



บทที่ 1

บทนำ

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาหารเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับชีวิตมนุษย์ นับตั้งแต่เริ่มปฏิสนธิอยู่ในครรภ์มารดา จวบจนคลอดออกมาเป็นทารก เจริญเติบโตจากเด็กเป็นผู้ใหญ่จนถึงวัยชรา ร่างกายจำเป็นต้องได้รับอาหารเป็นประจำทุกวัน เพื่อการพัฒนาทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โดยเฉพาะในเด็กวัยเรียนซึ่งเป็นวัยที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโตต้องการสร้างเซลล์ เนื้อเยื่อ กระดูก ฟัน และอวัยวะอื่น ๆ เป็นวัยที่กำลังคล่องแคล่วว่องไว ต้องการพลังงานเพื่อประกอบกิจกรรม ตลอดจนพัฒนาการด้านต่าง ๆ มากมาย ถ้าเด็กวัยนี้ได้รับโภชนาการที่มีคุณค่าได้สัดส่วนครบถ้วน ตามหลักโภชนาการก็จะทำให้เด็กเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพดี ซึ่งจะส่งผลถึงสติปัญญาที่ดีด้วย ในทางตรงกันข้ามถ้าได้รับอาหารไม่เพียงพอ ก็จะทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย ดังที่โกรสสิธี ตันตติศรีนทร์ (2531) กล่าวว่า ปัญหาโภชนาการที่คนไทยกำลังเผชิญอยู่ คือ กินอาหารไม่พอ กินอาหารมากเกินไป และความเป็นพิษจากอาหาร คือ ถ้าได้รับอาหารไม่เพียงพอและไม่เหมาะสมแล้ว ก็จะทำให้เกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคขาดสารอาหาร โรคขาดสารไอโอดีน โรคโลหิตจาง เป็นต้น แต่ถ้าได้รับอาหารมากเกินไปอาจทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินเกิดโรคอ้วนและมีโรคอื่น ๆ ตามมาอีก เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเส้นเลือดสูง เป็นต้น ซึ่งปัญหาโภชนาการนี้ ถึงแม้ได้รับการแก้ไขแล้วแต่ก็ยังไม่บรรลุนำมาซึ่งสุขภาพที่ดี และยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญยิ่งของประเทศไทย ซึ่งพบได้ในทุกภาคของประเทศไทย

จากรายงานภาวะการเจริญเติบโตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาพบว่า มีนักเรียนที่น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน แบ่งตามภาค คือ ภาคกลางร้อยละ 10.0 ภาคเหนือร้อยละ 13.7 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร้อยละ 14.4 และภาคใต้ ร้อยละ 14.9 (กระทรวงสาธารณสุข, 2535) ซึ่งจะเห็นได้ว่าในภาคใต้พบนักเรียนที่น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานมากที่สุด นอกจากนี้จากการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของกรมอนามัย พบภาวะ

โลหิตจางในเด็กประถมศึกษาของภาคใต้ถึงร้อยละ 17.8 (กระทรวงสาธารณสุข, 2534) และยังสำรวจพบ 8 จังหวัดภาคใต้ คือ จังหวัดระนอง นครศรีธรรมราช สงขลา กระบี่ ตรัง สตูล พัทลุง และชุมพร พบภาวะคอพอกเนื่องจากการขาดสารไอโอดีน โดยเฉลี่ย ร้อยละ 16.34 (กระทรวงสาธารณสุข, 2533) และจากการศึกษาภาวะสุขภาพของ นักเรียนในประ เทศไทยทั้งระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ตรวจพบโรคหนองพยาธิของ นักเรียนในภาคใต้ ร้อยละ 13.8 (กระทรวงสาธารณสุข, 2534) ซึ่งในแผนโภชนาการ ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539) ระบุว่าเด็กวัย ประถมศึกษา ไม่ควรมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์เกินร้อยละ 7 เด็กอายุ 6-14 ปี เป็นโรคขาด สารไอโอดีนไม่ควรเกินร้อยละ 10 และลดปัญหาโรคโลหิตจางในเด็กอายุ 0-14 ปี ให้ เหลือไม่เกินร้อยละ 10 ถึงแม้กระทรวงสาธารณสุขได้เร่งดำเนินการในการแก้ไขปัญหาล่าช้า แต่แนวโน้มความรุนแรงของปัญหาโภชนาการก็ยังคงเพิ่มขึ้น อาจเนื่องมาจากการมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง เพราะได้รับอิทธิพลจากปัจจัยต่าง ๆ ตามที่ชวลิต รัตกุล (2523) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคของมนุษย์ ได้แก่ ขนบธรรมเนียม ประเพณี ฐานะทางเศรษฐกิจ อิทธิพลของการศึกษา ศาสนา ความต้องการอาหารของแต่ละบุคคล อาชีพ สื่อสารมวลชนและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยเฉพาะภาคใต้ ความเชื่อทางศาสนา ขนบธรรมเนียมประเพณี และค่านิยมต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัย ของเด็ก และถ้าเด็กนักเรียนเหล่านี้ไม่มีความรู้ ความเข้าใจและทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับ อาหารเหล่านั้น ก็จะทำให้ปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องและส่งผลถึงสุขภาพได้ ซึ่งความเชื่อนั้น ได้แก่ ในเด็กกินปลาไหลทำให้เป็นแผลพุพอง กินปลาอย่างทำให้ท้องร่วง กินจำปาตะ กล้วยน้ำจ้าวทำให้เป็นไข้ ผู้ที่นับถือศาสนาอิสลาม ไม่ให้กินเนื้อสัตว์ที่เชือดโดย ศาสนาอื่น ผัก ผลไม้บางชนิดไม่ควรกิน และอาหารโปรตีนที่ภาคใต้นิยมกิน คือ ปลา ซึ่ง มักกินในรูปปลาเค็ม ปลาดัม ทำให้เด็กได้รับสารอาหารไม่ครบถ้วน นอกจากนี้การ เปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคมของประเทศในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะการพัฒนาทาง ด้านอุตสาหกรรม จึงทำให้มีการเปลี่ยนแปลงวิธีการปรุงอาหาร การบรรจุอาหาร การผลิตอาหารสำเร็จรูปต่าง ๆ มากมาย ซึ่งอาหารเหล่านี้มักจะไม่มีความอร่อยหรือมีคุณภาพน้อย เมื่อเทียบกับอาหารที่ปรุงแต่งใหม่ ๆ และจากความเจริญก้าวหน้าในด้านเทคโนโลยีด้านต่าง ๆ การใช้สื่อทางวิทยุ โทรทัศน์ โฆษณาโน้มน้าวผู้บริโภคดังที่ เครือวัลย์ หุตาบุตร (2533) กล่าวว่า วิธีชีวิตโดยเฉพาะในเรื่องอาหารการกินได้เปลี่ยนไปมาก เนื่องจาก

อิทธิพลการโฆษณา จากสื่อโทรทัศน์ ทำให้ชาวบ้านมีค่านิยมในการบริโภคเปลี่ยนไป ซื้ออาหารที่ไม่มีประโยชน์มาบริโภค ค่านิยมเหล่านี้ถ่ายทอดมาสู่นักเรียนได้ก็จะมีผลทำให้เด็กเหล่านั้นเลือกซื้ออาหารโดยไม่คำนึงถึงคุณภาพซึ่งอาจพบได้ทั้งเด็กที่อยู่ในชนบทหรือในเมือง ซึ่งปัญหาโภชนาการก็ยังมียู่ ประกอบกับสภาพแวดล้อมความสะอาดสลายในการหาซื้อของมาบริโภค และการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์รวมทั้งข่าวสารที่เกี่ยวกับโภชนาการและสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคของเด็กเหล่านั้น

โรงเรียนในฐานะ เป็นสถาบันทางสังคมที่สำคัญในการอบรมสั่งสอน และปลูกฝัง ให้เด็กเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเด็กจะเกิดการเรียนรู้ ได้ตอบ ยอมรับคุณค่า และการเปรียบเทียบจากประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับ โรงเรียนสามารถกระทำได้อย่างดี ดังนั้นจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะปลูกฝังการสร้างสุขนิสัยที่ดี ในการบริโภคอาหาร เพราะเด็กประถมศึกษา เป็นวัยที่พร้อมต่อการปลูกฝังความรู้ ทักษะ การปฏิบัติที่ถูกต้อง เกี่ยวกับการบริโภค เป็นวัยที่กำลังพัฒนาเป็นช่วงที่ ร่างกาย จิตใจ และสมองกำลังเจริญเติบโตพร้อมที่จะรับรู้ในสิ่งที่ปลูกฝังได้ที่ อาซิ วลัยเสวี (2523) กล่าวว่ามนุษย์เป็นบุคคลสำคัญที่สุดใน การเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านดีและเลว ดังนั้นการหล่อหลอมตั้งแต่เยาว์วัยจึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง ตามสภานิติบัญญัติว่าไม่อ่อนดัดง่ายไม่แก่ดัดยาก ดังนั้นการให้การศึกษามีอบรมตั้งแต่เด็กจึง เป็นสิ่งดี นอกจากนี้จากการศึกษาในระดับประถมศึกษานั้นเป็นการศึกษาภาคบังคับที่รัฐจัดไว้ให้ และประชาชนทุกคนพึงได้รับการศึกษาอย่างทั่วถึงและเท่าเทียมกัน และเนื่องจากนักเรียน ส่วนใหญ่เมื่อจบการศึกษาภาคบังคับแล้ว จะไม่เข้าศึกษาต่อในระดับมัธยมศึกษา แต่จะออกไปประกอบอาชีพอยู่ในสังคม สร้างครอบครัวใหม่ จากสถิติอัตราการศึกษาต่อของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่จบไปแล้วได้รับการศึกษาต่อในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั่วประเทศ ในปีการศึกษา 2535 มีร้อยละ 68.42 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2535) อีกทั้งใน การเรียนการสอน กระทรวงศึกษาธิการได้มองเห็นความสำคัญเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยบรรจุเรื่องอาหารและโภชนาการ ไว้ในกลุ่มวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ตั้งแต่ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในหน่วยที่ 1 สิ่งมีชีวิตกลุ่มวิชาการทำงานและ พื้นฐานอาชีพ ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และกลุ่มสร้างเสริมลักษณะ นิสัย ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-2 ตามหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 ครูจึง มีส่วนสำคัญที่จะปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ไม่ถูกต้อง เพื่อช่วยสร้างพื้นฐานการบริโภคอาหารที่ดี และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปช่วยเหลือผู้ใกล้ชิดเพื่อนบ้าน และชุมชนต่อไป

จากสภาพปัญหาและแนวคิดต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น โดยเฉพาะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก ซึ่งจะมีผลเสียต่อสุขภาพของนักเรียน ถ้าเลือกบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง และจากงานวิจัยที่ผ่านมายังไม่มีผู้ใดที่ศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติในจังหวัดภาคใต้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งในเขตและนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ซึ่งได้ผ่านการเรียนรู้ในโรงเรียนมา 5-6 ปี อยู่ในสิ่งแวดล้อมรวมทั้งความเจริญทางด้านเทคโนโลยีที่ต่างกัน จะมีความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอย่างไรและภาคใต้เป็นภาคที่มีศาสนา วัฒนธรรม ความเชื่อที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาภาวะโภชนาการมากมาย ถ้าเด็กไม่รู้จักคิดและเลือกที่จะบริโภคตามความรู้ ความเข้าใจที่ได้เรียนมา ก็จะเกิดผลเสียต่อสุขภาพ ผลการวิจัยในเรื่องดังกล่าวจะเป็นแนวทางในการแก้ไขพัฒนาและปลูกฝังพฤติกรรมการบริโภคอาหาร รวมทั้งปรับปรุงหลักสูตรในกลุ่มวิชาที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ให้สอดคล้องกับการจัดการศึกษาท้องถิ่นเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีของเด็ก ซึ่งจะเติบโตไปเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในจังหวัดภาคใต้
2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติในจังหวัดภาคใต้ ตามตัวแปรเขตที่ตั้งของโรงเรียน

### ขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติ
2. ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2537 ของโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในจังหวัดภาคใต้
3. ตัวแปรที่ศึกษา
  - ตัวแปรต้น ได้แก่ เขตที่ตั้งของโรงเรียน
  - ตัวแปรตาม ได้แก่ ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

พฤติกรรมกรรมการบริโภค หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกและการกระทำของบุคคลทั้งในด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับด้านโภชนาการ

ความรู้ หมายถึง ความสามารถที่แสดงออกในลักษณะ ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประเมินค่าของนักเรียนในเรื่องเกี่ยวกับโภชนาการ ซึ่งมีเนื้อหาแทรกในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตซึ่งวัดได้จากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างมา

ทัศนคติ หมายถึง ความรู้สึก ความคิดเห็น และความเชื่อของบุคคลที่มีต่อการบริโภคอาหาร

การปฏิบัติ หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกซึ่งเป็นผลมาจากความรู้ ทัศนคติในเรื่องการบริโภคอาหาร ซึ่งมีผลต่อสุขภาพของนักเรียน

นักเรียน หมายถึง เด็กนักเรียนทั้งเพศหญิงและชาย ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2537 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

โรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล หมายถึงโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด  
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ซึ่งตั้งอยู่ในอำเภอเมืองในพื้นที่ที่ยกฐานะ  
เป็นเทศบาลตามพระราชบัญญัติเทศบาล พ.ศ.2496 หรือพระราชบัญญัติสุขาภิบาล พ.ศ.2495

โรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล หมายถึงโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด  
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ซึ่งตั้งอยู่ในอำเภออื่นอยู่นอกพื้นที่ที่ยกฐานะ  
เป็นเทศบาลตามพระราชบัญญัติเทศบาล พ.ศ.2496 หรือพระราชบัญญัติสุขาภิบาล พ.ศ.2495

ภาคใต้ หมายถึงพื้นที่ในจังหวัดต่าง ๆ ทั้งหมด 14 จังหวัด ได้แก่ ชุมพร ระนอง  
สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช กระบี่ พังงา ภูเก็ต ตรัง พัทลุง สตูล ปัตตานี ยะลา  
และนราธิวาส

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงพื้นฐานความรู้ ทักษะและการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร  
ของนักเรียน เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงการเรียนการสอน เสริมสร้างความรู้และให้  
นักเรียนตระหนักถึงปัญหาด้านโภชนาการ และเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาทางโภชนาการเพื่อ  
คุณภาพที่ดีของนักเรียนต่อไป
2. เพื่อนำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการพัฒนาหลักสูตรในกลุ่มวิชาที่เกี่ยวข้อง ได้แก่  
กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย และกลุ่มการงานพื้นฐานและอาชีพ
3. ทำให้ได้ข้อมูลเพื่อนำมาเป็นพื้นฐานในการศึกษาวิจัยในเรื่องที่เกี่ยวข้อง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย