



ระเบียบวิธีวิจัยและลักษณะของข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ (Interview) ตามแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น ซึ่งดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ประชากร เป้าหมายและกลุ่มประชากรตัวอย่าง

- ประชากรเป้าหมาย ได้แก่ นักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์
- กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งชายและหญิงในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2534

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

จังหวัดสุรินทร์มี 12 อำเภอ 1 กิ่งอำเภอ จึงดำเนินการทั้ง 12 อำเภอ และ 1 กิ่งอำเภอ โดยเลือกนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนที่ตกเป็นตัวอย่าง อำเภอละ 2 โรงเรียน คือเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเขตเทศบาล หรือในเขตสุขาภิบาล หรือโรงเรียนที่อยู่ในความดูแลด้านสุขภาพอนามัยของโรงพยาบาลจังหวัด หรือโรงพยาบาลอำเภอ 1 โรงเรียนและโรงเรียนที่ตั้งอยู่นอกเขตเทศบาล หรือนอกเขตสุขาภิบาล หรือโรงเรียนที่อยู่ในความดูแลด้านสุขภาพอนามัยของสถานีนานาชาติ 1 โรงเรียน

การเลือกกลุ่มตัวอย่างมี 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 การเลือกกลุ่มตัวอย่างโรงเรียน เพื่อเป็นตัวแทนของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ 2 แบบ ดังนี้

1. กรณีที่เขตเทศบาลหรือเขตสุขาภิบาล ในอำเภอที่มีโรงเรียนระดับประถมศึกษาที่สังกัดการประถมศึกษาเพียง 1 โรงเรียน ให้ถือเอาโรงเรียนนั้นเป็นตัวอย่าง แต่หากเขตเทศบาลหรือเขตสุขาภิบาล อำเภอใดมีโรงเรียนมากกว่า 1 โรงเรียนก็จะเลือกมาเพียงอำเภอละ 1 โรงเรียน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) จะได้โรงเรียนที่เป็นตัวแทน 13 โรงเรียน

2. ใช้วิธีการเลือกโดยสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) เพื่อเลือกโรงเรียนที่ตั้งอยู่นอกเขตเทศบาล หรือนอกเขตสุขาภิบาล อำเภอละ 1 โรงเรียน จะได้โรงเรียนที่เป็นตัวแทน 13 โรงเรียน

ขั้นที่ 2 เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างโรงเรียนที่เป็นตัวแทนเรียบร้อยแล้ว จึงทำการสุ่มตัวอย่างประชากรที่จะศึกษา ด้วยการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) จากนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนที่เป็นตัวแทนจำนวน 26 โรงเรียน โรงเรียนละ 40 คน เป็นนักเรียนชายและหญิงกลุ่มละ 20 คน สำหรับโรงเรียนที่มีนักเรียนชายหญิงรวมกันมากกว่า 40 คน แต่ไม่เกิน 43 คน และโรงเรียนที่มีนักเรียนชายหญิงรวมกันไม่ถึง 40 คน นักเรียนทุกคนจะตกเป็นกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้นักเรียนที่เป็นตัวแทนประชากรในการศึกษาคั้งนี้ รวม 1,046 คน เป็นชาย 515 คน เป็นหญิง 531 คน ดังรายละเอียดในตารางที่ 1



คุรุณวิทย์วิทยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 จำนวนนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนที่เป็นตัวแทน จำแนกตามเขตที่ตั้งของโรงเรียน

อำเภอ/ กิ่งอำเภอ	ใน เขตเทศบาลหรือใน เขตสุขาภิบาล (ใน ความรับผิดชอบของโรงพยาบาล จังหวัด/อำเภอ)			นอก เขตเทศบาลหรือนอก เขตสุขาภิบาล (ใน เขตรับผิดชอบของสถานีอนามัย)				
	ชื่อโรงเรียน	จำนวนนักเรียน			ชื่อโรงเรียน	จำนวนนักเรียน		
		ชาย	หญิง	รวม		ชาย	หญิง	รวม
เมืองสุรินทร์	เมืองสุรินทร์	21	19	40	บ้านแสรอ	17	24	41
จอมพระ	บ้านจอมพระ	20	20	40	บ้านเมืองสิง	20	21	41
ท่าตูม	ท่าตูมสนิทราษฎร์ วิทยาคม	21	18	39	ชุมชนบ้านหนองบัว	19	20	39
รัตนบุรี	บ้านหนองกา	21	20	41	บ้านช่อง	22	21	43
สนม	สนมศึกษาคาร	20	20	40	บ้านหัวนา	20	20	40
ชุมพลบุรี	ชุมพลบุรี	20	20	40	บ้านคู่นาหนองไผ่	20	20	40
ปราสาท	บ้านปราสาท	17	23	40	กันทราราม	20	20	40
กาบเชิง	บ้านกาบเชิง	20	20	40	บ้านโคกตะเคียน	19	21	40
สังขะ	สังขะวิทยาคม	21	19	40	คมวิทยาคาร	20	20	40
บัวเชด	ละมดค้อ	20	20	40	บ้านอาโพน	19	19	38
สำโรงทาบ	หนองไผ่ล้อม	17	23	40	บ้านหมื่นศรีใหญ่	24	17	41
ศีขรภูมิ	บ้านระแงง	19	22	41	บ้านจารพัต	20	20	40
ลำดวน	ชุมชนบ้านลำดวน	18	24	42	บ้านตระ เบียงเดียว	20	20	40
	รวมทั้งสิ้น	255	268	523		260	263	523

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนที่ตกเป็นตัวอย่าง ถือว่าเป็นข้อมูลที่นักเรียนตั้งใจในการตอบและเป็นส่วนที่ปฏิบัติจริง
2. ผลการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงของนักเรียนที่ตกเป็นตัวอย่าง ในวัน เวลา และสถานที่ต่างกัน ไม่มีความแตกต่างกัน โดยแต่ละแห่งจะดำเนินการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงในวัน เวลาใดก็ได้ แต่ต้องให้เสร็จสิ้นภายในระยะเวลาที่ได้กำหนดไว้ คือภายใน 30 วัน จึงจะถือว่าข้อมูลที่เก็บได้จากประชากรตัวอย่างไม่แตกต่างกัน หรือแตกต่างกันในวิสัยที่น้อยมาก
3. เครื่องชั่งน้ำหนัก ที่ใช้ชั่งน้ำหนักนักเรียนเป็นเครื่องชั่งชนิดยีนบนเครื่องชั่ง และใช้เครื่องชั่งของโรงพยาบาลจังหวัด หรือโรงพยาบาลอำเภอ หรือของสถานอนามัย ซึ่งเป็นเครื่องชั่งแบบมาตรฐานเดียวกันที่มีในจังหวัดสุรินทร์ (ภาพเครื่องชั่งอยู่ในภาคผนวก)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. เครื่องชั่งน้ำหนัก แบบ Household scales เป็นเครื่องชั่งน้ำหนักบุคคลชนิดยีน ซึ่งได้ไม่น้อยกว่า 120 กิโลกรัม มีขีดแบ่งละเอียด 1,000 กรัม เป็นอย่างมาก และมีปุ่มปรับศูนย์
2. ตารางมาตรฐานเทียบน้ำหนักของเด็กนักเรียนไทย อายุ 5-19 ปี (2528) ของกองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข สำหรับใช้ตรวจสอบภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง
3. แบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น เพื่อใช้สัมภาษณ์เกี่ยวกับปัจจัยต่างๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของนักเรียน

การสร้างแบบสัมภาษณ์

1. ศึกษาเทคนิคและวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำราที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย การวัด และประเมินผล
2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลที่ต้องการศึกษาจากหนังสือ เอกสาร ตำรา โครงการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. นำข้อมูลที่ได้จากศึกษาค้นคว้า และจากประสบการณ์ในการปฏิบัติงานของผู้วิจัย มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์

4. สร้างแบบสัมภาษณ์ โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไป เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว ภาวะแวดล้อม และจำนวนสมาชิกในครอบครัวของนักเรียน

ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับความเชื่อในการบริโภคอาหารของนักเรียน

ส่วนที่ 3 เป็นคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนและการบริโภคอาหารหลัก 4 ประเภท คือ ประเภทโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ผักผลไม้ และไขมัน และความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 4 ประเภท

สำหรับข้อมูลในส่วนที่ 2 และ 3 ได้กำหนดค่าคะแนนให้แต่ละข้อคำถาม โดยตัดแปลงการให้คะแนนมาจากมาตราวัดเจตคติหรือทัศนคติ ตามวิธีของ Likert Scale (ตารางสุทธศาสตร์ 2527: 68-73)

5. นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นทั้งฉบับ ไปตรวจสอบคุณภาพ เพื่อหาดัชนีความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) และตามโครงสร้าง (Construct Validity) โดยเสนอผู้ทรงคุณวุฒิและมีประสบการณ์ทางด้านโภชนาการ จำนวน 7 ท่าน (ดูรายชื่อในภาคผนวก) เพื่อตรวจสอบถึงความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

5.1 คะแนน 1 สำหรับข้อคำถามที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา

5.2 คะแนน 0 สำหรับข้อคำถามที่ไม่แน่ใจว่ามีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา

5.3 คะแนน -1 สำหรับข้อคำถามที่ไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา

แล้วนำผลจากการตรวจสอบ ทิศทางลงความเห็นและการให้คะแนนของผู้ทรงคุณวุฒิ ในแบบสัมภาษณ์แต่ละข้อไปหาค่าดัชนีความเที่ยงตรง และความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา ด้วยการนำคะแนนของแต่ละข้อมาแทนค่าในสูตรดังนี้

$$IC = \sum R/N$$

เมื่อ IC = ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์

$\sum R$ = ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด

N = จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์ 2531: 134)

ถ้าค่า IC ที่คำนวณได้มากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 แสดงว่าข้อคำถามนั้นมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและโครงสร้าง ส่วนข้อคำถามใด มีค่าดัชนีต่ำกว่า 0.5 ข้อคำถามนั้นจะถูกตัดออก หรือนำมาปรับปรุงแก้ไขใหม่ ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา

6. นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิและได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านเสม็ด ตำบลสลักได อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ สังกัดสำนักงานประถมศึกษา จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 50 คน ซึ่งไม่ใช่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาจุดบกพร่องของแบบสอบถาม ด้านความง่ายและส่วานภาษา

7. นำแบบสัมภาษณ์ ในส่วนที่ 2 เกี่ยวกับความเชื่อในด้านอาหารมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ด้วยวิธีของ Cronbach ซึ่งมีสูตรดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2531: 132-133)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ \frac{1 - \sum Si^2}{S^2_t} \right\}$$

- เมื่อ α = สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
 n = จำนวนข้อ
 Si^2 = คะแนนความแปรปรวนแต่ละข้อ
 S^2_t = คะแนนความแปรปรวนทั้งฉบับ
 $\sum Si^2$ = ผลรวมของค่าความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ

สูตร หาค่าความแปรปรวน (Variance) ของคะแนน (พวงรัตน์ ทวีรัตน์ 2531: 150)

$$S^2 = \frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}$$

- เมื่อ S^2 = ค่าความแปรปรวนของคะแนน
 $\sum X^2$ = ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวที่ยกกำลังสอง
 $(\sum X)^2$ = ผลรวมของคะแนนทั้งหมด ยกกำลังสอง
 N = จำนวนในกลุ่มตัวอย่าง

ในการคำนวณได้ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม = 0.64
ซึ่งเป็นค่าความเชื่อมั่นที่อยู่ในเกณฑ์ที่สามารถนำไปใช้จริงได้

8. นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการทดลองใช้มาปรับปรุงแก้ไข และเพิ่มเติมในส่วนที่บกพร่อง
เสร็จแล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบอีกครั้ง จนได้ฉบับที่สมบูรณ์และนำไปใช้กับกลุ่มประชากร
ที่ตกเป็นตัวอย่างต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้แบบสัมภาษณ์ ได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากสถาบันประชากรศาสตร์ ถึงนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด และ
ผู้อำนวยการสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ เพื่อขอความร่วมมือและแจ้งผู้เกี่ยวข้องทราบ
2. ประสานงานกับเจ้าหน้าที่ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพและรักษาพยาบาล สำนักงานสาธารณสุข
จังหวัดสุรินทร์ ฝ่ายเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลจังหวัดสุรินทร์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลชุมชนและ
สาธารณสุขอำเภอทุกอำเภอ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ตลอดจนขั้นตอนการดำเนินงาน เพื่อขอความ
ร่วมมือในการเก็บข้อมูล
3. ประชุมชี้แจงเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่รับผิดชอบโรงเรียนที่ตกเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็น
ผู้ช่วยสัมภาษณ์ โดยมีสาระสำคัญดังนี้
 - 3.1 ชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการดำเนินงาน
 - 3.2 ขั้นตอนการสำรวจภาวะโภชนาการ ด้วยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง
 - 3.3 รายละเอียดการถามตอบในแบบสัมภาษณ์ เพื่อให้ผู้ช่วยสัมภาษณ์ทุกคน มีความ
เข้าใจเป็นแนวเดียวกัน ก่อนที่จะนำไปสัมภาษณ์จริง
4. การเก็บข้อมูลกับกลุ่มนักเรียนที่ตกเป็นตัวอย่าง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความเที่ยงตรง
(Validity) และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ผู้วิจัยต้องการ ผู้ช่วยสัมภาษณ์ต้องดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้
 - 4.1 เลือกนักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด จนครบตามจำนวนที่ต้องการ
 - 4.2 สำรวจภาวะโภชนาการของนักเรียนโดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และบันทึก
ผลจนครบทุกคน
 - 4.3 สัมภาษณ์นักเรียนทีละคน จนครบตามจำนวนที่กำหนดไว้ สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับ
รายได้ของครอบครัว ส่งแบบสอบถามให้บิดา มารดา หรือผู้ปกครองของนักเรียน เป็นผู้ตอบ

5. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูล เพื่อนำมาตรวจสอบความเรียบร้อยและความถูกต้องในการเก็บข้อมูล
6. ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล เก็บในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2534 ระหว่างวันที่ 6-31 พฤษภาคม 2534

การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล

การประมวลผล และวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนตัว ภาวะแวดล้อม สมาชิกในครอบครัวและภาวะโภชนาการของนักเรียน นำมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ
2. ทดสอบสมมติฐาน เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านประชากร เศรษฐกิจ สังคม ภาวะแวดล้อมทางกายภาพของชุมชน พฤติกรรมการบริโภคกับภาวะโภชนาการ ซึ่งลักษณะข้อมูล เป็นข้อมูลเชิงปริมาณ นำเสนอเป็นตารางไขว้ร้อยละ และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติของความสัมพันธระหว่างตัวแปรตามกับตัวแปรอิสระ ด้วยค่าไคสแควร์ (X^2 -test)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ลักษณะทั่วไปของข้อมูล

จากการศึกษาพบว่า ลักษณะทั่วไปของกลุ่มประชากรตัวอย่าง มีลักษณะดังต่อไปนี้

ลักษณะทางประชากร

เพศ : ประชากรกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ จำนวน 1,046 คน เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในจำนวนใกล้เคียงกัน คือ เป็นเพศชาย ร้อยละ 49.2 และเป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.8 ตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามเพศ

เพศ	ร้อยละ
ชาย	49.2
หญิง	50.8
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จำนวนสมาชิกในครอบครัว : พบว่าส่วนใหญ่ักเรียนจะพักอาศัยในครอบครัวที่มี
จำนวนสมาชิกน้อย ร้อยละ 54.3 นอกนั้นจะพักอาศัยในครอบครัวที่มีสมาชิกมาก ร้อยละ 45.7
ตามตารางที่ 3

ตารางที่ 3 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว

จำนวนสมาชิกในครอบครัว	ร้อยละ
สมาชิกน้อย (5 คนหรือต่ำกว่า)	54.3
สมาชิกมาก (6 คนหรือมากกว่า)	45.7
รวม	100.0 (1,046)

