

ภาวะโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดสุราษฎร์ธานี



นางสาวเจริญศรี จันทร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาเวชศาสตร์ชุมชน ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2548

ISBN 974-14-2134-6

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

NUTRITION STATUS EATING BEHAVIOR AND ASSOCIATED FACTORS
OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN SURATTHANI PROVINCE

Miss Charoensri Juntorn

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Science Program in Community Medicine

Department of Preventive and Social Medicine

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2005

ISBN 974-14-2134-6

เจริญศรี จันทร์ : ภาวะโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี (NUTRITION STATUS EATING BEHAVIOR AND ASSOCIATED FACTORS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN SURATTHANI PROVINCE) อ.ที่ปรึกษา : รศ.นพ.บดี ธนะมัน, อ.ที่ปรึกษาร่วม : อ.พญ. ภรณ์ เหล่าอิทธิ จำนวน 127 หน้า. ISBN 974-14-2134-6

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยใช้รูปแบบการศึกษาเป็นแบบเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชายหญิงที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยใช้แบบสอบถาม เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง รวมทั้งตารางมาตรฐานน้ำหนักส่วนสูง และเครื่องชี้วัดทางโภชนาการของประชาชนไทยอายุ 1 วัน - 19 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ.2542 โดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 1,832 คน เข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ (ชาย 734 คน หญิง 1,089 คน)

ผลการศึกษาพบว่า 1. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี ส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการค่อนข้างน้อยและน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 46.7 รองลงมาคือ ภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ ร้อยละ 45.2 และภาวะโภชนาการค่อนข้างมากและมากเกินไปเกณฑ์ ร้อยละ 6.6, 1.5 ตามลำดับ 2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง โดยนักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารในระดับดีและปานกลาง (ร้อยละ 68.2) มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้อยู่ในระดับปานกลาง ในส่วนของบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 84.3) มีค่าเฉลี่ยคะแนนบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี 3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ คือ ความรู้ด้านโภชนาการ บริโภคนิสัยในการบริโภคอาหาร ระดับการศึกษาสูงสุดของบิดามารดาและผู้ปกครอง การสนับสนุนทางสังคม อิทธิพลจากสื่อเขตพื้นที่การศึกษา เขตพื้นที่การปกครอง สังกัดการศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ คือ เพศ การศึกษาของมารดา รายได้รายจ่ายของครอบครัว ภาวะโภชนาการของบิดามารดา เขตพื้นที่การศึกษาและเขตพื้นที่การปกครอง ซึ่งนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดาเป็นครอบครัวเดี่ยว ระดับการศึกษาของบิดา มารดา ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และมีอาชีพค้าขายและรับราชการ รายได้และรายจ่ายส่วนใหญ่น้อยกว่า 10,000 บาทต่อเดือน ลักษณะอาหารที่นักเรียนรับประทานในครอบครัวส่วนใหญ่จะประกอบอาหารโดยการปรุงอาหารรับประทานเองทุกมื้อ ร้อยละ 66.8 และอาหารกลางวันที่นักเรียนมักจะได้รับประทาน จะซื้อจากแม่ค้าในโรงเรียน โดยส่วนใหญ่อาหารมื้อเช้ามักจะเป็นข้าวต้ม ข้าวแกง และนมกับขนมปัง (ร้อยละ 28.7, 28.4, 22.1 ตามลำดับ) มื้อกลางวันจะเป็นข้าวแกง ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน (ร้อยละ 35.0, 25.8, 21.6 ตามลำดับ) มื้อเย็น นักเรียนมักจะได้รับประทาน ข้าวแกง ก๋วยเตี๋ยว ผลไม้ นม ประเภทของอาหารที่นักเรียนรับประทานใน 1 สัปดาห์ พบว่า อาหารที่นักเรียนรับประทานเป็นประจำ คือ ปลา, ผลไม้ เช่น มังคุด มะม่วง ทูเรียน, นมสด / โยเกิร์ตแบบกระป๋อง, ไข่ไก่ ไข่เป็ด

ภาควิชา.....เวชศาสตร์ป้องกันและสังคม.....ลายมือชื่อนิสิต.....
 สาขาวิชา.....เวชศาสตร์ชุมชน.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
 ปีการศึกษา... 2548.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

4774903730 : MAJOR COMMUNITY MEDICINE

KEY WORD: NUTRITIONAL STATUS, EATING BEHAVIOR, SECONDARY SCHOOL STUDENTS

CHAROENSRI JUNTORN : NUTRITION STATUS EATING BEHAVIOR AND RELATED FACTORS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN SURATTHANI PROVINCE. THESIS ADVISOR : ASSOC. PROF. BODI DHANAMUN, M.D., MPH, THESIS COADVISOR : LECTURER PORANEE LAOITTHI, MD., MSc. 127 pp. ISBN 974-14-2134-6

This study aimed at determining nutritional status, eating behavior and associated factors among secondary school students in Suratthani province. A cross-sectional descriptive survey was conducted during October 2005 to November 2005 among 1,832 students. Data was collected by self-administrated questionnaire. There were 734 males and 1089 females. The results showed that most students (46.7 percent) were nearly underweight and underweight, 45.2 percent were normal weight , overweight and obesity were 6.6 and 1.5 percent respectively .Eating behavior scores is high (84.3 percent) mean score is also in good range ; while nutritional knowledge scores which lies from medium and above (68.2 percent) mean score is also in medium range. Factors which were statistically significantly associated with nutritional status were sex, family income and expenses, school and district area. In addition, factors which were statistically significantly associated with eating behavior status were study area, type of school ,father , mother and parent education, nutritional knowledge, eating behavior, family's expenses, student's expense. Most students were living with father and mother in a single family. Most parent's education were secondary school, their occupations were merchants and government officers, and their income and expenses were less than 10,000 baht per month. The major characteristics of food , students had eaten were mostly home - made. The students' lunch were bought in the school cafeteria. Most of their breakfast were boiled rice, rice with curry (Kao - gaeng), milk and bread. Most of their lunch were rice with curry (Kao - gaeng) and noodle. Most of their dinner were rice with curry (Kao - gaeng), noodle, fruits and milk. Fish, fruits, milk/yoghurt, eggs are the most frequently eaten kinds of food.

This study showed that eating behavior and nutritional status in Suratthani province are normal weight and nearly underweight and underweight which should be benefit for authorities in order to plan any strategies for better health of the students in Thailand.

Department.....Preventive and Social Medicine...Student's signature.....
Field of study.....Community Medicine.....Advisor's signature.....
Academic year.....2005.....Co-advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ทำการศึกษาขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์นายแพทย์บดี ฐนะมัน อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แพทย์หญิง ภรณี เหล่าอิทธิ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้คำแนะนำ แก้ไข ปรับปรุง และให้ความรู้ รวมถึงข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบคุณ ศาสตราจารย์นายแพทย์ ไพบุลย์ โสสุทร ประธานคณะกรรมการสอบ และแพทย์หญิง แสงโสม สีนะวัฒน์ ที่ได้สละเวลาอันมีค่ามาร่วมเป็นกรรมการสอบ รวมถึงให้ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ในการจัดทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์ ที่ได้สละเวลาอันมีค่าใช้ในการให้คำปรึกษาเรื่องการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

ขอขอบคุณ คุณพ่อ คุณแม่ พี่ชายและน้องชายของผู้เขียน ผู้อำนวยการสมนึก - อาจารย์ลัดดา พรหมนิตาธร พันโทจตุร - อาจารย์อมรศรี สุวรรณ นางสิริรัตน์ โลเวล ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล ให้กำลังใจ และเอื้อเฟื้อสถานที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียน อาจารย์ประจำชั้นเรียน อาจารย์ประจำห้องพยาบาล และนักเรียนทุกคน ทั้ง 3 เขตการศึกษา ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี ในการให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามการวิจัย

ขอขอบคุณพี่ ๆ หลักสูตรเวชศาสตร์ชุมชนนอกเวลา รุ่น 5 และ ในเวลา รุ่น 16 ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์เมตตา ช่วยเหลือและให้กำลังใจอย่างยิ่ง

ขอขอบคุณ เจ้าหน้าที่ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศาสตร์ ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยด้วยดีมาตลอด

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญแผนภูมิ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย.....	1
1.2 คำถามการวิจัย	3
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
1.4 สมมุติฐานการวิจัย	4
1.5 ข้อตกลงเบื้องต้น.....	4
1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	4
1.7 การสังเกตและการวัด.....	5
1.8 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	5
1.9 ปัญหาทางจริยธรรม.....	7
1.10 ข้อจำกัดของงานวิจัย.....	7
1.11 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
1.12 อุปสรรคและแนวทางแก้ไข.....	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
2.1 ภาวะโภชนาการ.....	9
2.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	13
2.3 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	19
2.4 ประเภท ปริมาณอาหาร และความต้องการสารอาหารของวัยรุ่น.....	23
2.5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	27
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	38
3.1 รูปแบบการวิจัย.....	38
3.2 ระเบียบวิธีวิจัย.....	38

	หน้า
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	40
3.4 การทดสอบเครื่องมือ.....	44
3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	45
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียน นักเรียน และครอบครัว ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่1-3 ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยนำเสนอในรูปแบบความถี่ ร้อยละ.....	47
4.2 ผลการวิเคราะห์ระดับคะแนนความรู้ เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร บริโภคนิสัยในการบริโภคอาหาร การสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความถี่ในการบริโภคอาหารแต่ละชนิด และอิทธิพลจากสื่อสารมวลชน ต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่1-3 ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี ตามเกณฑ์ที่กำหนด.....	63
4.3 ภาวะโภชนาการของนักเรียน.....	68
4.4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารกับปัจจัยต่างๆ ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี.....	74
4.5 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการ กับปัจจัยต่างๆ ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี.....	75
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	76
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	76
5.2 การอภิปรายผลการวิจัย.....	78
5.3 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ.....	84
5.4 ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป.....	85
รายการอ้างอิง.....	86
ภาคผนวก.....	92
ภาคผนวก ก ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ ของแบบสอบถาม.....	93

ภาคผนวก ข ตารางแสดงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการ.....	95
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	106
ภาคผนวก ง ตารางน้ำหนัก ส่วนสูง.....	114
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	127

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	แสดงข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันของวัยรุ่น.....	25
ตารางที่ 2	ความต้องการพลังงานของเด็กวัยเรียนต่อวันในวัยรุ่นชายอายุ 16-19 ปี และหญิงอายุ 13-15 ปี.....	26
ตารางที่ 4.1	รายชื่อโรงเรียนที่ได้จากการสุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเขตพื้นที่การศึกษา เขตการปกครองเทศบาล และจำแนกตามอำเภอ ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี..	48
ตารางที่ 4.2	จำนวนและร้อยละของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง จำแนกตามเขตพื้นที่การศึกษา เขตการปกครอง และสังกัดการศึกษา.....	49
ตารางที่ 4.3	จำนวนและร้อยละของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง จำแนกตามอายุ ศาสนา และค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับในแต่ละวัน (เฉพาะค่าอาหารกลางวัน) 51	51
ตารางที่ 4.4	จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามโรคประจำตัว.....	53
ตารางที่ 4.5	ร้อยละของผู้ที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน.....	55
ตารางที่ 4.6	ร้อยละของรายได้ รายจ่าย ของครอบครัว.....	58
ตารางที่ 4.7	ร้อยละของลักษณะอาหาร และประเภทอาหารที่นักเรียนรับประทาน.....	60
ตารางที่ 4.8	แสดงร้อยละของประเภทของอาหารที่นักเรียนรับประทานใน 1 สัปดาห์ ระบุเป็นความถี่ของการรับประทานอาหาร.....	61
ตารางที่ 4.9	รายการอาหารแต่ละมื้อของวันที่นักเรียนรับประทานบ่อยๆ ใน 1 สัปดาห์...	62
ตารางที่ 4.10	ร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่1-3 ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี จำแนกตาม ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร บริโภคนิสัยในการบริโภคอาหาร การสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความถี่ในการบริโภคอาหาร แต่ละชนิด และอิทธิพลจากสื่อสารมวลชนต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร..	65
ตารางที่ 4.11	คะแนนเต็ม ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับคะแนนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร บริโภคนิสัยในการ บริโภคอาหาร การสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลจากสื่อสารมวลชน ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่1- 3 ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี...	67
ตารางที่ 4.12	ภาวะโภชนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี.....	69
ตารางที่ 4.13	แสดงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	74
ตารางที่ 4.14	ผลการศึกษาคความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทั้ง 3 ด้าน กับภาวะโภชนาการ ของนักเรียนในจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดย chi-square test	

สารบัญแผนภูมิ

	หน้า
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
เทคนิคการสุ่มตัวอย่าง.....	39