

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ และภาวะโภชนาการ
ของผู้สูงอายุ

ผู้เขียน

นายปรัชญา แพมมงคล

ปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ยุพา สุภากุล

ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ละออ ดันตศิรินทร์

กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ และภาวะโภชนาการ รวมถึงความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการกับภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดพิจิตร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 150 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการเกี่ยวกับการกินและการปฏิบัติที่ส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับ พอใช้ มีคะแนนเฉลี่ย 1.76 และ 1.87 ตามลำดับ ส่วน การกิน และการปฏิบัติที่มีผลเสียต่อสุขภาพ อยู่ในระดับ พอใช้ เช่นกัน

ด้านภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างตามค่าดัชนีมวลกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการเกิน คิดเป็นร้อยละ 78.67

ด้านความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการกับภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า มีความสัมพันธ์เชิงผกผันที่ระดับต่ำ ($r = -.15$)

Independent Study Title Practice on Food–Based Dietary Guidelines for Thai and Nutritional Status of Ederly

Author Mr. Prachya Paemongkol

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Yupa Supakul

Chairperson

Assoc. Prof. La-aw Tuntisirintra

Member

ABSTRACT

The objectives of this study were to find out the nutritional status of the elder at Pichit’s Ederly Club; to evaluate their practiced on Food-Based Dietary Guideline (FBDG) for Thai and the correlation between their practiced and their nutritional status. The purposive sample was 150 of 26 male and 124 female. The instruments used in this study were an interview form, weight and height measurement. The data analyzed by using frequency, percentage, means, standard deviation and Pearson Product Moment Correlation.

The study showed that the sample had practiced on Food–Based Dietary Guidelines for Thai in terms of eating and practiced which supported good health at fair level with means of 1.76 and 1.87 respectively. On the otherhands, the eating and practiced which not support their health were also at fair level.

The nutritional status, it was found that most of the sample had over nutrition. There was low opposite correlation coefficient ($r = -.15$) between practiced on Food-Based Dietary Guidelines for Thai and nutritional status.