

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ซ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ในการศึกษา	3
ขอบเขตของการศึกษา	3
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
บทที่ 2 เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
พฤติกรรมกรการบริโภค	5
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภค	8
พัฒนาการของวัยรุ่นหญิง	9
ภาวะโภชนาการของวัยรุ่น	10
ผลกระทบของภาวะอ้วน	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
กรอบแนวคิดในการศึกษา	16
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	17
ประชากร	17
เครื่องมือ	18
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	18
การหาคุณภาพเครื่องมือ	19
การเก็บรวบรวมข้อมูล	19
การวิเคราะห์ข้อมูล	19
บทที่ 4 ผลการศึกษา	20

บทที่ 5	สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	38
	สรุปผลการศึกษา	38
	อภิปรายผล	41
	ข้อเสนอแนะ	45
บรรณานุกรม		47
ภาคผนวก		51
	ภาคผนวก ก รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ	52
	ภาคผนวก ข การวิเคราะห์ความเชื่อมั่นแบบสอบถาม	54
	ภาคผนวก ค แบบสอบถาม	56
ประวัติผู้เขียน		65

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	จำนวนประชากรจำแนกตามสาขาวิชา และชั้นปี	18
4.1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ การควบคุมน้ำหนัก และดัชนีมวลกาย	20
4.2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความคิดเห็นต่อรูปร่างตนเอง สมาชิกในครอบครัวที่เป็นคนอ้วน และการติดตามข่าวสารสุขภาพอนามัย	21
4.3	ความถี่ในการติดตามข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยจากสื่อแต่ละประเภทของกลุ่มตัวอย่าง	22
4.4	จำนวนมือในการรับประทานอาหารแต่ละวัน	23
4.5	ระยะเวลาที่ใช้ในการรับประทานอาหารแต่ละมือของกลุ่มตัวอย่าง	24
4.6	ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาขาวิชาของกลุ่มตัวอย่างกับความคิดเห็นต่อรูปร่างตนเอง	25
4.7	ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาขาวิชาของกลุ่มตัวอย่างกับการควบคุมน้ำหนักตัว	26
4.8	ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาขาวิชาของกลุ่มตัวอย่างกับดัชนีมวลกาย	27
4.9	การรับประทานอาหารประเภทต่างๆ ความบ่อย และปริมาณในการรับประทานอาหารต่อครั้ง	28
4.10	การรับประทานอาหารผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ยาลดความอ้วน และความคิดเห็นต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและยาลดความอ้วน ของกลุ่มตัวอย่าง	30
4.11	การออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง	31
4.12	ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อผลกระทบของความอ้วน	32
4.13	รายการอาหาร ความบ่อยในการรับประทานอาหาร และปริมาณในการรับประทานอาหารต่อครั้งและประเภทของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างรับประทาน	33
4.14	วิธีการเลือกซื้ออาหารของกลุ่มตัวอย่าง	35
4.15	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแปลความเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในด้านการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง	36