

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ความสำคัญของอาหารและโภชนาการในเด็กวัยรุ่น	7
ปัญหาภาวะโภชนาการของเด็กวัยรุ่น	9
สาเหตุของปัญหา ภาวะทุพโภชนาการของเด็กวัยรุ่น	12
ผลกระทบต่อภาวะทุพโภชนาการ และภาวะโภชนาการเกิน	20
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	21
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	27
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	27
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	28
การดำเนินสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพของเครื่องมือ	28
การเก็บรวบรวมข้อมูล	30
การวิเคราะห์ข้อมูล	31

สารบาญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	33
ตอนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ	34
ตอนที่ 2 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	37
ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	39
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	60
สรุปผลการวิจัย	61
อภิปรายผล	66
ข้อเสนอแนะ	75
บรรณานุกรม	77
ภาคผนวก	81
ภาคผนวก เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	81
ประวัติผู้เขียน	92

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	เปรียบเทียบรายได้ของครอบครัวที่มีผลต่อภาวะโภชนาการ	14
2	คุณค่าสารอาหารหลักของอาหารจานด่วนและอาหารด้อยคุณภาพ	16
3	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ	34
4	เปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการของนักเรียนที่มีน้ำหนักต่างกัน	35
5	การทดสอบรายคู่ของคะแนนความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการของนักเรียนที่มีน้ำหนักต่างกัน	36
6	ค่าเฉลี่ยของคะแนนวัดเจตคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของนักเรียน	37
7	เปรียบเทียบคะแนนเจตคติต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีน้ำหนักต่างกัน	38
8	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานอาหารประจำวัน จำแนกตามจำนวนมือและน้ำหนักและการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างจำนวนมือในการรับประทานอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	39
9	ร้อยละของนักเรียนที่รับประทานอาหารแต่ละมื้อ โดยจำแนกตามมืออาหารกับน้ำหนักและวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างมืออาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	40
10	ร้อยละของนักเรียนในลักษณะการรับประทานอาหารตรงตามมืออาหาร จำแนกตามลักษณะการรับประทานอาหารกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะการรับประทานอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	41

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
11	ร้อยละของนักเรียนในการดื่มน้ำระหว่างการรับประทานอาหารจำแนกตามความชอบกับน้ำหนักและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการดื่มน้ำระหว่างการรับประทานอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	42
12	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานนมหลังอาหารหลัก 3 มื้อ จำแนกตามความชอบกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานนมกับน้ำหนักของนักเรียน	43
13	ร้อยละของนักเรียนในการดื่มน้ำอัดลม จำแนกตามความชอบกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการดื่มน้ำอัดลมกับน้ำหนักของนักเรียน	44
14	ร้อยละของนักเรียนในการเลือกรับประทานอาหารและเครื่องดื่มจำแนกตามลักษณะการเลือกกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการเลือกรับประทานอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	45
15	ร้อยละของนักเรียนในการแนะนำการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของบิดา มารดาหรือผู้ปกครองจำแนกตามการแนะนำกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการแนะนำของบิดา มารดาหรือผู้ปกครองกับน้ำหนักของนักเรียน	46
16	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานเนื้อสัตว์ใน 1 สัปดาห์ จำแนกตามการรับประทานเนื้อสัตว์กับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานเนื้อสัตว์กับน้ำหนักของนักเรียน	47
17	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานไข่ใน 1 สัปดาห์จำแนกตามการรับประทานไข่กับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานไข่กับน้ำหนักของนักเรียน	48

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
18	ร้อยละของนักเรียนในการดื่มนมใน 1 สัปดาห์ จำแนกตามการดื่ม นมกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการดื่ม นมกับ น้ำหนักของนักเรียน	49
19	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานถั่วเมล็ดแห้งใน 1 สัปดาห์ จำแนกตามการรับประทานถั่วเมล็ดแห้งกับน้ำหนักและวิเคราะห์ หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานถั่วเมล็ดแห้งกับน้ำหนัก ของนักเรียน	50
20	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทาน ผักต่างๆ ใน 1 สัปดาห์ จำแนกตามการรับประทานผักกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความ สัมพันธ์ระหว่างการรับประทานผักกับน้ำหนักของนักเรียน	51
21	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานผลไม้ ใน 1 สัปดาห์ จำแนกตามการรับประทานผลไม้กับน้ำหนักและวิเคราะห์หา ความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานผลไม้กับน้ำหนักของนักเรียน	52
22	ร้อยละของนักเรียนในความชอบวิธีการปรุงอาหารจำแนกตาม วิธีการปรุงอาหารกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่าง ความชอบของวิธีการปรุงอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	53
23	ร้อยละของนักเรียนในการเลือกรสชาติของอาหารประเภทสัจด์ จำแนกตามรสชาติของอาหารกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความ สัมพันธ์ระหว่างรสชาติของอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	54
24	ร้อยละของนักเรียนในการรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ จำแนก ตามความชอบกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่าง ความชอบในการรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ กับน้ำหนักของนักเรียน	55

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
25	ร้อยละของนักเรียนเกี่ยวกับประเภทของอาหารที่นักเรียนไม่ชอบรับประทานจำแนกตามประเภทของอาหารกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของอาหารกับน้ำหนักของนักเรียน	56
26	ร้อยละของนักเรียนที่เกิดอาการเศร้าใจ เสียใจ วิดกกังวล มีผลต่อปริมาณการรับประทานอาหารจำแนกตามปริมาณของอาหารที่รับประทานกับน้ำหนักและวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณอาหารที่รับประทานกับน้ำหนักของนักเรียน	57
27	ร้อยละของนักเรียนที่เกิดความสบายใจมีความสุขมีผลต่อปริมาณการรับประทานอาหารจำแนกตามปริมาณของอาหารที่รับประทานกับน้ำหนักและวิเคราะห์ถึงความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณอาหารที่รับประทานกับน้ำหนักของนักเรียน	58