

ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารและภาวะโภชนาการ
ของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร
ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน



นางสาวชูจันทร์ จันทรมา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2530


ISBN 974-568-143-1

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

012717

I10294538

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PRACTICES AND NUTRITIONAL
STATUS OF STUDENTS IN THE ELEMENTARY SCHOOLS PROVIDING
THE LUNCH PROGRAM UNDER THE JURISDICTION OF THE
BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION



MISS CHUJAN JANMA

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the
Requirements for the Degree of Master of
Education Department of Physical
Education Graduate School
Chulalongkorn University

1987

ISBN 974-568-143-1

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร และภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน ในโรงเรียน

โดย นางสาว ชูจันทร์ จันทร์มา
ภาควิชา หลักสูตร สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์รัชณี ขวัญบุญจันทร์



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาโทบัณฑิตศึกษา

.....
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรราชภัฏ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....
(ศาสตราจารย์สุชาติ ไสมประยูร)

.....
(รองศาสตราจารย์รัชณี ขวัญบุญจันทร์)

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ลาวัณย์ สุกกรี)

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เทพวดี หอมสนิทด)

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารและ
ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด
กรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันใน
โรงเรียน

ชื่อนิสิต นางสาวจุจันทร์ จันท์มา
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์รัชณี ชวีญบุญจัน
ภาควิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2529



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร
ภาวะโภชนาการ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร
อาหารกับภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพ-
มหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน ผู้วิจัยได้สร้างแบบ
สอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร และวัดภาวะโภชนาการของ
นักเรียนด้วยวิธีแอนโทรโปเมตริก เมสเชอร์เมนต์ (Anthropometric Measure-
ment) ซึ่งองค์การอนามัยโลกใช้เป็นเครื่องมือสำหรับสำรวจภาวะโภชนาการ
ตัวอย่างประชากรได้แก่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา
สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 480 คน เป็นเพศชาย 240 คน และเพศหญิง
240 คน ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา
480 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 ได้นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่า
ร้อยละ ค่ามัธยิม เลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และไคสแควร์ (χ^2)

ผลการวิจัยมีดังนี้

1. การปฏิบัติในการรับประทานอาหารของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน โดยส่วนรวมอยู่ในเกณฑ์
2. ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน โดยส่วนรวมอยู่ในเกณฑ์
3. ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน พบว่าการปฏิบัติในข้อการรับประทานอาหารอย่างน้อยวันละ 3 มื้อ การรับประทานไข่ลวก การดื่มนมสด นมถั่วเหลือง หรือนมผสมต่างว วันละ 3 - 4 แก้ว และการดื่มน้ำอัดลมวันละ 1 แก้ว มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการปฏิบัติข้ออื่น ๆ ไม่มีหลักฐานทางสถิติยืนยันว่ามีความสัมพันธ์กัน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Thesis Title The Relationship between Eating Practices
 and Nutritional Status of Students in the
 Elementary Schools Providing the Lunch
 Program under the Jurisdiction of the
 Bangkok Metropolitan Administration

Name Miss Chujan Janma

Thesis Advisor Associate Professor Rajanee Quanbunjan

Department Physical Education

Academic Year 1986

Abstract

The purposes of the study were to identify the nutritional status, eating practice, and to study the relationship between the eating practices and the nutritinal status of students in the elementary schools providing the lunch program under the jurisdiction of the Bangkok Metropolitan Administration.

The questionnaires were constructed to determine the students' eating practice. Also, the anthropometric measurement was employed to determine the students' nutritional status. The 480 Prathom Suksa Six students were simply randomized as the samples. The data were analyzed to obtain the percentages, means, and standard deviations. A Chi-square relationship method was employed to determine the significant differences.

The results were revealed as follows :

1. The eating practice of students in the elementary schools was in 'good' level.

2. The nutritional status of students in the elementary schools was in 'good' level.

3. There was a statistically significant relationship at the .05 level between the nutritional status and four aspects of eating practices as eating at least three meals a day, eating boiled eggs, eating fresh milk or bean milk or mixed milk about three to four glasses a day and drinking soda-bicarbonate refreshment one glass daily. Other aspects of eating practices showed no statistically significant relationship.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภคคิกรรรมประกาศ



วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของ รองศาสตราจารย์รัชนี้
ชวิญญูจัน อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้ให้ความช่วยเหลือ คำแนะนำ ตรวจสอบ
แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ พร้อมทั้งชวิญญูและกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ด้วย
ความเอาใจใส่อย่างคึงคลอคลมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาและ เสียสละ
ของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบเท้าขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงไว้ ณ
โอกาสนี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านรวมทั้งผู้
อำนวยการศูนย์กีฬาในร่มที่ได้อนุญาตให้ใช้เครื่องมือวิจัย ให้ความกรุณาตรวจแก้ไข
แบบสอบถาม ให้คำปรึกษาและข้อมูลอันเป็นประโยชน์ต่อการวิจัย พร้อมทั้งผู้บริหาร
โรงเรียน คณะครูและนักเรียนของโรงเรียนที่เลือก เป็นกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้ง
24 โรงเรียนที่ได้ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างคึง และ
เนื่องจากทุนการวิจัยครั้งนี้บางส่วนได้รับมาจากทุนอุดหนุนการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย
จึงขอขอบพระคุณมา ณ ที่นี้ด้วย

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้เกี่ยวข้องทุกท่านซึ่งล้วน เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้งาน
วิจัยนี้ สำเร็จลุล่วงลง ได้ด้วยดี

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
กิตติกรรมประกาศ	ช
สารบัญตาราง	ฅ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	4
สมมุติฐานของการวิจัย	4
ข้อตกลงเบื้องต้น	4
คำจำกัดความในการวิจัย	5
2 วรรณคดีและการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
การวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศ	6
การวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ	8
3 วิธีดำเนินการวิจัย	13
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	13
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	14
การเก็บรวบรวมข้อมูล	17
การวิเคราะห์ข้อมูล	17
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	20
5 สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	40
เอกสารอ้างอิง	56
ภาคผนวก	65
ประวัติผู้เขียน	88

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 จำนวนและค่าร้อยละของสถานภาพทั่วไปของนักเรียนใน โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการ จัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน.....	21
ตารางที่ 2 ค่าร้อยละของภาวะโภชนาการด้านโปรตีนและแคลอรีซึ่งได้ จากการวัดส่วนต่าง ๆ ของร่างกายของนักเรียนชั้นประถม ศึกษามีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร	24
ตารางที่ 3 มัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสิ่งที่ควรปฏิบัติ ในการรับประทานอาหารของนักเรียนในโรงเรียนประถม ศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหาร กลางวันในโรงเรียน.....	26
ตารางที่ 4 มัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสิ่งที่ไม่ควร ปฏิบัติในการรับประทานอาหารของนักเรียนในโรงเรียน ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการ อาหารกลางวันในโรงเรียน.....	27
ตารางที่ 5 มัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปริมาณอาหาร ที่ควรรับประทาน ของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน ในโรงเรียน.....	29
ตารางที่ 6 มัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปริมาณอาหาร ที่ไม่ควรรับประทาน ของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน ในโรงเรียน.....	30
ตารางที่ 7 มัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติใน การรับประทานอาหารของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน ในโรงเรียน.....	30

- ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารด้าน
สุขวิทยาและมารยาทที่ควรปฏิบัติและภาวะโภชนาการของ
นักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มี
การจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน..... 34
- ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารในสิ่ง
ที่ไม่ควรปฏิบัติและภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียน
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการ
อาหารกลางวันในโรงเรียน..... 36
- ตารางที่ 10 ความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณอาหารที่ควรรับประทานตามที่
ระบุและภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถม
ศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานครที่มีการจัดโครงการอาหาร
กลางวันในโรงเรียน..... 37
- ตารางที่ 11 ความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณอาหารที่ไม่ควรรับประทานตาม
ที่ระบุและภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถม
ศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหาร
กลางวันในโรงเรียน..... 39

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย