

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	3
ขอบเขตของการศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
ความสำคัญของอาหารและพัฒนาการวัยรุ่น	5
ภาวะโภชนาการและการประเมินภาวะ โภชนาการ	8
การรับประทานอาหารของวัยรุ่น	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	21
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	24
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	24
เครื่องมือที่ใช้	25
การเก็บรวบรวมข้อมูล	26
การวิเคราะห์ข้อมูล	26
บทที่ 4 ผลการศึกษา	29

บทที่ 5	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	39
	สรุปผล	40
	อภิปรายผล	42
	ข้อเสนอแนะ	48
บรรณานุกรม		50
ภาคผนวก		53
	ภาคผนวก ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ	54
	ภาคผนวก ข ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยอาชีวศึกษาดุสิต จังหวัดอุตรดิตถ์ ที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง	55
	ภาคผนวก ค แบบสอบถาม	56
	ภาคผนวก ง กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต	62
ประวัติผู้เขียน		64

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
4.1 ภาวะโภชนาการของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	29
4.2 การรับประทานอาหารที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	30
4.3 การรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	32
4.4 การปฏิบัติด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	33
4.5 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานอาหารที่เหมาะสมและภาวะโภชนาการของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	34
4.6 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสมและภาวะโภชนาการของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	36
4.7 ความสัมพันธ์ระหว่างอนามัยส่วนบุคคลและภาวะโภชนาการของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	37