

## ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6

### ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

ขวัญชนก สุวรรณ<sup>1</sup>, ศุภรดา โมชนท<sup>2</sup>, วัชรินทร์ หวังหุ้มกลาง<sup>3</sup>

#### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 กลุ่มประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 314 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบความรู้และแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าไคสแควร์ (Chi-square) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 68.8 ทศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 96.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 68.2
2. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ทศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
3. ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**คำสำคัญ:** พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, ปัจจัย, นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6

<sup>1</sup> คณะสาธารณสุข วิทยาลัยนครราชสีมา

<sup>2</sup> คณะสาธารณสุข วิทยาลัยนครราชสีมา

<sup>3</sup> คณะสาธารณสุข วิทยาลัยนครราชสีมา

# FACTORS AFFECTING FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR OF GRADE 1-6 STUDENTS IN BAN MAI SUBDISTRICT SCHOOL MUANG DISTRICT NAKHON RATCHASIMA PROVINCE

Kwanchanok Suwan<sup>1</sup>, Suparada Mokhunthod<sup>2</sup> and Watcharakorn Wanghunklang<sup>3</sup>

## Abstract

Descriptive research has objectives. To study the factors affecting food consumption behavior of students in grades 1-6. The sample population was 314 students in grades 1-6 The information is a knowledge test and questionnaire created by the researcher. The data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, Chi-square, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

1. The students had moderate knowledge of food consumption. Accounted for 68.8%. Attitude about food consumption was very good. Accounted for 96.2 percent. Food consumption behavior is at a moderate level. Representing 68.2 percent.

2. Knowledge of food consumption and food consumption attitudes have no relationship with dietary behavior.

3. Factors contributing to food consumption and food additive factors have a statistically significant relationship with food consumption behavior at the 0.05 level.

**Keyword:** Food Consumption Behavior, Factors, Students in Grades 1-6

---

<sup>1</sup> Faculty of Public Health, Nakhonratchasima College

<sup>2</sup> Faculty of Public Health, Nakhonratchasima College

<sup>3</sup> Faculty of Public Health, Nakhonratchasima College

## บทนำ

การจะพัฒนาประเทศให้มีความเจริญก้าวหน้า ทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีให้ทันยุคสมัยแห่งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้จำเป็นต้องเน้นทรัพยากรมนุษย์เป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาประเทศ เด็กเป็นทรัพยากรที่สำคัญที่สุดของประเทศซึ่งต้องได้รับการพัฒนาโดยเฉพาะอย่างยิ่งตั้งแต่แรกเกิดจนถึงแปดปี เป็นช่วงระยะที่สำคัญที่สุดของการพัฒนาทุกด้านทั้ง ทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ จิตใจ สังคม และบุคลิกภาพ และในด้านสุขภาพอนามัยการเจริญเติบโตของเด็กถือเป็นตัวชี้วัดสำคัญต่อสุขภาพโดยรวม ซึ่งตัวบ่งชี้ที่บ่งถึงการเจริญเติบโตของเด็กได้ดีคือภาวะโภชนาการของเด็ก ภาวะโภชนาการที่ดีเป็นรากฐานของการมีสุขภาพที่ดีตลอดชีวิต อาหารเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อสุขภาพ อาหารที่บริโภคเข้าไปนั้นจะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความเจริญเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ของร่างกายอีกทั้งทำให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง และทำให้การทำงานของร่างกายเป็นไปตามปกติ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยที่เกิดจากค่านิยมในปัจจุบัน พบว่ามีหลากหลาย เช่น พฤติกรรมบริโภคนิยม ซึ่งจะมีลักษณะที่ชอบบริโภคเป็นหลัก ไม่ได้คำนึงถึงสุขภาพ ขอบรับประทานของอร่อยเกินความจำเป็น พฤติกรรมเลียนแบบต่างประเทศ เช่น วัยเด็กชอบอาหารที่มีสีสั่น วัยผู้สูงอายุเลือกรับประทานอาหารสุขภาพ เป็นต้น จากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่หลากหลายนั้น ได้ส่งผลไปยังสุขภาพที่ตามมาที่เรียกว่า โรคสะสมการบริโภค คือโรคที่เกิดจากการสะสมของอาหารที่กินเกินกว่าร่างกายขับถ่ายออกได้หมดทำให้เกิดการสะสม เช่นสะสมในหลอดเลือดจนตีบตัน หรือสะสมในเซลล์อวัยวะต่างๆ จนเกิดความผิดปกติของการทำงานของเซลล์และอวัยวะต่างๆ (หมอชาวบ้าน, 2550) ทำให้เกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันผิดปกติ โรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ โรคที่เกิดจากความอ้วน โรคหลอดเลือดหัวใจ (หลอดเลือดหัวใจตีบตัน ทำให้เกิดหัวใจขาดเลือดกล้ามเนื้อหัวใจตาย) โรคหลอดเลือดสมอง (หลอดเลือดตีบตัน ทำให้เป็นอัมพฤกษ์อัมพาต) และมะเร็งบางชนิด เช่น มะเร็งปอด มะเร็งลำไส้ใหญ่ มะเร็งเต้านม เป็นต้น การจัดบริการด้านอาหารและโภชนาการของโรงเรียนจึงมีความจำเป็นสำคัญอย่างยิ่งที่ทางโรงเรียนควรดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษ อาหารที่ทางโรงเรียนจัดให้บริการ จะต้องคำนึงถึงความพอเพียงและความครบถ้วนของสารอาหารตามหลักโภชนาการ จากการสำรวจของโภชนาการกรมอนามัยพบว่า เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคขนมและอาหาร เครื่องดื่มรสหวาน มีแนวโน้มสูงขึ้นทำให้เด็กไทยต้องประสบกับภาวะโรคอ้วนเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และเพื่อการส่งเสริมให้ดำรงไว้ซึ่งการมีสุขภาพอนามัยที่ดีของเด็กในวัยเรียน จึงจำเป็นต้องได้รับอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมตามสัดส่วนอาหารที่เด็กวัยเรียนควรได้รับประทานอาหารครบทุกหมู่เพียงพอทุกวันเพื่อเสริมสร้างร่างกายให้เจริญเติบโตและเพื่อใช้ในกิจกรรมอื่นๆ โดยทั่วไปแล้วเด็กวัยนี้สามารถรับประทานอาหารต่างๆ ได้เหมือนกับผู้ใหญ่จึงเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมที่จะฝึกนิสัยการรับประทานอาหารของเด็กให้รู้จักเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย (กรมอนามัย, 2560)

พฤติกรรมกรรมการบริโภคของอาหารของเด็กวัยเรียนพฤติกรรมกรรมการบริโภคของบุคคลเป็นปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการ ดังนั้นการส่งเสริมให้บุคคลมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการและในปริมาณที่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย จึงนับได้ว่าเป็นสิ่งจำเป็นโดยเฉพาะวัยเรียน ซึ่งเป็นที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโต มีการใช้พลังงานเพื่อกิจกรรมต่าง ๆ มากการได้รับประทานอาหารที่ถูกต้องและเหมาะสมจะช่วยให้ร่างกายมีการเจริญเติบโตและสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดีและมีประสิทธิภาพเด็กวัยเรียนส่วนใหญ่นิยมรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการน้อย ได้แก่ อาหารจำพวกน้ำหวาน น้ำแข็งไส น้ำอัดลม ทอปปี้ ลูกกวาด ดั้งเม นมข้นหวาน ซึ่งอาหารเหล่านี้จะเป็นอาหารที่ให้พลังงานแต่เพียงอย่างเดียว ไม่มีสารอาหารอื่นที่มีประโยชน์หรือถ้ามีก็มีในอัตราส่วนต่ำมาก ถ้ารับประทานเป็นประจำจะทำให้รู้สึกอึดอยู่ตลอดเวลา ไม่อยากรับประทานอาหารมื้อหลักซึ่งเป็นผลเสียต่อร่างกาย ทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่าง ๆ ไม่เพียงพอส่วนขนมกรอบต่าง ๆ เด็กได้รับอิทธิพลมาจากโฆษณาโทรทัศน์ทำให้อยากลองรับประทานรสชาติอร่อยถูกปาก และมักจะรับประทานเป็นอาหารว่างอาหารพาสต์ฟุตหรืออาหารจานด่วน ได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์ มันทอด เฟรนช์ฟราย มิลค์เชค นมผสมไอศกรีม ซึ่งอาหารในกลุ่มนี้มักจะขาดผักและผลไม้เป็นอาหารที่ให้พลังงานมากถ้ารับประทานบ่อย ๆ หรือรับประทานเป็นประจำอาจทำให้อ้วนได้ซึ่งในปัจจุบันพบว่าอาหารเหล่านี้กำลังเป็นที่นิยมของเด็กวัยรุ่น และวัยเรียน

จากข้อมูลที่ได้ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารในเด็กนักเรียน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูและผู้ปกครองหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการวางแผนส่งเสริมภาวะโภชนาการให้วัยนี้ตลอดจนเพื่อสร้างความตระหนักให้กับคุณครูและผู้ปกครองในการดูแลสุขภาพของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา และมีความรู้ที่ถูกต้องเพื่อการมีสุขภาพที่ดีของเด็กในวัยนี้ต่อไป

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา
3. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

## วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

### แนวคิดทฤษฎี PRECEDE

PRECEDE Framework เป็นกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพที่ใช้ศึกษา ทั้งปัจจัยภายในและภายนอก สามารถนำไปประยุกต์เข้ากับการอธิบายถึงการเกิดพฤติกรรมและเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมในเรื่องอื่น ๆ อีกด้วยดังนั้นในการดำเนินงานหรือการจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพจะต้องมีการ ดำเนินการหลาย ๆ ด้านประกอบกัน และจะต้องวิเคราะห์ถึงปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้น ๆ ก่อน จึงจะ สามารถวางแผนและกำหนดวิธีการที่ต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งมี 7 ขั้นตอน ขั้นตอนที่ 1 การวินิจฉัยทางสังคม ขั้นตอนที่ 2 การวินิจฉัยทางวิทยาการระบาด ขั้นตอนที่ 3 การวินิจฉัยด้านพฤติกรรมและ สิ่งแวดล้อม ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์ทางการศึกษาได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม ขั้นตอนที่ 5 การวิเคราะห์ เลือกกลวิธีทางการศึกษา ขั้นตอนที่ 6 การวิเคราะห์ทางการบริหาร ขั้นตอนที่ 7 การประเมินผลการดำเนินงาน แต่ อย่างไรก็ตามการวิเคราะห์ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพตามกรอบ PRECEDE Framework ต้องคำนึงถึง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อปัจจัยเสริม ซึ่งปัจจัยนำเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้ ความเชื่อ ทศนคติ และ ค่านิยม ส่วนปัจจัยเสริม ได้แก่ ทักษะของบุคลากร ระยะเวลาหรือการคมนาคมในการเข้าถึงบริการ ส่วนปัจจัยเสริม เป็นปัจจัยที่มีมาจากบุคคลที่มีอิทธิพล เช่น บิดา มารดา และ ผู้บังคับบัญชา สามี ภรรยา

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### งานวิจัยในประเทศ

สายสุนีย์ อ้ายโน (2561) ศึกษาปัจจัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่มีผลต่ออัตราภาวะโภชนาการเกินของเด็ก นักเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า อัตราภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1-3 ของกรุงเทพมหานคร เฉลี่ยเท่ากับ ร้อยละ 12.8 (SD = 1.8) ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายอัตราภาวะโภชนาการเกิน ของเด็กนักเรียน อนุบาลได้ดีที่สุดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เรียงตามลำดับ ได้แก่ ทศนคติของครู อนุบาลต่อภาวะ โภชนาการเกิน ประเภทของโรงเรียนเอกชน ชนิดของอาหารกลางวันที่ให้พลังงานสูง และชนิด อาหารรอบรั้ว โรงเรียนที่ให้พลังงานสูง มีอำนาจการทำนายร้อยละ 77.3 ( $R^2 = .773$ ) ผลการศึกษาครั้งนี้สนับสนุน แนวคิดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการเกินในเด็ก อนุบาลในโรงเรียน ดังนั้นพยาบาลชุมชน และผู้มีหน้าที่ดูแลสุขภาพเด็กในโรงเรียนสามารถนำผลการวิจัยไป ใช้ทำนายอัตราภาวะโภชนาการเกิน และพัฒนา โปรแกรมเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กนักเรียน อนุบาลที่เน้นการปรับเปลี่ยนทัศนคติของครูอนุบาลต่อ ภาวะโภชนาการเกิน และโรงเรียนควรมีการควบคุม การจัดและจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มที่ให้พลังงานสูงใน โรงเรียนและรอบรั้วโรงเรียน

อัจฉราวดี ศรียะศักดิ์ (2563) การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณาแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ อิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องฉลากโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนประถมศึกษาขนาดใหญ่ในจังหวัดเพชรบุรี 3 โรงเรียน จำนวน 102 คน เลือกมาโดยสุ่มตัวอย่าง เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประกอบด้วย 1) แบบประเมินอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2) แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และ 3) แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องฉลากโภชนาการ GDA ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.85, 0.82 และ 0.77 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการของเด็กวัยเรียนโดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ ( $\bar{x}=9.52$ ,  $SD=2.44$ ) อิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลโดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{x}=36.58$ ,  $SD=4.90$ ) และความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องฉลากโภชนาการในเด็กวัยเรียนโดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ ( $\bar{x}=12.55$ ,  $SD=3.48$ ) ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ อิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ด้านสุขภาพในเด็กวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r=0.389$ ,  $p<0.001$ ,  $r=0.213$ ,  $p=0.032$  ตามลำดับ) บุคลากรด้านสุขภาพ และโรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการให้กับเด็กวัยเรียนโดยการสอดแทรกหรือบูรณาการในการจัดการเรียนการสอนและอาจจะใช้อิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องฉลากโภชนาการในเด็กวัยเรียน

Sandaruwana (2017) ศึกษาภาวะโภชนาการและปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคมที่สัมพันธ์กันระหว่างเด็กปฐมวัยและเด็กนักเรียนในชุมชนเกษตรกรรมประเทศศรีลังกา พื้นที่ศึกษาเป็นชุมชนแออัดในเมืองไฮเดอราบาด โรงเรียนเอกชน จำนวน 5 แห่งผลการศึกษา พบว่า มีเด็ก 547 คน (อายุ 1-15 ปี เฉลี่ย  $7.0 \pm 3.6$  ปีและหญิง 53%) เข้าร่วมการศึกษา 35.6%, 26.9% และ 32.9% ของเด็กมีน้ำหนักน้อยและแคระแกร็นและเสียชีวิตตามลำดับ ภาวะขาดสารอาหารเป็นเรื่องปกติในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา มารดาที่มีบุตรจำนวนมากและบุตรหญิงมีความสัมพันธ์กับการขาดสารอาหารในเด็กวัยก่อนเรียน การอาศัยอยู่ในบ้านหลังเล็ก ๆ จำนวนสมาชิกในครอบครัวรายได้ขั้นต่ำ รายเดือนและการจ้างงานของมารดา มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการต่ำในเด็กนักเรียน

## วิธีการดำเนินการวิจัย

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 314 คน

### การสร้างเครื่องมือและตรวจสอบเครื่องมือ

เครื่องมือใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง และระดับชั้นเรียน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยนำเข้าเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยแบ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ช่วง คะแนนตามแบบมาตราวัดแบบลิเคอร์ท (Likert's Scale) คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งเป็นข้อความข้อที่แสดงถึงการได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัว ครู เพื่อน ต่อสื่อโฆษณา ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งเป็น 5 ระดับ ตามแบบมาตราวัดแบบลิเคอร์ท (Likert's Scale) คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งเป็นข้อความที่แสดงถึงการปฏิบัติตัวในการบริโภคอาหาร ได้แก่ ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ตามแบบมาตราวัดแบบลิเคอร์ท (Likert's Scale) คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. คณะผู้วิจัยติดต่อของหนังสือจากคณะสาธารณสุขศาสตร์และเทคโนโลยีสุขภาพ วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น ถึงโรงเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

2. คณะผู้วิจัยประสานงานกับโรงเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เพื่อขอความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการดำเนินการวิจัย

3. คณะผู้ดำเนินการวิจัยเก็บข้อมูลของนักเรียนในโรงเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

4. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความถูกต้อง ความสมบูรณ์ของข้อมูล และบันทึกข้อมูลลงใน โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล นำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อให้เห็นลักษณะข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนบุคคล กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยค่าไคสแควร์ (Chi-square)

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

### ผลการวิจัย

ประชากรส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 54.1 รองลงมาเป็นเพศหญิงจำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 45.9 มีระดับอายุส่วนใหญ่ อายุ 10 ปี จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 20.4 รองลงมา อายุ 8 ปี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 20.1 และน้อยที่สุด อายุ 12 ปี จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 9.9

### ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 216 คน ร้อยละ 68.8 รองลงมา อยู่ในระดับดีมาก จำนวน 98 คน ร้อยละ 31.2 และน้อยที่สุดอยู่ในระดับต่ำ จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 00.0 ตามลำดับ

### ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก จำนวน 302 คน คิดเป็นร้อยละ 96.2 รองลงมา อยู่ในระดับปานกลางจำนวน 12 คิดเป็นร้อยละ 3.8 และน้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 00.0 ตามลำดับ

### ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก จำนวน 228 คน คิดเป็นร้อยละ 72.6 รองลงมา อยู่ในระดับปานกลางจำนวน 86 คิดเป็นร้อยละ 27.4 และน้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 00.0 ตามลำดับ

### ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก จำนวน 178 คน คิดเป็นร้อยละ 55.7 รองลงมา อยู่ในระดับปานกลางจำนวน 135 คิดเป็นร้อยละ 43.9 และน้อยที่สุด อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 00.3 ตามลำดับ

### พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 214 คน ร้อยละ 68.2 รองลงมา อยู่ในระดับดีมาก จำนวน 97 คน ร้อยละ 30.9 และน้อยที่สุดอยู่ในระดับต่ำ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 ตามลำดับ

### ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนบุคคลกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยทางคุณลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ รายรับต่อวันของเด็กนักเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ปัจจัยทางคุณลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ระดับชั้น การพักอาศัย ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

### ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

#### ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ( $r=-0.077$  ,  $p=0.175$ )

#### ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ( $r=0.055$  ,  $p=0.329$ )

#### ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ( $r=0.265$  ,  $p=0.000$ )

#### ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ( $r=0.219$  ,  $p=0.000$ )

## สรุปและอภิปรายผล

ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภค ( $r=0.265$ ,  $p=0.000$ ) ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่าปัจจัยเอื้อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เนื่องจากมีการเข้าถึงการรับประทานอาหาร เช่น แหล่งขายอาหาร การกำหนดเมนูอาหารของครอบครัว การกำหนดเมนูอาหารของโรงเรียน รวมไปถึงการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ให้พลังงานสูงบ่อยครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับสายสุนีย์ อ้ายโน (2561) ศึกษาเรื่องปัจจัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่มีผลต่ออัตราภาวะโภชนาการเกินของเด็กนักเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาครั้งนี้สนับสนุนแนวคิดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการเกินในเด็กอนุบาลในโรงเรียน ที่ว่า ทักษะคิดของครูอนุบาลต่อภาวะ โภชนาการเกิน ประเภทของโรงเรียนเอกชน ชนิดของอาหารกลางวันที่ให้พลังงานสูง ชนิดของอาหารว่างที่ให้พลังงานสูง และชนิดอาหารรอบรั้ว โรงเรียนที่ให้พลังงานสูง มีอำนาจการทำนายร้อยละ 77.3 ดังนั้นพยาบาลชุมชนและผู้มีหน้าที่ดูแลสุขภาพเด็กในโรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กนักเรียนอนุบาลที่เน้นการปรับเปลี่ยนทัศนคติของครูอนุบาลต่อภาวะโภชนาการเกิน และโรงเรียนควรมีการควบคุมการจัดและจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มที่ให้พลังงานสูงในโรงเรียนและรอบรั้วโรงเรียน

ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ( $r=0.219$ ,  $p=0.000$ ) ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่าปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เนื่องจากการรับประทานอาหารของนักเรียนได้รับการสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ เช่น ครอบครัว ครู เพื่อน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บุญฤทธิ์ ประสิทธิ์นราพันธุ์ (2560) ได้ศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 พบว่า เงินที่ได้จากผู้ปกครอง ( $r = -200$ ,  $p < 0.05$ ) ทักษะคิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ( $r = 243$ ,  $p < 0.05$ ) และอิทธิพลจากเพื่อน ( $r = 407$ ,  $p < 0.01$ ) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยนำต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารและทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ว่าความรู้และทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ในโรงเรียนเขตเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เนื่องจากนักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง เช่น นิยมรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงเป็นประจำเนื่องจาก มีความอร่อย นักเรียนรับประทานอาหารยังไม่มีความหลากหลายจึงได้รับสารอาหารไม่ครบ 5 หมู่ ตามหลักโภชนาการ เป็นต้น จึงก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อัจฉรวาดี

ศรียะศักดิ์ (2563) เรื่อง ความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องฉลากโภชนาการในเด็กวัยเรียน: กรณีศึกษาจังหวัดเพชรบุรี ผลการวิจัย พบว่า ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการของเด็กวัยเรียนโดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ ( $\bar{x}=9.52$ ,  $SD=2.44$ ) โดยบุคลากรด้านสุขภาพ และโรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการให้กับเด็กวัยเรียนโดยการสอดแทรกหรือบูรณาการในการจัดการเรียนการสอน

### ข้อเสนอแนะ

1. ควรสร้างความตระหนักให้กับเด็กนักเรียนในการปฏิบัติพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการในทุกด้าน

2. ควรมีสื่อในการให้ความรู้ในเรื่องพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการที่หลากหลายและครอบคลุมเพื่อให้เข้าถึงเด็กนักเรียนอย่างทั่วถึง

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ เพิ่มเติม เช่น พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการ

2. ควรศึกษาโปรแกรมที่ใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กให้ประสบความสำเร็จ

3. ควรศึกษาในวงกว้างและเด็กนักเรียนเปรียบเทียบกับหลายกลุ่มตัวอย่างที่มีสภาพแวดล้อมและสังคมต่างกัน เพื่อให้เห็นความแตกต่างรอบด้านอย่างชัดเจน

### เอกสารอ้างอิง

จุฬารัตน์ โสตะ. (2546). กลยุทธ์การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. ขอนแก่น: ภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

จุฬารัตน์ โสตะ. (2552). แนวคิด ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. ขอนแก่น: ภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. (2545). ทฤษฎีและแบบจำลองการประยุกต์ทางสุขศึกษาและวิทยาศาสตร์พฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิทยาศาสตร์ และพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

จุฬารัตน์ โสตะ. (2543). การส่งเสริมสุขภาพแนวใหม่. ขอนแก่น: ภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวีน สุวรรณ (2536). **พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา**. กรุงเทพฯ: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พรรณี ปัญชรหัตถกิจ และบุญร่วม แก้วบุญเรือง. (2554). **การพัฒนาเครือข่าย สร้างเสริมสุขภาพระหว่างคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นและสาธารณสุขสิรินธร ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ**.  
ขอนแก่น: ภาควิชาสาธารณสุขศึกษาและคณะสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- มัลลิกา มัติโก. (2543). **คู่มือการวิจัยพฤติกรรมสุขภาพชุดที่ 1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพผู้สูงอายุ**.  
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญดีการพิมพ์.
- สายสุนีย์ อ้ายโน, สมสมัย รัตนกริธากุล และสุวรรณา จันทร์ประเสริฐ. (2561). **ปัจจัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่มีผลต่ออัตราการภาวะโภชนาการเกินของเด็กนักเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร**. วารสารพยาบาลสาธารณสุข สมาคมสภาพยาบาลสาธารณสุขไทยฯ. 32(1), 11-28.
- สมจิตต์ สุพรรณทัศน์. (2527). **เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา**. กรุงเทพฯ: ป.สัมพันธ์ พาณิชย์.
- สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. (2536). **การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม แนวทางการศึกษาการวิเคราะห์และการวางแผน**. ขอนแก่น: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Becker, MH, and Maiman, LA. (1975). **Sociobehavioral determinants of compliance with health and medical care recommendations**. Med Care. 13 (1), 10-24.
- Bloom, BS. (1969). **Taxonomy of Official Objectives**. Study, Head Book 1: Cognitive Domain. New York: David McKay,
- Chulapom Sota, Pannee Banjonghathakit, & Boonrod Kaewbunruang. (2011). **Students health promote Life stye in Faculty of Public Health, Khon Kaen University. And Sirindhorn Public Health College, Khon Kaen Province, Thailand**. In 3<sup>rd</sup> International Conference on Public Health, among greater Mekong Sub-region, contries 9-10 August 2011. Laos: Don Chan Palace Hotel, Vientiane.