จำนวนพี่น้องร่วมมารดา : ในจำนวนพี่น้องที่เกิดจากมารดาคนเดียวเท่ากับผู้ให้สัมภาษณ์
พบว่า นักเรียนที่เกิดในครอบครัวที่มีพี่น้องมาก และที่เกิดในครอบครัวที่มีพี่น้องน้อยมีอัตราใกล้เคียง
กัน คือ ร้อยละ 50.2 และ 49.8 ตามลำดับ ดังรายละเอียดในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามจำนวนพี่น้องร่วมมารดาเดียวกัน

จำนวนพี่น้องร่วมมารดาเดียวกัน	ร้อยละ
1-3 คน	49.8
4 คนหรือมากกว่า	50.2
รวม	100.0 (1,046)

ลำดับที่ของการเป็นบุตร : พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 74.3) จะเป็นบุตรที่เกิดในลำดับที่ 1-3 ส่วนบุตรที่เกิดในลำดับที่ 4 ขึ้นไป มีเพียงร้อยละ 25.7 เท่านั้น (ตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามลำดับที่ของการเป็นบุตร

ลำดับที่ของการเป็นบุตร	ร้อยละ
ลำดับที่ 1-3	74.3
ลำดับที่ 4 ขึ้นไป	25.7
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ลักษณะทางเศรษฐกิจ

อาชีพหลักของบิดา : พบว่านักเรียนที่ตกเป็นตัวอย่างร้อยละ 66.4 มาจากครอบครัวที่มีบิดาประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม เช่น การทำนา ทำสวน ทำไร่ เลี้ยงสัตว์ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่าง แต่ส่วนใหญ่เท่าที่พบมักจะประกอบอาชีพหลักด้วยการทำนา ควบคู่กับทำไร่ และเลี้ยงสัตว์ รองลงมาบิดามีอาชีพรับราชการ ร้อยละ 12.5 มีส่วนน้อยที่บิดามีอาชีพรับจ้าง ค้าขาย และไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 11.7, 7.7 และ 1.7 ตามลำดับ ดังรายละเอียดในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามอาชีพหลักของบิดา

อาชีพหลักของบิดา	ร้อยละ
เกษตรกรรม (ทำนา ทำไร่ ทำสวน เลี้ยงสัตว์)	66.4
รับจ้าง	11.7
ค้าขาย	7.7
รับราชการ	12.5
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	1.7
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อาชีพหลักของมารดา : จะพบว่า หากนักเรียนมาจากครอบครัวที่บิดาประกอบอาชีพทางด้านเกษตรกรรม มารดาส่วนใหญ่จะมีอาชีพด้านเกษตรกรรมด้วย เช่นเดียวกัน คือ มีร้อยละ 69.8 รองลงมาคือกลุ่มที่มีมารดามีอาชีพค้าขาย (ร้อยละ 12.3) ส่วนที่เหลือมารดามีอาชีพรับจ้าง และไม่ได้ประกอบอาชีพ (ส่วนใหญ่จะเป็นแม่บ้าน) ร้อยละ 7.2 และ 5.4 ตามลำดับ และเป็นส่วนน้อยที่มีมารดามีอาชีพรับราชการ (ร้อยละ 5.3) ตามตารางที่ 7

ตารางที่ 7 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามอาชีพของมารดา

อาชีพหลักของมารดา	ร้อยละ
เกษตรกรรม (ทำนา ทำไร่ ทำสวน เลี้ยงสัตว์)	69.8
รับจ้าง	7.2
ค้าขาย	12.3
รับราชการ	5.3
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	5.4
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อาชีพหลักของผู้ปกครอง : พบว่านักเรียนที่พักอาศัยอยู่กับผู้ปกครองที่ไม่ใช่บิดามารดา ส่วนมาก (ร้อยละ 55.9) จะพักอาศัยอยู่กับผู้ปกครองที่มีอาชีพทางเกษตรกรรม รองลงมา ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้างคิดเป็นร้อยละ 15.1 นอกนั้นมีอาชีพรับราชการ ค้าขาย และไม่ได้ ประกอบอาชีพ ร้อยละ 12.9, 7.5 และ 8.5 ตามลำดับ ตามตารางที่ 8

ตารางที่ 8 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามอาชีพหลักของผู้ปกครอง

อาชีพหลักของผู้ปกครอง	ร้อยละ
เกษตรกรรม (ทำนา ทำไร่ ทำสวน เลี้ยงสัตว์)	55.9
รับจ้าง	15.1
ค้าขาย	7.5
รับราชการ	12.9
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	8.6
รวม	100.0 (93)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายได้ของครอบครัว : สำหรับรายได้ของครอบครัวพบว่า ร้อยละ 77.5 ของนักเรียนมาจากครอบครัวที่มีรายได้ต่อเดือนในระดับต่ำ ส่วนนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ต่อเดือนในระดับสูง มีเพียงร้อยละ 20.9 เท่านั้น และมีนักเรียนที่ไม่ตอบเกี่ยวกับรายได้ของครอบครัวมีร้อยละ 1.6 ตามตารางที่ 9

ตารางที่ 9 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับรายได้ของครอบครัว

ระดับรายได้ของครอบครัวต่อเดือน	ร้อยละ
ระดับต่ำ (ต่ำกว่า 5,000 บาท)	77.5
ระดับสูง (5,000 บาทขึ้นไป)	20.9
ไม่ทราบ/ไม่ตอบ	1.6
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ลักษณะทางด้านสังคม

ระดับการศึกษาของบิดา : ในด้านการศึกษาของบิดา นักเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 62.7) มีบิดาจบการศึกษาตามภาคบังคับ คือ ระดับประถมศึกษาปีที่ 4-7 (ในภาคบังคับหลักสูตรเดิมจะจบเพียงชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หลักสูตรใหม่จะจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 7) มีบางกลุ่มที่บิดาไม่ได้ศึกษา หรือมีการศึกษาดำกว่าระดับประถมศึกษาปีที่ 4 (ร้อยละ 14.5) ส่วนกลุ่มนักเรียนที่บิดามีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และสูงกว่าระดับมัธยมศึกษาขึ้นไป มีเพียงร้อยละ 6.7 และ 9.5 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มนักเรียนที่ไม่ทราบ/ไม่ตอบเกี่ยวกับระดับการศึกษาของบิดามีร้อยละ 6.6 ดังรายละเอียดในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับการศึกษาของบิดา

ระดับการศึกษาของบิดา	ร้อยละ
ไม่ได้ศึกษาและศึกษาดำกว่า ป.4	14.5
ชั้น ป.4-7	62.7
มัธยมศึกษา	6.7
สูงกว่ามัธยมศึกษา	9.5
ไม่ทราบ/ไม่ตอบ	6.6
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ระดับการศึกษาของมารดา : พบว่า เมื่อเปรียบเทียบกับระดับการศึกษาของบิดาแล้ว นักเรียนส่วนใหญ่คือ ร้อยละ 66.4 มีมารดาที่จบการศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ 4-7 และมีกลุ่มนักเรียนร้อยละ 18.2 ที่มารดาไม่ได้ศึกษาหรือมีการศึกษาต่ำกว่าระดับประถมศึกษาปีที่ 4 สำหรับนักเรียนที่มีมารดามีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาและสูงกว่ามัธยมศึกษาขึ้นไปมีเพียงร้อยละ 4.7 และ 5.1 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มนักเรียนที่ไม่ทราบ/ไม่ตอบเกี่ยวกับการศึกษาของมารดามี ร้อยละ 5.6 ดังรายละเอียดในตารางที่ 11

ตารางที่ 11 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับการศึกษาของมารดา

ระดับการศึกษาของมารดา	ร้อยละ
ไม่ได้ศึกษาและศึกษาต่ำกว่า ป.4	18.2
ชั้น ป.4-7	66.4
มัธยมศึกษา	4.7
สูงกว่ามัธยมศึกษา	5.1
ไม่ทราบ/ไม่ตอบ	5.6
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง : สำหรับนักเรียนที่พักอาศัยอยู่กับผู้ปกครองที่ไม่ใช่เป็นไปตามารดา พบว่า ผู้ปกครองของนักเรียนที่มีระดับการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-7 มากที่สุด คือ ร้อยละ 37.7 นอกนั้นจะมีการศึกษาต่ำกว่าระดับประถมศึกษาปีที่ 4 หรือไม่ได้ศึกษาร้อยละ 16.1 สำหรับผู้ปกครองที่มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และสูงกว่ามัธยมศึกษาขึ้นไปมีเพียงร้อยละ 7.5 และ 9.7 ตามลำดับ สำหรับกลุ่มที่ไม่ทราบ/ไม่ตอบ เกี่ยวกับการศึกษาของผู้ปกครองมีร้อยละ 29.0 ตามตารางที่ 12

ตารางที่ 12 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับการศึกษาของผู้ปกครอง

ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง	ร้อยละ
ไม่ได้ศึกษาและศึกษาต่ำกว่า ป.4	16.1
ชั้น ป.4-7	37.7
มัธยมศึกษา	7.5
สูงกว่ามัธยมศึกษา	9.7
ไม่ทราบ/ไม่ตอบ	29.0
รวม	100.0 (93)

ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร : ข้อมูลเกี่ยวกับความเชื่อในการบริโภคอาหาร แสดงให้เห็นว่านักเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 92.5) ไม่เชื่อว่า การบริโภคอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ดิบๆ จะทำให้ร่างกายแข็งแรง ร้อยละ 91.6 ไม่เชื่อว่าการดื่มน้ำอัดลมมากๆ จะทำให้ร่างกายแข็งแรง ขึ้น และร้อยละ 84.0 ไม่เชื่อว่าการบริโภคน้ำข้าวที่ได้จากการหุงข้าวไม่เคี้ยว หรือจากน้ำข้าวต้ม จะทำให้เกิดนิ่วและตกตะกอนในท้อง

สำหรับกลุ่มที่ยังมีความเชื่อไม่ถูกต้องตามหลักทางโภชนาการ พบว่า จำนวนนักเรียนสูงถึงร้อยละ 73.6 ยังมีความเชื่อว่า การบริโภคอาหารที่มีไขมันมากๆ จะทำให้ร่างกายอ้วนท้วน แข็งแรง ร้อยละ 25.0 มีความเชื่อว่า ในระยะที่ไม่สบาย เป็นไข้ ไข้ออกตุ่ม จะงดอาหารพวกผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ เพราะกลัวอาการจะรุนแรงขึ้น นอกจากนี้ร้อยละ 18.6 ยังมีความเชื่อว่า เมื่อ

ร่างกายมีขนาดแผลถ้าบริโภคอาหารที่มีรสเปรี้ยวจะทำให้แผลเป็นหนอง และร้อยละ 18.4 เชื่อว่าอาหารพวกปลา ร้าปลาจ่อม ถ้าทำให้สูกจะเสียรสชาติ อีกทั้งยังเชื่อว่า เมื่อร่างกายมีขนาดแผล ถ้าบริโภคอาหารพวกไข่ เนื้อสัตว์ทุกชนิดจะมีผลให้ขนาดแผลหายช้า และการบริโภคเครื่องในสัตว์ทุกชนิดจะทำให้เป็นเด็กดี และสมองทึบ โดยมีจำนวนประมาณร้อยละ 18.0 และ 14.9 ตามลำดับ

นอกจากนี้พบว่า มีกลุ่มนักเรียนที่ไม่สามารถให้คำตอบเกี่ยวกับความเชื่อในการบริโภคอาหาร เพราะไม่สามารถตัดสินใจได้ว่า ความเชื่อของตนเกี่ยวกับอาหารที่จะบริโภคนั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ โดยจะไม่ทราบว่าอาหารบริโภคอาหารที่มีรสเปรี้ยวในขณะที่ร่างกายมีขนาดแผล จะทำให้แผลเป็นหนองหรือไม่ (ร้อยละ 9.7) การบริโภคอาหารประเภทไข่ เนื้อสัตว์ จะมีผลให้แผลหายช้าหรือไม่ (มีร้อยละ 9.4) และการบริโภคอาหารประเภทเครื่องในสัตว์ทุกชนิดจะทำให้เป็นเด็กดี และสมองทึบหรือไม่ (ร้อยละ 8.4)

ในเรื่องความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยสรุปแล้วพบว่า ในทุกๆ เรื่องที่ศึกษานักเรียนส่วนใหญ่มีความเชื่อถูกต้องตามหลักโภชนาการ แต่พบว่ามีนักเรียนในอัตราสูง มีความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจำพวกไขมันทุกชนิด นอกนั้น เป็นส่วนน้อยที่มีความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง และไม่ทราบว่าในความเชื่อที่ถูกต้องหรือไม่ในทุกๆ เรื่องที่ศึกษา ดังรายละเอียดในตารางที่ 13

ตารางที่ 13 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามความเชื่อในการบริโภคอาหาร

รายละเอียดเกี่ยวกับความเชื่อในการบริโภคอาหาร	ความเชื่อในการบริโภคอาหาร			
	เชื่อ	ไม่เชื่อ	ไม่ทราบ	รวม
1. เชื่อหรือไม่ว่าถ้ารับประทานพวกเนื้อสัตว์ดิบๆ จะทำให้ร่างกายแข็งแรง	5.7	92.5	1.8	100.0 (1,046)
2. เชื่อหรือไม่ว่าถ้ารับประทานน้ำอัดลมมากๆ จะทำให้ร่างกายแข็งแรงขึ้น	5.5	91.6	2.9	100.0 (1,046)

ตารางที่ 13 (ต่อ)

รายละเอียดเกี่ยวกับความเชื่อ ในการบริโภคอาหาร	ความเชื่อในการบริโภคอาหาร			
	เชื่อ	ไม่เชื่อ	ไม่ทราบ	รวม
3. เชื่อหรือไม่ว่าอาหารที่ใส่ผงชูรสจะ ช่วยให้อาหารรสชาติขึ้นและน่ารู ปร่างกายให้แข็งแรงขึ้น	14.8	77.9	7.3	100.0 (1,046)
4. เชื่อหรือไม่ว่าถ้าร่างกายมีบาดแผล แล้ว การรับประทานไข่และ เนื้อสัตว์ จะทำให้แผลหายช้า	18.0	72.6	9.4	100.0 (1,046)
5. เชื่อหรือไม่ว่าในระหว่างที่ไม่สบาย เช่น เป็นไข้ ไข้ออกตุ่ม ถ้า รับประทานอาหารพวกผลไม้ เนื้อสัตว์ จะทำให้อาการรุนแรงขึ้น	25.0	70.8	4.2	100.0 (1,046)
6. เชื่อหรือไม่ว่าถ้ารับประทานน้ำข้าวที่ ได้จากการหุงข้าว เช็ดน้ำ หรือน้ำข้าว ต้ม จะทำให้เป็นปิวและตกตะกอน ในท้อง	9.2	84.0	6.8	100.0 (1,046)
7. เชื่อหรือไม่ว่าถ้ารับประทานของ เปรี้ยว จะทำให้แผลเป็นหนอง	18.6	71.7	9.7	100.0 (1,046)
8. เชื่อหรือไม่ว่า ปลา ร้า ปลาจ่อมถ้า ทำให้สูก จะ เสียรสชาติ	18.4	76.2	5.4	100.0 (1,046)
9. เชื่อหรือไม่ว่าถ้ารับประทานอาหารที่มี ไขมันมากๆ และรับประทานบ่อยๆ จะ ทำให้ร่างกายอ้วนท้วนแข็งแรง	73.6	23.6	2.8	100.0 (1,046)

ตารางที่ 13 (ต่อ)

รายละเอียดเกี่ยวกับความเชื่อ ในการบริโภคอาหาร	ความเชื่อในการบริโภคอาหาร			
	เชื่อ	ไม่เชื่อ	ไม่ทราบ	รวม
10. เชื่อหรือไม่ว่าถ้ารับประทานเครื่องใน สัตว์ทุกชนิด จะทำให้เป็นเด็กดีและ สมองทึบ	14.9	76.7	8.4	100.0 (1,046)

ข้อมูลเกี่ยวกับความเชื่อในการบริโภคอาหารที่เสนอในตารางที่ 13 ก่อนจะถูกนำไปใช้
ในการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ผู้วิจัยก็ได้นำเอามากำหนดคะแนนเป็นรายข้อ ดังนี้

ตอบว่าเชื่อ	ให้คะแนน 0
ตอบว่าไม่ทราบ	ให้คะแนน 1
ตอบว่าไม่เชื่อ	ให้คะแนน 2

แล้วนำคะแนนรวมที่ได้จากการสัมภาษณ์ทุกฉบับมาเรียงลำดับคะแนนจากสูงไปหาต่ำ แล้ว
แบ่งกลุ่มคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้สัดส่วนประมาณ 25% ของกลุ่มที่ได้คะแนนสูง และ 25%
ของกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ (อารง สุทธาศาสน์ 2527: 73) ผลจากการใช้เกณฑ์ดังกล่าว สามารถ
แบ่งกลุ่มคะแนนได้ 3 ระดับ ตามระดับความเชื่อในการบริโภคอาหาร ดังนี้คือ

ถ้าได้คะแนนระหว่าง 2-13	คะแนน	จัดว่าเป็นกลุ่มที่มีความเชื่อในระดับ	ไม่ดี
ถ้าได้คะแนนระหว่าง 14-17	คะแนน	จัดว่าเป็นกลุ่มที่มีความเชื่อในระดับ	พอใช้
ถ้าได้คะแนนระหว่าง 18-20	คะแนน	จัดว่าเป็นกลุ่มที่มีความเชื่อในระดับ	ดี

เมื่อจัดระดับความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคแล้ว พบว่านักเรียนร้อยละ 39.3 มีความเชื่อ
เกี่ยวกับการบริโภคอาหารในระดับพอใช้ รองลงมามีความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารในระดับดี
(ร้อยละ 38.1) และน้อยที่สุด เป็นกลุ่มที่มีความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารในระดับไม่ดี คือมี
ร้อยละ 22.6 ตามตารางที่ 14

ตารางที่ 14 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับความ เชื่อในการบริโภคอาหาร

ระดับความ เชื่อในการบริโภคอาหาร	ร้อยละ
ระดับไม่ดี	22.6
ระดับพอใช้	39.3
ระดับดี	38.1
รวม	100.0 (1,046)

การจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน : ในโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน เพื่อบริการช่วยเหลือนักเรียนที่มีฐานะยากจน และจำหน่ายอาหารในราคาถูกแก่นักเรียน พบว่า 26 โรงเรียนที่ตกเป็นตัวอย่างร้อยละ 96.15 มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน และเพียงร้อยละ 3.85 ที่ไม่มีโครงการอาหารกลางวัน ตาม ตารางที่ 15

ตารางที่ 15 อัตราร้อยละของจำนวนโรงเรียน จำแนกตามการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน

การจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน	ร้อยละ
มี	96.2
ไม่มี	3.8
รวม	100.0 (26)

ภาวะแวดล้อมทางกายภาพของชุมชน

เขตที่อยู่อาศัย : เมื่อจำแนกนักเรียนออกตามเขตที่อยู่อาศัย พบว่า มีสัดส่วนของนักเรียนที่อาศัยอยู่ในเขตชนบทถึงร้อยละ 62.1 และที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองมีเพียงร้อยละ 37.8 ตามตารางที่ 16

ตารางที่ 16 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามเขตที่อยู่อาศัย

เขตที่อยู่อาศัย	ร้อยละ
เขตเมือง	37.8
เขตชนบท	62.2
รวม	100.0 (1,046)

แหล่งน้ำ : จากการศึกษาพบว่า ร้อยละ 84.1 ของนักเรียนจะอยู่ในชุมชนที่มีแหล่งน้ำจำพวกแม่น้ำ ลำคลอง สระที่มีน้ำตลอดปี และเพียงร้อยละ 14.7 ของนักเรียนที่อยู่ในชุมชนที่ไม่มีแหล่งน้ำ และมีนักเรียนร้อยละ 1.2 ไม่ทราบว่าแหล่งน้ำหรือไม่ ตามตารางที่ 17

ตารางที่ 17 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามแหล่งน้ำที่มีในชุมชน

แหล่งน้ำที่มีในชุมชน	ร้อยละ
มี	84.1
ไม่มี	14.7
ไม่ทราบ	1.2
รวม	100.0 (1,046)

โครงการประมงหรือเลี้ยงสัตว์ในชุมชนที่อยู่อาศัย : พบว่า ร้อยละ 55.3 ของนักเรียนที่อยู่ในชุมชนที่ไม่มีโครงการประมงหรือเลี้ยงสัตว์ แต่มีนักเรียนร้อยละ 37.2 ที่อยู่ในชุมชนที่มีโครงการประมงหรือเลี้ยงสัตว์ และร้อยละ 7.5 ไม่ทราบว่าในหมู่บ้านมีโครงการเลี้ยงปลาหรือเลี้ยงสัตว์หรือไม่ ตามตารางที่ 18

ตารางที่ 18 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามโครงการประมงหรือเลี้ยงสัตว์ในชุมชนที่อยู่อาศัย

โครงการประมงหรือเลี้ยงสัตว์ในชุมชนที่อยู่อาศัย	ร้อยละ
มี	37.2
ไม่มี	55.3
ไม่ทราบ	7.5
รวม	100.0 (1,046)

เส้นทางคมนาคม : พบว่ามีร้อยละ 86.4 ของนักเรียนที่รายงานว่าเส้นทางคมนาคมสะดวกจากชุมชนที่พักอาศัยไปยังตลาด หรือแหล่งจำหน่ายอาหาร และมีเพียงร้อยละ 13.6 ที่การคมนาคมไม่สะดวก เนื่องจากถนนไม่ดี และตลาดหรือแหล่งจำหน่ายอาหารอยู่ห่างไกลจากหมู่บ้านมาก ตามตารางที่ 19

ตารางที่ 19 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามลักษณะเส้นทางคมนาคม

ลักษณะเส้นทางคมนาคม	ร้อยละ
สะดวก	86.4
ไม่สะดวก	13.6
รวม	100.0 (1,046)

พฤติกรรมกรรมการบริโภค

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ ในการศึกษาคั้งนี้หมายถึงพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนแง่ของความรู้ในการบริโภคอาหารหลักต่อวัน การเลือกบริโภคอาหารตามความเคยชิน ความเชื่อ และรวมถึงการงดอาหารบางประเภทในขณะที่ร่างกายมีบาดแผลหรือเจ็บป่วย ซึ่งประกอบด้วย

จำนวนมืออาหารที่บริโภคต่อวัน : พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 88.3 นักเรียนจะบริโภคอาหารครบ 3 มือต่อวัน นอกนั้นจะพบว่ามีร้อยละ 7.9 บริโภคมากกว่า 3 มือต่อวัน ร้อยละ 3.4 บริโภค 2 มือต่อวัน และร้อยละ 0.4 บริโภคเพียง 1 มือต่อวัน ตามตารางที่ 20

ตารางที่ 20 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามจำนวนมืออาหารที่บริโภคต่อวัน

จำนวนมืออาหารที่บริโภค: วัน	ร้อยละ
1 มือ	0.4
2 มือ	3.4
3 มือ	88.3
มากกว่า 3 มือ	7.9
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การบริโภคอาหารมือเช้า : นักเรียนส่วนมากมีการบริโภคอาหารมือเช้าทุกวันสูงถึงร้อยละ 91.8 นอกนั้นร้อยละ 7.0 ที่บริโภคเป็นบางวัน และมีเป็นส่วนน้อยคือ มีเพียงร้อยละ 1.2 เท่านั้นที่ไม่บริโภคอาหารมือเช้า ตามตารางที่ 21

ตารางที่ 21 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคอาหารมือเช้า

การบริโภคอาหารมือเช้า	ร้อยละ
บริโภคทุกวัน	91.8
บริโภคเป็นบางวัน	7.0
ไม่บริโภคเลย	1.2
รวม	100.0 (1,046)

การบริโภคอาหารมือกลางวัน : ส่วนใหญ่พบว่า นักเรียนถึงร้อยละ 92.0 มีการบริโภคอาหารกลางวันทุกวัน และร้อยละ 7.6 บริโภคเป็นบางวัน และน้อยที่สุดคือร้อยละ 0.4 ที่ไม่บริโภคอาหารกลางวันเลย ตามตารางที่ 22

ตารางที่ 22 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคอาหารมือกลางวัน

การบริโภคอาหารมือกลางวัน	ร้อยละ
บริโภคทุกวัน	92.0
บริโภคเป็นบางวัน	7.6
ไม่บริโภคเลย	0.4
รวม	100.0 (1,046)

การบริโภคอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดทำ : พบว่านักเรียนร้อยละ 37.5 จะบริโภคอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดสัปดาห์ละ 5 วัน นอกนั้นจะบริโภคสัปดาห์ละ 2 วัน (ร้อยละ 24.5) บริโภคสัปดาห์ละ 3 วัน และสัปดาห์ละ 1 วัน ในอัตราใกล้เคียงกันคือ 19.8 และ 13.6 ตามลำดับ ที่บริโภคสัปดาห์ละ 4 วัน มีน้อยมากคือเพียงร้อยละ 1.0 เท่านั้น ส่วนที่เหลือคือร้อยละ 3.6 ที่โรงเรียนไม่มีโครงการอาหารกลางวันเลย ดังรายละเอียดในตารางที่ 23

ตารางที่ 23 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดทำ

การบริโภคอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดทำ (วัน: สัปดาห์)	ร้อยละ
1 วัน	13.6
2 วัน	24.5
3 วัน	19.8
4 วัน	1.0
5 วัน	37.5
ไม่มีโครงการอาหารกลางวัน	3.6
รวม	100.0 (1,046)



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

มือที่มีการบริโภคอาหารในปริมาณมากที่สุด : ในการบริโภคอาหารต่อวัน พบว่า ร้อยละ 59.7 ของนักเรียนจะบริโภคอาหารที่มีปริมาณมากที่สุด ในมือเย็น รองลงมาเป็นอาหาร มือเช้า ร้อยละ 29.5 และร้อยละ 10.8 ที่รับประทานอาหารที่มีปริมาณมากที่สุดเป็น มือกลางวัน ตามตารางที่ 24

ตารางที่ 24 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามมือที่มีการบริโภคอาหารในปริมาณมากที่สุด

มือที่มีการบริโภคอาหารในปริมาณมากที่สุด	ร้อยละ
มือเช้า	29.5
มือกลางวัน	10.8
มือเย็น	59.7
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การบริโภคน้ำข้าว : จากการศึกษาพบว่า ร้อยละ 44.2 ของบ้านของนักเรียนที่มีการ
หุงข้าวแบบเช็ดน้ำ จะไม่บริโภคน้ำข้าวที่ได้จากการหุงแบบเช็ดน้ำ รองลงมาร้อยละ 41.3 มี
การบริโภคเป็นบางครั้ง สำหรับกลุ่มที่มีการบริโภคทุกครั้งที่มีน้ำข้าวมีร้อยละ 12.0 ส่วนผู้ที่
ไม่เคยบริโภคเพราะไม่มีน้ำข้าว เนื่องมาจากการหุงข้าวด้วยวิธีนี้ หุงด้วยหม้อหุงข้าวไฟฟ้า มี
เพียงร้อยละ 2.5 ดังรายละเอียดในตารางที่ 25

ตารางที่ 25 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคน้ำข้าว

การบริโภคน้ำข้าว	ร้อยละ
บริโภคทุกครั้งที่มี	12.0
บริโภคเป็นบางครั้ง	41.3
ไม่บริโภคเลย	44.2
ไม่มีน้ำข้าว (หุงด้วยวิธีนี้, หม้อไฟฟ้า)	2.5
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การบริโภคอาหารที่มีรสเปรี้ยวขณะที่ร่างกายมีบาดแผล : พบว่าขณะที่นักเรียนมีบาดแผลตามร่างกาย ส่วนใหญ่คือร้อยละ 73.5 จะไม่งดอาหารที่มีรสเปรี้ยว เพราะไม่เชื่อว่าอาหารที่มีรสเปรี้ยวจะมีผลต่อบาดแผล และร้อยละ 26.5 มีการงดอาหารที่มีรสเปรี้ยวขณะที่ร่างกายมีบาดแผล เหตุที่งดเพราะผู้ปกครองจะห้ามบริโภค เนื่องจากมีความเชื่อว่า อาหารที่มีรสเปรี้ยว จะมีผลให้แผลลุกลามมากขึ้น อีกสาเหตุเป็นหนอง แผลจะหายช้า ดังนั้นจึงมีนักเรียนบางกลุ่มมีความเชื่อตามผู้ปกครอง โดยงดอาหารที่มีรสเปรี้ยวขณะที่ร่างกายมีบาดแผล ตามตารางที่ 26

ตารางที่ 26 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคอาหารที่มีรสเปรี้ยวขณะที่ร่างกายมีบาดแผล

การบริโภคอาหารที่มีรสเปรี้ยว ขณะที่ร่างกายมีบาดแผล	ร้อยละ
งด	26.5
ไม่งด	73.5
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การบริโภคอาหารหลักขณะที่ร่างกายเจ็บป่วย : พบว่าส่วนใหญ่ของนักเรียน (ร้อยละ 69.9) เมื่อเจ็บป่วยจะบริโภคอาหารทุกชนิด นอกนั้นร้อยละ 7.7 เมื่อเจ็บป่วยจะมีการงดอาหารจำพวกผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ทุกชนิด ร้อยละ 7.2 งดเฉพาะเนื้อสัตว์บางชนิด เช่น ไข่ วัว ควาย ร้อยละ 6.6 งดเฉพาะผลไม้บางชนิด เช่น แดงโม มะละกอ และผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวทุกชนิด และมีเพียงส่วนน้อยที่มีการงดเฉพาะผัก ผลไม้ทุกชนิด งดเฉพาะเนื้อสัตว์ทุกชนิด และงดทั้งผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์บางชนิด คิดเป็นร้อยละ 2.0, 2.9 และ 3.7 ตามลำดับ ดังรายละเอียดในตารางที่ 27

ตารางที่ 27 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคอาหารหลักขณะที่ร่างกายเจ็บป่วย

การบริโภคอาหารหลัก ขณะที่ร่างกายเจ็บป่วย	ร้อยละ
งด ผักผลไม้ทุกชนิด	2.0
งด เนื้อสัตว์ทุกชนิด	2.9
งด เฉพาะผักผลไม้บางชนิด	6.6
งด เฉพาะ เนื้อสัตว์บางชนิด	7.2
งด ทั้งผักผลไม้และ เนื้อสัตว์บางชนิด	3.7
งด ทั้งผักผลไม้และ เนื้อสัตว์ทุกชนิด	7.7
ไม่งดเลย	69.9
รวม	100.0 (1,046)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำหรับข้อมูลลักษณะทางพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ เกี่ยวกับจำนวนมืออาหารที่บริโภคต่อวัน การบริโภคอาหารมือเช้า การบริโภคอาหารมือกลางวัน การบริโภคอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดทำ มือที่มีการบริโภคอาหารในปริมาณมากที่สุด การบริโภคน้ำข้าว การบริโภคอาหารที่มีรสเปรี้ยวขณะที่ร่างกายมีบาดแผล และการบริโภคอาหารหลักขณะร่างกายเจ็บป่วย ได้นำมาดำเนินการสำหรับการใช้ในการวิเคราะห์ เพื่อหาความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ด้วยการกำหนดคะแนนให้แต่ละข้อ ดังนี้

