

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ  
 นักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนดอยสะเก็ด  
 วิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่  
 ชื่อผู้เขียน นางพรพิมล บุญโคตร  
 วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา  
 คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ  
 รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ ภูวิภาดาวรรณ ประธานกรรมการ  
 รองศาสตราจารย์ ดร.บุญส่ง นิลแก้ว กรรมการ  
 รองศาสตราจารย์ ยุพา สุภากุล กรรมการ

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และศึกษาเปรียบเทียบ ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน นักเรียนน้ำหนักตามเกณฑ์มาตรฐาน และนักเรียนน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนดอยสะเก็ดวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 362 คน ได้โดยการสุ่มตัวอย่างแบบจัดชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบทดสอบ แบบวัดเจตคติ และแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows เพื่อหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ ความแปรปรวนทางเดียว และการทดสอบค่าไค-สแควร์

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนมีความรู้ในด้านอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำโดยนักเรียนน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานมีความรู้ในด้านอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ นักเรียนน้ำหนักตามเกณฑ์มาตรฐานและนักเรียนน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน มีความรู้ในด้านอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ นอกจากนี้พบว่าความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการของนักเรียนคู่ต่อไปนี้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ คู่น้ำหนัก

น้ำหนักตามเกณฑ์มาตรฐานกับน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน และคู่เรียนน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานกับนักเรียนน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน

2. นักเรียนมีเจตคติต่อการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดีและนักเรียนที่มีน้ำหนักต่างกันไม่มีความแตกต่างในด้านเจตคติต่อการบริโภคอาหาร

3. นักเรียนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ดังนี้ รับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ รับประทานเนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วเมล็ดแห้ง ผัก ผลไม้ ชอบอาหารประเภทแกง รสชาติเผ็ด อาหารสุก ๆ ดิบ ๆ จะรับประทานเป็นบางมื้อเท่านั้น ชอบดื่มน้ำระหว่างการรับประทานอาหาร ไม่ชอบดื่มน้ำอัดลม ชอบรับประทานขนมหลังอาหารหลักทุกมื้อ เลือกอาหารและเครื่องดื่มด้วยตนเอง บิดา มารดา และผู้ปกครองให้คำแนะนำในการเลือกอาหาร

4. นักเรียนที่มีน้ำหนักต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน ในเรื่องการรับประทาน ขนม ผลไม้ นักเรียนที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและนักเรียนที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์มาตรฐาน ไม่ชอบรับประทานผัก นักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานจะชอบรับประทานอาหารทุกชนิด เมื่อนักเรียนมีความสุขความสบายใจ นักเรียนแต่ละกลุ่มจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Independent Study Title	Knowledge , Attitude and Food Consumption Behavior of the Lower Secondary School Students in Doi Saket Witthayakhom Changwat Chiang Mai		
Author	Mrs. Pornpimon Boonkhot		
M.S.	Nutrition Education		
Examining Committee	Assoc.Prof.Dr.Somsak Phuvipadawat	Chairman	
	Assoc.Prof.Dr. Boonsong Nilkaew	Member	
	Assoc.Prof. Yupa Supakul	Member	

### ABSTRACT

The objectives of this study were : to study the knowledge , attitude and food consumption behavior of the secondary school students; and to compare the knowledge,attitude and food consumption behavior of the below weight , standard weight ,and above standard weight secondary school students of Doi Saket Witthayakhom School, Chiang Mai. The sample of the study comprised of 362 students of selected through stratified random sampling .The instruments used included a food and nutrition test , attitude test and questionnaires which were constructed by the researcher. The statistical analysis methods used were the of percentage , mean , standard deviation, one way ANOVA and chi-square test . The analysis was done by SPSS/PC computer program.

The findings in this study were:

1. The students had the food and nutrition knowledge above a criteria. The knowledge of the above standard weight group was below the criteria. The knowledge of the standard weight and below weight were above the lower criteria. Moreover statistically significant differences in food and nutrition knowledge were found between the following pairs : the standard weight group and the above standard weight group; the below weight group and the above standard weight group.

2. The attitude toward food consumption of the students was positive. There was no difference in the attitude toward food consumption of students in different weight groups.

3. The followings demonstrated the food consumption behavior of majority students: had three meals a day; the diet consisted of meat, eggs, milk, nut, vegetables and fruits; hot curry was the favorite dish; had rare cooked food some of the time; drank water while having food, soft drink wasn't preferred; usually had dessert after the meal; while their parents gave advice regularly on choosing of food and sometimes students made their own decision on the diet.

4. Students in different weight groups differed in consumption of snacks and fruits. The below weight and standard weight students disliked vegetables. The above standard weight students liked all kinds of food. When they were in a food mood, the different weight groups of student behaved their food consumption differently. The difference was statistical different at .05 level.