



การศึกษาภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนชั้นประถมศึกษาของโรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง  
 ศิดาพร ผ่องใส<sup>1</sup>, กมลชนก ตันติพัฒนะมนตรี<sup>1</sup>, สุประภา ยะรังษี<sup>2</sup>, สถาพร กวยกิจรุ่งเรือง<sup>3</sup>, พุทธิคม มาพงษ์<sup>4</sup>  
 และกรรณิกา เรืองเดช ชาวสวนศรีเจริญ<sup>2</sup>  
<sup>1</sup>นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง  
<sup>2</sup>อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง  
 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง  
 E-mail: supra.lookmai23@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีรูปแบบการวิจัยเชิงบรรยายแบบภาคตัดขวางโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการเกินกับปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย ความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายและพฤติกรรมกรบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง จำนวน 116 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่สร้างโดยนักวิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและการทดสอบไคส-แควร์ ผลการศึกษาภาวะโภชนาการส่วนใหญ่คือ อ้วน ร้อยละ 34.5 (จำนวน 40 คน) ท้วมและเริ่มอ้วน ร้อยละ 32.8 (จำนวน 38 คน) พฤติกรรมการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง อย่างมีนัยสำคัญ  $p$ -value < .05 ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับภาวะโภชนาการเกิน คือ เพศ ระดับชั้นที่ศึกษา จำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย และความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย ดังนั้นโรงเรียนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการจัดทำโปรแกรมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายให้กับนักเรียนที่

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้การบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย ความตระหนักการ บริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย พฤติกรรมการบริโภค อาหารและการเคลื่อนไหวร่างกายกับภาวะโภชนาการเกินใน เด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีรูปแบบการวิจัยเชิงบรรยายแบบภาคตัดขวาง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง ที่มีภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 116 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ น้ำหนัก/ส่วนสูง ระดับชั้นที่ศึกษา และจำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านความรู้ ได้แก่ เรื่องการบริโภคอาหาร และเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านความตระหนัก และแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรม ได้แก่ เรื่องการบริโภคอาหาร จำนวน 10 ข้อ และเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และสถิติไคสแควร์ (Chi - square test) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

### หลักการและเหตุผล



- พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
- พฤติกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายที่ไม่เหมาะสม

### ผลการวิจัย

ภาวะโภชนาการส่วนใหญ่คือ อ้วน ร้อยละ 34.5 (จำนวน 40 คน) ท้วมและเริ่มอ้วน ร้อยละ 32.8 (จำนวน 38 คน) พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการเคลื่อนไหวร่างกายมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง อย่างมีนัยสำคัญ  $p$ -value < .05 ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับภาวะโภชนาการเกิน คือ เพศ ระดับชั้นที่ศึกษา จำนวนเงินที่ได้รับต่อวัน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย และความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย

### สรุปผลการวิจัย

การศึกษาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอตรัง จังหวัดตรัง พบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนวัดควนวิเศษ อำเภอเมือง จังหวัดตรังมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกิน