

การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็ก พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน และ การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต

ฉลาด เพชรถาวร*

รับบทความ 24 พฤศจิกายน 2565 แก้ไขบทความ 27 ธันวาคม 2565 ตอรับบทความ 28 ธันวาคม 2565

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา (1) การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง (2) พฤติกรรมการบริโภคอาหาร (3) การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ปกครองของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 60 คน ได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า (1) การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง มีการรับรู้ในระดับสูง (2) พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ (2.1) ความถี่และปริมาณมาก อยู่ในระดับปานกลาง (2.2) ความถี่และปริมาณมากกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง อยู่ในระดับปานกลาง และ (2.3) ความถี่และปริมาณมากกลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง อยู่ในระดับปานกลาง และ (3) การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ การปฏิบัติด้านบวก อยู่ในระดับดี และ การปฏิบัติด้านลบ อยู่ในระดับปานกลาง

คำสำคัญ: ภาวะโภชนาการ ภาวะโภชนาการเกิน พฤติกรรมการบริโภคอาหาร นักเรียน

Nutritional Awareness in Children, Food Consumption Behavior of Students and Family Food Practices of Students at the Phuket Special Education Center

Chalad Pethavorn*

Received 24 November 2022; Revised 27 December 2022; Accepted 28 December 2022

Abstract

The objectives of this research were to study (1) parents' perceptions of excess nutrition in children, (2) food consumption behavior, and (3) family food practices of students at the Phuket Special Education Center. The sample selecting a purposive sampling group consisted of 60 students who were parents of students at the Phuket Special Education Center in the second semester of the academic year 2022 by using the questionnaire was used as a research tool. Statistics used in data analysis were frequency, percentage, and standard deviation. The results showed that (1) nutritional awareness was exceeded among the parents' children had a high level. (2) Food consumption behavior including (2.1) frequency and large amount, (2.2) frequency and large amount of food group that was high in fat and sugar was at moderate, and (2.3) frequency and large amount of food group that was high in fat, sugar and sodium was at moderate. (3) Family food practices at a moderate level, including positive practices in a good level and a negative practice was at moderate.

Keywords: Nutritional Status, Overnutrition, Food Consumption Behavior, Students

Special Education Center Phuket Province, Moo 6, Wichitsongkram Road, Kathu Subdistrict, Kathu District, Phuket Province 83120

* Corresponding Author : E-mail: Chalad.ton2541@gmail.com

บทนำ

ปัญหาภาวะโภชนาการเกินเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญทั่วโลก รายงานจาก World Obesity Federation ที่เป็นองค์กรไม่หวังผลกำไรซึ่งขึ้นตรงกับองค์การอนามัยโลก (WHO) มีความมุ่งหวังที่จะ “หยุดการเพิ่มขึ้น” ของ วิกฤติโรคอ้วน (Obesity Crisis) ทั่วโลกให้ได้ภายในปี 2025 และพบว่า ปี 2565 ทั่วโลกมีคนเป็นโรคอ้วน ประมาณ 800 ล้านคน ในจำนวนนี้ 39 ล้านคน เป็นเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี และอีกประมาณ 340 ล้านคน เป็นเด็กและวัยรุ่นอายุ 5-19 ปี ปิยวัฒน์ เกตุวงศา หัวหน้าศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากร และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า ปัจจุบันปัญหาโรคอ้วนในเด็กไม่ได้เกิดขึ้นมาจากการส่งต่อทางกรรมพันธุ์อีกต่อไป แต่เกิดจากการส่งต่อของพ่อแม่ในการเลี้ยงดู รวมถึงสิ่งแวดล้อม สถานที่เรียน “สังคมที่หล่อหลอม ทำให้เด็กอ้วนมีพฤติกรรมเสี่ยง 3 เรื่อง คือ การกิน การเล่น สุขภาพจิตและการพักผ่อน ที่ไม่สมดุล ซึ่ง 3 ประเด็นนี้ต้องร่วมกันทำงานอย่างบูรณาการเพื่อไม่ให้ปัญหาทรนแรงบานปลายเป็นผู้ใหญ่อ้วนที่มีโรครุมเร้า ดังนั้นทุกคนควรให้ความร่วมมือลงมือแก้ไขในทุกระดับ ทั้งภาคการปฏิบัติเชิงนโยบายการวางแผน บุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพชุมชนและครอบครัว (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2546)

พฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเกิดภาวะอ้วนในเด็กนักเรียน โดยการมีภาวะโภชนาการที่ดี ก็จะช่วยเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงเหมาะสมกับวัย และการเจริญเติบโต แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าหากเราได้รับสารอาหารที่มากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย หรือน้อยเกินไปย่อมก่อให้เกิดภาวะโภชนาการเกินหรือภาวะขาดโภชนาการได้ ดังนั้นการได้เรียนรู้ถึงหลักการบริโภคอาหารและโภชนาการ รวมถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับวัยจะมีส่วนสำคัญอย่างมากต่อการเสริมสร้างสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงสมวัย (กัมปนาท คำสุข และคณะ, 2562)

จากข้อมูลสถานการณ์โรคอ้วนในเด็กภาวะโภชนาการเกินในเด็กและปัจจัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาการรับรู้ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต โดยศึกษาการรับรู้โภชนาการในเด็กของผู้ปกครองนักเรียนศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของนักเรียน ด้านข้อมูลการปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดอาหารของครอบครัว และศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก กับกลุ่มอาหาร 2 กลุ่มคือ กลุ่มอาหารที่มีไขมันและน้ำตาลสูง ได้แก่ ไอศกรีมกะทิหรือไอศกรีมนม อาหารที่มีเนย มาการีนและแป้ง เช่นเค้ก คุกกี้ โดนัท ขนมที่มีกะทิ และกลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง เช่น ขนมกรุบกรอบ อาหารฟาสต์ฟูด ผลการศึกษาจะเป็นแนวทางแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการเกินสำหรับผู้ปกครอง ครู รวมทั้งผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายในการจัดบริการเชิงรุก การวางแผนการดำเนินงานเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กและดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพภายในศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ตเพื่อให้ผู้เรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต มีสุขภาพ ร่างกายที่สมบูรณ์ มีพัฒนาการและการเจริญเติบโต สมวัยต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการรับรู้ด้านโภชนาการในเด็กของผู้ปกครองของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต
3. เพื่อศึกษาการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
 - 1.1 ประชากร ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 186 คน งานทะเบียน ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต. (2565).
 - 1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ปกครองที่ส่งลูกมาเรียนที่ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 60 คน ได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง และให้ข้อมูลด้วยความสมัครใจ
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 ลักษณะเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากการศึกษาค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิการหาคุณภาพเครื่องมือ โดยมีรายละเอียด ดังนี้
ตอนที่ 1 ลักษณะประชากร ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ และรายได้ต่อเดือน มีลักษณะแบบสอบถามแบบตรวจสอบรายการ (checklist) ซึ่งเป็นข้อมูลระดับนามบัญญัติ (Nominal Scale) ได้แก่ เพศ การศึกษา อาชีพ และข้อมูลระดับ มาตราส่วนลำดับ (Ordinal Scale) ได้แก่ อายุ และรายได้ต่อเดือน
ตอนที่ 2 การรับรู้ด้านโภชนาการในเด็กของผู้ปกครอง เป็นคำถามเลือกตอบมี 2 ตัวเลือก คือ ใช่/แน่ใจ และ ไม่ใช่/ไม่แน่ใจ มีคำถามทั้งหมด 10 ข้อ
ตอบใช่/แน่ใจ เท่ากับ 1 คะแนน
ตอบไม่ใช่/ไม่แน่ใจ เท่ากับ 0 คะแนน
 - 2.2 ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นมาตราส่วนประมาณค่า มี 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่ปฏิบัติเลย
ปฏิบัติเป็นประจำ ค่าคะแนน 3 คะแนน
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง ค่าคะแนน 2 คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย ค่าคะแนน 1 คะแนน
 - 2.3 การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว คำถามมี 2 ลักษณะ เป็นคำถามปฏิบัติการเชิงบวก จำนวน 12 ข้อ คำถามปฏิบัติการเชิงลบ จำนวน 8 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นมาตราส่วน ประมาณค่า มี 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่ปฏิบัติเลย

คำถามปฏิบัติการเชิงบวก (Positive)

| | |
|--------------------|------------------|
| ปฏิบัติเป็นประจำ | ค่าคะแนน 3 คะแนน |
| ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง | ค่าคะแนน 2 คะแนน |
| ไม่ปฏิบัติเลย | ค่าคะแนน 1 คะแนน |

คำถามปฏิบัติการเชิงลบ (Negative)

| | |
|--------------------|------------------|
| ปฏิบัติเป็นประจำ | ค่าคะแนน 1 คะแนน |
| ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง | ค่าคะแนน 2 คะแนน |
| ไม่ปฏิบัติเลย | ค่าคะแนน 3 คะแนน |

2.2 การหาคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย จากการสร้างแบบสอบถามเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ ดำเนินการสร้างแบบสอบถามและหาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

2.2.1 การหาความตรงเชิงเนื้อหา ในการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ ด้วยการประเมินหาค่า IOC การประเมินความตรงเชิงเนื้อหา โดยอาศัยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน และปรับปรุงสำนวนภาษาที่ใช้ให้มีความชัดเจน เข้าใจง่าย เหมาะสมและสมบูรณ์ มีค่าความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์กับแบบสอบถาม พบว่าผลประเมิน IOC เท่ากับ 0.50 - 1.00

2.2.2 การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยการนำ แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปทดลองใช้ (Try Out) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่จะใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจริง จำนวน 30 ชุด และเมื่อรวบรวมข้อมูลแล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของชุดแบบสอบถาม โดยกำหนดให้แบบสอบถามทุกตอน มีความเชื่อมั่นที่ 0.80 ขึ้นไป พบว่า แบบสอบถามทั้งฉบับมีความเชื่อมั่นที่ 0.86 ซึ่งถือว่าแบบสอบถามทั้งฉบับมีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูง สามารถนำแบบสอบถามไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้

2.2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

1) จัดเตรียมแบบสอบถามแบบออนไลน์ ด้วยโปรแกรม Google form

2) ดำเนินการขอหนังสือ ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร และหนังสือขอขอบคุณสำหรับการให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

3) ดำเนินการส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมแนบ QR code สำหรับการเข้าถึงแบบสอบถามออนไลน์ กับผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต จำนวน 60 คน โดยดำเนินการเก็บรวบรวมระหว่างเดือน กันยายน - ตุลาคม 2565

4) ตรวจสอบความสมบูรณ์แบบสอบถามทั้ง 60 ชุด เพื่อนำไปบันทึกข้อมูลในโปรแกรมคอมพิวเตอร์เพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล

2.3 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

2.3.1 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ การหาความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) มีรายละเอียด ดังนี้

1) การวิเคราะห์ลักษณะประชากร ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน และการรับรู้ด้านโภชนาการ ในเด็กของผู้ปกครอง ทำการวิเคราะห์ข้อมูล ความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percentage) โดยกำหนดเกณฑ์การแปลความหมายข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้โภชนาการในเด็กของผู้ตอบแบบสอบถาม มี 3 ระดับ ตามเกณฑ์การประเมิน โดยอ้างอิง จากการประเมินแบบอิงเกณฑ์ของ Bloom (Bloom, B., 1971) ดังนี้

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| ระดับการรับรู้ | ร้อยละ (ของคะแนนเต็ม) |
| ระดับการรับรู้สูง | >80 |
| ระดับการรับรู้ปานกลาง | 60-79 |
| ระดับการรับรู้ต่ำ | <60 |

2) การวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ทำการวิเคราะห์ข้อมูล ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยกำหนดเกณฑ์การแปลความหมายคะแนนโดยใช้ตามเกณฑ์การประเมิน โดยอ้างอิง จากการประเมินแบบอิงเกณฑ์ของ Bloom (Bloom, B., 1971) ดังนี้

| | |
|-------------------|---|
| คะแนน 2.34 – 3.00 | หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี |
| คะแนน 1.67 – 2.33 | หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง |
| คะแนน 1.00 – 1.66 | หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับควรปรับปรุง |

3) การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว การวิเคราะห์ข้อมูล ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยกำหนดเกณฑ์การแปลความหมายคะแนนโดยใช้ตามเกณฑ์การประเมิน โดยอ้างอิง จากการประเมินแบบอิงเกณฑ์ของ Bloom (Bloom, B., 1971) ดังนี้

| | |
|-------------------|--|
| คะแนน 2.34 – 3.00 | หมายถึง การจัดการอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี |
| คะแนน 1.67 – 2.33 | หมายถึง การจัดการอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง |
| คะแนน 1.00 – 1.66 | หมายถึง การจัดการอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับควรปรับปรุง |

ผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง การรับรู้ด้านโภชนาการในเด็ก พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน และการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 ชุด มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- 1) ข้อมูลพื้นฐานของผู้ปกครอง

