidelines and methods for development including setting the key performance indicators for development, and 3) develop the reduction of students' junk food consumption behavior. The frame of the research consisted of a study of knowledge, attitude, and junk food consumption behavior of the students. The instrument employed comprised a questionnaire, a knowledge test, an attitude test, a behavioral test, and in-depth interview. The quantitative data was analyzed to calculate frequency, percentage, mean (\bar{X}), and standard deviation (S.D.). The qualitative data was analyzed by interpretation and content analysis.

The findings showed that:

1. the current state of the students' junk food consumption was as follows: 45.8 percent of the students ate junk food every day. Most of them had knowledge of junk food at a relatively low level. They had a positive attitude towards junk food at a relatively high level. The problems of junk food consumption behavior resulted from a lack of knowledge and understanding involving the impact caused by over consumption of junk food, lack of care from guardians, who never realized the ill effects of junk food consumption towards the students. The school lacked media to provide knowledge for the students and lacked appropriate supervision by the teaching staff.

2. guidelines and methods for development: the strategies to improve knowledge, understanding and positive attitude towards junk food consumption was

applied, strategies to create participation among guardians and teachers were also applied by providing description to educate the guardians and students regarding harm and danger from over consuming junk food, media creation providing knowledge in regard to junk food for students and the impact of over consumption of junk food through school public address announcements during lunch time under the key performance indicators, that is students increased their knowledge of junk food, average attitude towards consuming junk food, percentage of positive junk food consumption behavior.

3. the development of a reduction in the students' junk food consumption behavior: the students were educated to know the impacts resulting from over consuming junk food by nutrition experts, to perceive the harm of junk food through the school public address announcement during lunch time; bulletin boards which displayed knowledge about junk food consumption in the school. Teachers and the guardians participated in reducing consumption by providing the correct nutritional suggestions. At the end of the developmental process, it was found that the students increased their knowledge regarding junk food at a high level, their average attitude towards junk food was rated at a good level, the percentage of positive junk food consumption increased, the percentage of negative junk food consumption decreased which accorded with the key performance indicators for development.