

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



247927



ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอหนองไทรวน จังหวัดชุมพร

อภุสรา อารักษ์

วิทยานิพนธ์เสนอต่อมหาวิทยาลัยรามคำแหง
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน)
ปีการศึกษา 2553

๐๐๐๘๕๒๕๙๓

ห้องสมุดงานวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ



ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร



อนุสรฯ อารักษ์

วิทยานิพนธ์เสนอต่อมหาวิทยาลัยรามคำแหง
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน)
ปีการศึกษา ๒๕๕๓
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยรามคำแหง

THE NUTRITIONAL STATUS AND FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS
OF PRATHOM SUEKSA 6 STUDENTS UNDER THE OFFICE OF THE
BASIC EDUCATION COMMISSION IN LANG SUAN
DISTRICT, CHUMPHON PROVINCE

ANUSARA AMRAK

A THESIS PRESENTED TO RAMKHAMHAENG UNIVERSITY
IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF MASTER OF ARTS
(HOME ECONOMICS FOR COMMUNITY DEVELOPMENT)

2010

COPYRIGHTED BY RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร

ชื่อผู้เขียน นางสาวอนุสรณ์ อารักษ์

สาขาวิชา คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์อนุกุล พลศิริ ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. วันดี ไทยพานิช
รองศาสตราจารย์จารี ทองคำลิ่ง

มหาวิทยาลัยรามคำแหงอนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต



..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิมล พุทธิพิช)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ทศนีย์ ลิ้มสุวรรณ)



..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์อนุกุล พลศิริ)



..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. วันดี ไทยพานิช)



..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์จารี ทองคำลิ่ง)

บทคัดย่อ

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร

ชื่อผู้เขียน นางสาวอนุสรรา อรัญษ์

ชื่อปริญญา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน

ปีการศึกษา 2553

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

- | | |
|--------------------------------------|---------------|
| 1. รองศาสตราจารย์อนุกุล พลศิริ | ประธานกรรมการ |
| 2. รองศาสตราจารย์ ดร. วันดี ไทยพานิช | |
| 3. รองศาสตราจารย์จารี ทองคำลิ่ง | |

247927

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา (1) ภาวะโภชนาการของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (2) สภาพทางสังคม-เศรษฐกิจและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (3) ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพทางสังคม-เศรษฐกิจ
และพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร
กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา
2552 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอหลังสวน
จังหวัดชุมพร จำนวน 260 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มเชิงชั้นภูมิอย่างเป็นสัดส่วน เครื่องมือ
ที่ใช้ในการเก็บข้อมูลมี 2 ส่วน คือ (1) แบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.7687
(2) เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง และกราฟมาตรฐานน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง
ของเด็กไทย 1-19 ปี ของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2547

วิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยการทดสอบไคสแควร์ (Chi-square test) กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า

1. ภาวะโภชนาการตามดัชนีชี้วัดน้ำหนักต่อส่วนสูงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการปกติ (ร้อยละ 69.3) รองลงมามีภาวะโภชนาการต่ำ (ร้อยละ 16.9) และภาวะโภชนาการเกิน (ร้อยละ 13.8)
2. สภาพสังคม-เศรษฐกิจ พบว่า บิดาและมารดาของนักเรียนส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับประถมศึกษา (ร้อยละ 37.7 และ 46.5) บิดาและมารดาประกอบอาชีพเกษตรกรรม (ร้อยละ 58.1 และ 44.2) ขนาดของครอบครัวมีขนาดเล็ก (ร้อยละ 60.4) และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวรวมกัน 10,001-20,000 บาท (ร้อยละ 36.9)
3. นักเรียนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารถูกต้องในระดับดี (ร้อยละ 83.1) นอกนั้นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารถูกต้องในระดับปานกลาง (ร้อยละ 16.9)
4. พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Using the proportional stratified random sampling method, the researcher selected a sample population consisting of 260 male and female Prathom Sueksa 6 students studying in the academic year 2009 in schools under the Office of the Basic Education Commission in Lang Suan district, Chumphon province.

The instruments of research were bipartite: (1) a questionnaire couched at the level of reliability of 0.7687 and (2) a scale and a stadiometer used in conjunction with a graph of normal weight juxtaposed to the weight of Thai children between the ages of one and nineteen printed under the auspices of the Ministry of Public Health, Department of Health, Nutrition Division in 2004.

Using techniques of descriptive statistics, the researcher analyzed the data obtained in terms of frequency and percentage. The relationships under investigation were testing by means of the chi-square technique. The findings were judged by reference to the statistically significant level of .05.

Findings are as follows:

1. By reference to the index showing appropriate relationships between height and weight, the conditions of nutrition of most of the students under study were found to be normal (69.3 percent). Next, in descending order, the conditions of nutrition were found to be at an underweight level (16.9 percent) and at an overweight level (13.8 percent).
2. In regard to the socio-economic conditions of the students under study, it was found that parents of a plurality of students were educated at the

elementary level (37.7 and 46.5 percent, respectively). The parental occupation was that of agriculturalists (58.1 and 44.2 percent, respectively). The family size was very frequently small (60.4 percent). The total mean monthly income for more than a third of the families was from 10,001 to 20,000 baht (36.9 percent).

3. Most of the students under study exhibited correct food consumption behaviors (83.1 percent). The rest displayed correct consumption behaviors at a moderate level (16.9 percent).

4. Finally, the researcher found that the food consumption behaviors of the students under study were correlated with the conditions of nutrition of these students at the statistically significant level of .05.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ ด้วยความกรุณาจากระองศาสตราจารย์
อนุกุล พลศิริ ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร. วันดี ไทยพานิช
และรองศาสตราจารย์จารี ทองคำสิง กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้คำปรึกษา
แนะนำความรู้ ตลอดจนพิจารณาแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำวิทยานิพนธ์จนเสร็จ
สมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณา จึงกราบขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้
ขอกราบขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ ดร. ทศนีย์ ลิ้มสุวรรณ ที่ได้กรุณาสละเวลา
อันมีค่ามาเป็นประธานสอบวิทยานิพนธ์ ตลอดจนผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน ที่ได้กรุณา
ให้คำแนะนำและแก้ไขแบบสอบถาม

ขอกราบขอขอบคุณอาจารย์และนักเรียนทุกโรงเรียนที่ให้ความร่วมมือในการ-
ตอบแบบสอบถาม ทำให้ผู้วิจัยสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลได้อย่างสมบูรณ์

ขอกราบขอขอบคุณคณาจารย์ประจำสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ให้คำปรึกษา ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้
และขอขอบคุณเพื่อนนักศึกษานิเทศศาสตร์ สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน
รุ่นที่ 10 ที่เป็นกำลังใจ ให้ความช่วยเหลือในการจัดทำวิทยานิพนธ์มาโดยตลอด

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอขอบคุณบิดา มารดา และครอบครัว ที่คอยห่วงใย
ให้การสนับสนุนในทุกด้าน คุณประโยชน์ที่ได้จากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบอบแต่
ทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนให้มีความพยายามและอดทน ให้ความรัก ความหวังดี และ
กำลังใจแก่ผู้วิจัยตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน ในการจัดทำวิทยานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

อนุสรฯ อารักษ์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(4)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(6)
กิตติกรรมประกาศ.....	(9)
สารบัญตาราง	(12)
บทที่	
1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมติฐานของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวคิดเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็กวัยเรียน	10
พฤติกรรมการบริโภคอาหารในเด็กวัยเรียน	19
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะ โภชนาการในเด็กวัยเรียน	31
การประเมินภาวะ โภชนาการของนักเรียน	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	46
กรอบแนวคิด.....	51
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	52
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	52
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	55
วิธีการสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	56

บทที่	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	58
การวิเคราะห์ข้อมูล	59
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	61
ตอนที่ 1 ภาวะโภชนาการของนักเรียน	61
ตอนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานและสภาพสังคม-เศรษฐกิจของนักเรียน.....	63
ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน.....	68
ตอนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพทางสังคม-เศรษฐกิจและ พฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ ของนักเรียน.....	74
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	82
สรุปผลการวิจัย	83
อภิปรายผล.....	84
ข้อเสนอแนะ	90
ภาคผนวก	
ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ.....	92
ข ค่า IOC รายชื่อคำถามของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร	94
ค ค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถามด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	97
ง กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียนของ กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2547.....	99
จ แบบสอบถาม	104
บรรณานุกรม.....	114
ประวัติผู้เขียน	119

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า	
1	หน้าหนักตามเกณฑ์อายุ แขนงนอนของกราฟแสดงอายุ และแกนตั้งแสดงน้ำหนักเป็นกิโลกรัม	42
2	ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ แขนงนอนของกราฟแสดงอายุ และแกนตั้งแสดงส่วนสูงเป็นเซนติเมตร	43
3	หน้าหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง แขนงนอนของกราฟแสดงส่วนสูงเป็นเซนติเมตร และแกนตั้งแสดงน้ำหนักเป็นกิโลกรัม	45
4	นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ที่กำลังศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ในปีการศึกษา 2552 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร	54
5	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภาวะโภชนาการ.....	62
6	จำนวนและร้อยละของนักเรียนจำแนกตามภาวะสุขภาพในรอบ 3 เดือน..	63
7	จำนวนและร้อยละของนักเรียนจำแนกตามข้อมูลพื้นฐานและสภาพทางสังคม-เศรษฐกิจ	64
8	จำนวนและร้อยละ ของนักเรียนจำแนกตามการรู้จักอาหารหลัก 5 หมู่ และแหล่งความรู้อาหารหลัก 5 หมู่.....	66
9	จำนวนและร้อยละของนักเรียนจำแนกตามสภาพสังคม-เศรษฐกิจ	67
10	จำนวนและร้อยละของนักเรียนจำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร .	69
11	จำนวนและร้อยละของระดับการปฏิบัติด้านอาหารหลัก 5 หมู่ของนักเรียน จำแนกเป็นรายชื่อ	70
12	จำนวนและร้อยละระดับการปฏิบัติด้านอาหารที่เสี่ยงต่อการปนเปื้อนสารพิษและให้คุณค่าทางโภชนาการน้อยของนักเรียน จำแนกเป็นรายชื่อ.....	72

ตาราง	หน้า
13 จำนวนและร้อยละระดับการปฏิบัติด้านการบริโภคอาหารที่ให้พลังงานสูง ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นรายข้อ	73
14 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของบิดากับภาวะโภชนาการของนักเรียน	75
15 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของมารดากับภาวะโภชนาการของนักเรียน	76
16 ความสัมพันธ์ระหว่างอาชีพบิดากับภาวะโภชนาการของนักเรียน	77
17 ความสัมพันธ์ระหว่างอาชีพมารดากับภาวะโภชนาการของนักเรียน	78
18 ความสัมพันธ์ระหว่างขนาดของครอบครัวกับภาวะโภชนาการของนักเรียน	79
19 ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ของครอบครัวกับภาวะโภชนาการของนักเรียน	80
20 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของนักเรียน	81