

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



246401



พฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ชวนชัย ไชยหมาน

วิทยานิพนธ์เสนอต่อมหาวิทยาลัยรามคำแหง
เป็นงานหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ดุษฎีศึกษา)
ปีการศึกษา 2554

๖ ๒๕๐๗๖๙

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ



246401

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง



ธวัชชัย ไชยหมาน

วิทยานิพนธ์เสนอต่อมหาวิทยาลัยรามคำแหง
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา)
ปีการศึกษา ๒๕๕๔
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยรามคำแหง

BREAKFAST CONSUMPTION BEHAVIOR OF JUNIOR HIGH
STUDENTS RAMKHAMHAENG UNIVERSITY
DEMONSTRATION SCHOOL

THAWATCHAI CHAIMAN

A THESIS PRESENTED TO RAMKHAMHAENG UNIVERSITY
IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF MASTER OF EDUCATION
(HEALTH EDUCATION)

2011

COPYRIGHTED BY RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ชื่อผู้เขียน นายธวัชชัย ไชยหมาน

สาขาวิชา สุขศึกษา

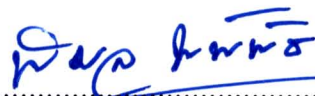
คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒน บุญกอบ ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์จันทร์จारी เกตุมาโร

รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ตำราญจิตต์

มหาวิทยาลัยรามคำแหงอนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต



.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิมล พุพิพิช)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



.....ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒน บุญกอบ)



.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์จันทร์จारी เกตุมาโร)



.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ตำราญจิตต์)

บทคัดย่อ

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ชื่อผู้เขียน นายรัชชัย ไชยหมาน

ชื่อปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา สุขศึกษา

ปีการศึกษา 2554

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

- | | |
|---|---------------|
| 1. รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒน บุญกอบ | ประธานกรรมการ |
| 2. รองศาสตราจารย์จันทร์จรี เกตุมาโร | |
| 3. รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ลำราญจิตต์ | |

246401

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาศึกษาพฤติกรรมและความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง จำแนกตามเพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ปกครอง และความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหงที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 306 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation--SD) การทดสอบสมมติฐานใช้ค่าที (t test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) และการทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffé)

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 2.17, SD = 0.170$) และมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 75) ($\bar{X} = 0.74, SD = 0.434$)
2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่มีเพศ ระดับชั้น ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครองที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าไม่แตกต่างกัน ยกเว้นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ผู้ปกครองมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 ที่ผู้ปกครองมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าไม่แตกต่างกันและนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ABSTRACT

Thesis Title Breakfast Consumption Behaviors of Junior High School
 Students Ramkhamhaeng University Demonstration School

Student's Name Mr. Thawatchai Chaiman

Degree Sought Master of Education

Field of Study Health Education

Academic Year 2011

Advisory Committee

- | | |
|---------------------------------------|-------------|
| 1. Assoc. Prof. Dr. Wat Bhungob | Chairperson |
| 2. Assoc. Prof. Chanjaree Getmaro | |
| 3. Assoc. Prof. Dr. Suradej Samranjit | |

246401

In this thesis, the researcher investigates breakfast consumption behaviors in addition to the knowledge and understanding of breakfast consumption of selected junior high school students, Ramkhamhaeng University Demonstration School. The researcher compares these students in regard to breakfast consumption behaviors as classified by the demographical characteristics of gender, parental educational level, parental occupation, parental average monthly income, and knowledge and understanding of food consumption.

The sample population consisted of 306 junior high school students at Ramkhamhaeng University Demonstration School enrolled in the second semester of the academic year 2010. The instrument of research constructed by the

researcher was a questionnaire used to collect data regarding the breakfast consumption behaviors of the students under study.

Using techniques of descriptive statistics, the researcher analyzed the data collected in terms of frequency, percentage, mean and standard deviation. The techniques of t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) in addition to Scheffé's paired comparison method were also employed by the researcher.

Findings are as follows:

1. The students under study exhibited breakfast consumption behaviors at a very high level ($\bar{X} = 2.17$, $SD = 0.170$) and had knowledge and understanding regarding food consumption at a high level (75 percent) with $\bar{X} = 0.74$ and $SD = 0.434$).

2. The students under study who differed in the demographical characteristics of gender, level of study, parental educational level, and parental occupation exhibited concomitant differences in breakfast consumption behaviors. Moreover, the Matthayom Sueksa Three students who differed in parental average monthly income exhibited differences in breakfast consumption behaviors at the statistically significant level of 0.05. In contrast, the Matthayom Sueksa One and Two students whose parents differed in average monthly income failed to display corresponding differences in breakfast consumption behaviors. Finally, the junior high school students under study who differed in knowledge and understanding regarding food consumption also manifested parallel differences in breakfast consumption behaviors at the statistically significant level of .05.

กิตติกรรมประกาศ

ผลงานการวิจัยเล่มนี้ สำเร็จเรียบร้อยได้ด้วยดีด้วยความร่วมมือและช่วยเหลือจากหลายท่าน ซึ่งผู้วิจัยใคร่ขอประกาศเกียรติคุณไว้ ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒน บุญกอบ ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์จันทร์จารี เกตุมาโร รองศาสตราจารย์ ดร. สุรเดช ตำราญจิตต์ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์มณฑนา ชนะพันธุ์ ผู้เชี่ยวชาญที่ได้ให้คำปรึกษา แนะนำ และตรวจสอบปรับปรุงแก้ไข จนทำให้ผลงานการวิจัยเล่มนี้ถูกต้อง และสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ตลอดจนผลงานการวิจัยเล่มนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ ครูผู้สอน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม เพื่อเป็นข้อมูลในผลงานการวิจัยเล่มนี้ ซึ่งเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งและทำให้ผลงานการวิจัยเล่มนี้สำเร็จลุล่วงได้อย่างสมบูรณ์

นอกจากนี้ผู้เขียนขอขอบพระคุณผู้แต่ง และเรียบเรียง ตำรา เอกสาร และผลงานวิจัยต่าง ๆ ที่ได้อ้างอิงไว้ในผลงานการวิจัยเล่มนี้

สุดท้าย ขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา และขอบคุณเพื่อนร่วมงานที่สนับสนุน และเป็นกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์นี้จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตเวทิตาคุณแด่บิดา มารดา บุรพาจารย์ และผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่าน ที่มีส่วนร่วมในการอบรมสั่งสอน วิทยาการ คุณธรรม จริยธรรม จนทำให้ผู้วิจัยประสบความสำเร็จและขอส่งผลสำเร็จทั้งหมดสู่การพัฒนาการบริหารงานของมหาวิทยาลัยรามคำแหงต่อไป

ธวัชชัย ไชยหมาน

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(4)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(6)
กิตติกรรมประกาศ.....	(8)
สารบัญตาราง.....	(11)
สารบัญภาพประกอบ	(13)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมติฐานของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	7
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม	8
ความสำคัญของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร	18
การบริโภคอาหารตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ	27
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	31
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	40
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	42
การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ	43

บทที่	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	44
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	46
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้การแจกแจงความถี่ (frequency distribution) ค่าร้อยละ (percentage).....	47
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน.....	49
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน.....	53
ตอนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน	58
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	71
สรุปผลการวิจัย	71
อภิปรายผล	72
ข้อเสนอแนะ	81
ภาคผนวก	
ก หนังสือขอความอนุเคราะห์แจกแบบสอบถามและเก็บข้อมูล.....	83
ข รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	85
ค ตัวอย่างเครื่องมือใช้ในการวิจัย.....	78
ง ค่าเฉลี่ยแบบสอบถามวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร.....	97
จ ค่าดัชนีความสอดคล้อง	100
บรรณานุกรม.....	106
ประวัติผู้เขียน	111

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนร้อยละของสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	47
2	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร.....	50
3	ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง จำแนกเป็นรายข้อ	53
4	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามเพศของนักเรียน	58
5	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำแนกตามการศึกษาของผู้ปกครอง	59
6	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำแนกตามอาชีพของผู้ปกครอง	60
7	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำแนกตามรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง.....	61
8	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำแนกตามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร.....	62
9	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำแนกตามการศึกษาของผู้ปกครอง	62
10	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำแนกตามอาชีพของผู้ปกครอง	63
11	การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำแนกตามรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง.....	64

12 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำแนกตามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ การบริโภคอาหาร.....	65
13 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามการศึกษาของผู้ปกครอง	65
14 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามอาชีพของผู้ปกครอง	66
15 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามรายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง.....	67
16 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่าง ค่าเฉลี่ย พฤติกรรมการบริโภค อาหารเข้าของนักเรียนชายหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามรายได้ ต่อเดือนของผู้ปกครอง	68
17 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชายหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภค อาหาร	68
18 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามระดับชั้น	69
19 สรุปความสัมพันธ์ระหว่างสภาพส่วนบุคคล และความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้า.....	70

สารบัญภาพประกอบ

ภาพ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2 PRECEDE-PROCEED model	13