



ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา

FACTORS RELATED TO SWEET CONSUMPTION BEHAVIORS AMONG MIDDLE
SCHOOL STUDENTS IN MUEANG DISTRICT YALA PROVINCE

วราพรรณ ไหมเหลือง^{1*}, คันธมาหนท์ กาญจนภูมิ², ชัดเจน จันทรพัฒน์³ และกัลยา ต้นสกุล⁴
Warapun Mailuang^{1*}, Kantamaht Kanchanapoom², Chadjane Jantarapat³ and
Kanlaya Tansakul⁴

¹ นักศึกษาปริญญาโท, หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน,
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

¹ Graduate student, Master of Public Health Program in Community Health,
Faculty of Science and Technology, Songkhla Rajabhat University

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., โปรแกรมวิทยาศาสตรสุขภาพ, คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี,
มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

² Assistant Professor Dr., Health Science Program, Faculty of Science and Technology,
Songkhla Rajabhat University.

³ ดร., โรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์

³ Dr., Songkhla Rajanagarindra Psychiatric Hospital

⁴ ดร., อาจารย์ประจำหลักสูตรสาธารณสุขชุมชน, คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

⁴ Dr., Lecturer in Community Public Health Department, Faculty of Science and Technology,
Hat Yai University.

*Corresponding author, E-mail: warapun1993@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นวิจัยเชิงความสัมพันธ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจแบบแผนการบริโภคอาหารของ
นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม ปัจจัยเอื้อ และ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา
หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม และปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของ
นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา จำนวน 524 คน โดยเลือกใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างเป็นระบบ
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและนำเสนอด้วยการแจก
แจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบหาความแตกต่าง โดยใช้สถิติ T-test
และ F-test พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 2.34, S.D. = 0.97$)
คิดเป็นร้อยละ 46.89 เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันที่ระดับ
นัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ทิศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานและรายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์
ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ ($r = -.038$ และ $r = -.059$) อย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ 0.05 การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำ



สนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ ($r = -.047$ และ $-.070$ ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สิ่งแวดล้อมที่บ้านและสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ ($r = -.018$ และ $-.055$ ตามลำดับ) ผลการศึกษาสามารถนำไปใช้ในการวางแผนในการปฏิบัติการของโรงเรียน หรือกำหนดแนวทางนโยบายในการควบคุมการจำหน่ายอาหาร โดยการอาศัยความร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครอง ผู้บริหาร ครู และบุคลากรภายในโรงเรียน

คำสำคัญ: พฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน, ทักษะคิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น, ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

Abstract

This research was a correlational research. The objectives survey the food consumption pattern of the middle school students in Mueang district, Yala province, study predisposing factors, reinforcing factors, enabling factors and sweet food consumption behavior of the lower secondary school students in Mueang district, Yala province and to find the relationship between predisposing factors to reinforcing factors and enabling factors to the sweet food consumption behavior of middle school students in Mueang district, Yala province. The sample were 524 middle school students in Mueang district, Yala province selected by systematic random sampling. The instrument used in this research was a questionnaire. Data were analyzed by using descriptive statistics and presented in frequency distribution, percentage, mean, standard deviation. Comparing the differences by using T-test and F-test statistics, it was found that most of students had a high level of sweet eating behaviors ($\bar{x} = 2.34$, S.D. = 0.97), representing 46.89 percent when analyzing the relationships using coefficient statistics. Pearson's correlation with statistical significance of 0.05. The sweet food consumption attitude and family income were negatively correlated with the sweet food consumption behavior ($r = -.038$ and $r = -.059$) statistically significant at the 0.05 level. Receive news and information about food consumption from various media and receiving advice and support on food intake from various people had a negative relationship with the consumption of sugary foods at a low level ($r = -.047$ and $-.070$, respectively) with statistical significance at the level of 0.05. The environment at home and school had a negative correlation with the low level of sweet food consumption behavior ($r = -.018$ and $-.055$ respectively). The study results could be used to plan the school operations or formulate policy guidelines for controlling the food sale distribution through the collaboration between guardian, administrators, teachers and school personnel

Keywords: sweet food consumption behavior, attitude about sweet food consumption, junior high school students, knowledge about sweet food consumption



บทนำ

ปัจจุบันสถานการณ์การบริโภคน้ำตาลของเด็กไทยมีการบริโภคขนมกรุบกรอบและเครื่องดื่มชนิดต่าง ๆ ที่มีความหลากหลายและมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ร่วมกับการดำเนินชีวิตที่ไม่ถูกต้อง ทั้งยังมีการโฆษณาขนมกรุบกรอบและเครื่องดื่มต่าง ๆ ประกอบกับในปัจจุบันเด็กมีอำนาจในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อาหารจำพวกขนมขบเคี้ยว ลูกอม ขนมหวาน เครื่องดื่ม และน้ำอัดลม เป็นต้น อีกทั้งยังพบว่าเด็กที่อยู่ในช่วงอายุ 3 - 15 ปี ได้รับพลังงานจากขนมและเครื่องดื่มร้อยละ 27 ของพลังงานที่ควรได้รับใน 1 วัน (สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2560) จากรายงานการสำรวจการบริโภคเครื่องดื่มรสหวานต่อพฤติกรรมการบริโภคของเด็ก พบว่า เด็กอายุระหว่าง 6 - 14 ปี บริโภคเครื่องดื่มที่ผสมน้ำตาลเฉลี่ยต่อสัปดาห์มากที่สุด ได้แก่ น้ำอัดลม น้ำหวาน และชาเขียว เป็นต้น ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่มีปริมาณน้ำตาลสูงมาก เฉลี่ย 9 - 19 กรัม/100 มิลลิลิตร ในขณะที่ปริมาณที่เหมาะสม คือ ไม่ควรมีน้ำตาลมากกว่า 6 กรัม/100 มิลลิลิตร เพราะจะเพิ่มโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วนและโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้ในระยะยาว (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2562)

ในประเทศไทยพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีน้ำตาลมากจนเกินความต้องการของร่างกาย และมีแนวโน้มจะบริโภคมากยิ่งขึ้น ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน และโรคหัวใจหลอดเลือด เป็นต้น ซึ่งถือเป็นปัญหาหาระดับโลก โดยคนไทยมีแนวโน้มบริโภคน้ำตาลจากผลิตภัณฑ์อาหาร ขนม และเครื่องดื่มผสมน้ำตาล ถึงวันละ 88 กรัม (22 ช้อนชา) หรือเพิ่มขึ้น 2.3 เท่า ซึ่งมากเกินความต้องการของร่างกายในแต่ละวัน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กเป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อโรคร้ายจากการบริโภคน้ำตาลมากที่สุด (ศักดิ์อนันต์ รัตนสาครชัย, 2558) และจากข้อมูลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2556-2557 ในช่วงอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่า เด็กไทยมีความชุกของภาวะอ้วนเพิ่มขึ้น ซึ่งจากการสำรวจปี 2552 พบว่า ผู้หญิงมีความชุกของภาวะอ้วน ร้อยละ 45.0 เพิ่มเป็นร้อยละ 51.3 ในปี 2557 และผู้ชายมีความชุกของภาวะอ้วน ร้อยละ 18.6 เพิ่มเป็นร้อยละ 26.0 ในปี 2557 ตามลำดับ (วิชัย เอกพลากร, 2557) นอกจากนี้จากการสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร ปี 2556 ในด้านการบริโภคอาหาร พบว่า ประชากรวัยที่อยู่ในช่วงอายุ 6 - 14 ปี มีอัตราการบริโภคน้ำตาลว่างสูงสุดร้อยละ 89.8 และอาหารว่างมักจะเป็นอาหารในกลุ่มของขนมทานเล่นและขนมกรุบกรอบในประชากรวัยดังกล่าว โดยรับประทานทุกวัน สูงกว่าวัยอื่นถึงร้อยละ 27.7 สำหรับกลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมในประชากรวัยเดียวกันนี้ มีสัดส่วนของการดื่มน้ำอัดลม 1 - 2 วัน/สัปดาห์ถึงร้อยละ 42.2 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2556) ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เด็กได้รับพลังงานส่วนเกินที่มาจากส่วนผสมของน้ำตาลที่มาจากอาหารว่างและเครื่องดื่ม นอกจากนี้สำหรับภาคใต้ในส่วนของอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยจากการสำรวจการบริโภคอาหารว่างและขนมในกลุ่มเด็กอายุ 6 - 14 ปี พบว่า มีการบริโภคขนมสำหรับทานเล่นหรือขนมกรุบกรอบทุกวันถึงร้อยละ 36.8 บริโภคเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวานทุกวันและ 1 - 2 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 25.3 และ 22.9 ตามลำดับ โดยขนมที่เด็กนิยมบริโภค คือ ขนมกรุบกรอบที่มีแป้ง ไขมันมาก น้ำอัดลมและนมรสหวาน ซึ่งมีเด็กบริโภคสูงถึงร้อยละ 92.7, 90.6 และ 88.8 ตามลำดับ (อารยา ตั้งวิฑูรย์, 2550) รวมทั้งในส่วนของอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มีรายงานการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคภาวะและพฤติกรรมการสุขภาพของเด็กในช่วงอายุ 6 - 14 ปี ก็พบว่า ร้อยละ 16 ดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานทุกวัน ร้อยละ 62 ดื่มน้ำอัดลมมีเพียงหนึ่งในสัปดาห์ที่ไม่ดื่มเลย เด็กหนึ่งในสี่กินขนมกรุบกรอบทุกวัน ร้อยละ 57 กินทุกสัปดาห์ มีเพียงหนึ่งในสี่ที่ไม่บริโภคเลย (สถาบันการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2556)



จากพฤติกรรมการบริโภคอาหารดังกล่าว โดยเฉพาะอาหารหวานของนักเรียน เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคอ้วนและโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในเด็กเพิ่มขึ้น (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2558) และในจังหวัดยะลานั้นกำลังประสบปัญหาภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งจากรายงานตัวชี้วัดภาวะโภชนาการของกระทรวงสาธารณสุขในเด็กนักเรียนอายุ 6 - 14 ปี ที่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ปีงบประมาณ 2557 - 2559 แบ่งตามเขตสุขภาพ พบว่าปีการศึกษา 2557 (ภาคเรียนที่ 2 ตุลาคม-ธันวาคม) เด็กนักเรียนอำเภอเมือง จังหวัดยะลา มีความชุกภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 15.96 ปีการศึกษา 2558 (ภาคเรียนที่ 2 ตุลาคม - ธันวาคม) ร้อยละ 16.10 และในปีการศึกษา 2559 (ภาคเรียนที่ 1 พฤษภาคม - กรกฎาคม) พบว่าภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนของนักเรียนอายุ 6 - 14 ปี อำเภอเมือง จังหวัดยะลา มีความชุกสูงถึงร้อยละ 16.36 และเป็นความชุกที่สูงสุดเป็นอันดับ 1 เมื่อเทียบกับ 8 อำเภอของจังหวัดยะลา (กระทรวงสาธารณสุข, 2559) ซึ่งเกินเกณฑ์มาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุขที่ได้กำหนดไว้ให้มีอัตราความชุกไม่เกินร้อยละ 10 ภายในปี 2560 (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2558) และนอกจากนี้จากการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา พบว่า เด็กที่อยู่ในช่วงอายุ 13 - 18 ปี มีการรับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่ รวมทั้งดื่มน้ำอัดลม น้ำชา กาแฟ และเครื่องดื่มที่มีรสหวานทุกวันถึงทุกสัปดาห์ ร้อยละ 52.7 (กุลนิตา สายนัย, 2553) รวมถึงบริบทรอบ ๆ บริเวณทั้งในและนอกโรงเรียนมีแหล่งจำหน่ายอาหารหวาน และร้านสะดวกซื้อ ซึ่งจากข้อมูลการสำรวจดังกล่าวสรุปได้ว่าเด็กในช่วงอายุ 13 - 18 ปี ของจังหวัดยะลา มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มที่มีรสหวานสูง และเนื่องจากสภาพแวดล้อมของโรงเรียนเอื้อต่อการเข้าถึงอาหารจากแหล่งต่าง ๆ ได้อย่างสะดวก จึงเป็นการเพิ่มโอกาสให้เด็กมีการบริโภคอาหารที่มีความเสี่ยงต่อสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งน้ำอัดลม ของว่าง ขนมหวาน เป็นต้น ซึ่งเป็นอาหารที่มีน้ำตาลสูงและเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ที่เกิดขึ้น ณ ปัจจุบัน

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นจะเห็นว่าการศึกษาแบบแผนการบริโภคอาหารและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา มีค่อนข้างน้อย ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาแบบแผนการบริโภคอาหาร รวมถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา โดยใช้กรอบแนวคิดของกรีนและครูเตอร์ (Green & Kreuter, 2005) ซึ่งแนวคิดดังกล่าวนี้ นำมาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน โดยการวิจัยครั้งนี้ จะแบ่งปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลไว้ 3 ประการ ซึ่งได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม และปัจจัยเอื้อ และผลจากการวิจัยนี้สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการบริโภคอาหารหวาน ซึ่งเป็นปัญหาที่สามารถแก้ไขและป้องกันได้โดยอาศัยการดูแลและส่งเสริมจากผู้ปกครองและโรงเรียนในเรื่องการปรับพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และเด็กช่วงวัยนี้ยังเป็นช่วงวัยที่ยังสามารถปลูกฝังสุขนิสัยที่ถูกต้อง เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง ส่งผลให้เด็กวัยรุ่นมีภาวะโภชนาการที่ดี เป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคตต่อไป



วัตถุประสงค์

1. เพื่อสำรวจแบบแผนการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา
2. เพื่อศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม ปัจจัยเอื้อ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา
3. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม และปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ข้อมูลทั่วไปของอำเภอเมือง จังหวัดยะลา
2. การบริโภคอาหารสำหรับนักเรียน
 - 2.1 แนวทางการบริโภคอาหารของนักเรียน
 - 2.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
 - 2.3 ผลกระทบจากการบริโภคอาหารหวานของนักเรียน
3. แนวคิดทฤษฎี PRECEDE-PROCEED model
 - 3.1 ความหมายแนวคิดทฤษฎี PRECEDE-PROCEED model
 - 3.2 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานตามแนวคิดทฤษฎี PRECEDE ประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม และปัจจัยเอื้อ
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

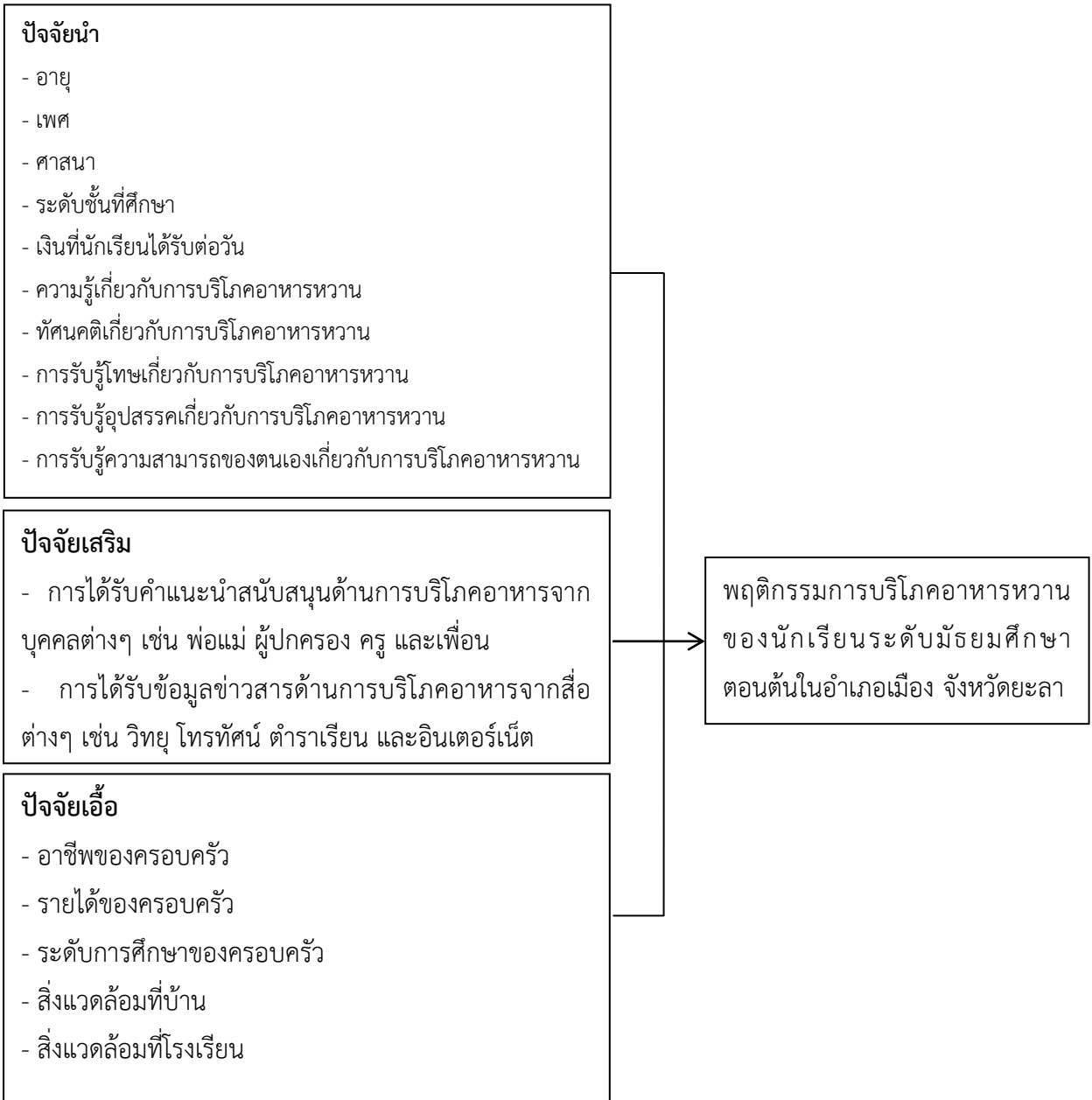
กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวคิดทฤษฎีเฉพาะส่วนของ PRECEDE model ซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม และปัจจัยเอื้อของกรีนและครูเตอร์ (Green & Kreuter, 2005) มาเป็นแนวทางในการศึกษา โดยมีตัวแปรที่เกี่ยวข้องต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ดังต่อไปนี้



ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงความสัมพันธ์ (Correlational Research) โดยผู้วิจัยกำหนดขอบเขตการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ของโรงเรียนในระดับมัธยมศึกษา ในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ปีการศึกษา 2560 ซึ่งมีจำนวนโรงเรียนทั้งหมด 4 โรงเรียน จำนวน 2,389 คน ซึ่งอยู่ในเขตของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 15

2. กลุ่มตัวอย่าง คือ คัดเลือกจากนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา ในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 4 โรงเรียน โดยมีขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้



2.1 คำนวณกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของแต่ละโรงเรียน โดยใช้เกณฑ์ในการประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากจำนวนประชากรของ (บุญชม ศรีสะอาด, 2558) โดยจำนวนประชากรนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ทั้ง 4 โรงเรียน มีนักเรียนทั้งหมด 2,389 คน จากการคำนวณจะได้กลุ่มตัวอย่างจำนวนอย่างน้อย 477 คน แต่เพื่อป้องกันการสูญหายของการเก็บข้อมูลจึงคำนวณเพิ่มอีกร้อยละ 10 (Lemeshow et al, 1990) ได้จำนวน 47 คน

2.2 กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างนักเรียนในแต่ละระดับชั้นของแต่ละโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ให้ได้สัดส่วนโดยใช้สูตรคำนวณของ (บุญใจ ศรีสถิตย์นรากร, 2550) โดยการคัดเลือกห้องเรียนในแต่ละระดับชั้นของแต่ละโรงเรียน ใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) และการหยิบลากรายชื่อห้องแบบไม่ใส่คืน คัดเลือกรายชื่อนักเรียนกลุ่มตัวอย่างของแต่ละห้องเรียนจากจำนวนนักเรียนทั้งหมดตามระดับชั้นในแต่ละโรงเรียน โดยการสุ่มจากบัญชีรายชื่อนักเรียนอย่างเป็นระบบจนครบจำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่างตามที่คำนวณไว้ในแต่ละโรงเรียน จะได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน 1 จำนวน 177 คน โรงเรียน 2 จำนวน 256 คน โรงเรียน 3 จำนวน 20 คน โรงเรียน 4 จำนวน 71 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในการเก็บข้อมูลจากงานวิจัยครั้งนี้ จำนวน 524 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง และผู้วิจัยเป็นผู้อธิบายข้อคำถามด้วยตนเอง แบบสอบถามสร้างขึ้นจากแนวคิดทฤษฎี PRECEDE model ของกรีนและครูเตอร์ (Green & Kreuter, 2005) ร่วมกับดัดแปลงจากประภาพรรณ นิลศิริ (2555) ประกอบด้วย 6 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล จำนวน 14 ข้อ ได้แก่ อายุ เพศ ศาสนา ระดับชั้นที่ศึกษา เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน อาชีพของบิดา มารดา รายได้ของบิดา มารดา และระดับการศึกษาของบิดา มารดา

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามด้านปัจจัยนำ จำนวน 45 ข้อ ได้แก่ แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน แบบสอบถามการรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม จำนวน 18 ข้อ ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ แบบสอบถามเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ จำนวน 13 ข้อ ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่บ้าน แบบสอบถามเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามความถี่ในการบริโภคอาหาร ซึ่งประกอบด้วยอาหารหลัก และอาหารหวาน



การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูลทั้งหมดให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องตามเนื้อหา (Content Validity) จำนวน 5 ท่าน และนำมาปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2. นำแบบสอบถามจากการตรวจสอบความถูกต้องตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิมาคำนวณดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ (Index of Item - Objective Congruence: IOC) ของคำถามแต่ละข้อ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วมาหาความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) และนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Method) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

4. แบบแผนการบริโภคอาหาร จะบอกถึงความถี่ในการบริโภคอาหารทั้งในกลุ่มอาหารหลัก ได้แก่ หมวดย่อยสัตว์/โปรตีน หมวดย่อยพืช และถั่ว หมวดย่อยนม หมวดย่อยข้าว แป้ง หมวดย่อยผักและผลไม้ และอาหารหวาน ทั้ง 6 กลุ่ม ได้แก่ หมวดย่อยนมและผลิตภัณฑ์รสหวาน หมวดย่อยเครื่องดื่มรสหวาน หมวดย่อยลูกอม หมวดย่อยขนมหวาน หมวดย่อยเฟออร์ หมวดย่อยขนมที่ทำจากแป้งเนื้อนุ่ม

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมในมนุษย์จากมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาได้หมายเลขรับรอง EH2017-007 ลงวันที่ 25 ตุลาคม 2560

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

1. วิเคราะห์ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล โดยแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ

2. วิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน พฤติกรรมการบริโภคอาหารหลักและอาหารหวาน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน ทศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน และการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน สิ่งแวดล้อมที่บ้าน และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน โดยหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. วิเคราะห์หาความแตกต่างรายคู่ระหว่างเพศกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน โดยใช้ T-test กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. วิเคราะห์หาความแตกต่างรายคู่ระหว่างระดับชั้นปีที่ศึกษา ศาสนา อาชีพของครอบครัว และระดับการศึกษาของครอบครัว กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน โดยใช้ F-test กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างอายุ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน รายได้ของครอบครัว ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน ทศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน และการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน สิ่งแวดล้อมที่บ้าน และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป

จากการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างนักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 57.3 และ 42.7 ตามลำดับ มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.1 มีน้ำหนักน้อยกว่า 60 กิโลกรัม คิดเป็นร้อยละ 81.9 มีส่วนสูงน้อยกว่า 160 เซนติเมตร คิดเป็นร้อยละ 63.0 รอบเอว 79 เซนติเมตรขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 53.5 นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 84.6 ระดับชั้นที่ศึกษา เป็นระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 43.9 เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน นักเรียนส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายต่ำกว่า 70 บาท คิดเป็นร้อยละ 55.6

จากการศึกษาก็ยังพบว่าอัตราความชุกของปัญหาโภชนาการ โดยกลุ่มตัวอย่างนักเรียนมีภาวะอ้วน (>+3 SD.) เป็นเพศชาย จำนวน 57 คน และเป็นเพศหญิง จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 21.37 เริ่มอ้วน (>+2 SD. ถึง +3 SD.) เป็นเพศชาย จำนวน 51 คน และเป็นเพศหญิง จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 21.56 ท้วม (>+1.5 SD. ถึง +2 SD.) เป็นเพศชาย จำนวน 34 คน และเป็นเพศหญิง จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 14.89 และสมส่วน (-1.5 SD. ถึง +1.5 SD.) เป็นเพศชาย จำนวน 81 คน และเป็นเพศหญิง จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 42.18

2. แบบแผนการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา

จากการศึกษาความถี่ในการบริโภคอาหารหลัก พบว่า การบริโภคอาหารในกลุ่มอาหารหลักที่ได้รับการบริโภคมากที่สุด คือ หมวดยั่ว แป้ง ได้แก่ ข้าวสวย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 4.10$, S.D. = 1.16) หมวดยั่วที่มีการบริโภครองลงมา คือ หมวดยั่วสัตว์/โปรตีน ได้แก่ ไข่เจียว ไข่ดาว มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.39$, S.D. = 1.37) หมวดยั่วที่มีการบริโภคน้อยที่สุด คือ หมวดยั่วพืชและถั่ว ได้แก่ ข้าวโพด มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 2.99$, S.D. = 1.34)

เมื่อพิจารณาความถี่ในการบริโภคอาหารหวาน พบว่า การบริโภคอาหารในกลุ่มอาหารหวานที่ได้รับการบริโภคมากที่สุด คือ หมวดยั่วเฟออร์ ได้แก่ คุกกี้แซนด์วิชสอดไส้ครีมรสต่างๆ เช่น ฟินโอ และโอรีโอ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.45$, S.D. = 1.37) หมวดยั่วที่มีการบริโภครองลงมา คือ หมวดยั่วนมและผลิตภัณฑ์รสหวาน ได้แก่ นมเปรี้ยวพร้อมดื่มไม่มีส่วนผสมของน้ำผลไม้ เช่น ยาคุลท์ หรือปีทาเก้น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.40$, S.D. = 1.37) หมวดยั่วที่มีการบริโภคน้อยที่สุด คือ หมวดยั่วขนมที่ทำจากแป้งเหนียว ได้แก่ โดนัท เช่น โดนัททูลูกน้ำตาล และโดนัทหน้าช็อกโกแลต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.40$, S.D. = 1.36)

3. ปัจจัยนำ ปัจจัยเสริม ปัจจัยเอื้อ และพฤติกรรมบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ดังตาราง 1-10

ตาราง 1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)
ถูก	135	25.80		
ผิด	389	74.20		
รวม	524	100	0.74	0.37



จากตาราง 1 จากการศึกษาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 25.80 รองลงมา คือ ไม่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 74.20

ตาราง 2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	63	12.02		
ระดับปานกลาง	156	29.88		
ระดับสูง	305	58.10		
รวม	524	100	2.46	0.66

จากตาราง 2 จากการศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 2.46$, S.D. = 0.66) คิดเป็นร้อยละ 58.10 รองลงมา คือ มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับ ปานกลางและระดับต่ำ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 29.88 และ 12.02 ตามลำดับ

ตาราง 3 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

การรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภค อาหารหวาน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	96	18.39		
ระดับปานกลาง	233	44.41		
ระดับสูง	195	37.20		
รวม	524	100	2.26	0.72

จากตาราง 3 จากการศึกษาการรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีการรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.26$, S.D. = 0.72) คิดเป็นร้อยละ 44.41 รองลงมา คือ มีการรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หวานอยู่ในระดับสูงและระดับต่ำ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 37.20 และ 18.39 ตามลำดับ



ตาราง 4 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	103	19.63		
ระดับปานกลาง	267	50.75		
ระดับสูง	154	29.62		
รวม	524	100	2.10	0.68

จากตาราง 4 จากการศึกษาการรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน พบว่ากลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีการรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.10$, S.D. = 0.68) คิดเป็นร้อยละ 50.75 รองลงมา คือ มีการรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับสูงและระดับต่ำ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 29.62 และ 19.63 ตามลำดับ

ตาราง 5 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน

การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	150	28.49		
ระดับปานกลาง	243	46.48		
ระดับสูง	131	25.03		
รวม	524	100	1.96	0.72

จากตาราง 5 จากการศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 1.96$, S.D. = 0.72) คิดเป็นร้อยละ 46.48 รองลงมา คือ มีการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับต่ำ และระดับสูง ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 28.49 และ 25.03 ตามลำดับ

ตาราง 6 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่างๆ	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	85	16.08		
ระดับปานกลาง	249	47.67		
ระดับสูง	190	36.25		
รวม	524	100	2.20	0.69



จากตาราง 6 จากการศึกษาการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.20$, S.D. = 0.69) คิดเป็นร้อยละ 47.67 รองลงมา คือ มีการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ อยู่ในระดับสูงและระดับต่ำ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 36.25 และ 16.08 ตามลำดับ

ตาราง 7 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ

การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	107	20.56		
ระดับปานกลาง	285	54.42		
ระดับสูง	132	25.02		
รวม	524	100	1.96	0.67

จากตาราง 7 จากการศึกษาการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 1.96$, S.D. = 0.67) คิดเป็นร้อยละ 54.42 รองลงมา คือ มีการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ อยู่ในระดับสูงและระดับต่ำ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 25.02 และ 20.56 ตามลำดับ

ตาราง 8 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสิ่งแวดล้อมที่บ้าน

สิ่งแวดล้อมที่บ้าน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
มี	379	72.25		
ไม่มี	145	27.75		
รวม	524	100	0.72	0.41

จากตาราง 8 จากการศึกษาสิ่งแวดล้อมที่บ้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่บ้านมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 72.25 รองลงมา คือ ไม่มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 27.75



ตาราง 9 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน

สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)
มี	493	94.16		
ไม่มี	31	5.84		
รวม	524	100	0.95	0.23

จากตาราง 9 จากการศึกษาสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่โรงเรียนมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 94.16 รองลงมา คือ ไม่มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 5.84

ตาราง 10 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน

พฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน	จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย \bar{x}	ค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)
ระดับต่ำ	114	21.76		
ระดับปานกลาง	164	31.35		
ระดับสูง	246	46.89		
รวม	524	100	2.34	0.97

จากตาราง 10 จากการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 524 คน ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 2.34$, S.D. = 0.97) คิดเป็นร้อยละ 46.89 รองลงมา คือ มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับปานกลาง และระดับต่ำ ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 31.35 และ 21.76 ตามลำดับ



4. การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเสริม และปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดยะลา ดังตาราง 11

ตาราง 11 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ระหว่างปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเสริมและปัจจัยเอื้อกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียน

ปัจจัย	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)
1. อายุ	.056
2. เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน	.261
3. รายได้ของครอบครัว	-.059*
4. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	.309
5. ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	-.038*
6. การรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	.217
7. การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	.012
8. การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน	.245
9. การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ	-.070*
10. การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ	-.047*
11. สิ่งแวดล้อมที่บ้าน	-.018*
12. สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียน	-.055*

* $P \leq 0.05$

จากตาราง 11 จากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ได้แก่ อายุ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน รายได้ของครอบครัว ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ สิ่งแวดล้อมที่บ้าน และสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) พบว่าทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานและรายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ ($r = -.038$ และ $r = -.059$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ ($r = -.047$ และ $-.070$ ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รวมไปถึงสิ่งแวดล้อมที่บ้านและสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ ($r = -.018$ และ $-.055$ ตามลำดับ) ส่วนอายุ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้โทษเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน และการรับรู้ความสามารถของ



ตนเองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวาน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อภิปรายผล

ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ $r = -.038$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หมายความว่าเด็กจะมีทัศนคติในการบริโภคอาหารที่มีน้ำตาลสูง เพราะว่าการดำเนินชีวิตของบุคคลในครอบครัวของเด็กที่พ่อแม่ไม่มีเวลาจัดหาอาหารให้กับเด็กเพราะทำงานเยอะ จึงทำให้เด็กมีทัศนคติที่ไม่ดี ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหวานอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 58.10 เนื่องจากนักเรียนมีทัศนคติในการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์ จึงบริโภคเครื่องดื่มที่มีรสหวานมาก ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการสมส่วน คิดเป็นร้อยละ 42.18 มีภาวะอ้วน คิดเป็นร้อยละ 21.37 เริ่มอ้วน คิดเป็นร้อยละ 21.56 และท้วม คิดเป็นร้อยละ 14.89 ซึ่งบ่งชี้ว่าเด็กนักเรียนส่วนใหญ่มีการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม โดยการดำเนินชีวิตของครอบครัวเป็นแบบเลี้ยงดูเด็กแบบตามใจ ส่งผลให้เด็กมีการรับประทานอาหารตามใจตนเองและไม่ได้คำนึงถึงการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง สอดคล้องกับการศึกษาของพุทธิชานาคเรือง (2551) ที่พบว่า ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร

รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ $r = -.059$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หมายความว่าบุคคลที่มีรายได้ดีจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานได้น้อย แต่ถ้าหากบุคคลที่มีรายได้ไม่ดีมักจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานได้มาก เนื่องจากครอบครัวของนักเรียนมีรายได้เฉลี่ยประมาณ 16,450 บาทต่อเดือน ซึ่งครอบครัวที่มีรายได้น้อยมักจะเลือกซื้ออาหาร โดยคำนึงถึงปริมาณของอาหารมากกว่าคุณภาพ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของอรทัย ตั้งฉิ่น (2552) ที่พบว่า รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งหากครอบครัวที่มีรายได้น้อยจะมีการบริโภคอาหารที่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ แต่ถ้าหากครอบครัวที่มีรายได้ดี จะมีโอกาสในการเลือกอาหารมาบริโภคได้ดีกว่าครอบครัวที่มีรายได้น้อย

การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ $r = -.047$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หมายความว่าเด็กที่ได้รับข้อมูลจากโฆษณาอาหารที่มีประโยชน์ เด็กจะบริโภคอาหารหวานน้อย แต่ถ้าหากเด็กได้รับข้อมูลจากโฆษณาอาหารที่ไม่มีประโยชน์ ก็จะทำให้เด็กมีการบริโภคอาหารหวานมาก ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีการได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 54.42 เนื่องจากนักเรียนได้รับรู้การโฆษณาจากสื่อมาก จึงทำให้มีการบริโภคอาหารหวานได้น้อย สอดคล้องกับการศึกษาของพุทธิชานาคเรือง (2551) ที่พบว่า การรับรู้จากสื่อโฆษณามีความสัมพันธ์ทางลบต่อการบริโภคอาหารของเด็ก ทั้งนี้ผลจากสื่อโฆษณาทำให้ขนมขบเคี้ยว เครื่องดื่มที่มีรสหวานได้กลายเป็นขนมที่มียอดจำหน่ายสูง และยังเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ส่งผลทำให้เด็กมีภาวะโภชนาการเกินได้ เช่นเดียวกับการศึกษาของสังวาล ชมพู่จา (2552) ที่พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งปัจจัยทางด้านสื่อที่เกี่ยวข้องกับอาหารและ



โภชนาการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อโฆษณาทางโทรทัศน์ เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ $r = -0.070$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หมายความว่าหากเด็กได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารที่เหมาะสมจากบุคคลต่าง ๆ มาก เด็กก็จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานน้อย ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีการได้รับคำแนะนำสนับสนุนด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.67 แสดงให้เห็นว่าการได้รับคำแนะนำด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลในครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจด้านการบริโภคอาหารของนักเรียน สอดคล้องกับการศึกษาของกัลยา ศรีมหันต์ (2551) ที่พบว่าการได้รับคำแนะนำด้านการบริโภคอาหารจากบุคคลในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งถ้าเด็กได้รับคำแนะนำที่ดีและเหมาะสมในการรับประทานอาหาร เด็กจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณภาพและมีประโยชน์ แต่หากเด็กได้รับคำแนะนำที่ไม่ดีในการรับประทานอาหาร เด็กก็จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์

สิ่งแวดล้อมที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ $r = -0.018$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หมายความว่าสิ่งแวดล้อมที่บ้านมีลักษณะการบริโภคอาหารที่ไม่เป็นประโยชน์ เด็กจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานมาก ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่าสิ่งแวดล้อมที่บ้านของนักเรียนส่วนใหญ่มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 72.25 และไม่มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 27.75 เนื่องจากบริเวณใกล้บ้านจะมีร้านขายขนมหวาน น้ำหวาน และน้ำอัดลม จึงส่งผลทำให้เด็กมีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งนักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีภาวะอ้วน คิดเป็นร้อยละ 21.37 และเริ่มอ้วน คิดเป็นร้อยละ 21.56 สอดคล้องกับการศึกษาของสถิตาพร สุคนธมัต (2551) ที่พบว่า สภาพแวดล้อมที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เช่นเดียวกับการศึกษาของทนิศรา จำปา (2554) ที่พบว่า สิ่งแวดล้อมที่บ้านมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และยังส่งผลต่อความคิด ความรู้สึก รวมถึงการตัดสินใจต่อการเลือกปฏิบัติในการบริโภคอาหาร

สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวานในระดับต่ำ $r = -0.055$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หมายความว่าสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีอาหารที่ไม่มีประโยชน์ เด็กจะบริโภคอาหารหวานมาก เนื่องจากบริเวณในและนอกโรงเรียนมีแหล่งจำหน่ายอาหารที่ไม่มีประโยชน์และสะดวกต่อการซื้อ ได้แก่ น้ำหวาน น้ำอัดลม มันฝรั่งทอด เป็นต้น จึงทำให้สามารถเลือกซื้อได้ตามความต้องการ ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่าสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนของนักเรียนส่วนใหญ่โรงเรียนมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 94.16 และไม่มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารหวาน คิดเป็นร้อยละ 5.84 สอดคล้องกับการศึกษาของทนิศรา จำปา (2554) ที่พบว่า สภาพแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เนื่องจากเด็กมีการบริโภคขนมขบเคี้ยว ขนมหวาน น้ำอัดลม ลูกชิ้นทอด ไก่ทอด และมันฝรั่งทอด ที่มีจำหน่ายทั้งบริเวณในและนอกโรงเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เอื้อต่อการมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม เช่นเดียวกับการศึกษาของอุรวรรณ แยมบริสุทธิ์ (2556) ที่พบว่า สิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เนื่องจากเด็กมีพฤติกรรมมีแนวโน้มดื่มน้ำอัดลมมากขึ้น และมีการบริโภคอาหารมือหลักที่ให้อาหารสูง โดยเฉพาะสัดส่วนพลังงานที่ได้จากไขมันสูง



เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2558). **ยุทธศาสตร์ ตัวชี้วัด และแนวทางการจัดเก็บข้อมูล กระทรวงสาธารณสุข ปีงบประมาณ พ.ศ. 2559.** (Online). <http://bps2moph.go.th/sites/default/files/kpimoph59.pdf>, 5 สิงหาคม 2559.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2558). **รายงานประจำปี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข 2558.** พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2559). **ระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ: HDC** (Online). http://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/report_kpi.php?flag_kpi_level=3&flag_kpi_year=2015&source=kpi/kpi_2phase.php&cat_id=46522b5bd1e06d24a5bd81917257a93c&id=1125b85d4faa63e6769794336caed049, 5 สิงหาคม 2559.
- กัลยา ศรีมหันต์. (2551). **ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กุลนิดา สายนุ้ย. (2553). **พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดยะลา.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ดวงรัตน์ วัฒนกิจไกรเลิศ. (2552). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจัดการตนเองของบุคคลและครอบครัว.** วารสารพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พนิตรา จำปา. (2554). **การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในระดับประถมศึกษา โรงเรียนเชียงใหม่.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต การส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุญใจ ศรีสถิตนรากร. (2550). **ระเบียบวิธีการวิจัยพยาบาลศาสตร์.** กรุงเทพมหานคร: ยูเออนไออินเตอร์มีเดีย.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2558). **การวิจัยเบื้องต้น.** พิมพ์ครั้งที่ 9 กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.
- ประภาพรรณ นิลศิริ. (2555). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พุทธชาติ นาคเรือง. (2551). **การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เลิศลักษณ์ บุญรอด. (2544). **การศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรรัตน์ พูลมี. (2549). **พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนโรงเรียนมัธยมวัดเบญจมบพิตร.** วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการตลาด บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.



- วิชัย เอกพลากร (บรรณาธิการ). (2557). สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2556-2557. นนทบุรี: บริษัท เดอะ กราฟิโก ซิสเต็มส์ จำกัด.
- ศลาสิน ดอกเข็ม. (2554). การบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสถิติและเทคโนโลยีสารสนเทศ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.
- ศักดิ์อนันต์ รัตนสาครชัย. (2558). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตอำเภอเมืองชุมพร จังหวัดชุมพร. วารสารอาหารและยา. 22(1), 61-72.
- สถาบันการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (2556). รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมการบริโภค ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมสุขภาพของเด็กอายุ 6 เดือน – 14 ปี จังหวัดสงขลา ปี 2556. (Online). <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:l5REUqI00UQJ:consumersouth.org/files/3759+&cd=1&hl=th&ct=clnk&gl=th, 5 สิงหาคม 2559>.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2562). การศึกษาเครื่องดื่มรสหวานต่อพฤติกรรมการบริโภคของประชาชน. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- สฤติดาพร สุคนธมัต. (2551). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตยานนาวา. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สังวาล ชมภูจา. (2552). ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2556). สรุปผลที่สำคัญการสำรวจอนามัย สวัสดิการและการบริโภคอาหาร พ.ศ. 2556. กรุงเทพฯ: เท็กซ์แอนด์เจอร์นัลพับลิเคชั่น.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2556). การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร พ.ศ. 2556 กรุงเทพมหานคร: กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.
- สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2560). ปริมาณสารอาหารอ้างอิงที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย พ.ศ. 2560. โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- อรทัย ตั้งฉิ่น. (2552). ปัจจัยคัดสรรที่สัมพันธ์กับระดับโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินในเขตเมือง จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- อารยา ตั้งวิฑูรย์. (2550). พฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างและขนมของเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในอำเภอหาดใหญ่. วิทยานิพนธ์แพทยศาสตร์ สาขากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.



อุรุวรรณ แยมบริสุทธิ์. (2556). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะทุพโภชนาการสองรูปแบบในเด็กวัย
เรียนในจังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาเศรษฐศาสตร์บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

Glanz, K. Rimer. and Barbara, K. (1997). **Theory at a Glance: A Guide for Health
Promotion Practice.** National Cancer Institute, National Institutes of Health, U.S.
Department of Health and Human Services Washington D.C. Revised September:
94-98.

Green, L. Krueter, M. (1999). **Health Promotion Planning An Education Approach.**
(3 ed.) Toronto : Mayfield Publishing Company.

Lemeshow, S. David, W.K. Lwanga, J. & Kaggwa, S. (1990). **Adequacy of sample size in
health studies.** New York : Chichester Wiley.