1. จำนวนมืออาหารที่บริโภคต่อวัน

ถ้าบริโภคมากกว่า 3 มือ/วัน	ให้	0	คะแนน *
ถ้าบริโภค 1 มือ/วัน	ให้	0	คะแนน *
ถ้าบริโภค 2 มือ/วัน	ให้	1	คะแนน
ถ้าบริโภค 3 มือ/วัน	ให้	2	คะแนน

2. การบริโภคอาหารมือเช้า

ถ้าไม่บริโภค	ให้	0	คะแนน
ถ้าบริโภคเป็นบางวัน	ให้	1	คะแนน
ถ้าบริโภคทุกวัน	ให้	2	คะแนน

* การที่กลุ่มที่บริโภคมากกว่า 3 มือ/วัน และที่บริโภค 1 มือ/วัน ได้รับคะแนน 0 เท่ากันนั้น เนื่องจากว่าการบริโภคอาหารน้อยไป ทำให้เกิดภาวะทุโภชนาการด้านการขาดสารอาหาร เกิดการชะงักต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย สมอง และสติปัญญา ซึ่งถ้าขาดสารอาหารในระดับสูงจะทำให้ถึงตายได้ ในทางตรงข้ามหากบริโภคมากเกินไปจนความจำเป็นของร่างกายจะทำให้เกิดโรคอ้วน มีผลต่อการเกิดโรคอื่น ๆ ตามมา คือ โรคหัวใจ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ดังนั้นการบริโภคอาหารมากไปหรือน้อยไป มีผลต่อร่างกายในด้านไม่ตีทั้งสิ้น จึงกำหนดให้คะแนนของทั้งสองกลุ่มมีค่าเท่ากัน

3. การบริโภคอาหารมื้อกลางวัน
- | | |
|----------------------|-------------|
| ถ้าไม่บริโภค | ให้ 0 คะแนน |
| ถ้าบริโภค เป็นบางวัน | ให้ 1 คะแนน |
| ถ้าบริโภคทุกวัน | ให้ 2 คะแนน |
4. การบริโภคอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดทำ ได้รับสัปดาห์ละกี่วัน
- | | |
|-------------------------|-------------|
| ถ้าไม่ได้บริโภค | ให้ 0 คะแนน |
| ถ้าบริโภค 1 วัน/สัปดาห์ | ให้ 1 คะแนน |
| ถ้าบริโภค 2 วัน/สัปดาห์ | ให้ 2 คะแนน |
| ถ้าบริโภค 3 วัน/สัปดาห์ | ให้ 3 คะแนน |
| ถ้าบริโภค 4 วัน/สัปดาห์ | ให้ 4 คะแนน |
| ถ้าบริโภค 5 วัน/สัปดาห์ | ให้ 5 คะแนน |
5. มือที่มีการบริโภคอาหารในปริมาณมากที่สุด
- | | |
|--------------------|-------------|
| ถ้าเป็นมือ เย็น | ให้ 1 คะแนน |
| ถ้าเป็นมือ กลางวัน | ให้ 2 คะแนน |
| ถ้าเป็นมือ เช้า | ให้ 3 คะแนน |
6. การบริโภคน้ำข้าวที่ได้จากการหุงต้ม
- | | |
|---|-------------|
| ถ้าไม่บริโภค เลย | ให้ 0 คะแนน |
| ถ้าบริโภค เป็นบางครั้ง | ให้ 1 คะแนน |
| ถ้าบริโภค ทุกครั้งที่มี (นับรวม กลุ่มที่หุงข้าวแบบไม่ เช็ด และ การนึ่งข้าวด้วย) | ให้ 2 คะแนน |
7. การงดหรือไม่งดการบริโภคอาหารที่มีรส เปรี้ยวขณะ ที่ร่างกายมีบาดแผล
- | | |
|----------|-------------|
| ถ้างด | ให้ 0 คะแนน |
| ถ้าไม่งด | ให้ 1 คะแนน |

8. การงดหรือไม่งดการบริโภคอาหารหลักขณะที่ยังป่วย	
งดทั้งผัก ผลไม้ และ เนื้อสัตว์ทุกชนิด	ให้ 0 คะแนน
งด เนื้อสัตว์ทุกชนิด	ให้ 1 คะแนน
งด ผักผลไม้ทุกชนิด	ให้ 2 คะแนน
งด เฉพาะ เนื้อสัตว์บางชนิด	ให้ 3 คะแนน *
งดทั้งผัก ผลไม้ และ เนื้อสัตว์บางชนิด	ให้ 3 คะแนน *
งด เฉพาะ ผัก ผลไม้บางชนิด	ให้ 4 คะแนน
ถ้าไม่งดเลย	ให้ 5 คะแนน

แล้วนำคะแนนทั้งหมดของทุกฉบับ มาจัดระดับคะแนนจากสูงไปหาต่ำตามคะแนนที่ได้จากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมตามหลักโภชนาการ และแบ่งกลุ่มคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้สัดส่วนประมาณ 25% ของกลุ่มที่ได้คะแนนสูง และ 25% ของกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ (อารง สุทธาศาสตร์ 2527: 73) ผลจากการใช้เกณฑ์ดังกล่าว สามารถแบ่งกลุ่มคะแนนได้ดังนี้

- ถ้าได้คะแนนระหว่าง 6-15 คะแนน เป็นกลุ่มที่มีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการในระดับ ต่ำ
- ถ้าได้คะแนนระหว่าง 16-18 คะแนน เป็นกลุ่มที่มีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการในระดับ ปานกลาง
- ถ้าได้คะแนนระหว่าง 19-23 คะแนน เป็นกลุ่มที่มีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการในระดับ สูง

ศูนย์วิทยทรัพยากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

* การที่กำหนดค่าให้คะแนนของกลุ่มที่มีการงดอาหารเฉพาะ เนื้อสัตว์บางชนิด และของกลุ่มทั้งผัก ผลไม้ และ เนื้อสัตว์บางชนิดมีค่าเท่ากัน คือ 3 นั้น เนื่องด้วยเหตุผลที่ว่า การงดอาหารของนักเรียนทั้งสองกลุ่มนี้ไม่มีผลต่อภาวะโภชนาการของร่างกาย เนื่องจากไม่ได้งดโดยสิ้นเชิง แม้จะงดเพียงบางชนิด แต่ก็บริโภคอาหารจำพวกเดียวกัน แต่เป็นชนิดอื่นแทน

เมื่อจัดระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารแล้ว พบว่า ร้อยละ 43.1 ของนักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ ในระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 32.5 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการในระดับสูง สำหรับกลุ่มที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการในระดับต่ำ มีร้อยละ 24.4 ตามตารางที่ 28

ตารางที่ 28 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ

ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ	ร้อยละ
ระดับต่ำ	24.4
ระดับปานกลาง	43.1
ระดับสูง	32.5
รวม	100.0 (1,046)

ประเภทของอาหาร : พบว่า อาหารทั้ง 4 ประเภท คือ อาหารประเภทโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ผักผลไม้ และไขมัน นักเรียนมีการบริโภคอาหารทั้ง 4 ประเภททุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 ทั้ง 4 ประเภท

สำหรับความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 4 ประเภท พบรายละเอียดดังนี้

อาหารประเภทโปรตีน : พบว่าส่วนใหญ่ักเรียนจะบริโภคอาหารประเภทโปรตีนทุกวัน คือร้อยละ 50.0 รองลงมาร้อยละ 24.6 จะบริโภควันเว้นวัน และน้อยที่สุดคือ บริโภคนานๆ ครั้ง (เกินกว่า 1 สัปดาห์) มีร้อยละ 3.0

อาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต : พบว่านักเรียนทุกคนจะบริโภคอาหารจำพวกข้าวทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 100.0

อาหารประเภทผักผลไม้ : พบว่าส่วนใหญ่จะมีการบริโภคอาหารจำพวกผัก ผลไม้ทุกวัน (ร้อยละ 57.2) รองลงมาร้อยละ 25.2 มีการบริโภควันเว้นวัน พบน้อยที่สุดคือร้อยละ 2.4 ที่มีการบริโภคนานๆ ครั้ง (เกินกว่า 1 สัปดาห์)

อาหารประเภทไขมัน : พบว่าส่วนใหญ่จะบริโภคทุกวัน เช่นเดียวกัน แต่พบน้อยกว่า
อาหารประเภทอื่นๆ คือมีเพียงร้อยละ 35.9 รองลงมาเป็นการบริโภควันเว้นวัน (ร้อยละ 29.2)
และน้อยที่สุดคือร้อยละ 6.7 จะบริโภคนานๆ ครั้ง (เกินกว่า 1 สัปดาห์)

โดยสรุปแล้ว พบว่าการบริโภคอาหารหลัก 4 ประเภท ส่วนใหญ่จะมีการบริโภคทุกวัน
รองลงมาจะบริโภควันเว้นวัน และพบน้อยที่สุดคือ การบริโภคนานๆ ครั้งในอาหารทุกประเภท
ยกเว้นอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตที่นักเรียนทุกคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างบริโภคทุกวัน คิดเป็นร้อยละ
100.0 ดังรายละเอียดในตารางที่ 29

ตารางที่ 29 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามการบริโภคอาหารหลัก 4 ประเภท

รายการ ประเภท อาหาร	บริโภคหรือไม่			เข้าบริโภค: ความถี่ในการบริโภค					
	บริโภค	ไม่บริโภค	รวม	ทุกวัน	วันเว้นวัน	2-3 วัน/ครั้ง	สัปดาห์ละครั้ง	นานๆ ครั้ง (เกินกว่า 1 สัปดาห์)	รวม
1. เนื้อสัตว์ พืชชนิด, ไข่, นม, ข้าวเมล็ดแข็ง	100.0	-	100.0	50.0	24.6	15.6	6.3	3.0	100.0 (1,046)
2. แป้ง, ข้าว, เผือก, มัน	100.0	-	100.0	100.0	-	-	-	-	100.0 (1,046)
3. ผักผลไม้	100.0	-	100.0	57.2	25.2	12.3	2.9	2.4	100.0 (1,046)
4. ไขมันพืช หรือสัตว์	100.0	-	100.0	35.9	29.2	19.8	8.4	6.7	100.0 (1,046)

จากการศึกษาข้อมูลในตารางที่ 31 ในข้อคำถามถึงการบริโภคอาหารหลักทั้ง 4 ประเภทหรือไม่ พบว่านักเรียนทุกคนบริโภคอาหารหลักทั้ง 4 ประเภททุกคนคิดเป็นร้อยละ 100 และข้อคำถามเกี่ยวกับความถี่ในการบริโภคอาหารหลักทั้ง 4 ประเภท ก็พบว่าอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต มีการบริโภคทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 100 ดังนั้นข้อมูลในส่วนที่ถามถึงการบริโภคอาหารหลักทั้ง 4 ประเภท และความถี่ในการบริโภคอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต ผู้วิจัยได้ตัดออก โดยไม่นำไปวิเคราะห์ในการศึกษาค้างนี้ และได้้นำคำถามเกี่ยวกับความถี่ในการบริโภคอาหารหลักอีก 3 ประเภทที่เหลือ คือ ประเภท โปรตีน ผักผลไม้ และไขมัน มาให้คะแนน โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนสำหรับอาหารแต่ละประเภท ดังนี้

ถ้าบริโภคทุกวัน ครั้ง (เกินกว่า 1 สัปดาห์)	ให้ 1 คะแนน
ถ้าบริโภคสัปดาห์ละครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ถ้าบริโภค 2-3 วันต่อครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ถ้าบริโภค วันเว้นวัน	ให้ 4 คะแนน
ถ้าบริโภคทุกวัน	ให้ 5 คะแนน

แล้วนำคะแนนทั้งหมดทุกฉบับมาจัดระดับคะแนนจากสูงไปต่ำตามคะแนนที่ได้จากความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 3 ประเภท และแบ่งกลุ่มคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้สัดส่วนประมาณ 25% ของกลุ่มที่ได้คะแนนสูง และ 25% ของกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ (อารัง สุทธศาสตร์ 2527: 73) ผลจากการใช้เกณฑ์ดังกล่าว สามารถแบ่งกลุ่มได้ดังนี้

ถ้าได้คะแนน 3-10	เป็นกลุ่มที่มีความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 3 ประเภท ในระดับต่ำ
ถ้าได้คะแนน 11-13	เป็นกลุ่มที่มีความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 3 ประเภท ในระดับปานกลาง
ถ้าได้คะแนน 14-15	เป็นกลุ่มที่มีความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 3 ประเภท ในระดับสูง

เมื่อจัดระดับความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก 3 ประเภทแล้ว : พบว่า นักเรียน ร้อยละ 43.4 บริโภคอาหารหลัก 3 ประเภท คือ โปรตีน ผัก ผลไม้ และไขมัน มีความถี่อยู่ในระดับปานกลาง นอกนั้นร้อยละ 34.5 มีความถี่ในการบริโภคในระดับสูง และร้อยละ 22.1 มีความถี่ในการบริโภคในระดับต่ำ ตามตารางที่ 30

ตารางที่ 30 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก
3 ประเภท

ระดับความถี่ในการบริโภค อาหารหลัก 3 ประเภท	ร้อยละ
ระดับต่ำ	22.1
ระดับปานกลาง	43.4
ระดับสูง	34.5
รวม	100.0 (1,046)

มาตรฐานภาวะโภชนาการ

ระดับภาวะโภชนาการ : จากการสำรวจระดับภาวะโภชนาการ โดยใช้น้ำหนักเทียบ
อายุนักเรียน แล้วนำไปเทียบกับมาตรฐานภาวะโภชนาการของกองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข เป็นเกณฑ์ตัดสิน พบว่านักเรียนร้อยละ 57.1 มีภาวะโภชนาการในระดับ
ปกติ ร้อยละ 30.2 มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าระดับปกติ ซึ่งนับว่าอยู่ในเกณฑ์ที่สูงมาก เพราะ
เป้าหมายของรัฐบาลให้นักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าระดับปกติไม่เกินร้อยละ 8 ของจำนวนนักเรียน
ทั้งหมด และมีร้อยละ 12.7 ที่มีภาวะโภชนาการสูงกว่าระดับปกติ ตามตารางที่ 31

ตารางที่ 31 อัตราร้อยละของจำนวนนักเรียน จำแนกตามระดับภาวะโภชนาการ

ระดับภาวะโภชนาการ	ร้อยละ
สูงกว่าระดับปกติ	12.7
ระดับปกติ	57.1
ต่ำกว่าระดับปกติ	30.2
รวม	100.0 (1,046)

สำหรับข้อมูลที่ระบุข้างล่างมีการดำเนินการเป็นพิเศษดังนี้ คือ

1. รายได้ของครอบครัว การศึกษาของบิดามารดา การมีแหล่งน้ำในเขตที่ตั้งบ้านของนักเรียน การมีโครงการประมงหรือเลี้ยงสัตว์ในหมู่บ้าน ในส่วนที่ตอบว่า ไม่ทราบ/ไม่ตอบ ถูกตัดออกไป เพื่อให้ได้ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ชัดเจนถูกต้องในขั้นการวิเคราะห์

2. ข้อมูลในตารางที่ 8 และ 12 ข้อคำถามเกี่ยวกับอาชีพหลักของผู้ปกครอง และระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ในขั้นการวิเคราะห์จะตัดกลุ่มนี้ออก เพราะมีกลุ่มตัวอย่างน้อยเพียง 93 ราย และในตารางที่ 16 ข้อคำถามเกี่ยวกับการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน ในขั้นการวิเคราะห์จะตัดกลุ่มนี้ออกเช่นกัน เพราะโรงเรียนที่ตกเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 26 โรงเรียน เป็นโรงเรียนที่มีโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน 25 โรงเรียน มีเพียง 1 โรงเรียนที่ไม่มีโครงการอาหารกลางวันและมีนักเรียนที่ตกเป็นตัวอย่างเพียง 38 คนเท่านั้น ซึ่งมีจำนวนน้อยไม่สามารถนำไปวิเคราะห์เปรียบเทียบเพื่อเป็นตัวแทนได้



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย