

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ลาวัลย์ สมบูรณ์ กลุ่มวิชาการพยาบาลสูติศาสตร์และนรีเวช
วิทยา คณะพยาบาลศาสตร์
วิทยาลัยเชียงราย
2. รองศาสตราจารย์ ดร. พัชรภรณ์ อารีย์ กลุ่มวิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นงศ์คราญ วิเศษกุล ภาควิชาพื้นฐานการพยาบาล
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. อาจารย์ ดร. ศักดา พริ้งลำภู ศูนย์จัดการวิจัยระบบสุขภาพภาคเหนือ
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ข
ตัวอย่างเครื่องมือ

1. แบบทดสอบความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ

คำชี้แจง

กรุณาตอบแบบทดสอบในแต่ละข้อว่าตรงกับความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของท่าน โดยทำเครื่องหมาย / ในข้อความที่ท่านเห็นว่าถูกต้อง หรือข้อความที่ท่านเห็นว่าผิด หรือท่าน ไม่ทราบ

ถูก หมายถึง ท่านคิดว่าข้อความดังกล่าว ถูกต้อง

ผิด หมายถึง ท่านคิดว่าข้อความดังกล่าว ไม่ถูกต้อง

ไม่ทราบ หมายถึง ท่านคิดว่าข้อความดังกล่าว ท่านไม่ทราบ

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ
1. ในแต่ละวันควรรับประทานอาหารหลากหลายชนิดเพื่อให้ได้สารอาหารครบตามที่ร่างกายต้องการ			
2. นม ไข่ เนื้อสัตว์ต่างๆ ถั่วเมล็ดแห้ง ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง และช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ			
3. ถ้าท่านมีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนจะไม่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด เบาหวาน และความดันโลหิตสูง			
4. อาหารจานด่วนแบบตะวันตกมีคุณค่าอาหารเทียบเท่าอาหารจานเดียวแบบไทย			
5. การรับประทานผลิตภัณฑ์จากข้าวและธัญพืชมากเกินความต้องการของร่างกายมีความเสี่ยงน้อยที่จะเป็นโรคเบาหวาน			
6. วิตามินซีในผักและผลไม้ช่วยป้องกันไขมันอุดตันในหลอดเลือด			
7. ควรรับประทานพืชผักทุกมื้อให้หลากหลายชนิดเพื่อให้ได้วิตามินและเกลือแร่ครบถ้วน			

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ
8. ผักและผลไม้ที่มีสีเหลืองมีสารเบต้าแคโรทีนและวิตามินเอ ช่วยป้องกันโรคปากนกกระจอก			
9. ปลาเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่และถั่วเมล็ดแห้งเป็นแหล่งโปรตีนที่ดี			
10. ปลาเล็กปลาน้อยรวมทั้งปลากระป๋อง นอกจากจะมีปริมาณฟอสฟอรัสสูงแล้วยังมีแคลเซียมสูง ทำให้กระดูกและฟันแข็งแรง			
11. ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานเนื้อสัตว์ไม่ติดมันเนื่องจากทำให้อ้วนง่ายและมีโคเลสเตอรอลสูง			
12. ควรดื่มนมอย่างน้อยวันละ 1 แก้ว เพื่อให้ได้สารอาหารแก่ร่างกาย			
13. ก่อนซื้อผลิตภัณฑ์อาหารชนิดต่างๆ ควรตรวจดู วัน เดือน ปี ที่หมดอายุ และสภาพภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท ไม่บุบหรือไม่บวม			
14. การเก็บนมพลาสติกจอร์จาร์ไว้ในตู้เย็น ควรบริโภคภายใน 3 เดือน			
15. นมที่หมดอายุแล้วแต่ไม่เกิน 1 สัปดาห์ยังสามารถดื่มได้			
16. ไขมันเป็นอาหารที่ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย			
17. อาหารประเภทไขมันนอกจากให้กรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกายแล้วยังช่วยในการดูดซึมวิตามินเอ ดี อี เค			
18. ควรบริโภคน้ำมันถั่วเหลืองหรือน้ำมันรำข้าวเพราะมีส่วนช่วยลดโคเลสเตอรอลในเลือดได้			
19. ไขมันในเนยแข็งและเนยเทียมเป็นไขมันชนิดไม่อิ่มตัวไม่ทำให้อ้วน			
20. การประกอบอาหารด้วยวิธีทอดหรือผัดจะช่วยลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคไขมันอุดตันในหลอดเลือดได้			
21. ผู้ที่ไม่ชอบรับประทานผัก ผลไม้ มีโอกาสเสี่ยงน้อยที่จะเป็นมะเร็ง			
22. การรับประทานอาหารรสเค็มเป็นประจำทำให้เสี่ยงเกิดโรคตับแข็งได้			

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ
23. การรับประทานอาหารรสหวานเป็นประจำมีโอกาสเสี่ยงน้อยที่จะเป็นโรคเบาหวาน			
24. ควรรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ เพราะมีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน			
25. การเลือกซื้ออาหารปรุงสำเร็จควรซื้ออาหารที่สุกใหม่ มีการปกปิดป้องกันแมลงวันตอม			
26. การเลือกซื้ออาหารกระป๋องควรสังเกตจากฉลากเป็นสำคัญโดยฉลากต้องระบุชื่ออาหาร ส่วนประกอบของอาหาร สถานที่ผลิต วันเวลาที่ผลิตหรือวันหมดอายุที่ชัดเจน			
27. การดื่มเบียร์ น้ำหวาน และน้ำอัดลมไม่ทำให้น้ำหนักเพิ่ม			
28. การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำมีโอกาสเสี่ยงน้อยต่อการเป็นโรคขาดสารอาหาร			

2. แบบสอบถามการบริโภคอาหาร

ตอนที่ 1: แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาเติมเครื่องหมาย / ลงใน หรือเขียนคำตอบลงในช่องว่าง.....

คำถามมีทั้งหมด 7 ข้อ กรุณาตอบทุกข้อ

1. อายุ.....ปี

2. เพศ

ชาย

หญิง

3. สถานภาพสมรส

โสด

สมรส

หม้าย

หย่า / แยกกันอยู่

4. ระดับการศึกษา

มัธยมศึกษาตอนต้น

มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.

ปวส. / อนุปริญญา

ปริญญาตรี

สูงกว่าปริญญาตรี

5. ความเพียงพอของรายได้

เพียงพอเหลือเก็บ

เพียงพอไม่เหลือเก็บ

ไม่เพียงพอไม่มีหนี้สิน

ไม่เพียงพอมีหนี้สิน

6. การได้รับคำแนะนำหรือความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ

เคย (ตอบข้อ 10)

ไม่เคย (ข้ามไปทำส่วนที่ 2)

7. แหล่งความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เช่น แพทย์ พยาบาล

บุคคลในครอบครัว / ญาติพี่น้อง

โทรทัศน์ / วิทยุ / หนังสือต่างๆ

เอกสารเผยแพร่ความรู้

สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (Internet)

อื่นๆ (โปรดระบุ).....

ตอนที่ 2: แบบสอบถามการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง

กรุณาตอบแบบสอบถามแต่ละข้อ โดยทำเครื่องหมาย / ใน หรือในข้อความที่ท่านเห็นว่าตรงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของท่านมากที่สุด

บริโภคเป็นประจำ หมายถึง ปฏิบัติมากกว่า 14 มื้อ / สัปดาห์
 บริโภคบ่อยครั้ง หมายถึง ปฏิบัติ 7 - 14 มื้อ / สัปดาห์
 บริโภคบางครั้ง หมายถึง ปฏิบัติ 1 - 6 มื้อ / สัปดาห์
 ไม่เคยบริโภคเลย หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติเลย / สัปดาห์

1. ในการเลือกซื้ออาหารรับประทานท่านคำนึงถึงข้อใดเป็นหลักมากที่สุด (ตอบ 1 ข้อ)

ความสะอาด ราคา รสชาติของอาหาร
 บรรจุภัณฑ์ ปริมาณอาหาร อื่นๆ (ระบุ)

2. ส่วนใหญ่ท่านรับประทานอาหารวันละ.....มื้อ มื้อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

เช้า กลางวัน เย็น อื่นๆ.....

ชนิดของอาหารที่บริโภค	ข้อความที่ตรงกับกรบริโภคของท่าน			
	ไม่เคย บริโภค เลย	บริโภค บางครั้ง	บริโภค บ่อย ครั้ง	บริโภค เป็น ประจำ
3. ท่านรับประทานอาหารต่อไปนี้บ่อยแค่ไหน				
1. ข้าวสวย				
2. ข้าวกล้อง				
3. ข้าวเหนียว				
4. ก๋วยเตี๋ยว เส้นหมี่ วุ้นเส้น ข้าวซอย ขนมจีน				
5. ผลิตภัณฑ์จากข้าวสาลี เช่น ขนมปังชนิดต่างๆ				
6. ธัญพืชชนิดต่างๆ เช่น งาคั่ว ข้าวโพด				
7. ผักสีเขียวชนิดต่างๆ เช่น ผักบุ้ง ผักคะน้า				

ชนิดของอาหารที่บริโภค	ข้อความที่ตรงกับการบริโภคของท่าน			
	ไม่เคย บริโภค เลย	บริโภค บางครั้ง	บริโภค บ่อย ครั้ง	บริโภค เป็น ประจำ
8. ผักสีเหลืองชนิดต่างๆ เช่น ฟักทอง แครอท				
9. ผลไม้ชนิดต่างๆ เช่น ฝรั่ง แดงโม ส้ม				
10. เนื้อสัตว์ต่างๆ เช่น หมู ไก่ เนื้อวัว ปลา ปลาเล็กปลาน้อย				
11. ไข่ เช่น ไข่ไก่ ไข่เป็ด ไข่นกกระทา				
12. ถั่วต่างๆ เช่น ถั่วเหลือง ถั่วลิสงต้ม เต้าหู้				
13. นม โยเกิร์ต น้ำเต้าหู้				
14. เนื้อสัตว์ติดมัน				
15. อาหารที่ใช้ไขมันผัด				
16. อาหารที่มีส่วนประกอบของกะทิ				
17. ชา กาแฟ น้ำอัดลม น้ำหวานต่างๆ				
18. ขนมหวาน หรือ ของหวานต่างๆ				
19. อาหารหมักดอง เช่น ไข่กรอกอีสาน ปลาต้ม				
20. อาหารที่ปรุงด้วยผงชูรสหรือผงปรุงรส				
21. อาหารประเภทหนึ่ง ต้ม ตุ่น				
22. อาหารทอด เช่น เนื้อทอด ปลาทอด ไก่ทอด				
23. อาหารสุกๆ ดิบๆ เช่น ลาบดิบ ก้อย แหนม				
24. อาหารปรุงสำเร็จ				
25. อาหารกระป๋อง				
26. เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ ไวน์				

4. ท่านรับประทานอาหารว่างส่วนใหญ่ช่วงเวลาใด (ตอบได้มากกว่า 1)

10:00 – 11:00 น.

14:00 – 15:00 น.

17:00 – 18:00 น.

20:00 – 21:00 น.

5. ท่านรับประทานอาหารว่างส่วนใหญ่.....เมื่อ / สัปดาห์

6. อาหารว่างที่ท่านรับประทานส่วนใหญ่ คือ.....

7. ท่านดื่มเครื่องดื่มขณะรับประทานอาหารว่างหรือไม่

ไม่ดื่ม

ดื่ม (โปรดระบุชื่อเครื่องดื่ม).....

แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง

ชื่อ-สกุล

1. น้ำหนัก.....กิโลกรัม

2. ส่วนสูง.....เซนติเมตร

ดัชนีสุขภาพ =เซนติเมตร-กิโลกรัม

ค่าดัชนีความเที่ยงตรงของเนื้อหาคำนวณจากผลคะแนนของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 4 ท่าน

ข้อ	แบบทดสอบความรู้									
	1	2	3	4	คนที่ 1	คนที่ 1	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 2	คนที่ 3
	อ.ลาวัลย์	อ.นงศ์กรกาญ	อ.พัชรารกร	อ.ศักดิ์ดา	และ 2	และ 3	และ 4	และ 3	และ 4	และ 4
1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
2	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
5	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
6	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
7	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
8	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
9	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
10	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
11	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
12	4	3	4	4	0	1	1	0	0	1
13	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
14	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
15	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
16	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
17	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
18	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
19	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
20	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
21	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
22	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
23	3	3	4	4	1	0	0	0	0	1
24	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
25	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
26	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
27	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
28	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1

รวม 27 27 27 26 26 28
 0.96 0.96 0.96 0.92 0.92 1

CVI = 0.95

ค่าดัชนีความเที่ยงตรงของเนื้อหาคำนวณจากผลคะแนนของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 4 ท่าน

ข้อ	แบบสอบถามการบริโภค									
	1	2	3	4	คนที่ 1	คนที่ 1	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 2	คนที่ 3
	อ.ลาวัลย์	อ.นงศักราญ	อ.พัชรารกร	อ.ศักดิ์ดา	และ 2	และ 3	และ 4	และ 3	และ 4	และ 4
1	4	4	4	3	1	1	0	1	0	0
2	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
5	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
6	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
7	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
8	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
9	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
10	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
11	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
12	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
13	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
14	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
15	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
16	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
17	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
18	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
19	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
20	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
21	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
22	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
23	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
24	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
25	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
26	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
27	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
28	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
29	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
30	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
31	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1
32	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1

รวม 32 32 31 32 31 31
1 1 0.96 1 0.96 0.96

CVI = 0.98

การตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบทดสอบความรู้โดยใช้สูตรยูเคอร์-ริชาร์ดสัน

ข้อที่	คน																				Total	p	q	pq
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	1	0	0
2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	17	0.85	0.15	0.1275
3	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	16	0.8	0.2	0.16
4	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	15	0.75	0.25	0.1875
5	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.7	0.3	0.21
6	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	16	0.8	0.2	0.16
7	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	17	0.85	0.15	0.1275
8	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.75	0.25	0.1875
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	16	0.8	0.2	0.16
10	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	15	0.75	0.25	0.1875
11	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	17	0.85	0.15	0.1275
12	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	15	0.75	0.25	0.1875
13	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	16	0.8	0.2	0.16
14	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	10	0.5	0.5	0.25
15	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	14	0.7	0.3	0.21
16	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	15	0.75	0.25	0.1875
17	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	13	0.65	0.35	0.2275
18	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	14	0.7	0.3	0.21
19	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	11	0.55	0.45	0.2475
20	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	16	0.8	0.2	0.16
21	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	15	0.75	0.25	0.1875
22	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	13	0.65	0.35	0.2275
23	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	17	0.85	0.15	0.1275
24	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	14	0.7	0.3	0.21
25	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	17	0.85	0.15	0.1275
26	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	16	0.8	0.2	0.16
27	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	15	0.75	0.25	0.1875
28	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	16	0.8	0.2	0.16
X	26	15	24	19	25	26	18	17	17	26	25	26	15	15	26	24	24	17	16	24	425			
X2	676	225	576	361	625	676	324	289	289	676	625	676	225	225	676	576	576	289	256	576	9417			4.8625

KR 20 = 0.79
 St2 = 20.30
 Zpq = 4.8625
 k จำนวนตัว = 28

การตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค

ข้อที่	คะแนน																				Σx	s _i
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
1	1	1	3	2	1	2	2	2	3	3	1	1	3	2	1	2	1	2	3	3	0.68	
2	2	0	2	1	3	1	1	1	2	2	0	2	2	1	2	1	3	1	1	2	0.68	
3	1	2	2	0	1	2	3	2	1	1	1	2	2	0	1	3	1	0	1	1	0.77	
4	1	1	1	0	2	2	3	2	2	2	1	1	1	0	1	3	2	0	2	2	0.79	
5	0	1	2	1	2	1	2	1	2	2	0	1	2	1	0	2	2	1	2	2	0.56	
6	0	2	2	1	1	0	1	1	1	2	0	2	2	1	0	1	1	1	1	2	0.52	
7	1	1	3	3	2	3	3	3	3	2	1	1	3	3	1	3	2	3	3	2	0.75	
8	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	3	0.47	
9	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	2	1	3	0	2	3	3	2	3	2	0.72	
10	2	2	1	1	2	1	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	3	0.62	
11	0	2	1	3	1	1	2	2	2	3	0	2	1	3	0	2	1	0	2	2	1.00	
12	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0.13	
13	1	1	2	1	3	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	3	1	1	2	0.47	
14	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	1	3	1	2	1	1	1	3	2	0.57	
15	1	2	2	1	1	0	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	0.30	
16	1	1	2	1	2	0	1	2	1	2	1	0	2	1	1	1	3	1	1	2	0.54	
17	2	1	2	0	2	1	0	2	0	1	2	1	2	0	2	3	2	0	0	1	0.91	
18	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	0.24	
19	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	0.26	
20	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	0	2	2	1	2	1	2	1	2	3	0.43	
21	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	0.24	
22	1	2	2	0	1	2	1	1	0	1	1	2	2	0	1	1	3	0	0	1	0.73	
23	1	2	3	2	3	3	3	2	1	2	1	2	3	2	1	3	3	1	1	2	0.68	
24	1	1	2	0	1	2	3	2	1	1	1	1	2	0	1	3	1	0	1	1	0.72	
25	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	0.24	
26	1	2	2	2	3	1	3	2	1	1	1	2	2	2	1	3	3	2	3	1	0.62	
X	33	36	50	34	48	40	49	47	43	50	31	35	33	32	31	52	51	28	45	30	Σs _i ²	
ΣX ²	1089	1296	2500	1156	2304	1600	2401	2209	1849	2500	961	1225	2809	1024	961	2704	2601	784	2025	2500	Σx	
																					56498	
																					72.94	
																					14.63	

$\sum s_i^2$ 14.63
 st2 72.94
 k จำนวนข้อ 26
 $\alpha = 0.83$

$$S_t^2 = \frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}$$

ภาคผนวก ก

หนังสือยินยอม

เรื่อง ขอความร่วมมือ

เรียน นักจัดรายการวิทยุทุกท่าน

ข้าพเจ้า นางสาวฉันทกมล ฐุสรานนท์ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาโทสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังทำการค้นคว้าแบบอิสระ (Independent Study) เรื่อง **ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ การบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการของนักจัดรายการวิทยุ**

ท่านเป็นผู้มีคุณสมบัติในการให้ข้อมูลตามแบบสอบถามการบริโภคอาหาร และแบบทดสอบความรู้ด้านอาหารและโภชนาการชุดนี้ ดังนั้นจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามการบริโภคอาหาร และแบบทดสอบความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ โดยกรุณาตอบแบบสอบถามการบริโภคอาหาร และแบบทดสอบความรู้ด้านอาหารและโภชนาการให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริงที่สุด ซึ่งข้อมูลทั้งหมดที่ได้รับ ผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น คำตอบของท่านจะมีค่าอย่างยิ่งต่อการนำไปเป็นแนวทางเพื่อการแก้ปัญหาหรือส่งเสริมความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ และส่งเสริมให้นักจัดรายการวิทยุ และบุคลากรกลุ่มอื่นๆ ให้มีภาวะโภชนาการที่ดี ซึ่งท่านสามารถจะถอนตัวออกจากโครงการเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลเสียใดๆ เกิดขึ้นกับตัวท่าน

เมื่อท่านทราบและยินดีให้ความร่วมมือ กรุณาลงนามการร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้ไว้ด้วย ขอขอบพระคุณสำหรับความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

ลายมือชื่อ.....ผู้เข้าร่วมโครงการศึกษา
()

ลายมือชื่อ.....พยาน
()

ลายมือชื่อ.....ผู้ศึกษา
(นางสาวฉันทกมล ฐุสรานนท์)

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล นางสาวชื่นกมล ฐุสรานนท์

วัน เดือน ปีเกิด

3 พฤษภาคม 2526

ประวัติการศึกษา

2547

ปริญญาตรีศึกษาศาสตร์บัณฑิต (คหกรรมศาสตร์)
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ประสบการณ์การทำงาน

2544-2546

นักจัดรายการวิทยุ รายการเสียงนักศึกษา โดยสโมสรนักศึกษา
ทางสถานีวิทยุกระจายเสียง
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

2547-2548

นักจัดรายการวิทยุ รายการคลื่นใสวัยทีน โดย สสส. ทาง
สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี
รายการ เลิฟ เรดิโอ ทางสถานีวิทยุ อ.ส.ม.ท. ปัตตานี
รายการ ทูเดย์ มีวลิต ทางสถานีวิทยุ
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

2548-2549

นักจัดรายการวิทยุรายการ แสบปี่ไท้ม และรายการลูกทุ่ง
เมืองไทย ทางสถานีวิทยุ อ.ส.ม.ท. มหาสารคาม

2549-2550

นักจัดรายการวิทยุสังกัด บริษัท นัมเบอร์วัน มีเดีย สถานี
วิทยุโรงเรียนการสื่อสารและการประชาสัมพันธ์ ซีพีอาร์
จังหวัดเชียงใหม่

2550-2553

นักจัดรายการวิทยุรายการชัชชานน์ เรดิโอ โดยบริษัท
วีซี สปอต โปรดักชั่น ทางสถานีวิทยุเสียงสามยอด
จังหวัดเชียงใหม่

ปัจจุบัน นักจัดรายการวิทยุและฝ่ายผลิตรายการ ทางสถานีวิทยุ

เสียงสามยอดเชียงใหม่ กองปราบปราม สำนักงาน
ตำรวจแห่งชาติ