ตารางที่ 1 แสดงจำนวน ร้อยละ จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบ

| รายการประเมิน | จำนวนคน | ร้อยละ |
|-----------------------|---------|--------|
| จำนวนผู้กรอกแบบสอบถาม | 60 | 100.00 |
| เพศ | | |
| ชาย | 19 | 31.70 |
| หญิง | 41 | 68.30 |

| รายการประเมิน | จำนวนคน | ร้อยละ |
|-------------------------------|---------|--------|
| อายุ | | |
| ต่ำกว่า 21 ปี | 2 | 3.30 |
| 21-34 ปี | 34 | 56.70 |
| 35-49 ปี | 22 | 36.70 |
| 50 ปีขึ้นไป | 2 | 3.30 |
| การศึกษา | | |
| ต่ำกว่าปริญญาตรี | 13 | 21.70 |
| ปริญญาตรี | 41 | 68.30 |
| ปริญญาโท | 6 | 10.00 |
| อาชีพ | | |
| รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ | 21 | 35.00 |
| รับจ้างทั่วไป | 12 | 20.00 |
| พนักงานเอกชน | 16 | 26.70 |
| อาชีพอิสระ | 6 | 10.00 |
| อื่นๆ (ระบุ) | 5 | 8.30 |
| รายได้ต่อเดือน | | |
| ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 15,000 บาท | 19 | 31.70 |
| 15,001-30,000 บาท | 33 | 55.00 |
| 30,001-45,000 บาท | 5 | 8.30 |
| 45,001 บาท ขึ้นไป | 3 | 5.00 |

จากตารางที่ 1 แสดงข้อมูลพื้นฐานของผู้ปกครอง พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.30 อายุระหว่าง 21- 34 ปี ร้อยละ 56.70 การศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 68.30 อาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 35.00 และมีรายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท ร้อยละ 55.00

2) การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของการรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง

| การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง | จำนวน (คน) | ร้อยละ | ระดับการ รับรู้ |
|--|---------------|--------|--------------------|
| - เด็กวัยเรียนจำเป็นต้องได้รับพลังงานและสารอาหารหลัก เช่น โปรตีน คาร์โบไฮเดรต เกลือแร่ วิตามิน และไขมัน | 58 | 96.67 | สูง |
| - เด็กวัยเรียนจำเป็นต้องบริโภคอาหารให้ครบ 3 มื้อ | 54 | 95.00 | สูง |

| การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง | จำนวน (คน) | ร้อยละ | ระดับการ รับรู้ |
|---|---------------|--------------|--------------------|
| - การรับประทานอาหารของเด็กวัยเรียนที่ถูกลักษณะสุขอนามัย เช่น การล้างมือก่อนรับประทานอาหาร การรับประทานอาหารเช้าที่ปรุงสุก การรับประทานอาหารเช้าด้วยช้อนกลาง เป็นต้น | 58 | 96.67 | สูง |
| - ความต้องการพลังงานของเด็กวัยเรียนช่วงอายุ 7-9 ปี มีความต้องการ 1,400 แคลอรี/วัน | 52 | 86.67 | สูง |
| - ความต้องการพลังงานของเด็กวัยเรียนช่วงอายุ 10-12 ปี มีความต้องการ 1,700 แคลอรี/วัน | 56 | 93.33 | สูง |
| - กลุ่มข้าว-แป้ง เป็นกลุ่มที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย ได้แก่ ข้าวสวย ข้าวเหนียว เส้นก๋วยเตี๋ยว ขนมปัง เผือก มัน | 58 | 96.67 | สูง |
| - กลุ่มผัก ให้วิตามิน แร่ธาตุและใยอาหาร เช่น ผักกาด คื่นช่าย ผักบุ้ง แครอท บล๊อคเคอรี่ | 58 | 96.67 | สูง |
| - กลุ่มผลไม้ ให้วิตามิน แร่ธาตุ และใยอาหาร เช่น กล้วย ส้ม มะละกอ ฝรั่ง | 57 | 95.00 | สูง |
| - กลุ่มเนื้อสัตว์ ให้โปรตีนและพลังงานอบอุ่นแก่ร่างกาย เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว เนื้อไก่ | 59 | 98.33 | สูง |
| - กลุ่มนม เป็นแหล่งของ โปรตีน แคลเซียม ไขมัน วิตามินเอ และวิตามินบี2 | 59 | 98.00 | สูง |
| ภาพรวม | | 95.00 | สูง |

จากตารางที่ 2 ผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต มีการรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็ก โดยภาพรวม อยู่ในระดับการรับรู้สูง และอยู่ในระดับสูงทุกข้อ

2.1) พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก

| พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก | \bar{x} | S.D. | ระดับ พฤติกรรม |
|---|-------------|-------------|-------------------|
| - กลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง | 2.00 | 0.53 | ปานกลาง |
| - กลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง | 2.03 | 0.54 | ปานกลาง |
| ภาพรวม | 2.01 | 0.54 | ปานกลาง |

จากตารางที่ 3 แสดงพฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.01$, S.D. = 0.54) นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง

อยู่ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 2.00, S.D. = 0.53) และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง อยู่ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 2.03, S.D. = 0.54)

2.2) พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมากกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง

| พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก กลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง | \bar{X} | S.D. | ระดับ พฤติกรรม |
|---|-------------|-------------|-------------------|
| - ไอศกรีมกะทิหรือไอศกรีมนม 1-3 ครั้ง/สัปดาห์และบริโภคตั้งแต่ 3 ลูก ขึ้นไป | 2.00 | 0.52 | ปานกลาง |
| - อาหารที่มีเนย มาการีนและแป้ง เช่นเค้ก คุกกี้ โดนัท 1-3 ครั้ง/สัปดาห์ และบริโภคตั้งแต่ 1 ทับพีขึ้นไป | 2.00 | 0.52 | ปานกลาง |
| - ขนมที่มีกะทิ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์และบริโภคตั้งแต่ 2 ทับพีขึ้นไป | 2.00 | 0.55 | ปานกลาง |
| ภาพรวม | 2.00 | 0.53 | ปานกลาง |

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมากกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 2.00, S.D. = 0.53) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า มีค่าเฉลี่ยเท่ากันทุกข้อ

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมากกลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง

| พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมาก กลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง | \bar{X} | S.D. | ระดับ พฤติกรรม |
|---|-------------|-------------|-------------------|
| - ขนมกรุบกรอบ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์และบริโภคตั้งแต่ 2 ซองขึ้นไป ในแต่ละครั้ง | 2.12 | 0.49 | ปานกลาง |
| - อาหารฟาสต์ฟูด 1-3 ครั้ง/สัปดาห์และบริโภคตั้งแต่ 1 ทับพีขึ้นไป ในแต่ละครั้ง | 1.95 | 0.59 | ปานกลาง |
| ภาพรวม | 2.03 | 0.54 | ปานกลาง |

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารในควมถี่และปริมาณมากกลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 2.03, S.D. = 0.54) โดยพบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารขนมกรุบกรอบ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์และบริโภคตั้งแต่ 2 ซองขึ้นไปในแต่ละครั้ง (\bar{X} = 2.12, S.D. = 0.49) รองลงมา

มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอาหารฟาสต์ฟู้ด 1-3 ครั้ง/สัปดาห์และบริโภคตั้งแต่ 1 ท้าพีขึ้นไปในแต่ละครั้ง (\bar{X} = 1.95, S.D. = 0.59) ตามลำดับ

3) การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว

| การปฏิบัติอาหารของครอบครัว | \bar{X} | S.D. | ระดับการปฏิบัติ |
|----------------------------|-----------|------|-----------------|
| - การปฏิบัติด้านบวก | 2.78 | 0.47 | ดี |
| - การปฏิบัติด้านลบ | 2.13 | 0.61 | ปานกลาง |
| ภาพรวม | 2.52 | 0.53 | ดี |

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต มีการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม การจัดการครอบครัว อยู่ในระดับดี (\bar{X} = 2.52, S.D. = 0.53) พบว่า การปฏิบัติด้านบวก อยู่ในระดับดี (\bar{X} = 2.78, S.D. = 0.47) และการปฏิบัติด้านลบ ในระดับปานกลาง (\bar{X} = 2.13, S.D. = 0.61)

3.1) การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวการปฏิบัติด้านบวก

ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวการปฏิบัติด้านบวก

| การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวการปฏิบัติด้านบวก | \bar{X} | S.D. | ระดับการปฏิบัติ |
|--|-----------|------|-----------------|
| - ท่านจัดการประเภทเนื้อสัตว์ให้เด็กรับประทาน | 2.70 | 0.46 | ดี |
| - เด็กได้รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ | 2.75 | 0.44 | ดี |
| - เด็กได้รับประทานอาหารมื้อเช้า | 2.78 | 0.42 | ดี |
| - ท่านจัดนมให้เด็กดื่ม | 2.80 | 0.40 | ดี |
| - ท่านจัดอาหารที่มีส่วนผสมของผักให้เด็กรับประทาน | 2.80 | 0.40 | ดี |
| - ท่านจัดอาหารประเภทข้าวแป้งให้เด็กรับประทาน | 2.83 | 0.38 | ดี |
| - ท่านจัดผลไม้ให้เด็กรับประทาน | 2.67 | 0.54 | ดี |
| - ท่านปรุงอาหารให้เด็กรับประทานด้วยตนเอง | 2.70 | 0.53 | ดี |
| - ท่านเลือกซื้ออาหารให้เด็กโดยคำนึงถึงความสะดวกของร้านมากกว่าความอร่อย | 2.78 | 0.52 | ดี |
| - ท่านจัดอาหารปรุงสุกใหม่ให้เด็กรับประทาน | 2.90 | 0.30 | ดี |
| - ท่านให้เด็กรับประทานไข่ | 2.82 | 0.43 | ดี |
| - ท่านให้เด็กใช้ช้อนกลาง | 2.77 | 0.53 | ดี |
| ภาพรวม | 2.78 | 0.47 | ดี |

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่าผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต มีการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว การปฏิบัติด้านบวก โดยภาพรวม การจัดการอาหารครอบครัว อยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.78, S.D. = 0.47$) พบว่า การปฏิบัติด้านบวก ผู้ปกครองให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี ทุกรายการประเมิน

3.2) การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวการปฏิบัติด้านลบ

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวการปฏิบัติด้านลบ

| การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวการปฏิบัติด้านลบ | \bar{X} | S.D. | ระดับการปฏิบัติ |
|--|-------------|-------------|-----------------|
| - ท่านให้เด็กดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานผสมสี | 2.22 | 0.52 | ปานกลาง |
| - ท่านให้เด็กรับประทานเนื้อสัตว์ติดมัน เช่นหนังไก่ทอด | 2.03 | 0.64 | ปานกลาง |
| - หมูสามชั้น เป็นต้น | | | |
| - ท่านให้เด็กรับประทานอาหารหมักดอง เช่น ผลไม้ดอง ผักกาดดอง เป็นต้น | 2.50 | 0.65 | ดี |
| - ท่านให้เด็กรับประทานอาหารฟาสต์ฟูด เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นต้น | 2.03 | 0.61 | ปานกลาง |
| - ท่านให้เด็กรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูปแทนอาหารบางมื้อ เช่น บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป โจ๊กกึ่งสำเร็จรูป เป็นต้น | 2.13 | 0.57 | ปานกลาง |
| - ท่านเลือกอาหารประเภทแป้ง ย่าง ให้เด็กรับประทาน | 2.03 | 0.55 | ปานกลาง |
| - ท่านปรุงอาหารโดยใช้ผงชูรสหรือผงปรุงรส | 2.08 | 0.77 | ปานกลาง |
| - ท่านให้เด็กรับประทานอาหารกรุบกรอบ | 1.98 | 0.60 | ปานกลาง |
| ภาพรวม | 2.13 | 0.61 | ปานกลาง |

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่าผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต มีการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว การปฏิบัติด้านลบ โดยภาพรวม การจัดการอาหารครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.13, S.D. = 0.61$) เมื่อพิจารณาแต่ละเรื่อง พบว่าผู้ปกครองให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี 1 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 7 ข้อ

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาเรื่อง การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็ก พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน และการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัวของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต สามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต พบว่าการรับรู้ของผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต ด้านโภชนาการในเด็ก โดยภาพรวมอยู่ในระดับ

การรับรู้สูง (ค่าเฉลี่ยมากกว่าร้อยละ 80) ทุกรายการประเมิน เนื่องมาจากทุกรายการ เรื่องที่มีการรับรู้สูงสุดมีคะแนน เท่ากัน 2 เรื่อง ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับกลุ่มเนื้อสัตว์ ให้โปรตีนและพลังงานอบอุ่นแก่ร่างกาย เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว เนื้อ ไก่ และการรับรู้เกี่ยวกับกลุ่มนม เป็นแหล่งของ โปรตีน แคลเซียม ไขมัน วิตามินเอ และวิตามินบี2 ส่วนเรื่องที่มีการ รับรู้น้อยที่สุด ได้แก่ความต้องการพลังงานของเด็กวัยเรียนช่วงอายุ 7-9 ปี มีความต้องการ 1,400 แคลอรี/วัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการรับรู้ของนิตยา สุภาภรณ์ (2552) ที่ได้ให้ความหมายว่าการรับรู้ (Perception) หมายถึง กระบวนการที่บุคคลได้รับความรู้สึกและแปลความหมายหรือตีความหมายจากสิ่งเร้าที่รับเข้ามาผ่านการวิเคราะห์ โดยอาศัยความจำความรู้ผสมผสานกับประสบการณ์เดิมที่มีอยู่แล้วออกมาเป็นความรู้ความเข้าใจ สอดคล้องกับ งานวิจัยของสุรีย์วรรณ สีลาดเลา และคณะ (2564) ที่ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารตาม หลักโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม ผลการวิจัยพบว่า ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักศึกษาอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 87.2)

พฤติกรรมการบริโภคอาหารนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต พบว่า พฤติกรรมการบริโภค อาหารในปริมาณและปริมาณมาก ของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต โดยภาพรวม อยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อพิจารณาแต่ละกลุ่มอาหาร พบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาล สูง อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาแต่ละเรื่อง คะแนนค่าเฉลี่ยเท่ากันทุกรายการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร กลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาแต่ละเรื่องพบว่านักเรียนมีพฤติกรร มการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขนมกรุบกรอบ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์ และบริโภคตั้งแต่ 2 ของขึ้นไปในแต่ละครั้ง รองลงมาคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารอาหารพาสต์ฟูด 1-3 ครั้ง/สัปดาห์ และบริโภคตั้งแต่ 1 ทัพพีขึ้นไปในแต่ละครั้ง ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีพฤติกรรมการบริโภค ของวิริยาภรณ์ เจริญชีพ (2545) ที่ว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การประพฤติปฏิบัติที่กระทำจนเป็นนิสัย ในการรับประทานอาหารเช่นการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายการปฏิบัติตนตามสุขนิสัย และมารยาทในการรับประทานอาหารของสังคมและวัฒนธรรมซึ่งพฤติกรรมการบริโภคอาหารยังหมายรวมถึง พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหารไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมภายนอกที่แสดงออกให้เห็นเช่นการเลือกบริโภค อาหารการปรุงหรือการประกอบอาหารความชอบความถี่ในการบริโภคอาหารชนิดต่าง ๆ เป็นต้น หรือพฤติกรรม ภายใน เช่น ความคิดความรู้สึก ความเชื่อทัศนคติที่มีต่ออาหารชนิดต่าง ๆ นั้น

การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี โดยการจัดการอาหารครอบครัว อยู่ในระดับดี เนื่องมาจาก การปฏิบัติด้านบวก อยู่ในระดับดี ผู้ปกครองให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี ทุกรายการประเมิน โดยมีค่าเฉลี่ยสูงสุด เรื่องจัดการอาหารปรุงสุกใหม่ให้เด็กรับประทาน รองลงมา จัดอาหารประเภทข้าว แป้งให้เด็กรับประทาน และให้เด็กรับประทานไข่ ตามลำดับ และค่าเฉลี่ยต่ำสุด เรื่องจัดผลไม้ให้เด็กรับประทาน และการปฏิบัติด้านลบ ในระดับปานกลาง ผู้ปกครองให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี 1 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 7 ข้อ สำหรับการจัดการอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี ได้แก่ เรื่องให้ เด็กรับประทานอาหารหมักดอง เช่น ผลไม้ดอง ผักกาดดอง สำหรับการจัดการอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ให้เด็กดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานผสมสี ให้เด็กรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูปแทนอาหารบางมื้อ เช่น บะหมี่ กึ่งสำเร็จรูป โจ๊กกึ่ง สำเร็จรูป ปรุงอาหารโดยใส่ผงชูรสหรือผงปรุงรส ตามลำดับ และการจัดการอาหารของครอบครัว ที่มีคะแนนค่าเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ให้เด็กรับประทานอาหารกรุบ ซึ่งสอดคล้องกับวีรวัลย์ ศิรินาม (2561) ผลการวิจัย

พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กคือปัจจัยความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของครอบครัว ปัจจัยเจตคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของครอบครัวและการปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดอาหารของครอบครัว และสอดคล้องกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน ของ [8] ที่กล่าวไว้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน ประกอบด้วยสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ข้อมูลข่าวสารการโฆษณาสินค้า สังคมเพื่อน การจัดการบริการอาหารในศูนย์พัฒนาเด็ก และความเจ็บป่วย

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

1.1 การรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต โดยภาพรวมอยู่ในระดับการรับรู้สูง (ค่าเฉลี่ยมากกว่าร้อยละ 80) ทุกรายการ โดยมีการรับรู้สูงสุดมีคะแนนเท่ากัน 2 เรื่อง ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับกลุ่มเนื้อสัตว์ ไทโปตีนและพลังงานอบอุ่นแก่ร่างกาย เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว เนื้อไก่ และการรับรู้เกี่ยวกับกลุ่มนม เป็นแหล่งของ โปรตีน แคลเซียม ไขมัน วิตามินเอ และวิตามินบี 2 ร้อยละ 98.33 ส่วนเรื่องที่มีการรับรู้น้อยที่สุด ได้แก่ความต้องการพลังงานของเด็กวัยเรียนช่วงอายุ 7-9 ปี มีความต้องการ 1,400 แคลอรี/วัน ร้อยละ 86.67

1.2 การปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว พบว่า ผู้ปกครองนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต มีการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม การจัดอาหารครอบครัว อยู่ในระดับดี (ค่าเฉลี่ย = 2.52, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.53) พบว่า การปฏิบัติด้านบวก อยู่ในระดับดี (ค่าเฉลี่ย = 2.78, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.47) ผู้ปกครองให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี ทุกรายการประเมินและการปฏิบัติด้านลบ อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย = 2.13, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.61) ผู้ปกครองให้ความสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านอาหารของครอบครัว อยู่ในระดับดี 1 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 7 ข้อ

1.3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย = 2.01, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.54) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารทั้ง 2 กลุ่มอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง (ค่าเฉลี่ย = 2.00, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.53) และกลุ่มอาหารที่มีไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง (ค่าเฉลี่ย = 2.03, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.54)

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

2.1 ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการประสานงานกับผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ ชี้ให้เห็นถึงความจำเป็น ประโยชน์และโทษของการให้เด็กรับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่า เนื่องจากนักเรียนมีการรับรู้ด้านภาวะโภชนาการเกินค่อนข้างน้อย และนักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูง

2.2 การศึกษาการรับรู้ด้านโภชนาการเกินในเด็กของผู้ปกครอง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและการปฏิบัติด้านอาหารครอบครัว ซึ่งครอบครัวควรให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ในขณะที่เด็กยังต้องได้รับอาหารมื้อกลางวันที่ศูนย์การศึกษาพิเศษจัดให้ 1 มื้อ ดังนั้นศูนย์การศึกษาพิเศษต้องจัดอาหารให้ครบ 5 หมู่ อย่างเคร่งครัด และมีการเฝ้าระวังต่อปัญหาด้านโภชนาการของนักเรียนอย่างต่อเนื่อง

3. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรทำการศึกษาการรับรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างสำหรับเด็กพิการเรียนร่วม

3.2 ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เกี่ยวกับปัจจัยทางครอบครัว ในด้านความรู้ เจตคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและการปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดอาหารของครอบครัว ซึ่งจะ เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมงานด้านโภชนาการในครอบครัว

3.3 ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางครอบครัวและภาวะโภชนาการของนักเรียนในศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต เพื่อหาตัวแปรสำคัญที่จะทำให้ทราบว่า ครอบครัวมีความสัมพันธ์อย่างไรต่อการดูแลด้านโภชนาการของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2546). *การสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 5*. สืบค้นจาก <https://nutrition2.anamai.moph.go.th>
- กัมปนาท คำสุข และคณะ. (2562). พฤติกรรมการบริโภคอาหารต่อภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียน โรงเรียนบ้านหนองรังกา จังหวัดนครราชสีมา. *รายงานการประชุมวิชาการระดับชาติ วิทยาลัยนครราชสีมา ครั้งที่ 6 ประจำปี พ.ศ. 2562*, นครราชสีมา: วิทยาลัยนครราชสีมา.
- งานทะเบียน ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต. (2565). *จำนวนนักเรียนภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2556*. ภูเก็ต: ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดภูเก็ต.
- นิตยา สุภาภรณ์. (2552). *การรับรู้ของประชาชนต่อความอยู่ดีมีสุขในชุมชนบางไผ่*. วิทยาลัยราชพฤกษ์.
- วิริยาภรณ์ เจริญชีพ. (2545). *พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัด สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.
- วีรวลย์ ศิรินาม. (2561). *ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สังกัดเทศบาลตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่*. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- สมใจ วิชัยดิษฐ์ และวศินา จันทศิริ. (2537). *โภชนาการเด็กวัยเรียน. การประชุมวิชาการประจำปีของสมาคมโภชนาการแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี*. ม.ป.ท.
- สุรีย์วรรณ สีลาดเลา และคณะ. (2564). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ*. 1(1) มกราคม – มิถุนายน 2564.