



สรุปผลการวิจัย การอภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง "พฤติกรรมกรรมการบริหารโภชนาการ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ "มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริหารโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามตัวแปรของเขตที่ตั้งของโรงเรียน ในการดำเนินการวิจัยโดยสร้างแบบสอบถาม ซึ่งใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียน ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการบริหารโภชนาการ ตอนที่ 3 ทศนคติเกี่ยวกับการบริหารโภชนาการ ตอนที่ 4 การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริหารโภชนาการ นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างประชากร ซึ่งได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 480 คน เป็นนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล จำนวน 240 คน นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล จำนวน 240 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา เป็นฉบับสมบูรณ์ ร้อยละ 99 หลังจากนั้นนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอช พี ซี-พลัส (SPSS/PC⁺) ของสถาบันบริการคอมพิวเตอร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยแจกแจงความถี่ค่าร้อยละ ค่ามัธยฐานเลขคณิต ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริหารโภชนาการ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามตัวแปรของเขตที่ตั้งของโรงเรียน โดยการทดสอบค่า "ที" (t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 476 คน เป็นนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล 240 คน นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล 236 คน เป็นเพศชาย 242 คน เป็นเพศหญิง 234 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 12 ปี นับถือศาสนาพุทธ บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน คือ บิดา-มารดา บิดา-มารดาและผู้ปกครอง (กรณีไม่ได้อยู่ด้วยกับบิดา

มารดา) ส่วนใหญ่มีการศึกษาสูงสุดระดับประถมศึกษา บิดามีอาชีพเกษตรกร อาชีพรองลงมาคือ รับราชการและรับจ้างทั่วไป

เมื่อนิยามเขตที่ตั้งของโรงเรียน พบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล บิดามีอาชีพรับราชการ รองลงมาคือ ค้าขาย หรือประกอบธุรกิจส่วนตัว ส่วนนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล บิดามีอาชีพเกษตรกร และรองลงมา คือรับจ้างทั่วไป มารดาส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร อาชีพรองลงมาและใกล้เคียงกัน คือ รับจ้างทั่วไปและค้าขาย หรือประกอบธุรกิจส่วนตัว สกเว้นนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มารดามีอาชีพรับราชการ และรองลงมาค้าขาย หรือประกอบธุรกิจส่วนตัว ส่วนผู้ปกครอง(กรณีไม่ได้อยู่กับบิดามารดา)มีอาชีพรับจ้างทั่วไปอาชีพรองลงมาค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวส่วนใหญ่ไม่ทราบ รองลงมาได้มากกว่า 7,000 บาท และมีรายได้น้อยกว่า 4,600 บาท มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 4-5 คน อาหารกลางวันที่นักเรียนรับประทานได้จากโครงการอาหารกลางวัน รองลงมาซื้อจากแม่ค้าที่โรงเรียน นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่อง "การบริโภคอาหาร" จากพ่อ แม่หรือผู้ปกครองมากที่สุดนอกจากโรงเรียน รองลงมาจากโทรทัศน์ และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

2. ความรู้และการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

2.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ เมื่อนิยามตามเขตที่ตั้งของโรงเรียนพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ และผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำที่กำหนด ในระดับใกล้เคียงกัน นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ

ข้อคำถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่นักเรียนส่วนใหญ่ตอบถูก อยู่ในเกณฑ์ดีมาก มีจำนวน 2 ข้อ คือ

ข้อ 4 ถ้านักเรียนไม่สบายเป็นโรคโลหิตจางควรกินอาหารประเภทใด

ข้อ 9 ข้อใดเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่เหมาะสมกับนักเรียน

ข้อคำถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่นักเรียนส่วนใหญ่ตอบผิด อยู่ในเกณฑ์ควรปรับปรุงมีจำนวน 10 ข้อ คือ

ข้อ 2 นีซประเภทใดที่ให้สารอาหารแตกต่างจากข้ออื่น

ข้อ 5 เพื่อไม่ให้เกิดอาการ เลือดไหลไม่หยุดเวลามีบาดแผล นักเรียนควรกินอาหาร

ในข้อใด

ข้อ 6 ถ้านักเรียนออกกำลังกายที่หนักแรง ควรเลือกกินอาหารในข้อใด

ข้อ 8 อาหารที่นักเรียนไม่ควรเลือกกินคือข้อใด

ข้อ 11 ถ้านักเรียนไม่กินผักอาจจะทำให้มีอาการอะไร

ข้อ 13 ถ้านักเรียนไม่กินผักและผลไม้ที่มีสีเหลือง เช่น ฝักทอง มะละกอสุก จะทำให้มี

ปัญหาต่อสุขภาพอย่างไร

ข้อ 14 นักเรียนควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละกี่แก้ว

ข้อ 15 เด็กในวัยเจริญเติบโตควรกินอาหารชนิดใดให้มาก

ข้อ 19 ผู้ป่วยที่กระดูกหักควรกินอาหารในข้อใด

ข้อ 20 อาหารที่หญิงหลังคลอดบุตรควรกิน คือข้อใด

2.2 เมื่อเปรียบเทียบความรู้โดยส่วนรวมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารระหว่างนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้ดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 11 ข้อ โดย 10 ข้อ นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้ดีกว่านักเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

รายชื่อคำถามที่นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีความรู้ดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล คือ

ข้อ 2 นีซประเภทใดที่ให้สารอาหารแตกต่างจากข้ออื่น

ข้อ 3 หากไม่สามารถซื้อเนื้อสัตว์กินได้ นักเรียนควรเลือกซื้ออาหารในข้อใด

ข้อ 7 เพื่อป้องกันอาการท้องผูก นักเรียนควรเลือกกินอาหารในข้อใด

ข้อ 9 ข้อใดเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่เหมาะสมกับนักเรียน

ข้อ 10 ในช่วงฤดูร้อนที่มีโรคอุจจาระร่วงระบาด นักเรียนจะเลือกซื้ออาหารในข้อใด

ข้อ 11 ถ้านักเรียนไม่กินผักอาจจะทำให้มีอาการอะไร

ข้อ 13 ถ้านักเรียนไม่กินผักและผลไม้ที่มีสีเหลือง เช่น ฟักทอง มะละกอสุก จะทำให้มี
ปัญหาต่อสุขภาพอย่างไร

ข้อ 15 เด็กในวัยเจริญเติบโตควรกินอาหารชนิดใดให้มาก

ข้อ 16 ในข้อต่อไปนี้เป็นใครเลือกกินอาหารที่ได้ประโยชน์มากที่สุด

ข้อ 17 อาหารมื้อเช้า ที่นักเรียนควรเลือกกิน เพื่อให้มีคุณค่าอาหาร ครบทั้ง 5 หมู่
คือข้อใด

รายชื่อคำถามที่นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้ดีกว่านักเรียน
โรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล คือ

ข้อ 5 เพื่อไม่ให้เกิดอาการเลือดไหลไม่หยุด เวลาที่มีบาดแผลนักเรียนควรเลือกกิน
อาหารในข้อใด

3. ทักษะและการเปรียบเทียบทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 6

3.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารส่วนใหญ่
อยู่ในระดับดี และพบว่า ไม่มีรายชื่อที่นักเรียนมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี
มาก และต้องปรับปรุง เมื่อพิจารณาตามเขตที่ตั้งของโรงเรียนพบว่า ทั้งนักเรียนโรงเรียนใน
เขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่วนใหญ่มีทัศนคติ
เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รายชื่อคำถามที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีทัศนคติ
อยู่ในระดับดี จำนวน 18 ข้อ

ข้อ 1 กินผลไม้มีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเม็ด

ข้อ 2 แหนมดิบมีรสชาติดีกว่าแหนมที่ปรุงสุก

ข้อ 3 แผลเป็นเกิดจากกินไข่

ข้อ 6 กินน้ำมะนาวขณะมีประจำเดือน จะทำให้ปวดท้อง

ข้อ 9 เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นผู้หญิงควรทานอาหารให้น้อยลง เพื่อรักษาทรนถวง

ข้อ 10 กินไข่ดิบได้คุณค่าอาหารมากกว่ากินไข่ที่ต้มสุกแล้ว

ข้อ 11 ไขมันสูงในอาหารทำให้อาหารอ้วนขึ้น

ข้อ 14 หวานเย็นเป็นของหวานที่เหมาะสมสำหรับเด็ก

- ข้อ 15 การลดอาหารเป็นวิธลดน้ำหนักวิธีหนึ่ง
- ข้อ 16 เคี้ยวหมากฝรั่งช่วยบริหารฟัน
- ข้อ 17 กินดื่บ ไก่ปิ้ง ทำให้ไม่เป็นโรคตาฟางและตางานขโมย
- ข้อ 18 กินผักบั้งทำให้ตาหวาน
- ข้อ 20 กินถั่วเขียวต้มน้ำตาลแก้ร้อนในได้
- ข้อ 21 หญิงแม่ลูกอ่อนกินข้าวผัดขิง จะทำให้เลือดลมเดินสะดวก
- ข้อ 22 กินมะเขือเทศทำให้ผิวสวย
- ข้อ 23 กินมามากรอบแทนอาหารมื้อหลักได้
- ข้อ 24 กินขนมถุงสำเร็จรูปแสดงถึงความเป็นคนทันสมัย
- ข้อ 25 กินข้าวเหนียวทำให้แผลฝีเป็นหนองมากขึ้น

รายชื่อคำถามที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีทัศนคติอยู่ในระดับพอใช้ จำนวน 7 ข้อ

คือ

- ข้อ 4 กินน้ำแข็งเวลามีไข้ทำให้หายไข้
- ข้อ 5 กินเม็ดฝรั่ง เม็ดมะเขือ ทำให้เกิดโรคไส้ติ่งอักเสบได้
- ข้อ 7 นมเป็นอาหารมื้อเช้าที่เพียงพอสำหรับเด็ก
- ข้อ 8 กินอาหารอ่อมทุกมื้ออาจเป็นโรคขาดสารอาหารได้
- ข้อ 12 หญิงหลังคลอดกินแกงหัวปลีทำให้มีน้ำนมมาก
- ข้อ 13 กินอาหารที่หวานมากจะทำให้เป็นโรคเบาหวาน
- ข้อ 19 ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทำให้ฮ้วนได้

3.2 เมื่อเปรียบเทียบทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยส่วนรวมระหว่างนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล พบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 12 ข้อ โดยที่ 10 ข้อ นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

รายชื่อทัศนคติที่นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติดีกว่านักเรียน

โรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล คือ

ทัศนคติทางบวก

- ข้อ 1 กินผักผลไม้มีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเม็ด
- ข้อ 18 กินผักบุงทำให้ตาหวาน
- ข้อ 19 ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทำให้อ้วนได้
- ข้อ 20 กินถั่วเขียวต้มน้ำตาลแก้ร้อนในได้
- ข้อ 21 หญิงแม่ลูกอ่อนกินข้าวผัดจึงจะทำให้เลือดลมเดินสะดวก
- ข้อ 22 กินมะเขือเทศทำให้ผิวสวย

ทัศนคติทางลบ

- ข้อ 7 นมเป็นอาหารมือเข้าที่เพียงพอสำหรับเด็ก
- ข้อ 9 เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นผู้หญิงควรกินอาหารให้น้อยลง เพื่อรักษาทรุดทรง
- ข้อ 23 กินมามากกรอบแทนอาหารมือหลักได้
- ข้อ 24 กินขนมถุงสำเร็จรูปแสดงถึงความเป็นคนทันสมัย

รายชื่อทัศนคติที่นักเรียนโรงเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติดีกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล จำนวน 2 ข้อ คือ

ทัศนคติทางลบ

- ข้อ 2 กินขนมดิบมีรสชาติดีกว่าขนมที่ปรุงสุก
- ข้อ 4 กินน้ำแข็งเวลามีไข้ทำให้หายไข้

4. การปฏิบัติและการเปรียบเทียบการปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

4.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี และพบว่า ไม่มีรายชื่อที่นักเรียนมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับที่ต้องปรับปรุง เมื่อพิจารณาตามเขตที่ตั้งของโรงเรียนพบว่า ทั้งนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักเรียนมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 1 ข้อ คือ

การปฏิบัติทางบวก

ข้อ 8 ฉันทล้างผักดิบให้สะอาดก่อนกินทุกครั้ง

รายชื่อการปฏิบัติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับดี มีจำนวน 24 ข้อ คือ

- ข้อ 1 ฉันทมน้ำอัดลม
- ข้อ 2 ฉันทกินอาหารทะเล
- ข้อ 4 ฉันทกินเครื่องในสัตว์
- ข้อ 6 ฉันทมน้ำอุ่นเวลาเป็นหวัด
- ข้อ 7 ฉันทชอบกินลูกกวาด ท็อफी ที่มีสีสดใส
- ข้อ 9 ฉันทใช้ช้อนกลางตักอาหารเวลากินอาหารร่วมกับผู้อื่น
- ข้อ 11 ฉันทมน้ำอย่างน้อยวันละ 4-6 แก้ว
- ข้อ 12 ฉันทมักกินข้าวค่าน้ำค่า
- ข้อ 13 ฉันทมักเช็ดผักที่มีอยู่ในอาหารทิ้ง
- ข้อ 14 ฉันทมนม
- ข้อ 15 ฉันทกินบะหมี่ห่อสำเร็จรูป
- ข้อ 16 ฉันทกินอาหารมือเข้าครบ 5 หมู่
- ข้อ 17 ฉันทกินอาหารที่มีรสจัด เช่น เผ็ดจัด เค็มจัด เปรี้ยวจัด
- ข้อ 18 ฉันทกินอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า ฮ็อตด็อก หรือแฮมเบอร์เกอร์
- ข้อ 19 ฉันทมน้ำชา โอเลี้ยง
- ข้อ 20 ฉันทกินอาหารตรงเวลาทุกมื้อ
- ข้อ 22 ฉันทกินอาหารจุบจิบ
- ข้อ 23 ฉันทพูดคุยกินชกกันขณะกินอาหาร
- ข้อ 24 ฉันทใช้แก้วน้ำร่วมกับผู้อื่น
- ข้อ 26 ฉันทเลือกซื้ออาหารที่มีของแถม
- ข้อ 27 ฉันทรีบกินอาหาร
- ข้อ 28 ฉันทเคี้ยวอาหารเสียงดัง
- ข้อ 29 ฉันทกินผลไม้ดอง เช่น มะม่วงดอง มะขมดอง
- ข้อ 30 ฉันทใช้จานพลาสติก หรือจานสังกะสีเคลื่อนที่บ้าน

รายชื่อการปฏิบัติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับพอใช้ มีจำนวน 4 ข้อคือ

- ข้อ 3 ฉันทชอบกินขนมสำเร็จรูป และบรรจุที่โฆษณาทางโทรทัศน์
- ข้อ 10 ฉันทบอกแม่ไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหาร
- ข้อ 21 ฉันทกินอาหารมือเส้นมากกว่ามืออื่น
- ข้อ 25 ฉันทกินข้าวแดงหรือข้าวหัดสีแต่น้อย

4.2 เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยส่วนรวมระหว่างนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 12 ข้อ โดยจำนวน 4 ข้อ นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

รายข้อการปฏิบัติที่นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

การปฏิบัติทางบวก

- ข้อ 6 ฉันทดื่มน้ำอุ่นเวลาเป็นหวัด
- ข้อ 14 ฉันทดื่มนม

การปฏิบัติทางลบ

- ข้อ 29 ฉันทกินผลไม้ดอง เช่น มะม่วงดอง มะขมดอง
- ข้อ 30 ฉันทใช้งานพลาสติก หรืองานสังกะสีเคลือบที่บ้าน

รายข้อการปฏิบัติที่นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติดีกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลจำนวน 8 ข้อ คือ

การปฏิบัติทางบวก

- ข้อ 8 ฉันทล้างผักคิบให้สะอาดก่อนกินทุกครั้ง



การปฏิบัติทางลบ

- ข้อ 1 ฉันทิมน้ำอัดลม
- ข้อ 13 ฉันทิมก เชื้อผักที่มีอยู่ในอาหารทั้ง
- ข้อ 17 ฉันทิมอาหารที่มีรสจัด เช่น เผ็ดจัด เค็มจัดเปรี้ยวจัด
- ข้อ 18 ฉันทิมอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า ฮอทด็อก หรือ แฮมเบอร์เกอร์
- ข้อ 21 ฉันทิมอาหารมือเย็นมากกว่ามืออื่น
- ข้อ 22 ฉันทิมอาหารจุบจิบ
- ข้อ 23 ฉันทิมพูดคุยกินอาหารขณะกินอาหาร

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สามารถอภิปรายผลการวิจัยเฉพาะประเด็นที่สำคัญได้ดังต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

1.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยเฉลี่ยรวมทั้งหมด ส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ เมื่อพิจารณาแยกตามเขตที่ตั้งของโรงเรียน พบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่วนใหญ่มีความรู้ที่อยู่ในระดับดี ต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำและผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำที่กำหนด ในระดับใกล้เคียงกัน ส่วนนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ จากผลการวิจัยพบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับที่ควรปรับปรุง ทั้งนี้เนื่องจาก การเรียนการสอนยังไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร ดังผลการวิจัยของ เจริญเกียรติ กู้สกุล, 2531) พบว่า ครูขาดทักษะในการจัดกิจกรรม ขาดความเข้าใจในเนื้อหาของกิจกรรม ขาดอุปกรณ์หรือสื่อการเรียนการสอน สอดคล้องกับการวิจัยของ คุณหญิง สุกชปรีศาศรี (2524) ที่พบว่าส่วนใหญ่ครูยังใช้วิธีการ อธิบายตามบทเรียน อีกทั้งการวิจัยของกรมวิชาการ (เจริญเกียรติ กู้สกุล) พบว่า พฤติกรรมการสอนของครูที่ใช้หลักสูตรใหม่กับหลักสูตรเก่ามีลักษณะเช่นเดียวกันเป็นส่วนใหญ่ คือครูไม่นิยมใช้สื่อการสอน ยังคงใช้วิธีบรรยาย นักเรียนนั่งฟังมีการซักถามเพียงส่วนน้อย กิจกรรมการเรียนการสอนส่วนใหญ่ ไม่เป็นไปตามแนวทางหลักสูตรใหม่ ดังนั้นในการเรียนการสอน เรื่องอาหารและโภชนาการ ซึ่งบรรจุในกลุ่มสร้างเสริมประสบ-

การมีชีวิต จึงเป็นปัญหาดังได้กล่าวมา ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้เด็กนักเรียนมีความรู้ในเรื่องการบริโภคอาหารอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องปรับปรุง

นอกจากนี้การศึกษาของพ่อแม่ มีผลต่อความรู้ของเด็กนักเรียนด้วย จากข้อมูลทั่วไปพบว่า ระดับการศึกษาของพ่อแม่ ส่วนใหญ่อยู่ระดับประถมศึกษา จึงทำให้การถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ การให้คำแนะนำที่ถูกต้องในการบริโภคอาหาร อาจกระทำได้ในขอบเขตจำกัด จากผลการวิจัยของ นนอ ทิพนิมลรัตน์ (2534) พบว่า นักเรียนที่บิดาหรือมารดา มีระดับการศึกษาสูง มีความรู้ดีกว่านักเรียนที่บิดาหรือมารดา มีระดับการศึกษาต่ำ แสดงให้เห็นว่า การศึกษาของผู้ปกครอง มีอิทธิพลต่อความรู้ของเด็กนักเรียนด้วย เหตุที่ว่าการศึกษานั้นบุคคลจะได้รับความรู้ มีการปลูกฝังแนวความคิดและได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ ทั้งทางตรงและทางอ้อม สามารถถ่ายทอดไปยังบุคคลที่อยู่ในครอบครัวของตนเองด้วย บิดามารดาที่มีการศึกษาสูงย่อมมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูและแนะนำเด็กได้ดีกว่า สอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุภาพ กลีบบัว (2524) ที่พบว่า ความรู้ด้านอนามัยและสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มนักเรียนที่บิดามารดา มีการศึกษาระดับสูงกว่าประถมศึกษาปีที่ 4 จะมีความรู้ด้านอนามัยมากกว่ากลุ่มนักเรียนที่บิดามารดาไม่ได้เรียนหนังสือ จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในเกณฑ์ที่ควรปรับปรุง

เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ความรู้ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ควรปรับปรุงความรู้ให้ดีขึ้น ในเรื่อง ประเภทของสารอาหาร อาหารที่บำรุงกระดูกและฟันให้แข็งแรง อาหารที่ใส่สารบอแรกซ์ ประโยชน์ของผักและผลไม้ที่มีสีเหลือง ปริมาณน้ำที่ร่างกายต้องการ อาหารที่ช่วยให้อารมณ์แจ่มใส และอาหารสำหรับหญิงหลังคลอด เหตุที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่า ในการสอนระดับประถมศึกษาประสบปัญหาการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ดังที่ นรวาพรรณ โกมลมาลย์ (2526) ได้กล่าวถึงปัญหาการเรียนการสอนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตว่า ครูส่วนใหญ่ยังใช้เฉพาะวิธีบรรยาย เพราะความเคยชินประกอบกับขาดสื่อที่จะช่วยเสริมให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และอุปกรณ์ที่จะใช้ประกอบการเรียนการสอน ทำให้เด็กขาดความสนใจในบทเรียน ซึ่งจากการวิจัยทางการศึกษา (เจริญเกียรติ กู้สกุล, 2531) ยังพบว่า ปัญหาการเรียนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตคือ ครูไม่มีเอกสารสำหรับค้นคว้า เนื้อหาขาดรายละเอียด ครูไม่ทราบว่าสอนมากน้อยเพียงใด และหนังสือเรียนมีเนื้อหาไม่ค่อยตรงตามหลักสูตร ซึ่งเป็นผลมาจากครูไม่มีวุฒิทางสุขศึกษาโดยตรง ทำให้ไม่มีความรู้ในเรื่องที่จะสอนและไม่มีความสามารถที่จะถ่ายทอดความรู้ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และครูประถมศึกษาต้องสอนทุกกลุ่มประสบการณ์ ขณะเดียวกันครูประถมศึกษาที่มีภาระงานนอกเหนือจากการเรียนการสอน เช่น รับผิดชอบงานแต่ละฝ่ายของโรงเรียน ได้แก่ งานโครงการอาหารกลางวัน งานวิชาการ งานอาคารสถานที่ งานอนามัยโรงเรียน เป็นต้น ส่งผลให้การเรียนการสอนไม่ต่อเนื่อง ทำให้การ

เรียนรู้ของนักเรียนไม่ผ่านจุดประสงค์ อันเป็นอุปสรรคต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน นอกจากนี้ อาจเนื่องจากโรงเรียนขาดแหล่งในการค้นคว้าทางความรู้เพิ่มเติม และในกิจกรรมการเรียนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตนั้น จะมุ่งให้ผู้เรียนรู้จักศึกษาหาความรู้ด้วยตนเองอยู่เสมอ โดยหาหนังสืออ่านประกอบหรือหนังสืออ่านเพิ่มเติม ดังนั้น เนื้อหาส่วนที่เป็นความรู้ จะไม่มีปรากฏในหนังสือเรียนของนักเรียน และส่วนใหญ่โรงเรียนจะขาดแคลน ไม่มีหนังสือสำหรับการค้นคว้าอย่างเพียงพอ ประกอบกับ ส่วนใหญ่นอแม่ของนักเรียน จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ซึ่งเป็นตัวแปรที่สำคัญตัวแปรหนึ่งต่อความรู้ของนักเรียน ในเรื่องการบริโภคอาหารส่งผลให้นักเรียนขาดโอกาสและประสบการณ์ที่จะได้รับความรู้ที่ถูกต้อง ตลอดจนแนวคิดหรือความเชื่อที่ผิดต่าง ๆ ในการบริโภคอาหาร จากเหตุผลที่กล่าวมา ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน จึงอยู่ในเกณฑ์ที่ควรปรับปรุงพัฒนาความรู้ให้ดีขึ้น

1.2 เมื่อเปรียบเทียบความรู้ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยส่วนรวม ระหว่างนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้ดีกว่า นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ทั้งนี้สาเหตุอาจเนื่องมาจาก ประการแรก สภาพแวดล้อมของนักเรียน โรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล โดยเฉพาะเทคโนโลยีด้านต่าง ๆ ขยายตัวและเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ความเจริญทางด้านการศึกษาสารในศตวรรษที่ 21 ส่งผลให้เด็กนักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ได้รับข้อมูลข่าวสารได้อย่างรวดเร็วถูกต้องและทั่วถึง โดยเฉพาะทางด้านอาหารและโภชนาการ ซึ่งมีหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นโทรทัศน์ วิทยุ วารสาร จุลสาร ป้ายนิเทศต่าง ๆ นอกจากนี้ ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ซึ่งถือว่าเป็นเขตเมืองยังมีการขยายระบบตลาดและการขนส่งที่ดี มีปริมาณและประเภทของวัตถุดิบด้านอาหาร ก่อให้เกิดประสบการณ์ตรง มีความรู้ ความเข้าใจ และมีโอกาสเลือกตัดสินใจในการบริโภคอาหาร ดังนั้น นักเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล จึงมีโอกาเลือกซื้ออาหารได้อย่างกว้างขวาง มากกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

ประการที่สองอาจเนื่องมาจากการศึกษาของบิดามารดาของนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลอยู่ในระดับต่ำกว่าการศึกษาของบิดามารดาของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลทำให้การถ่ายทอดความรู้ ปลูกฝังแนวความคิดและประสบการณ์ต่าง ๆ ได้ไม่เท่าบิดามารดาของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ด้วยเหตุนี้นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ที่มีบิดามารดาที่มีการศึกษาดีกว่า ย่อมจะมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลที่มีบิดามารดาที่มีการศึกษาต่ำกว่า สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ศิริศรี ศิริบุณย์ (2530) ได้ศึกษาความรู้ที่ส่นคิดและการปฏิบัติ

เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 11 พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

2. ทศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

2.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยเฉลี่ยรวมทั้งหมด อยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาแยกตามเขตที่ตั้งของโรงเรียน พบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล กับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดีในเรื่อง กินผักผลไม้มีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเม็ด แทนนมดิบมีรสชาติดีกว่าแทนที่ปรุงสุก แผลเป็นเกิดจากกินไข่ กินน้ำมะพร้าวขณะมีประจำเดือน จะทำให้ปวดท้อง กินไข่ดิบได้คุณค่าอาหารมากกว่ากินไข่ที่ต้มสุกแล้ว กินดื่บไก่ปิ้ง ทำให้ไม่เป็นโรคมะเร็งและตาบอดสนิท หญิงแม่ลูกอ่อนกินข้าว ผัดขิงจะทำให้เลือดลมเดินสะดวก กินข้าวเหนียวทำให้แผลฝีเป็นหนองมากขึ้น เป็นต้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนได้รับการปลูกฝังทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมาจากการอบรม เลี้ยงดูในครอบครัวเป็นพื้นฐาน แล้วได้รับการพัฒนาทัศนคติเหล่านี้จากโรงเรียนในลำดับต่อมา จะเห็นได้จากการจัดการเรียนการสอน ในโรงเรียนประถมศึกษาตามหลักสูตร ประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 ได้บรรจุเรื่องอาหารและโภชนาการไว้ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มงานพื้นฐานอาชีพ ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2525) แสดงว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทุกคนได้ผ่านการเรียนรู้และได้รับการปลูกฝังทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องจากโรงเรียนมาแล้ว ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ดังที่ ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2527) กล่าวว่า

โรงเรียนถือว่าเป็นสถานที่ที่สำคัญในการปลูกฝังทัศนคติเกี่ยวกับด้านต่าง ๆ รวมทั้งด้านสุขภาพอนามัยให้แก่ นักเรียน ครูเป็นผู้ใกล้ชิด และเป็นผู้ที่เด็กให้ความเคารพและเชื่อมั่น การปลูกฝังทัศนคติโดยครู จึงเป็นสิ่งที่น่ากระทำได้ง่ายกว่าสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ

นอกจากนี้การจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษา โดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อสนับสนุนกิจกรรมการเรียนการสอนตามหลักสูตรและสร้างสุขนิสัยที่ดี ในการรับประทานอาหาร นับเป็นจุดมุ่งหมายที่สำคัญส่วนหนึ่งที่เอื้ออำนวยการสร้างทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ดีให้แก่

นักเรียน ทำให้ให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ประกอบกับในปัจจุบัน เป็นยุคของโลกาภิวัตน์ ซึ่งมีหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ได้ตระหนักและเล็งเห็นความสำคัญ ทางการบริโภคอาหาร จึงได้ทำการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร ในการบริโภคอาหารผ่านทางสื่อ มวลชน ประกอบด้วย วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ตลอดจนเอกสารและวารสารต่างๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ มีผลต่อการปลูกฝัง และพัฒนาทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้แก่เด็กเร่ยนดังที่ ชีระ ชัยยุทธ ยรรยง (2534) ได้กล่าวไว้ว่า "การพัฒนากทัศนคติทางส่วนตัวหรือทัศนคติทางสังคม ย่อมขึ้นอยู่กับ สิ่งแวดล้อมรอบตัว อาจจะเป็นหนังสือ ภาพยนต์ โทรทัศน์ โรงเรียน ผู้ที่รักนับถือ ฯลฯ ซึ่งสิ่ง เหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของบุคคลได้ทั้งสิ้น" ด้วยเหตุผลดังกล่าวมาแล้วจึง ทำให้นักเร่ยนมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยรวมและรายชื่อ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี สอดคล้องกับผลการวิจัยของ นิพนธ์ ยศแก้ว (2530) ศิริศจี ศิริบุญ (2530) สุพรรณิ ปาน เจริญ (2534) และโสภณา รอดชู (2536) ที่ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับทัศนคติและค่านิยมเกี่ยวกับการ บริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในเขตการศึกษา 8 เขตการศึกษา 10 เขต การศึกษา 11 และจังหวัดนครปฐมพบว่า มีทัศนคติและค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ใน ระดับดี

อย่างไรก็ตามผลการวิจัยพบว่า รายชื่อที่นักเรียนมีทัศนคติอยู่ในระดับพอใช้ คือ กินน้ำ แห้งเวลา มีไข้ทำให้หายช้า กินเม็ดยฝรั่ง เม็ดยมะเขือทำให้เกิดโรคได้ตั้งอีกเสปได้ นมเป็นอาหาร มือเข้าที่เพียงพอสำหรับเด็ก กินอาหารร้อนทุกมื้ออาจเป็นโรคขาดสารอาหารได้ หลังกินคลอดกิน แกงหัวปลีทำให้มีน้ำนมมาก กินอาหารที่หวานมากจะทำให้เป็นโรคเบาหวาน ดื่มน้ำอัดลม เป็น ประจำทำให้อ้วนได้ จะเห็นได้ว่าเป็นความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ทั้งนี้อาจเนื่อง มาจาก นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ ขึ้นต่ำ จึงอาจทำให้เกิดความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร นอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดู ของบิดามารดามีอิทธิพลต่อความเชื่อในการบริโภคอาหารด้วย ซึ่งส่งผลให้นักเร่ยนมีความเชื่อที่ ผิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหารตามไปด้วย อีกทั้งชนบทธรรมเนียม ประเพณี ที่ได้รับการถ่ายทอด ต่อ ๆ กันมา ซึ่งได้ฝังตัวอยู่ในจิตสำนึกของคนมาแต่กำเนิด ทำให้เกิดการเร่ยนรู้ เกิดความ เคยชินและเกิดเป็นนิสัยไปในที่สุด เมื่อคนส่วนใหญ่มีความเชื่อในการบริโภคอาหารในลักษณะ กำนองเดียวกัน จึงทำให้นักเร่ยนมีความเชื่อในการบริโภคอาหาร และเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ให้ถูกต้องลำบากตามไปด้วย

2.2 เมื่อเปรียบเทียบทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยรวม ระหว่าง นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล พบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียน

โรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติดีว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าทัศนคตินักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ในเรื่องความเชื่อในการบริโภคอาหาร เช่น กินถั่วเขียวต้มน้ำตาลแก้ร้อนในได้ หญิงแม่ลูกอ่อนกินข้าวผัดขิง จะทำให้เลือดลมเดินสะดวก หรือกินผักผลไม้มีประโยชน์มากกว่ากินวิตามินเม็ด ซึ่งเป็นทัศนคติทางบวก นอกจากนี้รายข้อที่เป็นทัศนคติทางลบ ประกอบด้วย นมเป็นอาหารมือเช้าที่เพียงพอสำหรับเด็ก เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นหญิงควรกินอาหารให้น้อยลง กินมามากรอบแทนอาหารมื้อหลักได้ กินขนมถุงสำเร็จรูปแสดงถึงความเป็นคนทันสมัย สาเหตุอาจเนื่องมาจาก

ประการแรกความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลดีกว่า นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล จึงส่งผลให้ทัศนคติของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุนทรวิจารย์ (2531) ที่พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์กับทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน

ประการที่สองอาจเนื่องมาจาก การศึกษาของบิดามารดาของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลสูงกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ซึ่งบิดามารดาที่มีการศึกษาสูงย่อมทำให้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการบริโภคอาหารได้ถูกต้อง อีกทั้งมีโอกาสที่จะถ่ายทอดทัศนคติที่ดีและถูกต้องไปยังลูกหลานด้วย ดังที่ สุโท เจริญสุข (2526) ได้กล่าวไว้ว่า "คนที่มีการศึกษาและประสบการณ์มาก จะช่วยเพิ่มพูนความรู้และความสามารถให้ตนเองเสมอ ทำให้เกิดเจตคติที่กว้างขวางและอุปทานในสิ่งต่าง ๆ ได้มาก"

ประการที่สามอาจเนื่องมาจาก นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลได้รับความรู้ในการบริโภคอาหารจากสื่อสารมวลชน เช่น โทรทัศน์ มากกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ซึ่งอาจทำให้นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความรู้เพิ่มมากขึ้น ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีตามมาด้วย ด้วยเหตุผลที่กล่าวมาจึงทำให้นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ศิริศจี ศิริบุญย์ (2530) พบว่า ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 11 มีความแตกต่างกันตามตัวแปรเขตที่ตั้งของโรงเรียน โดยนักเรียนโรงเรียน ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ อุไรวรรณ คำไทย (2531) พบว่า ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 8 มีความเชื่อที่ผิดทางด้านการบริโภคอาหารแตกต่างกันตามตัวแปรเขตที่ตั้งของโรงเรียน โดยนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

มีความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมากกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล
 อย่างไรก็ตามเป็นที่น่าสังเกตว่า เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทศนคตินักเรียนโรงเรียน
 นอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลดีกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ข้อที่ว่า
 "กินขนมคิบบิมีรสชาติดีกว่าขนมที่ปรุงสุก" และข้อ "กินน้ำแข็งเวลาที่มีไข้ทำให้หายไข้" ทั้งนี้อาจ
 เนื่องจาก นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ได้รับความรู้จากครูและเจ้าหน้าที่
 ที่สาธารณสุข ในเรื่องการรับประทานอาหารสุกๆดิบ ๆ ที่ก่อให้เกิดโทษแก่ร่างกายเพื่อรณรงค์ป้อง
 กันโรคพยาธิใบไม้ตับและโรคหนอนพยาธิในโรงเรียน ซึ่งเป็นนโยบายของชาติในแผนพัฒนา
 เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (2535 - 2539) ที่ต้องลดอัตราความชุกชุมของโรค
 พยาธิใบไม้ตับในประชากรทุกกลุ่มอายุ โดยเฉลี่ยทั่วประเทศให้เหลือเพียง ร้อยละ 10 ด้วยเหตุนี้
 จึงได้ดำเนินการรณรงค์และเร่งรัดให้สุกศึกษาและประชาสัมพันธ์ทั้งในโรงเรียนและชุมชน จึงทำ
 ให้นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติเกี่ยวกับการกินขนมคิบบิที่มีผลต่อสุขภาพ
 ดีกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่วนรายข้อ "กินน้ำแข็งเวลาที่มีไข้อาจทำ
 ให้หายไข้" นั้นอาจเนื่องจาก ในเรื่องกินน้ำแข็งเป็นเรื่องความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
 ซึ่งความเชื่อนี้นักเรียนได้รับการถ่ายทอดจากครอบครัวหรือผู้ปกครอง จึงอาจเป็นไปได้ว่าครอบ
 ครัวของนักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความเชื่อในเรื่องนี้ไม่มากนัก จึง
 ไม่ได้ปลูกฝังให้นักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีความเชื่อในเรื่องนี้มากนัก
 นักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลจึงมีทัศนคติในเรื่องของการกินน้ำแข็งเวลาที่มี
 ไข้แล้วไม่ทำให้หายไข้ดีกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

3. การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

3.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดย
 เฉลี่ยรวมทั้งหมดอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาตามเขตที่ตั้งของโรงเรียนพบว่า นักเรียนโรงเรียน
 ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีการปฏิบัติ
 เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดีเช่นกัน และเมื่อได้พิจารณารายข้อในด้านที่ควรปฏิบัติ
 ได้แก่ กินอาหารทะเล กินเครื่องในสัตว์ ดื่มน้ำอุ่นเวลาเป็นหวัด ใช้ช้อนกลางตักอาหาร เวลากิน
 อาหารร่วมกับผู้อื่น ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 4-6 แก้ว ดื่มนม กินอาหารมือเข้าครบ 5 หมู่
 กินอาหารตรงเวลาทุกมื้อ เป็นต้น อาจเป็นเพราะว่า

ประการแรก นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการมาตั้งแต่ชั้นประถม
 ศึกษาปีที่ 1 ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ประกอบกับนักเรียนมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
 อยู่ในระดับดีอยู่แล้ว อาจส่งผลให้มีการปฏิบัติดีตามมาได้ ซึ่งสอดคล้องกับที่ ชวาร์ท (Schwartz,
 อังกัน นิมพร ยศแก้ว, 2530) ได้สรุปรูปแบบความสัมพันธ์ ระหว่างความรู้ ทัศนคติและการ

ปฏิบัติทางด้านโภชนาการ ความรู้และทัศนคติต่างก็ทำให้เกิดการปฏิบัติได้ โดยที่ความรู้และทัศนคติไม่จำเป็นต้องมีความสัมพันธ์กัน

ประการที่สอง โรงเรียนได้มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษาเป็นการเสริมสร้างสุขปฏิบัติที่ดีในการรับประทานอาหาร ซึ่งนับเป็นส่วนสำคัญที่เลือกอำนวยความสะดวกพัฒนาการปฏิบัติที่ถูกต้องแก่นักเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำให้นักเรียนเกิดแนวความคิดและตระหนักถึงความสำคัญรวมทั้งยึดถือเป็นแนวทางในการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง

ประการที่สาม ในปัจจุบันได้มีการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทั้งภาครัฐบาลและเอกชน ในเรื่องการบริโภคอาหาร ตลอดทั้งเอกสารและวารสารต่าง ๆ รวมทั้งกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ ซึ่งมีผลต่อการปฏิบัติของนักเรียน ดังที่ สำเนียง สร้อยสนาคพงษ์ (2536) ได้กล่าวว่า "สื่อมวลชนที่ให้ความรู้ เสนอตัวอย่างที่ดีและถูกต้องดึงดูดความสนใจ ก่อให้เกิดการเลียนแบบและมีอิทธิพลโดยตรงต่อการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร"

ประการที่สี่ ฐานะทางเศรษฐกิจส่วนใหญ่ของนักเรียนทั้งโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลและโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลอยู่ในระดับดี จึงส่งผลให้การปฏิบัติทางด้านรับประทานอาหารดีตามไปด้วย ถ้าฐานะทางเศรษฐกิจดี โอกาสที่จะได้รับการศึกษาก็จะมีมากจะช่วยให้เกิดความรู้ที่ถูกต้อง มีความฉลาดที่จะพิจารณาเลือกการปฏิบัติตน ทางด้านสุขภาพให้ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ประดับพร บัญเจือ (2533) พบว่าฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดสุรินทร์

ประการที่ห้า การให้นักเรียนรายงานการปฏิบัติตนเอง มีความเป็นไปได้สูงที่นักเรียนโดยส่วนใหญ่มักจะโน้มเอียงเข้าข้างตนเอง ทำให้ผลการวิจัยปรากฏว่ามีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี

ประการที่หก การเรียนการสอนในระดับประถมศึกษา มุ่งเน้นให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติเป็นสำคัญอยู่แล้ว ด้วยเหตุผลที่กล่าวมาจึงส่งผลให้นักเรียนมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี

อย่างไรก็ตาม เมื่อนิยามแยกเป็นรายข้อพบว่า การปฏิบัติของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งอภิปรายประเด็นสำคัญได้ดังนี้

รายชื่อเรื่อง "กินขนมสำเร็จรูปและบรรจุถุงที่โฆษณาทางโทรทัศน์" อาจเนื่องจากวิถีชีวิตที่เร่งรีบและแข่งขันสูง ในระบบสังคมเศรษฐกิจในปัจจุบัน ทำให้ไม่มีเวลาในการจัดหาอาหาร การประกอบอาหาร จึงใช้วิธีที่สะดวกง่ายและประหยัดเวลา โดยไม่ค่อยคำนึงถึงคุณค่าของอาหารอาหารสำเร็จรูปต่าง ๆ จึงเป็นสิ่งที่หนึ่งที่เข้ามาตอบสนองต่อความเร่งรีบของครอบครัว ดังที่

เครือข่ายส์ หุดานวัตร (2533) ได้กล่าวไว้ว่า

วิถีชีวิตโดยเฉพาะในเรื่องอาหารการกินได้เปลี่ยนไปแบบคนเมืองมากขึ้น และเนื่องจากอิทธิพลการโฆษณาจากสื่อโทรทัศน์ ทำให้ชาวบ้านมีค่านิยมในการบริโภคอาหารเปลี่ยนไป ซึ่งนำอาหารที่ไม่มีประโยชน์มาบริโภคมากขึ้น อาหารสำเร็จรูปที่คอสคุณค่ามีผู้นิยมมากขึ้น เมื่อเกิดค่านิยมก็ทำให้เกิดการปฏิบัติตามมา และถ่ายทอดสู่เด็กเรียนซึ่งทำให้เด็กเรียนมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคไม่ถูกต้องตามไปด้วย

รายชื่อเรื่อง "ฉันทบอกแม่ไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหาร" อาจเนื่องมาจากนักเรียนขาดความรู้ที่ถูกต้องในเรื่องอาหารที่ควรหลีกเลี่ยง อีกทั้งไม่ได้รับการส่งเสริมให้ปฏิบัติเพื่อสร้างประสบการณ์และทักษะในการบริโภคอาหารจากโรงเรียน เพราะความรู้ที่นักเรียนได้รับจากการเรียนการสอน ซึ่งได้ผลสมบูรณ์ก็ต่อเมื่อนักเรียนได้นำความรู้นั้นไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันเท่านั้น จากเหตุการณ์ปฏิบัติของนักเรียนระบุว่า นักเรียนไม่มีโอกาสได้บอกและไม่มีโอกาสได้ทำจริง นอกจากนี้เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ในการรับประทานอาหารที่ชอบรับประทานตามใจปากหรือรสชาติของอาหาร จะเห็นได้ว่าครอบครัวไทยส่วนใหญ่นิยมใส่ผงชูรสลงในอาหารโดยมีความเชื่อว่าทำให้อาหารมีรสอร่อยขึ้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงน่าจะเป็นผลให้นักเรียนมีการปฏิบัติอยู่ระดับพอใช้

รายชื่อเรื่อง "กินข้าวแดงหรือข้าวขั้วคัสแต่น้อย" อาจเป็นจากเหตุผลของการปฏิบัติที่นักเรียนระบุว่าไม่มีแหล่งซื้อขายและหาซื้อเข้ามาบริโภคลำบาก ข้าวแดงหุงยาก แห็ง ไม่อร่อย และเห็นว่าเป็นข้าวสำหรับนักโทษ ไม่เหมาะที่จะนำมารับประทาน ด้วยเหตุผลดังกล่าวมา จึงน่าจะทำให้การปฏิบัติอยู่ในระดับพอใช้

ส่วนรายชื่อเรื่อง "กินอาหารม้อเฮ้นมากกว่าม้ออื่น" อาจเนื่องจากครอบครัวไทยให้ความสำคัญกับการบริโภคอาหารม้อเฮ้นมากกว่าม้ออื่น ๆ เพราะเป็นเวลาที่ทุกคนในครอบครัวได้เดินพร้อมหน้ากัน และมีเวลาในการรับประทานอาหารมากกว่าม้ออื่น ๆ โดยไม่ต้องรีบเร่ง จึงทำให้นักเรียนให้ความสำคัญกับอาหารม้อเฮ้นมากกว่าม้ออื่น ๆ อีกทั้งจากเหตุผลของการปฏิบัติของนักเรียนระบุว่า รับประทานม้อเฮ้นมากจะทำให้อิ่มนานและไม่รู้สึกหิว จะได้ไม่ต้องกินอาหารจุกจิกอีกด้วย เหตุผลนี้จึงทำให้นักเรียนมีการปฏิบัติอยู่ในระดับพอใช้

3.2 เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยส่วนรวมระหว่างนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล กับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ที่ระดับ .05 อาจเนื่องจาก ประการแรกโรงเรียนประถมศึกษาทั้งโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาลและโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลเน้นการปฏิบัติเป็นสำคัญ ทำให้การปฏิบัติ
 เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน โดยส่วนรวมไม่แตกต่างกัน และประการที่สอง ความ
 เจริญของท้องถิ่นมีมากขึ้น ทำให้นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลกับนักเรียนโรง-
 เรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีโอกาสได้ปฏิบัติไม่แตกต่างกัน

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาล ในเรื่อง ต้มน้ำอุ่นเวลาเป็นหวัด ต้มนม กินผลไม้ดอง เช่น มะม่วงดอง มะยมดอง
 ใช้จานพลาสติก หรือจานสังกะสีเคลือบที่บ้าน อาจเป็นผลมาจาก

ประการแรก เนื่องจากลักษณะอาชีพของบิดามารดาที่ต่างกัน ทำให้ความต้องการปัจจัย
 ต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตของบุคคลแตกต่างกันออกไป ดังนั้นนักเรียนซึ่งได้รับการอบรมเลี้ยงดูจาก
 ครอบครัวที่มีอาชีพต่างกันย่อมมีแบบแผนและลักษณะในการบริโภคอาหารแตกต่างกันไปตามลักษณะ
 ครอบครัวของตนเอง ส่งผลให้การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารต่างกันด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ
 ผลการวิจัยของ พนม ทิพย์นิมลรัตน์ (2534) พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดชุมพร
 ที่มีบิดาหรือมารดารับราชการมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างจากนักเรียนที่มีบิดาหรือ
 มารดาทำเกษตรกรรม

ประการที่สอง อาจเนื่องจาก สภาพแวดล้อมของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาล
 หรือสุขาภิบาลมีสภาพความพร้อมในด้านแหล่งอาหารมากกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาล เช่น การปฏิบัติเกี่ยวกับการต้มนม นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มี
 แหล่งขายที่สามารถซื้อมาได้ แต่นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลขาดแหล่งที่จะ
 สนับสนุนความต้องการในการบริโภค

ประการที่สาม อาจเนื่องจากฐานะเศรษฐกิจของนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาลดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ส่งผลให้มีการปฏิบัติแตกต่างกัน
 ดังที่เหตุผลของการปฏิบัติของนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ในเรื่องการต้มนม
 ระบุว่า "นม" เป็นสิ่งที่มีราคาแพง ไม่สามารถซื้อมาได้ตลอด ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ
 ประสพ สุทธิเมธางกูร (2530) พบว่า ผู้ปกครองมีรายได้อันต่างกัน มีการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพ
 ให้แก่นักเรียนต่างกัน ด้วยเหตุผลที่กล่าวมา ทำให้นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล
 มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล

อย่างไรก็ตามยังพบว่า มีรายข้อของการปฏิบัติที่นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขา-
 ภิบาล เรื่อง "ล้างผักดิบให้สะอาดก่อนกินทุกครั้ง" อาจเนื่องมาจากนักเรียนโรงเรียนนอกเขต

เทศบาลหรือสภาภิบาลได้ปฏิบัติจริง เพราะวิถีชีวิตของเด็กต้องช่วยบิดามารดาในการเตรียมและประกอบอาหาร อีกทั้งฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวไม่ได้จึงต้องช่วยเหลือตนเอง ตรงกันข้ามเด็กนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสภาภิบาล ส่วนใหญ่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีกว่า เด็กในวัยเรียนจะไม่ค่อยได้ปฏิบัติด้วยตนเอง เพราะมีทั้งพ่อแม่หรือพี่เลี้ยงคอยดูแลแทน

สำหรับรายชื่อเรื่อง คั้นน้ำอัดลม เขี่ยผักที่มีอยู่ในอาหารทั้ง กินอาหารรสจัด เช่น เผ็ดจัด เค็มจัด เปรี้ยวจัด กินอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น นิชซ่า ฮอทด็อก แฮมเบอร์เกอร์ กินอาหารม้อเย็นมากกว่าม้ออื่น กินอาหารจุบจิบ พุดคุษหอยกล้อกันขณะกินอาหาร ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ประการแรก ฐานะเศรษฐกิจของนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสภาภิบาลต่ำกว่านักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสภาภิบาล ประกอบกับ น้ำอัดลมอาหารฟาสต์ฟู้ด และอาหารที่กินจุบจิบ มีราคาแพง นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสภาภิบาลไม่มีศักยภาพทางการเงินเพียงพอที่จะซื้อมาบริโภค ประการที่สอง อาจเนื่องมาจากสภาพแวดล้อมของนักเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสภาภิบาลอยู่ในชนบท อาหารประเภทนี้ระบบการขนส่งของตลาดยังไม่ทั่วถึง ซึ่งเป็นสิ่งที่เอื้ออำนวยให้นักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสภาภิบาลไม่มีโอกาสได้ซื้อ จึงทำให้มีการปฏิบัติดีกว่าดังเหตุผลที่กล่าวมา

ส่วนอีกรายชื่อเรื่อง "ฉันทินอาหารรสจัดและพุดคุษหอยกล้อกันขณะกินอาหาร" อาจเนื่องมาจากวัฒนธรรมการกินของชาวชนบท คนในครอบครัวจะกินอาหารร่วมกัน การเตรียมอาหารไม่ได้ปรุงเป็นพิเศษสำหรับเด็ก เพราะฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดีนักเรียนจึงไม่มีโอกาสเลือกรับประทานอาหาร ซึ่งตรงกันข้ามกับวัฒนธรรมการกินของชาวเมือง เด็กนักเรียนจะได้รับการดูแลในเรื่องอาหารแตกต่างจากผู้ใหญ่ มีอิสระในการบริโภคอาหาร

เป็นที่น่าสังเกตว่า ผลการวิจัยพบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ แต่ทัศนคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี อาจเนื่องจากการเรียนการสอนในระดับประถมศึกษามุ่งเน้นการปฏิบัติเป็นสำคัญ จึงส่งผลให้เกิดการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับดี

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนโดยส่วนรวม มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ มีทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ผู้วิจัยใคร่ขอเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1. ด้านความรู้ ควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเน้นข้อความรู้ที่นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในเกณฑ์ควรปรับปรุง ในเรื่องดังต่อไปนี้ ประเภทของ

สารอาหาร อาหารที่บำรุงกระดูกและฟันให้แข็งแรง อาหารที่ให้สารบอแรกซ์ ประโยชน์ของผัก และผลไม้ที่มีสีเหลือง ปริมาณน้ำที่ร่างกายต้องการ อาหารที่ช่วยให้อวัยวะเจริญเติบโต ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนในเรื่องอาหารและโภชนาการระดับชั้นประถมศึกษาควรเน้นความรู้ความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวให้สอดคล้องกับการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อสร้างทัศนคติ และการปฏิบัติที่ดีตามมา เช่น ในเรื่องอาหารที่ช่วยให้อวัยวะเจริญเติบโต ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนนั้นอาจจัดในลักษณะให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม โดยแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ๆ ละ 5 - 6 คน แล้วครูให้นักเรียนช่วยกันคิดรายการอาหารที่ช่วยให้อวัยวะเจริญเติบโตในแต่ละวัน โดยนำเอาอาหารที่มีในท้องถิ่น ซึ่งนักเรียนสามารถนำมาบริโภคได้และมีคุณค่าทางอาหารเพียงพอ แล้วให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมารายงานหน้าชั้นและให้เพื่อนนักเรียนคนอื่น ๆ เสนอความคิดเห็นเพิ่มเติม ครูคอยให้ความรู้และให้คำแนะนำเพิ่มในส่วนที่ยังไม่สมบูรณ์ ซึ่งจะช่วยให้เด็กเกิดความรู้ในเรื่องอาหารและสามารถนำเอารายการอาหารไปใช้ในครอบครัวของตนเองได้

นอกจากนั้นแล้วครูผู้สอนในระดับประถมศึกษาควรศึกษาวิธีการสอนที่เหมาะสมกับเด็ก เพื่อพัฒนาในด้านการเรียนรู้การสอน ส่งผลให้เด็กมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนตามเกณฑ์ที่พึงประสงค์ อีกทั้งควรจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรในเรื่องอาหารและโภชนาการที่เหมาะสมกับวัยด้วย เช่น ให้ความรู้ในเรื่องอาหารในโรงเรียนโดยใช้เสียงตามสาย ครูอาจจะมอบหมายให้ผู้นำนักเรียนทางด้านสุขภาพเป็นผู้จัดรายการ โดยให้ความรู้วันละ 1 - 2 ครั้ง ในช่วงเช้าก่อนเข้าห้องเรียนและช่วงพักเที่ยง อีกทั้งควรจัดป้ายนิเทศเผยแพร่ข่าวสารต่าง ๆ ซึ่งเป็นความรู้ใหม่ ๆ ในเรื่องอาหารและโภชนาการตามห้องสมุดของโรงเรียน ห้องพยาบาล ห้องประชุมหรือโรงอาหาร ส่วนในชุมชนครูควรประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ความรู้ในเรื่องอาหารผ่านทางหอกระจายข่าวของหมู่บ้านและจัดป้ายนิเทศเผยแพร่ความรู้ในสถานที่ต่าง ๆ เช่น ที่อ่านหนังสือประจำหมู่บ้าน ที่กองทุนพัฒนาประจำหมู่บ้าน หรือที่วัด ซึ่งเป็นที่รวมของชุมชนในเทศกาลต่าง ๆ ในการจัดกิจกรรมนั้น ครูควรกระทำอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอเพื่อพัฒนาความรู้ให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

2. ด้านทัศนคติ จากการวิจัยพบว่า โดยส่วนรวมถึงแม้จะอยู่ในระดับดี แต่ครูก็ควรส่งเสริมและปลูกฝัง เพื่อพัฒนาทัศนคติต่อการบริโภคอาหารให้ดียิ่งขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพราะทัศนคติเป็นองค์ประกอบประการหนึ่งที่ส่งผลต่อการปฏิบัติ อย่างไรก็ตามยังพบว่า มีทัศนคติในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับพอใช้ ในเรื่องความเชื่อที่ผิดต่อการบริโภคอาหาร ดังนั้น ครูควรสอนให้ความรู้ที่ถูกต้องเพื่อแก้ไขความเชื่อที่ผิด นอกจากนี้ควรจัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองควบคู่ไปด้วยในเรื่องอาหารและโภชนาการ อาจเป็นลักษณะ เยี่ยมบ้าน หรือให้ความรู้เป็นรายกลุ่ม ในโอกาสพิเศษ เช่น งานบุญ หรือเทศกาลต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างความรู้ให้ถูกต้องและพัฒนาทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับความเชื่อในเรื่องการบริโภคอาหารตามมา อีกทั้งการให้ความรู้ที่ถูกต้องในเรื่องความเชื่อที่ผิดในการบริโภคอาหารแก่บุคคลหรือองค์กรที่สำคัญในหมู่บ้าน เช่น พระสงฆ์ กำนัน

ผู้ใหญ่บ้าน อาสาสมัครสาธารณสุขในหมู่บ้าน กลุ่มผู้นำสตรี ซึ่งกลุ่มบุคคลเหล่านี้ชาวบ้านให้ความนับถือและศรัทธา เมื่อให้ความรู้แก่ชาวบ้านและเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องการบริโภคอาหารก็สามารถที่จะเปลี่ยนแปลงและพัฒนาทัศนคติในเรื่องอาหารและโภชนาการให้ถูกต้อง โดยครูประสานกับเจ้าหน้าที่ของรัฐที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เกษตรตำบล พัฒนาการประจำตำบล คอยให้การสนับสนุนและให้ความช่วยเหลือทางด้านวิชาการ

3. ด้านการปฏิบัติ โดยส่วนรวมถึงแม้จะอยู่ในระดับดี ก็ควรปฏิบัติให้ดียิ่งขึ้นต่อไป แต่มีการปฏิบัติบางข้อที่นักเรียนยังจะต้องปรับปรุงแก้ไข ได้แก่ กินขนมถุงสำเร็จรูปที่โฆษณาทางโทรทัศน์ บอกแม่ไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหาร กินอาหารมือเย็นมากกว่ามืออุ่น เป็นต้น ดังนั้นในโรงเรียน ครูควรจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร นอกเหนือไปจาก การเรียนการสอนในห้องเรียน ซึ่งจัดอยู่ในกระบวนการโครงการอาหารกลางวัน โดยให้นักเรียนได้ปฏิบัติจริงในการประกอบอาหารที่ถูกสุขลักษณะ การเลือกรับประทานอาหารได้ถูกต้องเหมาะสมกับวัย เช่น ไม่ใส่ผงชูรสในอาหาร ครูควรแนะนำนักเรียนให้ทราบและแสดงให้เห็นว่าอาหารที่ไม่ใส่ผงชูรสก็มีรสชาติอร่อยได้ โดยครูเป็นตัวอย่างที่ดีไม่นำผงชูรสมาประกอบอาหาร และร่วมรับประทานอาหารที่นักเรียนปรุงซึ่งไม่ได้ใส่ผงชูรส เพื่อให้เกิดพฤติกรรมในการบริโภคอาหารที่ถาวร ครูจึงควรกระตุ้นและคอยควบคุมให้นักเรียนปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ทั้งนี้ควรอยู่ในการควบคุมดูแลของครูอย่างใกล้ชิด

4. โรงเรียนควรได้จัดกิจกรรมเผยแพร่ความรู้ในเรื่อง "อาหารและโภชนาการ" แก่ชุมชนและผู้ปกครองเพื่อให้เกิดความรู้ที่ถูกต้องส่งผลให้มีทัศนคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหารที่ดีตามมาด้วย การสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างโรงเรียนและชุมชนควรกระทำอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ โดยอาจจัดกิจกรรมในรูปแบบโครงการอาหารกลางวันที่มีผู้ปกครองมาร่วมดำเนินการรับผิดชอบหรือการจัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้ในรูปแบบสัปดาห์ความรู้ เรื่องอาหารสำหรับเด็กวัยเรียนแก่ผู้ปกครองให้มองเห็นความสำคัญของอาหารในท้องถิ่นที่มีประโยชน์ สามารถนำมาบริโภคทดแทนอาหารที่หาซื้อมาได้ เช่น ผัก ผลไม้ที่มีในท้องถิ่นและในฤดูกาล ในช่วงนี้มีมะม่วงมาก ก็ควรเลือกกินเพราะจะมีราคาถูก หรือนำถั่วเมล็ดแห้งมาบริโภคทดแทนอาหารประเภทโปรตีนที่มีราคาแพงกว่า

5. นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขภิบาลควรปรับปรุงด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องในด้านความรู้ ควรเน้นข้อความรู้ในเรื่อง ประเภทของสารอาหาร อาหารที่ช่วยบำรุงกระดูกและฟันให้แข็งแรง อาหารที่ใส่สารบอแรกซ์ ประโยชน์ของผัก และผลไม้ที่มีสีเหลือง ปริมาณน้ำที่ร่างกายต้องการ อาหารที่ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต อาหารสำหรับหญิงหลังคลอด ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารควรพัฒนาทัศนคติในเรื่องความเชื่อที่ผิดในการบริโภคอาหาร เรื่อง กินน้ำแข็งเวลา มีไข้ทำให้หายไข้ กินเมล็ดฝรั่ง เม็ดมะเขือ ทำให้เกิดโรคไส้ติ่งอักเสบได้ กินน้ำมะพร้าวขณะมี

ประจำเดือน จะทำให้ปวดท้อง กินอาหารล้มทุกมื้ออาจเป็นโรคขาดสารอาหารได้ หญิงหลังคลอด กินแกงหัวปลีทำให้มีน้ำนมมาก กินอาหารที่หวานมากทำให้เป็นโรคเบาหวาน ส่วนทางด้าน การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ควรมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารที่ถูกต้องในเรื่อง ไม่กินขนมสำเร็จรูปและบรรจุถุงที่โฆษณาทางโทรทัศน์ บอกแม่ไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหาร ไม่กินอาหารมือเย็นมากกว่ามืออื่น และกินข้าวแดงหรือข้าวขัดสีแต่น้อย

สำหรับนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสหวิทยาบาลควรเน้นความรู้ในเรื่องเดียวกันกับนักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสหวิทยาบาล แต่ควรเพิ่มในเรื่อง ประเภทของสารอาหาร เนื่องจากนักเรียนมีความรู้ต่ำในเรื่องนี้ ด้านทัศนคติควรเพิ่มในเรื่อง นมไม่สามารถทดแทนอาหารมือเข้าสำหรับนักเรียนได้ และดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทำให้อ้วนได้ ส่วนทางด้าน การปฏิบัติของนักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสหวิทยาบาลควรมีการปฏิบัติที่ถูกต้องในเรื่อง บอกแม่ไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหารและควรกินข้าวแดงหรือข้าวขัดสีแต่น้อย

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

- 1) ควรมีการวิจัยเพื่อศึกษาถึง พฤติกรรมการบริโภคอาหารในโรงเรียนระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษา โดยใช้เครื่องมือหลายแบบ เช่น ใช้แบบทดสอบสำหรับวัดความรู้ ใช้แบบสัมภาษณ์สำหรับวัดทัศนคติ และใช้การสังเกตสำหรับวัดการปฏิบัติ เพื่อได้ข้อมูลที่แม่นยำ ถูกต้องยิ่งขึ้น
- 2) ควรมีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหาร กับกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาภาวะโภชนาการ เพื่อนำผลที่ได้มาปรับปรุง ในการดำเนินงานแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการในเด็กนักเรียน
- 3) ควรมีการวิจัยถึงปัญหาการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรื่องอาหารและโภชนาการในโรงเรียนระดับประถมศึกษา เพื่อหารูปแบบที่เหมาะสมในการให้ความรู้แก่นักเรียน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้ดีขึ้น และเป็นพฤติกรรมที่ถาวร
- 4) ควรมีการศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษา เช่น อาชีพของบิดามารดา ศาสนาฐานะ เศรษฐกิจ เป็นต้น