



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

## ภาคผนวก ก

## การหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้ โดยใช้สูตร คูเดอร์ริชาร์คสัน 20 (Kuder Richardson 20 หรือ K-20)

จากสูตร 
$$r_{tt} = \frac{n}{n-1} \left( 1 - \frac{\sum pq}{s^2} \right)$$

$r_{tt}$  = ความสอดคล้องภายใน

$n$  = จำนวนข้อแบบสอบถาม

$p$  = อัตราส่วนผู้ตอบถูก

$q$  = อัตราส่วนผู้ตอบผิด

$s^2$  = ตัวแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ

การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทัศนคติ โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient)

จากสูตร 
$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left( \frac{1 - \sum si^2}{st^2} \right)$$

$\alpha$  = ค่าความสอดคล้องภายใน

$n$  = จำนวนข้อแบบสอบถาม

$\sum si^2$  = ผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนรายข้อ

$st^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

## ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม เรื่องพฤติกรรมบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนประถมศึกษา อำเภอฝาง  
จังหวัดเชียงใหม่

## คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาต้องการทราบถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โรงเรียนในพื้นที่อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ และหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา เพื่อใช้สำหรับสร้างความเข้าใจและความร่วมมือระหว่างเจ้าหน้าที่สาธารณสุขกับครูอนามัยในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งทำการศึกษาโดยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ที่มีคำถามให้เติมข้อมูลและให้เลือกตอบ แบ่งเป็น

1. แบบสอบถามสำหรับผู้ปกครอง มีคำถามจำนวน 38 ข้อ เป็นแบบสอบถามที่ให้ผู้ปกครองตอบโดยเติมข้อมูลเป็นตัวเลข และเลือกตอบจากข้อที่กำหนดให้
  2. แบบสอบถามสำหรับนักเรียน ประกอบด้วยคำถามที่จัดไว้ 4 ส่วน
    - ส่วนที่ 1 เป็นคำถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 20 ข้อ โดยมีคำถามให้ใส่ข้อมูลเป็นตัวเลข และให้เลือกตอบ
    - ส่วนที่ 2 เป็นคำถามด้านความรู้ จำนวน 25 ข้อ
    - ส่วนที่ 3 เป็นคำถามด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จำนวน 20 ข้อ
    - ส่วนที่ 4 เป็นคำถามเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จำนวน 24 ข้อ
- ขอขอบคุณที่ท่านกรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ครั้งนี้

### เอกสารคำชี้แจงแก่อาสาสมัคร

ชื่อโครงการ การศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่อง พฤติกรรมบริโภคอาหารของเด็กนักเรียน  
ประถมศึกษา อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

การศึกษานี้เป็นการค้นคว้าแบบอิสระของ นายสุบิน สุนันตะ นักศึกษาปริญญาโท  
หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา  
พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนประถมศึกษา อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ และหา  
ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้นต่อผล  
การเรียนของนักเรียน หากนักเรียนยินดีและร่วมมือในการให้ข้อมูลจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง  
สำหรับสร้างความเข้าใจและความร่วมมือของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและครูในการดำเนินงาน  
โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

นักเรียนที่ยินดีให้ข้อมูลจะได้รับแจกแบบสอบถามและทำการตอบ ใช้เวลาประมาณ  
30 นาที โดยผู้ศึกษาจะรอเก็บแบบสอบถามกลับคืน ข้อมูลที่ได้จะเก็บไว้เป็นความลับและนำเสนอ  
ในภาพรวม และใช้ในการศึกษาเท่านั้น หากนักเรียนไม่ประสงค์ที่จะตอบแบบสอบถามต่อ  
นักเรียนมีสิทธิที่จะยกเลิกการให้ข้อมูลได้ในทุกขั้นตอน โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น สิทธิ  
ประโยชน์อื่น ๆ อันเกิดผลจากการศึกษาครั้งนี้ ให้เป็นไปตามระเบียบข้อบังคับของ  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ข้อมูลที่ได้รับจะถูกเก็บไว้เป็นความลับและเก็บไว้ในสถานที่ทำงานของผู้ศึกษาอย่าง  
มิดชิด และเข้าถึงข้อมูลได้เฉพาะผู้ศึกษาเท่านั้น อย่างน้อยเป็นเวลา 5 ปี และไม่มีความเสี่ยงหรือ  
ผลเสียที่จะเกิดขึ้นจากเข้าร่วมโครงการ

ก่อนที่นักเรียนจะลงนามในใบยินยอมให้ข้อมูล กรุณาอ่านคำชี้แจงและหากข้อความใด  
ไม่ชัดเจนสามารถสอบถามได้จากผู้ทำการศึกษาโดยตรง หากยังมีข้อข้องใจหรือกรณีที่ต้องการ  
ติดต่อสอบถามเกี่ยวกับสิทธิอาสาสมัครในการเข้าร่วมโครงการ กรุณาติดต่ออาจารย์ที่ปรึกษาการ  
ค้นคว้าแบบอิสระของผู้ศึกษา คือ รองศาสตราจารย์ ธารทิพย์ พรหมชาติแก้ว คณะแพทยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ 0 5394 5472-5 หรือ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

นายสุบิน สุนันตะ รหัส 499830270

นักศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ที่อยู่ 246/1 หมู่ 9 ตำบลแม่สุน อำเภอฝาง

จังหวัดเชียงใหม่ 50110 โทรศัพท์ 08-4150-7887

### หนังสือแสดงความยินยอมของอาสาสมัคร

การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง พฤติกรรมบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนประถมศึกษา  
อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

ข้าพเจ้า.....

โรงเรียน.....ชั้น.....

ก่อนที่จะลงนามยินยอมให้ข้อมูลในการศึกษา ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้ศึกษาถึง  
วัตถุประสงค์การศึกษา วิธีการศึกษา อันตรายหรือผลเสียที่เกิดจากการศึกษาแล้ว มีความเข้าใจดี

ผู้ศึกษารับรองว่าจะตอบคำถามที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังและข้าพเจ้า  
ยินดีให้ข้อมูลด้วยความสมัครใจและเข้าใจถึงสิทธิในการบอกยกเลิกการให้ข้อมูลได้ทุกเมื่อ

ผู้ศึกษารับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะตัวของข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยเฉพาะ  
ในรูปการสรุปผลการศึกษา หรือเฉพาะหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเท่านั้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นและมีเข้าใจดีทุกประการ จึงลงนามในหนังสือยินยอม  
ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....อาสาสมัครผู้ยินยอม  
(.....)

ลงนาม.....ผู้ศึกษา  
(.....)

ลงนาม.....พยาน  
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

### หนังสือแสดงความยินยอมของผู้ปกครอง

การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง พฤติกรรมบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนประถมศึกษา  
อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

ข้าพเจ้า..... ผู้ปกครองของ.....  
โรงเรียน..... ยินดีให้นักศึกษาในความปกครองเข้าร่วมโครงการ  
เป็นอาสาสมัครในการตอบแบบสอบถามของการศึกษา

ก่อนที่จะลงนามยินยอมให้นักศึกษาในความปกครองเป็นอาสาสมัครในการศึกษา  
ข้าพเจ้าได้อ่านเอกสารชี้แจงแก่อาสาสมัคร ถึงวัตถุประสงค์การศึกษา วิธีการศึกษา อันตรายหรือ  
ผลเสียที่เกิดจากการศึกษาแล้ว มีความเข้าใจดี

ผู้ศึกษารับรองว่าจะตอบคำถามที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังและข้าพเจ้า  
ยินดีให้ข้อมูลด้วยความสมัครใจและเข้าใจถึงสิทธิในการบอกยกเลิกการให้ข้อมูลได้ทุกเมื่อ

ผู้ศึกษารับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะตัวของนักศึกษาในความปกครองของข้าพเจ้าเป็น  
ความลับ และจะเปิดเผยเฉพาะในรูปการสรุปผลการศึกษา หรือเฉพาะหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเท่านั้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นและมีเข้าใจดีทุกประการ จึงลงนามในหนังสือยินยอม  
ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ปกครองอาสาสมัคร  
(.....)

ลงนาม.....ผู้ศึกษา  
(.....)

ลงนาม.....พยาน  
(.....)

## ชุดคำถามเพื่อการศึกษา เรื่องพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สำหรับผู้ปกครองกรอก

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ให้ผู้ปกครองใส่เครื่องหมาย  $\checkmark$  ลงใน [ ] หรือเขียนข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านที่สุด

1. เพศ [ ] ชาย [ ] หญิง
2. อายุ .....ปี
3. การศึกษาของพ่อนักเรียน
  - [ ] 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ
  - [ ] 2. ประถมศึกษา
  - [ ] 3. มัธยมศึกษาตอนต้น
  - [ ] 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.
  - [ ] 5. อนุปริญญา / ปวส.
  - [ ] 6. ปริญญาตรี
  - [ ] 7. ปริญญาโท / เอก

4. การศึกษาของแม่นักเรียน
  - [ ] 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ
  - [ ] 2. ประถมศึกษา
  - [ ] 3. มัธยมศึกษาตอนต้น
  - [ ] 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.
  - [ ] 5. อนุปริญญา / ปวส.
  - [ ] 6. ปริญญาตรี
  - [ ] 7. ปริญญาโท / เอก

ลิขสิทธิ์ © โดย Chiang Mai University  
All rights reserved

## 5. การศึกษาของผู้ปกครองนักเรียน ( กรอกเมื่อผู้ปกครองไม่ใช่พ่อหรือแม่ )

- 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ
- 2. ประถมศึกษา
- 3. มัธยมศึกษาตอนต้น
- 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.
- 5. อนุปริญญา / ปวส.
- 6. ปริญญาตรี
- 7. ปริญญาโท / เอก

## 6. อาชีพของพ่อนักเรียน

- 1. ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ
- 2. พนักงานบริษัท
- 3. รับจ้าง
- 4. ค้าขาย
- 5. เกษตรกร ทำไร่ ทำนา ทำสวน
- 6. ว่างาน / ไม่มีงานทำ

## 7. อาชีพของแม่นักเรียน

- 1. ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ
- 2. พนักงานบริษัท
- 3. รับจ้าง
- 4. ค้าขาย
- 5. เกษตรกร ทำไร่ ทำนา ทำสวน
- 6. ว่างาน / ไม่มีงานทำ



8. อาชีพของผู้ปกครองนักเรียน ( กรอกเมื่อผู้ปกครองไม่ใช่พ่อหรือแม่ )

- 1. ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ
- 2. พนักงานบริษัท
- 3. รับจ้าง
- 4. ค้าขาย
- 5. เกษตรกร ทำไร่ ทำนา ทำสวน
- 6. ว่างาน / ไม่มีงานทำ

9. รายได้ของครอบครัว

- 1. ไม่มีรายได้
- 2. น้อยกว่า 3,000 บาท / เดือน
- 3. 3,001 – 5,000 บาท / เดือน
- 4. 5,001 – 10,000 บาท / เดือน
- 5. มากกว่า 10,000 บาท / เดือน

10. ครอบครัวท่านมีรายรับและรายจ่ายเป็นอย่างไร

- 1. รายได้น้อยกว่ารายจ่าย เป็นหนี้
- 2. รายได้พอกับรายจ่าย มีเงินพอใช้
- 3. รายได้มากกว่ารายจ่าย มีเงินเหลือเก็บ

11. ผู้ที่ดูแลเรื่องทั่ว ๆ ไปให้นักเรียนมากที่สุดในบ้านคือใคร (เลือกตอบข้อเดียว)

- 1. พ่อ
- 2. แม่
- 3. พ่อและแม่
- 4.ญาติพี่น้อง ปู่ย่า ตายาย
- 5. อื่น ๆ ระบุ .....

12. เรื่องอาหารการกินของนักเรียนส่วนใหญ่ใครเป็นคนดูแล (เลือกตอบข้อเดียว)

- 1. พ่อ
- 2. แม่
- 3. พ่อและแม่
- 4. ญาติพี่น้อง ปู่ย่า ตายาย
- 5. อื่น ๆ ระบุ .....

13. ใครเป็นผู้เลือกขนมให้กับนักเรียนมากที่สุด

- 1. พ่อ
- 2. แม่
- 3. พ่อและแม่
- 4. ญาติพี่น้อง ปู่ย่า ตายาย
- 5. อื่น ๆ ระบุ .....

14. ส่วนใหญ่เงินที่ใช้เลี้ยงดูนักเรียนได้มาจากใคร

- 1. พ่อ
- 2. แม่
- 3. พ่อและแม่
- 4. ญาติพี่น้อง ปู่ย่า ตายาย
- 5. อื่น ๆ ระบุ .....

15. ท่านให้เงินนักเรียนไปโรงเรียนประมาณวันละกี่บาท

ประมาณวันละ .....บาท

16. หลังเลิกเรียนท่านจ่ายเงินค่าขนมเพิ่มให้นักเรียนซื้อขนมบ่อยแค่ไหน

- 1. ทุกวัน                      ประมาณวันละกี่บาท .....บาท
- 2. บ่อยครั้ง                      ประมาณวันละกี่บาท .....บาท
- 3. นาน ๆ ครั้ง                      ประมาณวันละกี่บาท .....บาท
- 4. ไม่เคยให้เลย

17. ท่านคิดว่าร้านค้าในโรงเรียนไม่ควรจำหน่ายอะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1. มะม่วงคอง
- 2. น้ำอัดลม
- 3. ขนมกรุบกรอบ
- 4. นมกล่อง
- 5. ข้าวเหนียวหมูปิ้ง
- 6. ลูกอม ขนมหวาน
- 7. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด
- 8. อื่น ๆ ระบุ .....

18. ครอบครัของท่านซื้ออาหารสดมาจากที่ไหนมากที่สุด (ตอบได้เพียง 1 ข้อ)

- 1. ร้านค้าในหมู่บ้าน
- 2. ตลาด
- 3. ร้านอาหาร
- 4. แผงลอย รถเข็น
- 5. ห้างสรรพสินค้า โลตัส

19. อาหารที่ครอบครัของท่านรับประทานได้มาโดยวิธีใด

- 1. ทำกินเองทุกมื้อโดยไม่ซื้ออาหารปรุงสำเร็จมารับประทานด้วยเลย
- 2. ทำกินเองทุกมื้อ และซื้ออาหารปรุงสำเร็จมารับประทานด้วย
- 3. ซื้ออาหารปรุงสำเร็จทุกมื้อ
- 4. ทำกินเองเป็นส่วนใหญ่
- 5. ซื้ออาหารปรุงสำเร็จเป็นส่วนใหญ่

20. ครอบครัของท่านซื้ออาหารปรุงสำเร็จมาจากที่ไหนมากที่สุด (ตอบได้เพียง 1 ข้อ)

- 1. ร้านค้าในหมู่บ้าน
- 2. ตลาด
- 3. ร้านอาหาร
- 4. แผงลอย รถเข็น
- 5. ห้างสรรพสินค้า โลตัส

21. ครอบครัวท่านซื้ออาหารปรุงสำเร็จมารับประทานบ่อยแค่ไหน

- 1. ทุกวัน
- 2. เกือบทุกวัน
- 3. นาน ๆ ครั้ง
- 4. ไม่เคยซื้อเลย

22. ครอบครัวท่านซื้ออาหารปรุงสำเร็จมารับประทานเพราะอะไรมากที่สุด (ตอบได้เพียง 1 ข้อ)

- 1. ทำอาหารไม่เป็น
- 2. ไม่มีเวลาทำกินเอง
- 3. อร่อย
- 4. ราคาถูก ประหยัด
- 5. สะดวกหาซื้อง่าย
- 6. อื่น ๆ ระบุ .....

23. อะไรเป็นเหตุผลให้ท่านตัดสินใจซื้ออาหารมารับประทานมากที่สุด (ตอบได้เพียง 1 ข้อ)

- 1. ราคาถูก
- 2. รสชาติอร่อย
- 3. สะอาด ปลอดภัย
- 4. สีสันน่ารับประทาน
- 5. มีคุณค่าทางอาหารครบถ้วน
- 6. อื่น ๆ ระบุ .....

24. ท่านพานักเรียนไปซื้อขนมหรือของกินที่ไหนบ่อยที่สุด

- 1. ร้านค้าใกล้ ๆ บ้าน
- 2. ร้านค้าหน้าโรงเรียน
- 3. ร้านมินิมาร์ท
- 4. ห้างโลตัส

25. เมื่อท่านไปซื้อขนมหรือของกินกับนักเรียนท่านทำอย่างไร

- 1. เลือกขนมหรือของกินให้นักเรียนทั้งหมด
- 2. ช่วยนักเรียนเลือกขนมหรือของกิน
- 3. ให้นักเรียนเลือกขนมหรือของกินเองทั้งหมด

26. ท่านซื้อลูกอม ขนมหวาน ซ็อกโกแลต ให้นักเรียนหรือไม่

- 1. ไม่เคยซื้อเลย
- 2. ซื้อเป็นบางครั้ง
- 3. ซื้อทุกครั้งที่มีโอกาส

27. ท่านให้นักเรียนกินขนมที่สำเร็จรูปบ่อยแค่ไหน

- 1. ทุกวัน
- 2. ค่อนข้างบ่อย
- 3. นาน ๆ ครั้ง
- 4. ไม่ให้กินเลย (เลือกข้อนี้ข้ามไปทำข้อ 29)

28. ท่านให้นักเรียนกินขนมที่สำเร็จรูปเพราะอะไร

- 1. ไม่มีเวลาทำอาหาร
- 2. สะดวกเพราะมีอยู่แล้วที่บ้าน
- 3. ประหยัด
- 4. นักเรียนชอบกิน
- 5. นักเรียนเบื่ออาหารที่ทำเอง

29. ถ้านักเรียนขอเงินไปซื้อขนมกรุบกรอบ ท่านทำอย่างไร

- 1. อนุญาตให้ซื้อได้
- 2. ห้ามไม่ให้ซื้อ
- 3. ไปเลือกซื้อด้วยกัน

30. ท่านให้อิสระแก่นักเรียนในการเลือกซื้อขนมอย่างไร

- 1. เลือกเองทุกครั้ง
- 2. เลือกเองเป็นส่วนใหญ่
- 3. นาน ๆ จะให้เลือกเอง
- 4. ไม่เคยให้ซื้อเอง

31. ท่านควบคุมการซื้อขนมกรุบกรอบของนักเรียนได้หรือไม่

- 1. ได้ทั้งที่ซื้อด้วยกันและให้ซื้อเอง
- 2. ได้เฉพาะเวลาที่ซื้อด้วยกัน
- 3. ไม่ได้เลย

32. ท่านควบคุมการกินขนมกรุบกรอบของนักเรียนอย่างไร

- 1. ไม่ให้เด็กกินเลย
- 2. ให้เด็กมีโอกาสดีกินบ้างเป็นบางครั้ง
- 3. เป็นสิทธิของเด็กที่จะกินเมื่อไหร่ก็ได้

33. ท่านคิดว่าการกินขนมกรุบกรอบเป็นสิ่งที่

- 1. ไม่ควรให้เด็กกิน
- 2. ควรจะให้เด็กมีโอกาสดีกินบ้างบางครั้ง
- 3. เป็นสิทธิของเด็กที่จะทำตามความต้องการของตัวเอง

34. ท่านจะซื้อขนมกรุบกรอบเตรียมไว้ที่บ้าน

- 1. เป็นประจำ
- 2. นาน ๆ ครั้ง
- 3. ไม่เคยซื้อไว้เลย

35. ท่านกินขนมกรุบกรอบบ่อยแค่ไหน

- 1. ทุกวัน
- 2. บ่อยครั้ง
- 3. นาน ๆ ครั้ง
- 4. ไม่กินเลย

36. คนในครอบครัวของท่านดื่มน้ำอัดลมหรือไม่

- 1. ไม่ดื่มเลย ( ถ้าตอบข้อนี้ไม่ต้องตอบข้อ 37 และ 38 )
- 2. บางคนเท่านั้นที่ดื่ม
- 3. ดื่มหมดทุกคน

37. ท่านจะซื้อน้ำอัดลมเตรียมไว้ที่บ้าน

- 1. เป็นประจำ
- 2. นาน ๆ ครั้ง
- 3. ไม่เคยซื้อได้เลย

38. ท่านดื่มน้ำอัดลมบ่อยแค่ไหน

- 1. ทุกวัน
- 2. บ่อยครั้ง
- 3. นาน ๆ ครั้ง
- 4. ไม่ดื่มเลย

## ชุดคำถามเพื่อการศึกษา เรื่องพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

### สำหรับนักเรียนนอก

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย  $\checkmark$  ลงใน [ ] หรือเขียนข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนที่สุด

1. เพศ [ ] ชาย [ ] หญิง
2. อายุ.....ปี
3. น้ำหนัก .....กิโลกรัม
4. ส่วนสูง ..... เซนติเมตร
5. นักเรียนพักอาศัยอยู่กับบุคคลใด
  - [ ] 1. พ่อ (กรณีอยู่กับพ่อคนเดียว)
  - [ ] 2. แม่ (กรณีอยู่กับแม่คนเดียว)
  - [ ] 3. พ่อและแม่
  - [ ] 4. ญาติ พี่น้อง ปู่ย่า ตายาย
  - [ ] 5. พ่อ แม่ ญาติ พี่น้อง (กรณีรวมกันทั้งหมด)
  - [ ] 6. บุคคลอื่น โปรดระบุ.....

6. นักเรียนเดินทางมาโรงเรียนด้วยวิธีใด

- [ ] 1. ผู้ปกครองมาส่ง
- [ ] 2. เดินทางมาเอง
- [ ] 3. รถรับส่งนักเรียน



7. นักเรียนได้รับเงินค่าอาหารและการกินจากใคร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1. พ่อ
- 2. แม่
- 3. พ่อและแม่
- 4. ญาติ พี่น้อง ปู่ย่า ตายาย
- 6. บุคคลอื่น โปรดระบุ.....

8. นักเรียนได้เงินมาโรงเรียนประมาณวันละ.....บาท

9. นักเรียนใช้เงินสำหรับจ่ายค่าขนมจำนวน .....บาท

10. นักเรียนซื้อขนมจากที่ไหน**บ่อยที่สุด**

- 1. ร้านค้าใกล้ ๆ บ้าน
- 2. ร้านค้ารอบ ๆ โรงเรียน
- 3. ร้านค้าในโรงเรียนที่แม่ค้านำมาขาย
- 4. ร้านค้าสหกรณ์ของโรงเรียน

11. ผู้ปกครองซื้อขนมจากที่ไหนให้นักเรียนกิน**บ่อยที่สุด**

- 1. ร้านค้าในหมู่บ้าน
- 2. ร้านค้ารอบ ๆ โรงเรียน
- 3. ร้านมินิมาร์ท เซเว่น
- 4. ห้างโลตัส

12. ผู้ปกครองพานักเรียนไปซื้อขนมจากที่ไหน**บ่อยที่สุด**

- 1. ร้านค้าในหมู่บ้าน
- 2. ร้านค้ารอบ ๆ โรงเรียน
- 3. ร้านมินิมาร์ท เซเว่น
- 4. ห้างโลตัส

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

13. นักเรียนซื้ออาหารและขนมกินเวลาใด**มากที่สุด**

- [ ] 1. ก่อนโรงเรียนเข้าตอนเช้า  
 [ ] 2. พักตอนเช้า  
 [ ] 3. พักเที่ยงวัน  
 [ ] 4. พักตอนบ่าย  
 [ ] 5. หลังโรงเรียนเลิกตอนเย็น

14. นักเรียนเลือกซื้อขนมหรือของกินเพราะอะไร ให้เรียงลำดับจากที่ **1 คือมากที่สุด** ถึงที่ **7 คือน้อยที่สุด**

- ..... ซื้อเหมือนเพื่อน เพื่อนแนะนำ ทำตามเพื่อน  
 ..... เห็นจากโฆษณา  
 ..... สีล้นสวยงาม ชองสวย  
 ..... มีของแถม  
 ..... เคยกินมาแล้ว อร่อย  
 ..... ไม่เคยกิน เป็นขนมใหม่  
 ..... มีเงินพอให้ซื้อ

15. นักเรียนกินขนมหรือของกินเพราะอะไร ให้เรียงลำดับจากที่ **1 คือมากที่สุด** ถึงที่ **8 คือน้อยที่สุด**

- ..... ความอร่อย  
 ..... เห็นจากโฆษณา  
 ..... เพื่อนแบ่งให้กิน  
 ..... สีล้นสวยงาม  
 ..... สะอาด ปลอดภัย  
 ..... ราคาถูก  
 ..... หาได้ง่าย สะดวก  
 ..... อยากกินเพราะเพื่อน ๆ กิน

16. นักเรียนชอบกินอาหารเหมือนใครมากที่สุด

- 1. พ่อ
- 2. แม่
- 3.ญาติ พี่น้อง
- 4. เพื่อน
- 5. อื่น ๆ ระบุ .....

17. ขนมที่นักเรียนกินส่วนใหญ่ได้มาอย่างไร ให้เรียงลำดับ 1 คือมากที่สุด ไปถึง 4 คือน้อยที่สุด

- ..... ซื้อเอง
- ..... เพื่อนให้มา
- ..... ผู้ปกครองซื้อมาให้
- ..... ไปซื้อกับผู้ปกครอง

18. นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับอาหารการกิน จากที่ใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1. ครูสอน
- 2. พ่อ
- 3. แม่
- 4. ผู้ปกครองที่ไม่ใช่พ่อแม่
- 5. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- 6. บอร์ดประชาสัมพันธ์ของโรงเรียน
- 7. หนังสือในห้องสมุด
- 8. วารสาร
- 9. โทรทัศน์
- 10. วิทยุ
- 11. อื่น ๆ ระบุ .....

19. ร้านค้าในโรงเรียนมีอะไรขายบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ )

- 1. ข้าวราดแกง ข้าวผัด
- 2. ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน
- 3. ลูกอม ท็อฟฟี่
- 4. ขนมหวาน ของหวาน
- 5. ขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งทอด ข้าวเกรียบกึ่ง ฯลฯ
- 6. น้ำอัดลม
- 7. น้ำหวาน ซามูก ฯลฯ
- 8. ผลไม้สด
- 9. ผลไม้ดอง
- 10. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด
- 11. หมูปิ้ง

20. ร้านค้ารอบๆโรงเรียนมีอะไรขายบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ )

- 1. ข้าวราดแกง ข้าวผัด
- 2. ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน
- 3. ลูกอม ท็อฟฟี่
- 4. ขนมหวาน ของหวาน
- 5. ขนมกรุบกรอบ เช่น มันฝรั่งทอด ข้าวเกรียบกึ่ง ฯลฯ
- 6. น้ำอัดลม
- 7. น้ำหวาน ซามูก ฯลฯ
- 8. ผลไม้สด
- 9. ผลไม้ดอง
- 10. ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด
- 11. หมูปิ้ง

## ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่นักเรียนคิดว่าถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

ข้อความ	ถูก	ผิด
<b>อาหารหลัก 5 หมู่</b>		
1. ก๋วยเตี๋ยวไม่ใช่อาหารหมู่เดียวกับข้าว		
2. แป้ง น้ำตาล ข้าว ให้สารอาหารประเภทโปรตีน		
3. เนย เป็นไขมันที่ได้จากนม		
4. สารไอโอดีน มีในเกลือป่น น้ำปลา และอาหารทะเล		
5. วิตามินA ช่วยบำรุงสายตา มีมากในผลไม้ดอง		
<b>สารปนเปื้อนในอาหาร</b>		
6. อาหารที่ทอดในน้ำมันที่ใช้แล้วหลาย ๆ ครั้งจะมีสารก่อโรคมะเร็ง		
7. สีที่ใช้ย้อมผ้าสามารถนำมาผสมในอาหารได้		
8. สารบอแรกซ์ทำให้อาหารกรอบมักพบในลูกชิ้น ไส้กรอก		
9. ถั่วงอกที่มีสีขาวมาก ๆ แสดงว่ามีสารฟอกขาวเหมาะสำหรับนำมารับประทาน		
10. พอร์มาลีนเป็นน้ำยาที่สามารถนำมาแช่อาหารที่เสีง่าย เช่น ปลาหมึกสด กุ้งสด ได้เป็นอย่างดี		
<b>โภชนาการ</b>		
11. อาหารมือเช้าเป็นมื้อที่สำคัญ ร่างกายสามารถนำเอาพลังงานมาใช้มากที่สุด		
12. ผลไม้ดองมีคุณค่าทางโภชนาการเหมือนผลไม้สด		
13. ร่างกายต้องการสารอาหารในนมเพื่อเสริมสร้างกระดูกและฟัน		
14. อาหารมือเย็น ควรรับประทานก่อนเข้านอนอย่างน้อย 3 ชั่วโมง		
15. น้ำอัดลมเป็นสาเหตุทำให้ฟันผุ		

## ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ (ต่อ)

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่นักเรียนคิดว่าถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

ข้อความ	ถูก	ผิด
<b>การเลือกซื้ออาหาร</b>		
16. อาหารบรรจุซองซึ่งระบุวันหมดอายุแล้ว 1 วันเราสามารถซื้อกินได้		
17. การเลือกซื้อ ไข่กรอกต้องเลือกที่สีสันจุดขนาด สีแดงจัด แสดงว่าสดและใหม่		
18. อาหารกระป๋องที่ปลอดภัยต้องมีฉลากครบถ้วน ไม่มีสนิมเกาะ		
19. เครื่องหมาย อย. เป็นเครื่องหมายบอกถึงว่าอาหารนั้นปลอดภัย		
20. ผักที่ไม่มีรอยกัดของหนอนหรือแมลง คือ ผักปลอดสารพิษ		
<b>การเลือกกินอาหาร</b>		
21. ขนมกรุบกรอบมีคุณค่าทางอาหารมากสามารถกินแทนอาหารหลัก 5 หมู่ได้		
22. การกินอาหารรสเค็มจัด หวานจัด ทำให้ได้รับสารอาหารมากขึ้น		
23. การกินอาหารที่ใส่ผงชูรสมาก ๆ จะทำให้เกิดโทษต่อร่างกาย		
24. การกินอาหารที่ปรุงจนบางส่วนไหม้เกรียมจะทำให้เป็นโรคระเพาะอาหาร		
25. อาหารที่ปรุงด้วยการต้มหรือนึ่งจะทำให้เราได้รับไขมันน้อยกว่าการทอด		

### ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย **V** ลงในช่องที่ตรงกับที่นักเรียนปฏิบัติใน 1 สัปดาห์

พฤติกรรม	ทุกวัน	4-6 วัน	1-3 วัน	ไม่เคย
1. นักเรียนกินอาหารครบ 3 มื้อ				
2. นักเรียนกินอาหารเข้าก่อนมาโรงเรียน				
3. นักเรียนกินอาหารเข้าที่โรงเรียน				
4. นักเรียนดื่มนมวันละ 1-2 แก้ว				
5. นักเรียนดื่มน้ำวันละ 8 แก้ว				
6. นักเรียนกินอาหารที่มีผักเป็นส่วนประกอบ				
7. นักเรียนกินอาหารที่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบ				
8. นักเรียนกินผลไม้				
9. นักเรียนกินนมแม่ต้มอย่างเดียว				
10. นักเรียนกินนมแม่ดิบโดยไม่ทำให้สุก				
11. นักเรียนกินลูกอม ขนมหวาน ท็อฟฟี่				
12. นักเรียนกินขนมกรุบกรอบ				
13. นักเรียนกินขนมกรุบกรอบมากกว่าวันละ 1 ซอง				
14. นักเรียนดื่มน้ำอัดลม				
15. นักเรียนดื่มน้ำอัดลมมากกว่า 1 แก้ว				
16. นักเรียนดื่มน้ำชา น้ำหวาน				
17. นักเรียนกินอาหารปิ้งย่าง				
18. นักเรียนกินอาหารทอด				
19. นักเรียนกินขนมที่ไม่มีเครื่องหมาย อย.				
20. นักเรียนใช้เงินที่มีชื่อขนมเพียงอย่างเดียว				

**ส่วนที่ 4 ปัจจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร (ต่อ)**

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย **V** ลงในช่องที่ตรงกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับนักเรียน

ข้อความ	ทุกครั้ง	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย
<b>ปัจจัยเสริม</b>				
1. ผู้ปกครองแนะนำให้ให้นักเรียนกินอาหารครบ 5 หมู่				
2. ผู้ปกครองจะตักเตือนเมื่อนักเรียนซื้อขนมกรุบกรอบกิน				
3. เวลาอยู่บ้านนักเรียนจะได้กินอาหารพร้อมกับผู้ปกครอง				
4. ผู้ปกครองจะซื้อขนมให้นักเรียนเวลาออกไปเที่ยวด้วยกัน				
5. เพื่อนของนักเรียนกลุ่มเดียวกันจะซื้อขนมชนิดเดียวกัน				
6. เพื่อนสนิทของนักเรียนจะให้ขนมหรือแบ่งขนมให้กิน				
7. เพื่อนของนักเรียนจะชักชวนและแนะนำให้ซื้อขนม				
8. ครูจะเป็นผู้ดูแลรายการอาหารกลางวันของโรงเรียนให้นักเรียน				
9. ครูจะตักเตือนเมื่อพบนักเรียนกินอาหารที่ไม่มีประโยชน์				
10. โรงเรียนห้ามไม่ให้แม่ค้านำลูกอม น้ำอัดลม มาขาย				
11. นักเรียนจะซื้อขนมเพราะอยากได้ของแถมที่เป็นของเล่น				
12. เมื่อเห็นภาพโฆษณาขนมทำให้นักเรียนอยากกินทันที				



**ส่วนที่ 4 ปัจจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร (ต่อ)**

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย **V** ลงในช่องที่ตรงกับที่สิ่งที่เกิดขึ้นกับนักเรียน

ข้อความ	ทุกครั้ง	บ่อย ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย
<b>ปัจจัยเอื้อ</b>				
1. ที่บ้านนักเรียนจะได้กินอาหารครบ 5 หมู่				
2. นักเรียนซื้ออาหารเข้าจากร้านค้าในโรงเรียนกิน				
3. นักเรียนซื้ออาหารกลางวันจากร้านค้าในโรงเรียน				
4. นักเรียนห่อข้าวกลางวันมากินที่โรงเรียน				
5. นักเรียนได้กินอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัดให้				
6. โรงเรียนจะทำอาหารกลางวันที่มีอาหารครบ 5 หมู่				
7. นักเรียนซื้อขนมกรุบกรอบทุกชนิดจากร้านค้าในโรงเรียน				
8. นักเรียนซื้อน้ำอัดลมดื่มจากร้านค้าในโรงเรียน				
9. นักเรียนซื้อลูกอม ท็อฟฟี่ จากร้านค้าในโรงเรียน				
10. นักเรียนซื้อขนมกรุบกรอบทุกชนิดจากร้านค้ารอบ ๆ โรงเรียนหลังเลิกเรียน				
11. นักเรียนซื้อน้ำอัดลมดื่มจากร้านค้ารอบ ๆ โรงเรียนหลังเลิกเรียน				
12. นักเรียนซื้อลูกอม ขนมหวาน ท็อฟฟี่ จากร้านค้ารอบ ๆ โรงเรียนหลังเลิกเรียน				

## ภาคผนวก ก

### คุณภาพเครื่องมือการวิจัย

ความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) หมายถึง คุณสมบัติของเครื่องมือวิจัยที่มีประสิทธิภาพในการนำมาใช้วัดตัวแปรที่ศึกษาได้ตรงกับมิติที่ต้องการวัด คำถามในแบบสอบถามมีเนื้อหาที่สอดคล้องกับมโนทัศน์ของตัวแปร หรือคำถามในแบบสอบถามมีเนื้อหาที่สอดคล้องกับแนวคิดหรือทฤษฎีของตัวแปร (บุญใจ ศรีสถิตย์นรกุล, 2547)

การพิจารณาความตรงตามเนื้อหา หมายถึง การพิจารณาความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาคำถาม (Item Content) กับเนื้อหาของมิติตัวแปร (Domain Content) โดยพิจารณาจากความสอดคล้องระหว่างสาระคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการและแนวคิดหรือทฤษฎีของตัวแปร

โดยทั่วไปแล้ว การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามที่ใช้รวบรวมข้อมูลโดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ จะเน้นให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาคุณภาพแบบสอบถามในด้านความตรงตามเนื้อหา ซึ่งภายหลังจากที่ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความตรงตามเนื้อหาแล้ว ให้ผู้วิจัยรวบรวมความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index)

#### วิธีหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา

การหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (CVI) เป็นวิธีการที่พัฒนาขึ้นโดย Hambleton และคณะ เมื่อปี ค.ศ.1975 วิธีหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหามีขั้นตอนดังนี้ (บุญใจ ศรีสถิตย์นรกุล, 2547)

**ขั้นที่ 1** นำเสนอแบบสอบถามพร้อมโครงร่างวิจัยฉบับย่อซึ่งมีคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่ศึกษาไปให้ผู้เชี่ยวชาญตามที่ผู้วิจัยได้เรียนเชิญ เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความสอดคล้องระหว่างคำถามกับคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปร ซึ่งกำหนดระดับการแสดงความคิดเห็นเป็น 4 ระดับ คือ 1 2 3 4 โดยแต่ละระดับมีความหมายดังนี้

- 1 หมายถึง คำถามไม่สอดคล้องกับคำนิยามเลย
- 2 หมายถึง คำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนและปรับปรุงเป็นอย่างมาก จึงจะมีความสอดคล้องกับคำนิยาม
- 3 หมายถึง คำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนและปรับปรุงเล็กน้อย จึงจะมีความสอดคล้องกับคำนิยาม
- 4 หมายถึง คำถามมีความสอดคล้องกับคำนิยาม

**ขั้นที่ 2** รวบรวมความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมาแจกแจงตามระดับความคิดเห็น 4 ระดับ

**ขั้นที่ 3** รวมจำนวนคำถามข้อที่ผู้เชี่ยวชาญทุกคนให้ความเห็นในระดับ 3 และ 4

ขั้นที่ 4 หาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาจากสูตร

$CVI = \frac{\text{จำนวนคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญทุกคนให้ความคิดเห็นในระดับ 3 และ 4}}{\text{จำนวนคำถามทั้งหมด}}$

ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือที่ยอมรับได้ คือ 0.8 ขึ้นไป  
ระดับความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ข้อที่	ระดับความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ											
	คนที่ 1				คนที่ 2				คนที่ 3			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นายสุบิน สุนันตะ
วัน เดือน ปี เกิด	11 สิงหาคม 2520
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษาระดับประกาศนียบัตรสาขารัฐศาสตร (สาขารัฐสุขชุมชน) วิทยาลัยการสาขารัฐศาสตรสิรินธร พิษณุโลก ปีการศึกษา 2541 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาสาขารัฐศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ปีการศึกษา 2548
ประวัติการทำงาน	
พ.ศ. 2541 – 2546	เจ้าพนักงานสาขารัฐสุขชุมชน สำนักงานสาขารัฐสุขอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่
พ.ศ. 2546 – 2549	เจ้าพนักงานสาขารัฐสุขชุมชน สถานีอนามัยหนองยาว ตำบลแม่สุน อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่
ปัจจุบัน	เจ้าหน้าที่บริหารงานสาธารณสุข (หัวหน้าสถานีอนามัย) สถานีอนามัยสันป่าแดง ตำบลแม่สุน อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved