



ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา เปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารในด้าน ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัย ที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากตัวอย่างประชากร ซึ่งเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึง มัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 33 โรงเรียน จำนวนนักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม 800 คน เป็นนักเรียนชาย 400 คน นักเรียนหญิง 400 คน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 760 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 95 เป็นนักเรียนชาย 385 คน คิดเป็นร้อยละ 96 เป็นนักเรียนหญิง 375 คน คิดเป็นร้อยละ 94 และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป เอส พี เอส เอส/พี ซี พลัส (SPSS/PC+) ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 6 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 1-3)

ตอนที่ 2 ความรู้และการเปรียบเทียบความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 4 และ 5)

ตอนที่ 3 ทักษะและการเปรียบเทียบทักษะการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 6 และ 7)

ตอนที่ 4 บริโภคนิสัยและการเปรียบเทียบบริโภคนิสัย ในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 8 และ 9)

ตอนที่ 5 ความรู้ ทักษะ บริโภคนิสัย และการเปรียบเทียบการบริโภคอาหาร
ที่เกี่ยวข้องปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน โดยรวม ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนต้น กรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 10)

ตอนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหาร
ที่เกี่ยวข้องปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน โดยรวม ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนต้น กรุงเทพมหานคร (ตารางที่ 11)

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยนำข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมด มาแยกเป็นข้อมูล
ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง แล้วนำมาแจกแจงความถี่และค่าร้อยละเป็นรายชื่อ ผลการ
วิเคราะห์ข้อมูล ดังตารางที่ 1-3

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
กรุงเทพมหานคร

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ						
11 ปี	3	0.4	2	0.5	1	0.3
12 ปี	110	14.5	50	13.0	60	16.0
13 ปี	252	33.2	127	33.0	125	33.3
14 ปี	265	34.9	144	37.4	121	32.3
15 ปี	122	16.1	57	14.8	65	17.3
16 ปี	8	1.1	5	1.3	3	0.8

ตารางที่ 1 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ภาวะโภชนาการ *						
โภชนาการต่ำ	170	22.4	90	23.4	80	21.3
โภชนาการปกติ	494	65.0	233	60.5	260	69.3
โภชนาการเกิน	42	5.5	25	6.5	17	4.5
โภชนาการอ้วน	55	7.2	37	9.6	18	4.8
× ศาสนา						
พุทธ	720	95.0	361	94.0	359	96.0
คริสต์	7	0.9	3	0.8	4	1.1
อิสลาม	27	3.6	18	4.7	9	2.4
อื่นๆ ระบุ						
ฮินดู	4	0.5	2	0.5	2	0.5
เงินที่ได้รับเป็นค่าอาหารในแต่ละวัน						
น้อยกว่า 10 บาทต่อวัน	3	0.4	3	0.8	0	0.0
10-20 บาทต่อวัน	89	11.7	46	11.9	43	11.5
21-40 บาทต่อวัน	332	43.7	154	40.0	178	47.5
41-60 บาทต่อวัน	273	35.9	141	36.6	132	35.2
61-80 บาทต่อวัน	44	5.8	29	7.5	15	4.0
มากกว่า 81 บาทต่อวัน	15	2.0	10	2.6	5	1.3
อื่นๆ ระบุ						
ไม่แน่นอน	4	0.5	2	0.5	2	0.5

ตารางที่ 1 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับ						
"ปัญหา โภชนาการเกินมาตรฐาน						
และ โรคอ้วน"จากแหล่ง ใบบ้าง						
นอกจากที่โรงเรียน						
บิดา มารดา ผู้ปกครอง	615	81.1	306	79.5	309	82.4
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	160	21.1	75	19.5	85	22.7
วิทยุ	191	25.2	94	24.4	97	25.9
โทรทัศน์	543	71.6	267	69.4	276	73.6
หนังสือพิมพ์	286	37.7	143	37.1	143	38.1
นิตยสาร วารสาร	252	33.2	101	26.2	151	40.3
อื่นๆ ระบุ						
ร้านอาหาร	3	0.4	2	0.5	1	0.3
ห้างสรรพสินค้า	2	0.3	2	0.5	0	0.0
เพื่อน	2	0.3	2	0.3	0	0.0
โบสถ์	1	0.1	1	0.3	0	0.0
กิจกรรมเวลาว่างที่ทำบ่อยที่สุด						
ออกกำลังกาย						
เล่นกีฬา 1 ชั่วโมงต่อวัน	40	5.3	32	8.3	8	2.1
เล่นกีฬา 2 ชั่วโมงต่อวัน	42	5.5	33	8.6	9	2.4
เล่นกีฬา 3 ชั่วโมงต่อวัน	26	3.4	19	4.9	7	1.9
เล่นกีฬา 4 ชั่วโมงต่อวัน	11	1.5	9	2.3	2	0.5
เล่นกีฬา 5 ชั่วโมงต่อวัน	7	0.9	7	1.8	0	0.0
วิ่ง 0.5 ชั่วโมงต่อวัน	4	0.5	3	0.8	1	0.3

ตารางที่ 1 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
วิ่ง 1 ชั่วโมงต่อวัน	17	2.3	11	2.9	6	1.6
วิ่ง 2 ชั่วโมงต่อวัน	5	0.7	4	1.0	1	0.3
วิ่ง 3 ชั่วโมงต่อวัน	1	0.1	1	0.3	0	0.0
ว่ายน้ำ 1 ชั่วโมงต่อวัน	4	0.5	1	0.3	3	0.8
ว่ายน้ำ 2 ชั่วโมงต่อวัน	3	0.4	0	0.0	3	0.8
ว่ายน้ำ 3 ชั่วโมงต่อวัน	6	0.8	4	1.0	2	0.5
ว่ายน้ำ 5 ชั่วโมงต่อวัน	3	0.4	2	0.5	1	0.3
ดูโทรทัศน์ นาน.....ชั่วโมงต่อวัน						
1 ชั่วโมงต่อวัน	15	2.0	4	1.0	11	3.0
2 ชั่วโมงต่อวัน	55	7.2	28	7.3	27	7.2
3 ชั่วโมงต่อวัน	65	8.6	28	7.3	37	9.9
4 ชั่วโมงต่อวัน	54	7.1	17	4.4	37	9.9
5 ชั่วโมงต่อวัน	76	10.0	43	11.2	33	8.8
6 ชั่วโมงต่อวัน	43	5.7	20	5.2	23	6.1
7 ชั่วโมงต่อวัน	22	2.9	5	1.3	17	4.5
8 ชั่วโมงต่อวัน	24	3.2	9	2.3	15	4.0
มากกว่า 8 ชั่วโมงต่อวัน	59	7.8	25	6.5	34	9.1
นอน	68	9.9	28	7.3	40	10.7
อื่นๆ ระบุ						
อ่านหนังสือ	35	4.6	15	3.9	20	5.3
ฟังวิทยุ	28	3.7	12	3.1	16	4.3
ช่วยพ่อแม่ทำงาน	13	1.7	5	1.3	8	2.1
เล่นเกมคอมพิวเตอร์	8	1.1	4	1.0	4	1.1

ตารางที่ 1 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เล่นเกมส์	19	2.5	11	2.9	8	2.1
วาดรูป	2	0.3	2	0.5	0	0.0
ประดิษฐ์ของเล่น	4	0.5	3	0.8	1	0.3
นักเรียนคิดว่ารูปร่างตนเอง						
รูปร่างพอดี	427	56.2	227	59.1	200	53.6
อ้วนเกินไป	160	21.1	67	17.4	93	24.9
ผอมเกินไป	127	16.7	63	16.4	64	17.2
อื่นๆ ระบุ						
เตี้ยเกินไป	16	2.1	11	2.8	5	1.3
ตัวเล็กเกินไป	17	2.2	12	3.1	5	1.3
ตัวใหญ่เกินไป	4	0.5	1	0.3	3	0.8
สูงเกินไป	6	0.8	3	0.8	3	0.8

* ภาพโขนานการประเมินจากน้ำหนักและส่วนสูง เทียบเกณฑ์มาตรฐาน
(รายละเอียดในภาคผนวก ข)

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.9 รองลงมา อายุ 13 ปี ร้อยละ 33.2 มีภาวะโขนานการปกติ ร้อยละ 65 โขนานการต่ำ ร้อยละ 22.4 โขนานการอ้วน ร้อยละ 7.2 และโขนานการเกิน ร้อยละ 5.5 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 95 รองลงมาศาสนาอิสลาม ร้อยละ 3.6 เงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าอาหารในแต่ละวันส่วนใหญ่ 21-40 บาท ร้อยละ 43.7 รองลงมา 41-60 บาท ร้อยละ 35.9 แหล่งความรู้ที่นักเรียน

ได้รับเกี่ยวกับ "ปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน" นอกจากนี้โรงเรียนแล้วส่วนใหญ่ได้รับจาก บิคา มารคา ผู้ปกครอง ร้อยละ 81.1 รองลงมาคือโทรทัศน์ ร้อยละ 71.6 กิจกรรมเวลาว่างที่นักเรียนทำเป็นส่วนใหญ่คือดูโทรทัศน์ ร้อยละ 54.3 รองลงมาออกกำลังกาย ร้อยละ 22.2 การรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างของตนเองส่วนใหญ่รับรู้ว่ารูปร่างพอดี ร้อยละ 56.2 รองลงมาอ้วนเกินไป ร้อยละ 21.1

เมื่อจำแนกตามเพศเป็นนักเรียนชาย พบว่า ส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี ร้อยละ 37.4 รองลงมา อายุ 13 ปี ร้อยละ 33.0 มีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 60.5 โภชนาการต่ำ ร้อยละ 23.4 โภชนาการอ้วน ร้อยละ 9.6 และโภชนาการเกิน ร้อยละ 6.5 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 94 รองลงมาศาสนาอิสลาม ร้อยละ 4.7 เงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าอาหารในแต่ละวันส่วนใหญ่ได้รับ 21-40 บาท ร้อยละ 40 รองลงมา 41-60 บาท ร้อยละ 36.6 แหล่งความรู้ที่นักเรียนได้รับเกี่ยวกับ "ปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน" นอกจากนี้โรงเรียนส่วนใหญ่ได้รับจาก บิคา มารคา ผู้ปกครอง ร้อยละ 79.5 รองลงมาคือ โทรทัศน์ ร้อยละ 69.4 กิจกรรมเวลาว่างที่นักเรียนทำเป็นส่วนใหญ่คือดูโทรทัศน์ ร้อยละ 46.5 รองลงมาออกกำลังกาย ร้อยละ 32.7 การรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างของตนเองส่วนใหญ่รับรู้ว่ารูปร่างพอดี ร้อยละ 59.1 รองลงมาอ้วนเกินไป ร้อยละ 17.4

เมื่อจำแนกตามเพศเป็นนักเรียนหญิง พบว่า ส่วนใหญ่มีอายุ 13 ปี ร้อยละ 33.3 รองลงมาอายุ 14 ปี ร้อยละ 32.3 มีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 69.3 โภชนาการต่ำ ร้อยละ 21.3 โภชนาการอ้วน ร้อยละ 4.8 และโภชนาการเกิน ร้อยละ 4.5 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 96 รองลงมาศาสนาอิสลาม ร้อยละ 2.4 เงินที่นักเรียนได้รับเป็นค่าอาหารในแต่ละวันส่วนใหญ่ได้รับ 21-40 บาท ร้อยละ 47.7 รองลงมา 41-60 บาท ร้อยละ 35.2 แหล่งความรู้ที่นักเรียนได้รับเกี่ยวกับ "ปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน" นอกจากนี้โรงเรียนส่วนใหญ่ได้รับจาก บิคา มารคา ผู้ปกครอง ร้อยละ 82.4 รองลงมาคือ โทรทัศน์ ร้อยละ 73.6 กิจกรรมเวลาว่างที่นักเรียนทำเป็นส่วนใหญ่คือดูโทรทัศน์ ร้อยละ 62.6 รองลงมาอื่นๆ ได้แก่ อ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ช่วยพ่อแม่ทำงาน เล่นดนตรี เล่นเกมส์ ประดิษฐ์ของเล่น สะสมแสตมป์ ร้อยละ 5.3 4.3 2.1 1.1 2.1 และ 0.3 ตามลำดับ การรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างของตนเองส่วนใหญ่รับรู้ว่ารูปร่างพอดี ร้อยละ 53.6 รองลงมาอ้วนเกินไป ร้อยละ 24.9

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว ของนักเรียนระดับ
มัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

รายการ	นักเรียนทั้งหมด N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย ในปัจจุบัน						
บิดา	37	4.9	17	4.4	20	5.3
มารดา	77	10.1	41	10.6	36	9.6
บิดาและมารดา	568	74.7	293	76.1	275	73.3
อื่นๆ ระบุ						
ป้า	20	2.7	5	1.3	15	4.0
ตา ยาย	16	2.1	6	1.5	10	2.6
น้า	15	2.0	8	2.1	7	1.9
อา	10	1.3	4	1.0	6	1.6
ปู่ ย่า	6	0.8	3	0.8	3	0.8
พี่	6	0.8	4	1.0	2	0.5
ลุง	2	0.3	1	0.3	1	0.3
มารดาบุญธรรม	1	0.1	1	0.3	0	0.0
พระ	1	0.1	1	0.3	0	0.0
สถานสงเคราะห์	1	0.1	1	0.3	0	0.0
การศึกษาสูงสุดของบิดา						
ไม่ได้รับการศึกษา	11	1.5	2	0.5	9	2.4
ระดับประถมศึกษา	309	40.8	148	38.4	161	43.2
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	110	14.5	55	14.3	55	14.7
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	104	13.7	56	14.5	48	12.9
อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตร	76	10.0	34	8.8	42	11.3

ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ปริญญาตรี	98	12.9	60	15.6	38	10.2
สูงกว่าปริญญาตรี	28	3.7	19	4.9	9	2.4
อื่นๆ ระบุ						
ไม่ทราบ	22	2.9	11	2.9	11	2.9
การศึกษาสูงสุดของมารดา						
ไม่ได้รับการศึกษา	33	4.4	16	4.2	17	4.6
ระดับประถมศึกษา	371	49.0	173	45.1	198	53.1
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	88	11.6	48	12.5	40	10.7
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	74	9.8	38	9.9	36	9.7
อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตร	72	9.5	43	11.2	29	7.8
ปริญญาตรี	86	11.4	47	12.2	39	10.5
สูงกว่าปริญญาตรี	15	2.0	10	2.6	5	1.3
อื่นๆ ระบุ						
ไม่ทราบ	18	2.4	9	2.3	9	2.4
การศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง (กรณีที่ไม่อยู่กับ บิดา มารดา)						
ไม่ได้รับการศึกษา	4	0.5	0	0.0	4	1.1
ระดับประถมศึกษา	23	3.1	5	1.3	18	4.8
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	5	0.7	4	1.1	1	0.3
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	6	0.8	5	1.3	1	0.3
อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตร	12	1.6	4	1.1	8	2.1
ปริญญาตรี	13	1.7	5	1.3	8	2.1
สูงกว่าปริญญาตรี	8	1.1	6	1.6	2	0.5

ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพของบิดา						
รับจ้างทั่วไป	212	28.1	117	30.6	95	25.5
ค้าขายเล็กน้อย	90	11.9	41	10.7	49	13.2
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	131	17.4	69	18.1	62	16.7
ปลูกพืช เลี้ยงสัตว์(เกษตรกรรม)	13	1.7	4	1.0	9	2.4
รับราชการ	125	16.6	59	15.4	66	17.7
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	49	6.5	27	7.1	22	5.9
พนักงาน บริษัท ห้างร้าน เอกชน	102	13.5	53	13.9	45	12.1
อื่นๆ ระบุ						
ถึงแก่กรรม	22	2.9	7	1.8	15	4.0
ไม่ทราบ	7	0.9	4	1.0	3	0.8
ไม่มีงานทำ	2	0.3	1	0.3	1	0.3
ราชการบำนาญ	1	0.1	0	0.0	1	0.3
อาชีพของมารดา						
รับจ้างทั่วไป	150	19.9	72	18.9	78	20.9
ค้าขายเล็กน้อย	169	22.4	88	23.2	81	21.7
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	99	13.1	54	14.2	45	12.1
ปลูกพืช เลี้ยงสัตว์(เกษตรกรรม)	13	1.7	5	1.3	8	2.1
รับราชการ	81	10.8	40	10.5	41	11.0
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	23	3.1	11	2.9	12	3.2
พนักงาน บริษัท ห้างร้าน เอกชน	82	10.9	37	9.7	45	12.1
อื่นๆ ระบุ						
แม่บ้าน	130	17.2	70	18.2	60	16.0

ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ถึงแก่กรรม	5	0.8	2	0.5	3	0.8
ไม่ทราบ	1	0.1	1	0.3	0	0.0
อาชีพของผู้ปกครอง (กรณีที่ไม่อยู่กับ บิดา มารดา)						
รับจ้างทั่วไป	10	1.3	4	1.0	6	1.6
ค้าขายเล็กน้อย	12	1.6	6	1.6	6	1.6
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	10	1.3	4	1.0	6	1.6
ปลูกพืช เลี้ยงสัตว์(เกษตรกรรม)	1	0.1	0	0.0	1	0.3
รับราชการ	15	2.0	7	1.8	8	2.1
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	4	0.5	1	0.3	3	0.8
พนักงาน บริษัท ห้างร้าน เอกชน	10	1.3	5	1.3	5	1.3
อื่นๆ ระบุ						
แม่บ้าน	6	0.8	2	0.5	4	1.1
ไม่ทราบ	4	0.5	1	0.3	3	0.8
สมาชิกในครอบครัวที่มีรูปร่างอ้วน						
บิดา	146	19.3	70	18.2	76	20.5
มารดา	156	20.6	71	18.4	85	22.9
บิดาและมารดา	55	7.3	21	5.5	34	9.2
ที่หรือน้อง	131	17.3	68	17.7	63	17.0
อื่นๆ ระบุ						
ไม่มี	188	24.8	110	28.6	78	20.8
น้ำ	16	2.1	7	1.8	9	2.4
ยาย	14	1.8	9	2.3	5	1.3

ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง	
	N=760		N=385		N=375	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ป่า	13	1.7	8	2.1	5	1.3
นักเรียน	12	1.6	7	1.8	5	1.3
ฮา	8	1.1	5	1.3	3	0.8
ทั้งหมดครัว	5	0.7	3	0.8	2	0.5
ลุง	4	0.5	2	0.5	2	0.5
ย่า	3	0.4	1	0.3	2	0.5
ตา	3	0.4	2	0.5	1	0.3
ปู่	2	0.3	1	0.3	1	0.3
จำนวนสมาชิกในครอบครัว						
2-3 คน	82	10.8	44	11.4	38	10.1
4-5 คน	398	52.4	194	50.4	204	54.4
6-7 คน	193	25.4	104	27.0	89	23.7
8 หรือมากกว่า 8 คนขึ้นไป	87	11.4	43	11.2	44	11.7
รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว						
ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน	77	10.3	32	8.4	45	12.1
5,001-8,000 บาทต่อเดือน	156	20.8	68	17.9	88	23.7
8,001-11,000 บาทต่อเดือน	152	20.3	67	17.7	85	22.9
11,001-14,000 บาทต่อเดือน	118	15.7	75	19.8	43	11.6
มากกว่า 14,000 บาทต่อเดือน	247	32.9	137	36.1	110	29.6

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา ร้อยละ 74.7 รองลงมาอยู่กับมารดา ร้อยละ 10.1 การศึกษาสูงสุดของบิดา มารดา ส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 40.8 และ 49 ตามลำดับ รองลงมา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 14.5 และ 11.6 ตามลำดับ บิดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 28.1 รองลงมาประกอบธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 17.4 มารดาส่วนใหญ่มีอาชีพค้าขาย เล็กน้อย ร้อยละ 22.4 รองลงมาคือรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 19.9 ส่วนใหญ่สมาชิกในครอบครัวไม่ฮ้วน ร้อยละ 24.8 รองลงมามารดาฮ้วน ร้อยละ 20.6 บิดาฮ้วน ร้อยละ 19.3 ครอบครัวส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิก 4-5 คน ร้อยละ 52.4 รองลงมา 6-7 คน ร้อยละ 25.4 รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวส่วนใหญ่มากกว่า 14,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 32.9 รองลงมา 5,001-8,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 20.8

เมื่อจำแนกตามเพศเป็นนักเรียนชาย บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบันส่วนใหญ่คือ บิดาและมารดา ร้อยละ 76.1 รองลงมาอยู่กับมารดา ร้อยละ 10.6 การศึกษาสูงสุดของบิดามารดา ส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 38.4 และ 45.1 ตามลำดับ รองลงมา บิดามีการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 15.6 มารดา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 12.5 บิดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 30.6 รองลงมาประกอบธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 18.1 มารดาส่วนใหญ่มีอาชีพค้าขายเล็กน้อย ร้อยละ 23.2 รองลงมารับจ้างทั่วไป ร้อยละ 18.9 ส่วนใหญ่สมาชิกในครอบครัวไม่ฮ้วน ร้อยละ 28.6 รองลงมามารดาฮ้วน ร้อยละ 18.4 ครอบครัวส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิก 4-5 คน ร้อยละ 50.4 รองลงมา 6-7 คน ร้อยละ 27 รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวส่วนใหญ่มากกว่า 14,000 บาท ร้อยละ 36.1 รองลงมา 11,001-14,000 บาท ร้อยละ 19.8

เมื่อจำแนกตามเพศเป็นนักเรียนหญิง บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบันส่วนใหญ่คือ บิดาและมารดา ร้อยละ 73.3 รองลงมาอยู่กับมารดา ร้อยละ 9.6 การศึกษาสูงสุดของบิดา มารดา ส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 43.2 และ 53.1 ตามลำดับ รองลงมา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น บิดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 25.5 รองลงมารับราชการ ร้อยละ 17.7 มารดาส่วนใหญ่มีอาชีพค้าขายเล็กน้อย ร้อยละ 21.7 รองลงมารับจ้างทั่วไป ร้อยละ 20.9 สมาชิกในครอบครัวที่มีรูปร่างฮ้วนส่วนใหญ่คือมารดา ร้อยละ 22.9 รองลงมา ไม่มีใครฮ้วน ร้อยละ 20.8 ครอบครัวส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิก 4-5 คน ร้อยละ 54.4 รองลงมา 6-7 คน ร้อยละ 23.7 รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวส่วนใหญ่มากกว่า 14,000 บาท ร้อยละ 29.6 รองลงมา 5,001-8,000 บาท ร้อยละ 23.7

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับลักษณะอาหารที่บริโภค
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

รายการ	นักเรียนทั้งหมด N=760 จำนวน ร้อยละ		นักเรียนชาย N=385 จำนวน ร้อยละ		นักเรียนหญิง N=375 จำนวน ร้อยละ	
ลักษณะอาหารที่รับประทานส่วนใหญ่						
ในครอบครัว						
ซื้ออาหารสำเร็จรูป	139	18.3	73	18.9	66	18.0
ที่บ้านปรุงเอง	619	81.4	310	80.5	309	82.4
อื่นๆ ระบุ						
ไม่แน่นอน	2	0.3	2	0.5	0	0.0
อาหารกลางวันที่นักเรียนรับประทาน						
ซื้อจากแม่ค้า ในโรงเรียน	714	94.1	359	93.2	355	94.9
นำมาจากบ้าน	2	0.3	2	0.5	0	0.0
โครงการอาหารกลางวันของ						
โรงเรียน	36	4.7	20	5.2	16	4.3
ไม่ได้รับประทาน	5	0.7	4	1.0	1	0.3
อื่นๆ ระบุ						
ไม่แน่นอน	2	0.3	0	0.0	2	0.5

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่รับประทาน
อาหารที่ครอบครัวปรุงเอง ร้อยละ 81.4 รองลงมาซื้ออาหารสำเร็จรูป ร้อยละ 18.3
อาหารกลางวันที่นักเรียนรับประทานส่วนใหญ่ซื้อจากแม่ค้าในโรงเรียน ร้อยละ 94.1 รองลงมา
จากโครงการอาหารกลางวันของโรงเรียน ร้อยละ 4.7

เมื่อจำแนกตามเพศเป็นนักเรียนชาย ลักษณะอาหารที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว
ปรุงเอง ร้อยละ 80.5 รองลงมาซื้ออาหารสำเร็จรูป ร้อยละ 18.9 อาหารกลางวันที่
นักเรียนรับประทานส่วนใหญ่ซื้อจากแม่ค้าในโรงเรียน ร้อยละ 93.2 รองลงมาจากโครงการ
อาหารกลางวันของโรงเรียน ร้อยละ 5.2

เมื่อจำแนกตามเพศเป็นนักเรียนหญิง ลักษณะอาหารที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว
ปรุงเอง ร้อยละ 82.4 รองลงมาซื้ออาหารสำเร็จรูป ร้อยละ 18.0 อาหารกลางวันที่
นักเรียนรับประทานส่วนใหญ่ซื้อจากแม่ค้าในโรงเรียน ร้อยละ 94.9 รองลงมาจากโครงการ
อาหารกลางวันของโรงเรียน ร้อยละ 4.3

ตอนที่ 2 ความรู้และการเปรียบเทียบความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ
 เกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยได้ตรวจให้คะแนนความรู้ ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และนำคะแนน
 ของนักเรียนทั้งหมด นักเรียนชาย นักเรียนหญิง มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X})
 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(SD) แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนน ระหว่าง
 นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง โดยการทดสอบค่า "ที"(t-test) ทั้งโดยส่วนรวมและรายชื่อ
 ปรากฏผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังตารางที่ 4 และตารางที่ 5

ตารางที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละของระดับคะแนนความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหา
 โภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
 กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

เกณฑ์ระดับความรู้	คะแนนดิบ	นักเรียนทั้งหมด N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	24 - 30	10	1.3	4	1.0	6	1.6
ดี	21 - 23	116	15.3	52	13.5	64	17.1
ปานกลาง	18 - 20	273	35.9	115	29.9	158	42.1
พอใช้	15 - 17	218	28.7	120	31.2	98	26.1
ต้องปรับปรุง	0 - 14	143	18.8	94	24.4	49	13.1
	รวม	760	100	385	100	375	100

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่ มีความรู้ การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.9 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 28.7 และเมื่อพิจารณาจำแนกตามเพศ นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนชายส่วนใหญ่ มีความรู้อยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 31.2 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.9 ส่วนนักเรียนหญิงส่วนใหญ่ มีความรู้ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.1 รองลงมาอยู่ในระดับ พอใช้ ร้อยละ 26.1

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "t" ด้านความรู้การบริโภคอาหาร ที่เกี่ยวกับโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		นักเรียนทั้งหมด		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
1.	อาหารหมายถึงอะไร	0.98	0.12	0.98	0.15	0.99	0.09	-1.71
2.	อาหารนอกจากจะทำให้ร่างกายแข็งแรง ยังมีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไร	0.86	0.34	0.85	0.35	0.87	0.33	-0.81
3.	ตามหลักโภชนาการใน 1 วัน นักเรียนควรรับประทานสารอาหารใด เรียงจากมากไปน้อย	0.46	0.50	0.52	0.50	0.40	0.49	3.47*
4.	อาหารจานใด ถ้านักเรียนรับประทาน จะทำให้ได้รับสารอาหารประเภทไขมันมากที่สุด	0.77	0.42	0.78	0.41	0.74	0.43	1.06

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
5.	การรับประทานอาหารต่อไปนี้ ในปริมาณที่เท่ากัน อาหารชนิดใด มีกรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกาย มากที่สุด	0.24	0.42	0.27	0.44	0.19	0.39	2.63*
6.	อาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น แชนวิช แฮมเบอร์เกอร์ มีสารอาหารอะไร น้อยที่สุด	0.54	0.50	0.52	0.50	0.55	0.49	-0.68
7.	วัยรุ่นต้องการไขมันวันละเท่าไร	0.30	0.46	0.28	0.45	0.33	0.47	-1.66
8.	ถ้านักเรียนหนัก 50 กิโลกรัม ควรรับประทาน คาร์โบไฮเดรต กี่กรัมต่อวัน	0.45	0.50	0.46	0.49	0.43	0.49	0.69
9.	การรับประทานอาหารมือเย็นใน ปริมาณมากเกินไป ทำให้น้ำหนักตัว เกินมาตรฐาน เพราะอะไร	0.15	0.35	0.13	0.33	0.16	0.37	-1.07
10.	อาหารที่นักเรียนควรรับประทาน เพื่อให้ได้สารอาหารครบ 5 หมู่ คือ ข้อใด	0.41	0.49	0.38	0.49	0.43	0.49	-1.33
11.	การรับประทานอาหารที่ให้พลังงาน มากเกินไป มีผลเสียอย่างไร	0.48	0.50	0.49	0.50	0.46	0.49	0.96
12.	อาหารชนิดใดให้พลังงานมาก ที่สุด	0.36	0.48	0.35	0.48	0.37	0.48	-0.73

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด การเปรียบเทียบระหว่างเพศ						t
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
13.	การรับประทานอาหารประเภท แป้งและน้ำตาล ในปริมาณที่มากเกินไป จะถูกเก็บสะสมไว้ในรูปใด	0.61	0.49	0.59	0.49	0.63	0.48	-1.12
14.	ถ้านักเรียนรับประทานอาหาร ครบ 5 หมู่แล้ว ในแต่ละวัน จำเป็น ต้องดื่มอาหารเสริมสำเร็จรูปหรือไม่	0.80	0.40	0.78	0.42	0.82	0.39	-1.44
15.	ใครต่อไปที่มีโอกาสเป็นโรคอ้วน	0.64	0.48	0.57	0.49	0.71	0.45	-4.17*
16.	การรับประทานขนมบรรจุถุง สำเร็จรูป มีประโยชน์หรือไม่	0.77	0.42	0.69	0.46	0.84	0.37	-4.59*
17.	อาหารชนิดใด ถ้ารับประทาน เป็นประจำ จะทำให้น้ำหนักตัวเกิน	0.79	0.41	0.73	0.45	0.84	0.37	-3.83*
18.	การรับประทาน ไม้ทอด เป็น ประจำติดต่อกันเป็นเวลานาน อาจ ทำให้เกิดโรคอะไร	0.68	0.47	0.62	0.49	0.75	0.43	-4.09*
19.	ถ้านักเรียนรับประทานอาหาร ครบ 5 หมู่ เพียงพอแล้วในแต่ละวัน การดื่มน้ำอัดลม 1 ขวดต่อ 1 มื้อ จะได้รับพลังงานเกินวันละเท่าไร	0.24	0.43	0.26	0.44	0.22	0.42	1.23
20.	นักเรียนมีหลักในการเลือก อาหารมารับประทานอย่างไร	0.81	0.39	0.77	0.42	0.85	0.36	-2.62*
21.	ข้อใดเป็นผลเสียของการมี น้ำหนักตัวเกิน	0.04	0.20	0.04	0.21	0.04	0.19	0.47

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ				t
		N=760		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
22.	หลักการหา คำนวณความหนาของร่างกาย โดย <u>น้ำหนัก(กก.)</u> ส่วนสูง(ม. ²)							
	ค่าใดถือว่าเป็นโรคอ้วน	0.36	0.48	0.37	0.49	0.35	0.48	0.63
23.	โรคอ้วนมีสาเหตุมาจากข้อใด	0.63	0.48	0.58	0.49	0.69	0.47	-2.90*
24.	ผู้ที่ เป็นโรคอ้วนเสี่ยงต่อการเป็นโรคใดมากที่สุด	0.86	0.35	0.83	0.38	0.89	0.32	-2.24*
25.	ถ้าที่บ้านของนักเรียนใช้น้ำมันหมูปรุงอาหาร ควรชักชวนให้เปลี่ยนมาใช้น้ำมันพืชหรือไม่ เพราะอะไร	0.85	0.35	0.81	0.39	0.91	0.29	-4.12*
26.	ถ้านักเรียนมีน้ำหนักตัวเกินควรงดอาหารมื้อใดมากที่สุด	0.60	0.49	0.56	0.49	0.65	0.48	-2.61*
27.	นักเรียนมีวิธีป้องกันไม่ให้เกิดโรคอ้วนอย่างไร	0.42	0.49	0.42	0.49	0.41	0.49	0.21
28.	นักเรียนมีหลักในการเลือกรับประทานอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักอย่างไร	0.70	0.46	0.72	0.45	0.68	0.47	1.11
29.	ข้อใดเป็นวิธีลดน้ำหนักที่ได้ผลดีที่สุด	0.89	0.32	0.84	0.37	0.94	0.24	-4.43*

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
		N=760		N=385		N=375		
30. อาหารที่เหมาะสมสำหรับการควบคุม								
น้ำหนักคือข้อใด		0.60	0.49	0.49	0.50	0.71	0.46	-6.21*
	รวม	17.29	3.43	16.71	3.74	17.88	2.96	-4.75*

* $P < .05$ ($.05 t_{\infty} = \pm 1.96$)

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโดยส่วนรวม มีความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับพอใช้ โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 17.29 จากคะแนนเต็ม 30 คะแนน เมื่อพิจารณาแยกตามเพศ พบว่า นักเรียนชาย มีความรู้อยู่ในระดับพอใช้ โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 16.71 ส่วนนักเรียนหญิง มีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 17.88 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีความรู้อยู่ในระดับดีมาก จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 1 2 20 24 25 และข้อ 29 มีความรู้อยู่ในระดับต้องปรับปรุง จำนวน 12 ข้อ ได้แก่ 3 5 7 8 9 10 11 12 19 21 22 และข้อ 27

เมื่อเปรียบเทียบความรู้การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน โดยส่วนรวม ระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่า มีความรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ดีกว่านักเรียนชาย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีความรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3 5 15 16 17 18 20 23 24 25 26 29 และข้อ 30 สำหรับข้ออื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 3 ทักษะคิดและการเปรียบเทียบทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ
เกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยได้ตรวจให้คะแนนทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกิน
มาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และนำคะแนนของนักเรียนทั้งหมด
นักเรียนชายและนักเรียนหญิง มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบน
มาตรฐาน (SD) แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนระหว่างนักเรียนชาย
และนักเรียนหญิง โดยการทดสอบค่า "ที" (t-test) ทั้งโดยส่วนรวมและรายข้อ ปรากฏผล
การวิเคราะห์ข้อมูล ดังตารางที่ 6 และตารางที่ 7

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนและร้อยละของระดับคะแนนทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหา
โภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ระดับทัศนคติ	ค่าเฉลี่ย	นักเรียนทั้งหมด N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	3.50 - 4.00	12	1.6	6	1.6	6	1.7
ดี	2.50 - 3.49	675	88.9	330	89.7	346	95.6
พอใช้	1.50 - 2.49	42	5.5	32	8.7	10	2.8
ต้องปรับปรุง	1.00 - 1.49	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	รวม	760	100	368	100	362	100

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่ มีทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับดี ร้อยละ 88.9 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 5.5 เมื่อพิจารณาจำแนกตามเพศ นักเรียนชายและนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนชายส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในระดับดี ร้อยละ 89.7 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 8.7 ส่วนนักเรียนหญิงส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในระดับดี ร้อยละ 95.6 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 2.8

ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" ด้านทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ				
				นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		t
		N=760		N=385		N=375		
\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD			
1.	ชีวิตในปัจจุบันควรกินเพื่ออยู่ มิใช่อยู่เพื่อกิน**	3.41	0.66	3.43	0.68	3.38	0.65	1.06
2.	อาหารราคาแพงไม่จำเป็นต้อง มีสารอาหารครบถ้วน**	2.88	0.98	2.90	0.97	2.86	0.99	0.06
3.	อาหารที่ดีมีคุณค่าคืออาหารที่กิน แล้วมีรสชาติอร่อย	2.98	0.67	2.96	0.71	2.99	0.64	-0.64
4.	การกินอาหารพวกข้าว แป้ง และ น้ำตาลมากๆ ทำให้ร่างกายแข็งแรง	2.63	0.81	2.56	0.82	2.71	0.78	-2.61*
5.	วัยรุ่นที่กลัวอ้วนควรงดอาหาร ที่มีไขมัน	2.09	0.80	2.13	0.80	2.04	0.79	1.65
6.	การกินผัก-ผลไม้ มีประโยชน์ ช่วยทำให้รูปร่างได้สัดส่วน**	3.37	0.62	3.37	0.64	3.37	0.59	0.02

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
7.	วัยรุ่นกำลังเติบโตควรกินอาหาร ในปริมาณที่มากๆ และบ่อยๆ	2.74	0.68	2.64	0.72	2.84	0.63	-4.12*
8.	การกินอาหารให้อิ่มเต็มที่ทุกมื้อ ไม่เป็นโรคขาดสารอาหารแน่นอน	2.86	0.71	2.86	0.73	2.86	0.69	0.07
9.	กินอาหารแต่ไม่ออกกำลังกาย ทำให้อ้วนได้**	3.30	0.73	3.25	0.79	3.36	0.66	-2.10*
10.	การกินกล้วยทอด ลูกชิ้นทอด ปาต่องไก่ บ่อยๆ ไม่ทำให้อ้วน	3.01	0.79	2.92	0.82	3.10	0.75	-3.25*
11.	ถ้ากินผลไม้ที่ให้พลังงานสูง เช่น ทุเรียน น้อยหน่า เป็นประจำ ทำให้อ้วนได้**	2.90	0.80	2.86	0.82	2.93	0.70	-1.18
12.	ซูเปอร์ฟู้ดที่มีคุณค่าทางอาหารสูง เหมาะสมกับผู้มีรูปร่างอ้วนแอ มากกว่าไซ้	2.55	0.78	2.51	0.81	2.59	0.75	-1.55
13.	นมเป็นอาหารเสริมเหมาะแก่ วัยเด็กเท่านั้น	3.11	0.82	3.02	0.89	3.19	0.73	-2.89*
14.	วัยรุ่นที่ดื่มนมหรือเครื่องดื่มที่ใส่นม เป็นประจำอาจทำให้อ้วนได้	2.89	0.71	2.89	0.76	2.89	0.66	0.05
15.	ไอศกรีม ขนมหวาน สู้กี้ ขนมเค้ก เป็นอาหารว่างที่จำเป็น สำหรับวัยรุ่น	2.97	0.75	2.96	0.79	2.99	0.72	-0.52

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ				t
		N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
16.	การกินขนมบรรจุถุงสำเร็จรูป เช่น ข้าวเกรียบกุ้ง มันฝรั่งทอด ทำให้อ้วน**	2.60	0.76	2.56	0.78	2.65	0.73	-1.72
17.	การกินท็อฟฟี่ หมากฝรั่ง มี ประโยชน์ช่วยลดความหิว	3.15	0.77	3.17	0.79	3.13	0.73	0.88
18.	การกินอาหารจานด่วน(ฟาสต์ฟู้ด) บ่อยๆ ทำให้ไขมันในเลือดสูง**	2.94	0.69	2.92	0.70	2.97	0.68	-1.07
19.	น้ำอัดลมเป็นเครื่องดื่มที่มีคุณค่า ทางอาหารเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย	3.42	0.70	3.37	0.74	3.47	0.65	-1.86
20.	การเลือกกินอาหาร ควรนึกถึง ความอร่อยมากกว่าพลังงานที่ได้รับ	3.20	0.78	3.14	0.85	3.27	0.69	-2.34*
21.	การกินอาหารช่วยลดความ เครียด	2.52	0.76	2.39	0.79	2.64	0.70	-4.53*
22.	เมื่อมีความสุข หรือประสบความสำเร็จ การกินอาหารเป็นการเลี้ยง ฉลองที่ดี	2.21	0.72	2.09	0.69	2.33	0.73	-4.74*
23.	คนที่รูปร่างอ้วนคือคนที่รูปร่าง แข็งแรง สมบูรณ์	3.00	0.67	2.95	0.70	3.05	0.63	-2.01*
24.	คนที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสเค็มจัด**	2.63	0.79	2.61	0.80	2.64	0.78	-0.56
25.	คนที่เป็นโรคหัวใจ ควรหลีกเลี่ยง อาหารจานด่วน (ฟาสต์ฟู้ด)**	2.82	0.73	2.87	0.73	2.78	0.73	1.72

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ				t
		N=760		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
26.	การกินอาหารที่มีไขมันให้น้อยลง เป็นวิธีป้องกันโรคอ้วนได้ดีกว่าการ ออกกำลังกาย	2.64	0.83	2.63	0.88	2.66	0.79	-0.45
27.	การกินอาหารให้น้อยลงแต่บ่อย มือ ทำให้รูปร่างได้สัดส่วน	2.89	0.78	2.86	0.81	2.92	0.75	-1.11
28.	การอดอาหารเป็นวิธีลดน้ำหนัก ที่ดีวิธีหนึ่ง	2.99	0.83	2.97	0.84	3.02	0.82	-0.96
29.	ถ้านักเรียนอยากมีรูปร่างผอม บางต้องอดอาหาร	3.18	0.74	3.15	0.78	3.21	0.70	-1.21
30.	การชั่งน้ำหนักบ่อยๆ หรือทุกสัปดาห์ เป็นผลดีต่อ การควบคุมน้ำหนัก ของ ร่างกาย**	3.16	0.69	3.08	0.74	3.23	0.63	-2.98*
	รวม	2.91	0.27	2.87	0.29	2.94	0.25	-3.40*

* $P < .05$ ($.05 t_{\infty} = 1 \pm 1.96$)

** ข้อความทัศนคติทางบวก

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยส่วนรวมมีทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ย ของคะแนน เท่ากับ 2.91 จากคะแนนเต็ม 4 คะแนน เมื่อพิจารณาแยกตามเพศ พบว่า นักเรียนชาย มีทัศนคติ อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 2.87 ส่วนนักเรียนหญิง มีทัศนคติอยู่ในระดับดี ค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 2.94 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโดยส่วนรวม ไม่มีทัศนคติอยู่ในระดับดีมาก และต้องปรับปรุง แต่พบว่าเมื่ออยู่ในระดับพอใช้ จำนวน 2 ได้แก่ ข้อ 5 22 ส่วนข้ออื่นๆ อยู่ในระดับดี

เมื่อเปรียบเทียบทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐาน และโรคอ้วน โดยส่วนรวม ระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง พบว่า มีทัศนคติแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทัศนคติดีกว่านักเรียนชาย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีทัศนคติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 10 ข้อ ได้แก่ 4 7 9 10 13 20 21 22 23 และข้อ 30 สำหรับข้ออื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 4 บริโภคนิสัยและการเปรียบเทียบบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหา โภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยได้ตรวจให้คะแนนบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหา โภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และนำคะแนนของนักเรียนทั้งหมด นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง โดยการทดสอบค่า "ที" (t-test) ทั้งโดยส่วนรวมและรายข้อ ปรากฏผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังตารางที่ 8 และ ตารางที่ 9

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของระดับคะแนนบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหา โภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ระดับบริโภคนิสัย	ค่าเฉลี่ย	นักเรียนทั้งหมด N=760		นักเรียนชาย N=385		นักเรียนหญิง N=375	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	3.50 - 4.00	1	.1	1	.3	0	0.0
ดี	2.50 - 3.49	651	85.7	313	82.4	338	90.9
พอใช้	1.50 - 2.49	100	13.3	66	17.4	34	9.1
ต้องปรับปรุง	1.00 - 1.49	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	รวม	760	100	380	100	372	100

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่ มีบริโภค นิสัยการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับดี ร้อยละ 85.7 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 13.3 เมื่อพิจารณาจำแนกตามเพศ นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนชายส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี ร้อยละ 82.4 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 7.4 ส่วนนักเรียนหญิงส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัย อยู่ในระดับดี ร้อยละ 90.9 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 9.1

ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "t" ด้านบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
1.	ฉันกินอาหารครบ 3 มื้อในแต่ละวัน**	3.15	0.76	3.54	0.71	3.48	0.79	1.05
2.	ฉันกินอาหารมากกว่าวันละ 3 มื้อ ในแต่ละวัน	2.80	0.76	2.74	0.82	2.86	0.69	-2.14*
3.	ฉันกินอาหารในปริมาณที่มากจนอึดเกินไป	2.84	0.65	2.78	0.66	2.89	0.63	-2.22*
4.	ฉันกินอาหารเช้า**	3.17	0.94	3.17	0.95	3.17	0.94	0.09
5.	ฉันกินอาหารกลางวัน**	3.76	0.56	3.78	0.51	3.73	0.59	1.38
6.	ฉันกินอาหารมื้อเย็น**	3.73	0.60	3.82	0.49	3.64	0.68	4.24*
7.	ฉันกินอาหารมื้อเย็นหลัง 1 ทุ่ม	2.48	0.97	2.45	0.98	2.50	0.96	-0.61
8.	ฉันกินอาหารมื้อเย็นมากกว่ามื้ออื่นๆ	2.26	0.96	2.15	0.95	2.36	0.96	-3.00*

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ				t
		N=760		นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
9.	ฉันกินอาหารหลายๆ อย่าง รวมข้าว เนื้อสัตว์ ผักและผลไม้ ในมื้อเดียวกัน**	3.14	0.86	3.16	0.84	3.12	0.88	0.57
10.	ฉันกินอาหารที่มีกากเช่น ผักผลไม้สด**	3.10	0.77	3.09	0.78	3.10	0.76	-0.09
11.	ฉันกินเนื้อ ไข่ และนม ในมื้อเดียวกัน	2.29	0.83	2.24	0.86	2.35	0.80	-1.83
12.	ฉันกินอาหารประเภทเนื้อ เช่น สเต็ก 2-3 มื้อ ในแต่ละวัน	1.85	0.88	1.81	0.86	1.88	0.89	-1.05
13.	ฉันกินเนื้อหมู เนื้อสัตว์ หอย ไข่ เป็ด มากกว่าปลา	2.31	0.87	2.20	0.88	2.42	0.85	-3.49*
14.	ฉันกินอาหารประเภททอด มากกว่า อาหารปิ้งย่าง คั่ว และนึ่ง	1.98	0.80	1.97	0.80	1.98	0.80	-0.35
15.	ฉันกินอาหาร เช่น ข้าวขาหมู ข้าวหน้าเป็ด ข้าวมันไก่ หรือของทอดต่างๆ	2.40	0.74	2.27	0.76	2.53	0.70	-4.85*
16.	ฉันกินอาหารแต่ละมื้อ ต้องใส่เกลือหรือน้ำปลาเพิ่ม	2.56	0.96	2.55	0.95	2.56	0.97	-0.04
17.	ฉันดื่มนม หรือเครื่องดื่มที่ใส่นม เช่น โอวัลติน ไมโล เป็นต้น**	3.09	0.85	3.16	0.82	3.02	0.88	2.27*
18.	ฉันดื่มอาหารเสริมบำรุงร่างกาย เช่น ชุปไก่สกัด รังนก เป็นต้น	3.24	0.83	3.12	0.89	3.36	0.74	-4.09*

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
19.	ฉันกินวิตามินเม็ดเสริมอาหารเพื่อ บำรุงร่างกาย	3.21	0.89	3.07	0.91	3.34	0.84	-4.27*
20.	ฉันกิน ขนมหวาน ไอศกรีม สู้กกี้ ขนมเค้ก	2.14	0.79	2.12	0.78	2.17	0.79	-0.87
21.	ฉันกินขนมบรรจุสำเร็จรูป เช่น ข้าวเกรียบกุ้ง มันฝรั่งทอด	2.25	0.84	2.24	0.85	2.27	0.83	-0.60
22.	ฉันกินอาหารจานด่วน(ฟาสต์ฟู้ด) เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์	2.64	0.76	2.59	0.75	2.67	0.76	-1.39
23.	ฉันดื่มน้ำอัดลม	2.10	0.80	2.09	0.78	2.11	0.82	-0.32
24.	ฉันกินอาหารที่บ้านปรุงเองมาก กว่านอกบ้าน**	3.30	0.80	3.30	0.80	3.29	0.79	0.12
25.	ฉันเลือกซื้ออาหารตามคำโฆษณา	2.61	0.77	2.54	0.81	2.69	0.71	-2.75*
26.	ฉันเลือกกินอาหารเฉพาะที่ชอบ เท่านั้น	2.16	0.82	2.19	0.81	2.14	0.83	0.77
27.	ฉันจะกินอาหารเมื่อรู้สึกไม่สบาย ใจ หรือเพื่อฉลองความสุข	2.74	0.92	2.65	0.96	2.82	0.87	-2.51*
28.	ผู้ปกครองของฉัน ใช้น้ำมันหมู ประกอบอาหาร	3.13	1.00	3.07	1.07	3.20	0.93	-1.79
29.	ฉันพยายามกินอาหารตาม พลังงานที่กำหนดไว้ในแต่ละวัน**	2.52	0.89	2.63	0.93	2.41	0.84	3.36*

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ลำดับที่	รายการ	นักเรียนทั้งหมด						t
		N=760		N=385		N=375		
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
30.	ฉันขังน้ำหนักเพื่อสำรวจรูปร่าง ของตนเอง**	2.58	0.83	2.58	0.83	2.58	0.83	0.02
	รวม	2.73	0.24	2.70	0.25	2.76	0.22	-3.27*

* $P < .05$ (.05 $t_{\infty} = \pm 1.96$)

** ข้อความที่เป็นบริ โภคนิสัยทางบวก

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโดยส่วนรวม มีบริ โภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 2.73 จากคะแนนเต็ม 4 คะแนน เมื่อพิจารณาแยกตามเพศ พบว่า นักเรียนชายมีบริ โภคนิสัยอยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 2.70 ส่วนนักเรียนหญิง มีบริ โภคนิสัยอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 2.76 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโดยส่วนรวม มีบริ โภคนิสัยอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ ข้อ 5 และ 6 ไม่มีบริ โภคนิสัยอยู่ในระดับต้องปรับปรุง แต่มีอยู่ในระดับพอใช้ จำนวน 11 ข้อ ได้แก่ 7 8 11 12 13 14 15 20 21 23 และข้อ 26

เมื่อเปรียบเทียบบริ โภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน โดยส่วนรวม ระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่า บริ โภคนิสัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยนักเรียนหญิงมีบริ โภคนิสัยดีกว่านักเรียนชาย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง มีบริ โภคนิสัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 จำนวน 12 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2 3 6 8 13 15 17 18 19 25 27 และข้อ 29 สำหรับข้ออื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

ตอนที่ 5 ความรู้ ทักษะ บริโภคนิสัย และการเปรียบเทียบการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ ภาวะโภชนาการและโรคอ้วน โดยรวม ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัย ได้รวมคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ในด้านความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัย เกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยรวม ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง โดยการทดสอบค่า "ที" (t-test) ปรากฏผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" ด้าน ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัย ในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ ภาวะโภชนาการ และโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	นักเรียนทั้งหมด		การเปรียบเทียบระหว่างเพศ				t
	N=760		N=385		N=375		
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
ความรู้	17.29	3.43	16.71	3.75	17.88	2.96	-4.75*
ทักษะ	2.91	0.27	2.87	0.29	2.94	0.25	-3.40*
บริโภคนิสัย	2.73	0.24	2.70	0.25	2.76	0.22	-3.27*

* $P < .05$ (.05 $t_{\infty} = \pm 1.96$)

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีความรู้ การบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ เกินมาตรฐานและโรคอ้วน อยู่ในระดับพอใช้ โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 17.29 จากคะแนนเต็ม 30 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบความรู้ ระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิงพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ด้านทัศนคติการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ เกินมาตรฐานและโรคอ้วน พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีทัศนคติ อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.91 เมื่อเปรียบเทียบทัศนคติระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ด้านบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวกับปัญหาโภชนาการ เกินมาตรฐานและ โรคอ้วน พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมีบริโภคนิสัย อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.73 เมื่อเปรียบเทียบบริโภคนิสัยระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ ๕ ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน โดยรวม ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยได้มาคะแนนเฉลี่ยด้าน ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัย ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของคะแนน โดยการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ดังปรากฏผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11 แสดงความสัมพันธ์ของคะแนนเฉลี่ยด้าน ความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร	ความรู้	ทักษะ	บริโภคนิสัย
ความรู้	1.0000	.5112**	.3258**
ทักษะ	.5112**	1.0000	.3577**
บริโภคนิสัย	.3258**	.3577**	1.0000

** $P < .01$ ($r = .083$)

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่า ความรู้กับทักษะ ความรู้กับบริโภคนิสัย และทักษะกับบริโภคนิสัย ในการบริโภคอาหารที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01