

## บทที่ 4

### ผลการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเปรียบเทียบการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) วิทยาลัยอาชีวศึกษาเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคือนักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 3 สาขาคหกรรมศาสตร์กับสาขาพาณิชยกรรม จำนวน 250 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ได้รับกลับคืนมาและสามารถนำมาวิเคราะห์ได้จำนวน 242 คน คิดเป็นร้อยละ 96.8 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังต่อไปนี้

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามเพศ

เพศ	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	7	8.0	13	8.4	20	8.3
หญิง	81	92.0	141	91.6	222	91.7
รวม	88	100	154	100	242	100

จากตาราง 4.1 สรุปได้ว่า มีจำนวนนักเรียนหญิงมากกว่าชายทั้งสองกลุ่ม คือกลุ่มคหกรรมศาสตร์ร้อยละ 91.7 และกลุ่มพาณิชยกรรมร้อยละ 91.6

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามกลุ่มอายุ

กลุ่มอายุ	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 17 ปี	4	4.5	9	5.8	13	5.4
17 – 19 ปี	83	94.3	142	92.2	225	93.0
20 – 22 ปี	1	1.1	1	0.7	2	0.8
มากกว่า 22 ปี	-	-	2	1.3	2	0.8
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.2 สรุปได้ว่านักเรียนทั้งสองกลุ่ม ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 17 – 19 ปี คือ กลุ่มคหกรรมศาสตร์ร้อยละ 94.3 และกลุ่มพาณิชยกรรมร้อยละ 92.2

ตาราง 4.3 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามกลุ่มน้ำหนัก

น้ำหนัก	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 40 กก.	4	4.5	9	5.8	13	5.4
40 - 50 กก.	49	55.7	109	70.8	158	65.3
51 - 60 กก.	24	27.3	31	20.1	55	22.7
61 - 70 กก.	9	10.2	4	2.6	13	5.4
มากกว่า 70 กก.	2	2.3	1	0.6	3	1.2
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.3 สรุปได้ว่านักเรียนทั้งสองกลุ่ม ส่วนใหญ่มีน้ำหนักระหว่าง 40–50 กก.  
คือกลุ่มคหกรรมศาสตร์ ร้อยละ 55.7 และกลุ่มพาณิชยกรรม ร้อยละ 70.8

ตาราง 4.4 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชย์กรรม  
จำแนกตามกลุ่มส่วนสูง

ส่วนสูง	คหกรรมศาสตร์		พาณิชย์กรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 150 ซม.	10	11.4	5	3.2	15	6.2
150 - 155 ซม.	26	29.5	45	29.2	71	29.3
156 - 160 ซม.	25	28.4	56	36.4	81	33.5
161 - 165 ซม.	13	14.8	30	19.5	43	17.8
มากกว่า 165 ซม.	14	15.9	18	11.7	32	13.2
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.4 สรุปได้ว่านักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์ ร้อยละ 29.5 มีส่วนสูงระหว่าง 150 - 155 ซม. ส่วนกลุ่มพาณิชย์กรรม ร้อยละ 36.4 มีส่วนสูงระหว่าง 156 - 160 ซม.

ตาราง 4.5 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชย์กรรม  
จำแนกตามค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารต่อสัปดาห์

ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหาร ต่อสัปดาห์	คหกรรมศาสตร์		พาณิชย์กรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 100 บาท	6	6.8	9	5.8	15	6.2
100 - 250 บาท	26	29.6	86	55.8	112	46.3
251 - 300 บาท	34	38.6	24	15.6	58	24.0
มากกว่า 300 บาท	20	22.7	30	19.5	50	20.7
ได้เงินเป็นรายเดือน	1	1.3	5	3.3	6	2.4
แล้วแต่ผู้ปกครองจะให้ใช้	1	1.3	-	-	-	0.4
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.5 สรุปได้ว่านักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์มีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารระหว่าง 251 - 300 บาท ต่อสัปดาห์คิดเป็นร้อยละ 38.6 และกลุ่มพาณิชย์กรรมมีค่าใช้จ่ายระหว่าง 100 - 250 บาท คิดเป็นร้อยละ 55.8

ตาราง 4.6 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามสถานที่พักอาศัย

สถานที่พักอาศัย	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อยู่กับบิดามารดา	63	71.6	81	52.6	144	59.5
อยู่กับญาติพี่น้อง	6	6.8	33	21.4	39	16.1
อยู่หอพัก	18	20.5	27	17.5	45	18.6
อยู่บ้านเองตามลำพัง	1	1.3	5	3.23	6	2.47
ไม่ระบุรายละเอียด	-	-	8	5.19	8	3.30
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.6 สรุปได้ว่านักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรมอาศัยอยู่กับ  
บิดามารดาร้อยละ 71.6 และร้อยละ 52.6 ตามลำดับ

ตาราง 4.7 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามอาชีพบิดา

อาชีพบิดา	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รับราชการ	9	10.2	19	12.3	28	11.6
ลูกจ้างเอกชน	7	8.0	24	15.6	31	12.8
เกษตรกร	26	29.5	39	25.3	65	26.8
กิจการส่วนตัว	15	17.04	37	24	52	27.48
รับจ้างทั่วไป	22	25	30	19.48	52	27.48
แยกกันอยู่ไม่ระบุอาชีพ	5	5.68	2	1.29	7	2.89
ถึงแก่กรรม	4	4.54	3	1.94	7	2.89
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.7 สรุปได้ว่า มีนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรมที่บิดามีอาชีพเกษตรกรคิดเป็นร้อยละ 29.5 และร้อยละ 25.3 ตามลำดับ

ตาราง 4.8 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามอาชีพมารดา

อาชีพมารดา	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รับราชการ	8	9.1	6	3.9	14	5.8
ลูกจ้างเอกชน	9	10.2	18	11.7	27	11.2
แม่บ้าน	27	30.7	52	33.8	79	32.6
เกษตรกร	14	15.9	33	21.4	47	19.4
รับจ้างทั่วไป	10	11.36	17	11.03	37	15.28
ค้าขาย	20	22.72	27	41.58	47	19.42
ว่างงาน	-	-	1	0.64	1	0.64
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.8 สรุปได้ว่า นักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม มารดามีอาชีพแม่บ้านร้อยละ 30.7 และ ร้อยละ 33.8 ตามลำดับ



ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับบริโภคนิสัย

ตาราง 4.9 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามการรับประทานอาหารมื้อหลักใน 1 วัน

อาหารมื้อหลักใน 1 วัน	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 มื้อ	2	2.3	3	1.9	5	2.1
2 มื้อ	20	22.7	57	37.0	77	31.8
3 มื้อ	62	70.5	83	53.9	145	59.9
มากกว่า 3 มื้อ	4	4.5	11	7.2	15	6.2
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.9 สรุปได้ว่า นักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรมรับประทาน  
อาหารมื้อหลักใน 1 วัน ครบ 3 มื้อ ร้อยละ 70.5 และร้อยละ 53.9 ตามลำดับ

ตาราง 4.10 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
 จำแนกตามการงดรับประทานอาหารมื้อหลักใน 1 วัน

อาหารมื้อที่งด	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มื้อเช้า	26	29.5	75	48.7	101	41.7
มื้อกลางวัน	7	8.0	17	11.0	24	10.0
มื้อเย็น	55	62.5	62	40.3	117	48.3
รวม	88	100	154	100	242	100

จากตาราง 4.10 สรุปได้ว่านักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์งดอาหารมื้อเย็นร้อยละ 62.5 ส่วน  
 กลุ่มพัฒนยกรรมที่งดอาหารมื้อเช้าร้อยละ 48.7

ตาราง 4.11 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุด

อาหารที่ชอบ	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ข้าวเหนียว	13	14.8	34	22.1	47	19.4
ข้าวเจ้า	37	42.0	53	34.4	90	37.2
กล้วยเคี้ยว	22	25.0	31	20.1	53	21.9
ขนมขบเคี้ยว	16	18.2	36	23.4	52	21.5
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.11 สรุปได้ว่านักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์ชอบรับประทานข้าวเจ้า ร้อยละ 42  
กลุ่มพาณิชยกรรมร้อยละ 34.4

ตาราง 4.12 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามการชอบรับประทานอาหารก่อนนอน

อาหารก่อนนอน	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กล้วยเตี๋ยว	5	5.7	3	1.9	8	3.3
ขนมขบเคี้ยว	40	45.5	62	40.3	102	42.2
ผลไม้สด	18	20.5	35	22.7	53	21.9
นมหรือเครื่องดื่มต่าง ๆ	21	23.9	49	31.8	70	28.9
ไม่ชอบกิน	4	4.5	5	3.2	9	3.7
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.12 สรุปได้ว่านักเรียนทั้งกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรมชอบรับประทานขนมขบเคี้ยวก่อนนอนร้อยละ 45.4 และ ร้อยละ 40.3 ตามลำดับ

ตาราง 4.13 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรม  
จำแนกตามประเภทขนมขบเคี้ยวที่บริโภค

อาหารประเภทขนมขบเคี้ยว	คหกรรมศาสตร์		พันธิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ขนมชนิดพองกรอบถั่วอบ หรือทอดต่าง ๆ	59	67.0	90	58.4	149	61.6
ปลาเส้น	19	21.6	35	22.7	54	22.3
ขนมเยลลี่	3	3.4	8	5.2	11	4.5
ลูกอมทั้งแบบอมและเคี้ยว	7	8.0	21	13.6	28	11.6
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.13 สรุปได้ว่ากลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรม ชอบบริโภคขนมขบเคี้ยวชนิดขนมพองกรอบและถั่วต่าง ๆ ร้อยละ 61.3 และ ร้อยละ 57.1 ตามลำดับ

ตาราง 4.14 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามจำนวนที่ซื้อขนมขบเคี้ยวต่อครั้ง

จำนวนที่ซื้อต่อครั้ง	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 2 ห่อ	39	44.3	60	39.0	99	40.9
2 - 3 ห่อ	33	37.5	83	53.9	116	47.9
4 - 5 ห่อ	13	14.8	7	4.5	20	8.3
มากกว่า 5 ห่อขึ้นไป	3	3.4	4	2.6	7	2.9
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.14 สรุปได้ว่ากลุ่มคหกรรมศาสตร์จำแนกจำนวนการซื้อขนมน้อยกว่า 2 ห่อ คิดเป็นร้อยละ 44.3 ส่วนกลุ่มพัฒนยกรรมซื้อ 2 - 3 ห่อคิดเป็นร้อยละ 53.9

ตาราง 4.15 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามความถี่ในการซื้อต่อสัปดาห์

ความถี่ในการซื้อต่อสัปดาห์	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 2 ครั้ง	16	18.2	21	13.6	37	15.3
2 - 3 ครั้ง	30	34.1	52	33.8	82	33.9
4 - 5 ครั้ง	22	25.0	29	18.8	51	21.1
มากกว่า 5 ครั้งขึ้นไป	20	22.7	52	33.8	72	29.7
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.15 สรุปได้ว่า กลุ่มคหกรรมศาสตร์มีความถี่ในการซื้อ 2 - 3 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 34.1 ส่วนกลุ่มพัฒนยกรรมจำนวนที่ซื้อ 2 - 3 ครั้งซึ่งเท่ากับจำนวนที่ซื้อมากกว่า 5 ครั้งขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 33.8

ตาราง 4.16 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามแหล่งที่จัดซื้อ

แหล่งที่จัดซื้อ	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ร้านค้าในวิทยาลัย	26	29.5	30	19.5	56	23.1
ร้าน 7 - ELEVEN	20	22.7	34	22.1	54	22.3
ร้านขายขนมทั่ว ๆ ไป	39	44.3	84	54.5	123	50.8
ห้างสรรพสินค้า	3	3.4	4	2.6	7	3.0
สะดวกที่ใดก็ได้	-	-	2	1.3	2	0.8
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.16 สรุปได้ว่านักเรียนทั้งกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรมซื้อขนมตามร้านขายขนมทั่ว ๆ ไป คิดเป็นร้อยละ 44.3 และร้อยละ 54.5 ตามลำดับ



ตาราง 4.17 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามจำนวนเงินที่ใช้ซื้อขนมขบเคี้ยวต่อครั้ง

จำนวนเงิน	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 20 บาท	33	37.5	81	52.6	114	47.1
20 - 25 บาท	36	40.9	40	26.0	76	31.5
26 - 30 บาท	9	10.2	17	11.0	26	10.7
มากกว่า 30 บาท	10	11.4	16	10.4	26	10.7
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.17 สรุปได้ว่ากลุ่มคหกรรมศาสตร์ใช้เงินซื้อครั้งละ 20 - 25 บาท คิดเป็นร้อยละ 40.9 ส่วนกลุ่มพัฒนยกรรมใช้เงินซื้อน้อยกว่า 20 บาท คิดเป็นร้อยละ 52.6

ตาราง 4.18 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
จำแนกตามข้อค้ำนึ่งในการเลือกซื้อขนมขบเคี้ยว

ข้อค้ำนึ่งในการเลือกซื้อ	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รสชาติ	74	84.1	141	91.6	215	88.8
สีส้ัน	-	-	3	1.9	3	1.2
ราคา	10	11.4	4	2.6	14	5.8
คุณค่าทางโภชนาการ	4	4.5	2	1.3	6	2.6
ห้อบบรรจุสวยงาม	-	-	2	1.3	2	0.8
มีของแถมแจกแถม	-	-	2	1.3	2	0.8
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.18 สรุปได้ว่านักเรียนทั้งกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรมค้ำนึ่งถึงรสชาติคิดเป็นร้อยละ 84.1 และร้อยละ 91.6 ตามลำดับ

ตาราง 4.19 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพาณิชยกรรม  
จำแนกตามการอ่านข้อมูลทางโภชนาการ

การอ่านข้อมูลทางโภชนาการ	คหกรรมศาสตร์		พาณิชยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อ่าน	75	85.2	128	83.1	203	83.9
ไม่อ่าน	13	14.8	26	16.9	39	16.1
<b>รวม</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	<b>242</b>	<b>100</b>

จากตาราง 4.19 สรุปได้ว่านักเรียนทั้ง 2 กลุ่มอ่านข้อมูลทางโภชนาการคิดเป็น ร้อยละ 85.2 และร้อยละ 83.1 ตามลำดับ

ตาราง 4.20 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนยกรรม  
 จำแนกตามการรับประทานขนมขบเคี้ยวแทนอาหารมื้อกลางวัน

รับประทานแทนมื้อกลางวัน	คหกรรมศาสตร์		พัฒนยกรรม		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เคย	60	68.2	99	64.3	159	65.7
ไม่เคย	28	31.8	55	35.7	83	34.3
รวม	88	100	154	100	242	100

จากตาราง 4.20 สรุปได้ว่านักเรียนทั้ง 2 กลุ่มเคยรับประทานขนมขบเคี้ยวแทนอาหารมื้อกลางวันคิดเป็นร้อยละ 68.2 และร้อยละ 64.3 ตามลำดับ

### ตอนที่ 3 ความเห็นเกี่ยวกับด้านโภชนาการ

ความรู้พื้นฐานด้าน โภชนาการ หมายถึง รู้จักเลือกบริโภคอาหารได้ครบอาหารหลัก 5 หมู่ ในแต่ละมื้อ

คำชี้แจงตอนที่ 3 คำถามแต่ละข้อถามเกี่ยวกับการรู้จักเลือกบริโภคอาหาร ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อรายการคำถามต่อไปนี้ โดยใช้คำถาม

เห็นด้วย = 1 คะแนน

ไม่เห็นด้วย = 0 คะแนน

ตาราง 4.21 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ทางโภชนาการกลุ่มคหกรรมศาสตร์

ท่านเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย	เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. สารคาร์โบไฮเดรตนั้นมีมากในข้าว แป้ง น้ำตาล ธัญพืชต่าง ๆ	88	100	-	-
2. ร่างกายควรได้รับอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงในทุก ๆ วัน	88	100	-	-
3. อาหารที่ร่างกายใช้เป็นพลังงานได้เต็มที่ คืออาหารมื้อเช้า	84	95.45	4	4.45
4. แหล่งของพลังงานที่ได้จากอาหารนั่นคือ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน	88	100	-	-
5. อาหารที่ร่างกายจะได้รับในมื้อแรกของวันใหม่ควรมีอาหารหลักครบทั้ง 5 หมู่	80	90.90	8	9.09
6. แหล่งอาหารที่ให้ไขมันในปริมาณมากคือ น้ำมันพืช น้ำมันจากสัตว์และ น้ำกะทิ	76	86.36	12	13.63
7. อาหารมื้อเช้าควรบริโภคอาหารอ่อน ๆ และรสชาติไม่จัดมาก	77	87.50	11	12.50
8. ถ้าวัยรุ่นรับประทานอาหารเช้าทุกวันจะมีผลทำให้เกิดประสิทธิภาพของสมองในการเรียนหนังสือ	75	85.22	13	14.77
9. แหล่งอาหารที่ให้สารโปรตีน คือ ไข่ นม เนื้อสัตว์ต่าง ๆ และถั่วเมล็ดแห้ง	88	100	-	-
10. ถ้าร่างกายได้รับสาร โปรตีน ไม่เพียงพอจะมีผลทำให้ร่างกายเติบโตช้ากว่าบุคคลอื่นในวัยเดียวกัน	86	97.72	2	2.27
11. โปรตีนมีผลต่อการเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อเซลล์สมองของทุกคน	85	96.59	3	3.41
12. ผักและผลไม้เป็นแหล่งที่ดีของเกลือแร่และวิตามิน	86	97.72	2	2.27
13. ถ้าร่างกายได้รับไขมันมากเกินไปเกินความต้องการจะสะสมไว้ทำให้อ้วน	84	95.45	4	4.45
14. แหล่งอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงมากคือ ตับและเครื่องในสัตว์ทุกชนิด	87	98.86	1	1.14
15. ใน 1 วัน ร่างกายควรดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อย 6 – 8 แก้ว หรือ 1 ลิตร	88	100	-	-

ตาราง 4.21 (ต่อ)

ทำนเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย	เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
16. ทุกคนควรบริโภคผักและผลไม้อย่างน้อยวันละมือ	85	96.59	3	3.41
17. ธาตุแคลเซียมมีความจำเป็นในการสร้างกระดูก ซึ่งช่วยเพิ่มความสูงให้ร่างกาย	83	94.31	5	5.68
18. แหล่งอาหารที่ดีของธาตุแคลเซียมคือ น้ํานม ปลาเล็กปลาน้อย ผักใบเขียว	84	95.45	4	4.45
19. ผลไม้สดเป็นแหล่งอาหารที่ให้วิตามินซีสูง และช่วยให้สุขภาพแข็งแรง	88	100	-	-
20. หน้าที่ของน้ำคือช่วยรักษาอุณหภูมิของร่างกายให้คงที่ เป็นตัวนำส่งสกรปรกออกจากร่างกาย	86	97.72	2	2.27

จากตาราง 4.21 สรุปได้ว่า คะแนนความรู้ด้านโภชนาการของกลุ่มคหกรรมศาสตร์ตอบคำถาม ได้ถูกต้องค่าเฉลี่ยร้อยละ 95.79 และไม่ถูกต้องร้อยละ 4.21

ตาราง 4.22 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มพาณิชย์กรรม

ท่านเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย	เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. สารคาร์โบไฮเดรตนั้นมีมากในข้าว แป้ง น้ำตาล ธัญพืชต่าง ๆ	154	100	-	-
2. ร่างกายควรได้รับอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงในทุก ๆ วัน	94	61	60	39
3. อาหารที่ร่างกายใช้เป็นพลังงาน ได้เต็มที่ คืออาหารมื้อเช้า	112	72.72	42	27.28
4. แหล่งของพลังงานที่ได้จากอาหารนั้นคือ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน	123	79.87	31	20.13
5. อาหารที่ร่างกายจะได้รับ ในมือแรกของวันใหม่ควรมีอาหารหลักครบทั้ง 5 หมู่	82	53.24	72	46.75
6. แหล่งอาหารที่ให้ไขมันในปริมาณมากคือ น้ำมันพืช น้ำมันจากสัตว์และน้ำกะทิ	90	58.44	64	41.55
7. อาหารมื้อเช้าควรบริโภคอาหารอ่อน ๆ และรสชาติไม่จัดมาก	85	55.19	69	44.80
8. ถ้าวัยรุ่นรับประทานอาหารเช้าทุกวันจะมีผลทำให้เกิดประสิทธิภาพของสมองในการเรียนหนังสือ	103	66.88	51	33.12
9. แหล่งอาหารที่ให้สาร โปรตีน คือ ไข่ นม เนื้อสัตว์ต่าง ๆ และถั่วเมล็ดแห้ง	138	89.61	16	10.38
10. ถ้าร่างกายได้รับสาร โปรตีน ไม่เพียงพอจะมีผลทำให้ร่างกายเติบโตช้ากว่าบุคคลอื่นในวัยเดียวกัน	87	56.49	67	43.50
11. โปรตีนมีผลต่อการเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อเซลล์สมองของทุกคน	150	97.40	4	2.6
12. ผักและผลไม้เป็นแหล่งที่ดีของเกลือแร่และวิตามิน	141	91.55	13	8.45
13. ถ้าร่างกายได้รับไขมันมากเกินไปความต้องการจะสะสมไว้ทำให้อ้วน	150	97.40	4	2.6
14. แหล่งอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงมากคือ ตับและเครื่องในสัตว์ทุกชนิด	147	95.45	7	4.54
15. ใน 1 วัน ร่างกายควรดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อย 6 – 8 แก้ว หรือ 1 ลิตร	153	99.35	1	0.64
16. ทุกคนควรบริโภคผักและผลไม้อย่างน้อยวันละมือ	153	99.35	1	0.64
17. ธาตุแคลเซียมมีความจำเป็นในการสร้างกระดูก ซึ่งช่วยเพิ่มความสูงให้ร่างกาย	143	92.85	11	7.15
18. แหล่งอาหารที่ดีของธาตุแคลเซียมคือ นม นม ปลาเล็กปลาน้อย ผักใบเขียว	135	87.66	19	12.33
19. ผลไม้สดเป็นแหล่งอาหารที่ให้วิตามินซีสูง และช่วยให้สุขภาพแข็งแรง	150	97.40	4	2.6
20. หน้าทีของน้ำคือช่วยรักษาอุณหภูมิของร่างกายให้คงที่ เป็นตัวนำส่งสกรปรกออกจากร่างกาย	149	9.75	5	3.24

ตาราง 4.22 สรุปได้ว่า คะแนนความรู้ด้าน โภชนาการของกลุ่มพาณิชย์กรรมตอบคำถาม ได้ถูกต้องเฉลี่ยร้อยละ 82.43 และไม่ถูกต้องร้อยละ 17.57