

การศึกษาคติกรรมการบริโภคอาหาร
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
กรุงเทพมหานคร



นางสุชาดา มะโนทัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2539

ISBN 974-633-702-5

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

I16735201

**A STUDY OF FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS
OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS
IN BANGKOK METROPOLIS**

Mrs. Suchada Manotaya

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1996

ISBN 974-633-702-5

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
กรุงเทพมหานคร

โดย นางสาวชานา มะโนทัย

ภาควิชา พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ลาวัณย์ สุกกรี



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

ลลิตา อึ้งสุวรรณ

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. ลลิตา อึ้งสุวรรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ประจักษ์ วัฒนกุล

ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประจักษ์ วัฒนกุล)

ลาวัณย์ สุกกรี

อาจารย์ที่ปรึกษา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ลาวัณย์ สุกกรี)

เทพวดี หอมสนิท

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เทพวดี หอมสนิท)

ทิพย์ศิริ กาญจนวาตี

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์ศิริ กาญจนวาตี)

เอมอัชมา วัฒนบูรานนท์

กรรมการ

(อาจารย์ ดร. เอมอัชมา วัฒนบูรานนท์)

พิมพ์ต้นฉบับบทคัดย่อวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

สุชาดา มะโนทัย : การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร (A STUDY OF FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK METROPOLIS)

อาจารย์ที่ปรึกษา : ผศ. ดร. ลาวัญย์ สุกกรี, 182 หน้า ISBN 974-633-702-5

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา เปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารในด้านความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ตามตัวแปรเพศ ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 800 คน เป็นนักเรียนชาย 400 คน และนักเรียนหญิง 400 คน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 760 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 95 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า "ที" และวิเคราะห์ความสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

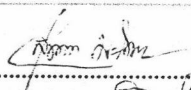
ผลการวิจัยพบว่า

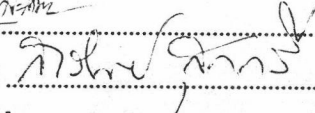
1. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 22.4 น้ำหนักเกินมาตรฐาน ร้อยละ 5.5 และโรคอ้วน ร้อยละ 7.2
2. นักเรียนมีความรู้โดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ แต่ควรปรับปรุงในเรื่อง ความต้องการสารอาหารตามหลักโภชนาการใน 1 วัน สาเหตุและผลเสียของการมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน การควบคุมน้ำหนักและการป้องกันโรคอ้วน ฯลฯ นักเรียนหญิงมีความรู้โดยรวมดีกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนมีทัศนคติโดยรวมอยู่ในระดับดี แต่อยู่ในระดับพอใช้ในเรื่องการรับประทานอาหารเพื่อลดความสุข และกลัวอ้วนควรลดอาหารที่มีไขมัน นักเรียนหญิงมีทัศนคติโดยรวมดีกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นักเรียนมีบริโภคนิสัยโดยรวมอยู่ในระดับดี แต่อยู่ในระดับพอใช้ในเรื่อง การรับประทานอาหารเฉพาะที่ชอบ รับประทานอาหารเมื่อเย็นในปริมาณมากและดึกเกินไป รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง ขนมหวาน ไอศกรีม ลูกก๊ี้ ฯลฯ นักเรียนหญิงมีบริโภคนิสัยโดยรวมดีกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาควิชา ผลิตศึกษา

สาขาวิชา สุนศึกษา

ปีการศึกษา 2538

ลายมือชื่อนิติ 

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา 

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม -

C 741375 : MAJOR HEALTH EDUCATION
KEY WORD: FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS / STUDENTS / LOWER SECONDARY SCHOOL
SUCHADA MANOTAYA : A STUDY OF FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS OF
LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK METROPOLIS.
THESIS ADVISOR : ASST. PROF. LAWAN SUKKRI, H.S.D. 182 pp. ISBN 974-633-702-5

The purposes of this research were to study, to compare and to determine the relationship among knowledge, attitudes and eating habits concerning food consumption behaviors about over nutrition and obesity of lower secondary school students in Bangkok Metropolis. The independent variable was gender. Eight hundred students, 400 males and 400 females, were asked to respond to the questionnaires developed by the researcher. Seven hundred and sixty questionnaires (95 %) were returned and the data were analyzed to obtain percentages, means, and standard deviations. A t-test was also applied to determine the significant differences. The Pearsons' Product Moment Coefficient was used to test the correlation.

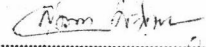
It was found that :

1. The students were 22.4 percent underweight, 5.5 percent overweight and 7.2 percent obese.
2. The students' knowledge was fair, but should be improved regarding daily dietary nutrient, cause and effect of weight gain, weight control and obesity prevention, etc. Females' knowledge was better than males' at .05 level.
3. The students' attitudes were good in general, but some attitudes were only fair, those are ; eating food when happy and not eating because of being afraid of obesity. Females' attitudes were better than males' at .05 level
4. The students' eating habits were good. but some eating habits were fair in terms of eating only favorite foods, eating enormous amounts and late dinners, high fat food, sweets, ice cream, cookies, etc. Females' eating habits were better than those of males' at .05 level.
5. Knowledge, attitudes and eating habits were significantly related at .01 level.

ภาควิชา.....พลศึกษา.....

สาขาวิชา.....สุขศึกษา.....

ปีการศึกษา.....2538.....

ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม..... -



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความสามารถของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ลาวัณย์ สุกกรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้กรุณาช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ ตลอดจนแนะแนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างยิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณท่านคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้ความช่วยเหลือในการตรวจสอบ และให้คำแนะนำ ในการปรับปรุงแบบสอบถามที่ใช้เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย และขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัยที่ให้ความช่วยเหลือเงินทุนอุดหนุนในการทำวิจัย ตลอดจนขอขอบคุณผู้อำนวยการโรงเรียน คณะครู และนักเรียนของโรงเรียนที่เลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้ง 33 โรงเรียน ที่ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณสมาชิกในครอบครัว พี่ๆ น้องๆ และเพื่อนๆ ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ และบุคคลที่จะต้องขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงก็คือ คุณพ่อคุณแม่ ที่ส่งเสริมสนับสนุน และให้กำลังใจในการศึกษาตลอดมา



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
สมมุติฐานการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	6
ข้อตกลงเบื้องต้น	6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
/ แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม	8
/ แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	13
/ โภชนาการในวัยรุ่น	18
โภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน	25
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในประเทศ	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในต่างประเทศ	39
สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	47
3 วิธีดำเนินการวิจัย	49
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	49
กลุ่มตัวอย่าง	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	50
การสร้างเครื่องมือ	51

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	54
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	54
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	94
รายการอ้างอิง.....	122
ภาคผนวก.....	132
ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	133
ข หนังสือขอความร่วมมือ.....	134
ค รายชื่อโรงเรียนและจำนวนกลุ่มตัวอย่าง.....	138
ง การคำนวณกลุ่มตัวอย่าง และสถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	140
จ การวิเคราะห์แบบสอบถามความรู้ ทักษะคิด และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหาร ที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการ เภษณาการ เภษณาการ เภษณาการและโรคอ้วน.....	146
ฉ การจัดระดับคะแนนความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการ เภษณาการ เภษณาการและโรคอ้วน.....	148
ช แบบทดสอบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้านความรู้ ทักษะคิด และบริโภคนิสัย ที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการ เภษณาการ เภษณาการ เภษณาการและโรคอ้วน.....	149
ซ ค่าเปอร์เซ็นต์ไคล์ของน้ำหนักในแต่ละช่วงความสูง แยกตามเพศ.....	178
ประวัติผู้วิจัย.....	182

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร..... 60
2	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร..... 66
3	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับลักษณะอาหารที่บริโภคของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร..... 72
4	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของระดับคะแนนความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ..... 74
5	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" ด้านความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ..... 75
6	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของระดับคะแนนทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ..... 80
7	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" ด้านทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ..... 81
8	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของระดับคะแนนบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ..... 86
9	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" ด้านบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ..... 87

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" ด้านความรู้ ทักษะคิด และ บริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและ โรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ.....	91
11	แสดงความสัมพันธ์ของคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ทักษะคิด และบริโภคนิสัยในการ บริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร.....	93
12	แสดงรายชื่อโรงเรียนและจำนวนนักเรียนแยกตามระดับชั้นและเพศ.....	138
13	แสดงค่าความยากและค่าอำนาจจำแนกของข้อกระทงแบบสอบถามความรู้ ทักษะคิด และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและ โรคอ้วน.....	146
14	แสดงการเทียบระดับคะแนนจากเกณฑ์การประเมินผล ของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.....	148
15	แสดงค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ของน้ำหนักในแต่ละช่วงความสูง ในเพศชายและเพศหญิง	178