

การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเฝ้าระวังและติดตามทางโภชนาการ จากการประยุกต์ ทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรค ร่วมกับกระบวนการกลุ่มต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคอ้วน ของเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเฝ้าระวังและติดตามทางโภชนาการ จากการประยุกต์ ทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรค ร่วมกับกระบวนการกลุ่มต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคอ้วน ของเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

กองโภชนาการ กรมอนามัย
ลดา เนียมสุวรรณ
ตุลาคม 2542 – กันยายน 2544

• การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยมีรูปแบบการวิจัยเป็นแบบ Pretest-Posttest Two groups Design มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเฝ้าระวังและติดตามทาง โภชนาการ จากการประยุกต์แนวคิดทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรค ร่วมกับกระบวนการกลุ่ม มาเป็นแนวทางในการกำหนดกิจกรรม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันโรคอ้วน ให้กับกลุ่มทดลอง คือ เด็กนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีภาวะโภชนาการท่วมของโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒปทุมวัน จำนวน 25 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ เป็นเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีภาวะโภชนาการท่วมของโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 25 คน ดำเนินการทดลองตามขั้นตอนโปรแกรมการเฝ้าระวัง และติดตามทางโภชนาการ ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2542 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2543 เป็นระยะเวลา 3 เดือน รวบรวมข้อมูลด้วยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนังบริเวณ Triceps และตอบแบบสอบถามชุดเดียวกันก่อนและหลังดำเนินการทดลองทั้งสองกลุ่ม นำมาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC+ ใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย Student, s t-test, Paired t-test, Pearson s Product, Moment Correlation Coefficient ผลการวิจัยพบว่า

- ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยน้ำหนัก และความหนาของไขมันใต้ ผิวหนังบริเวณ triceps ลดลงกว่าก่อนการทดลอง แต่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนค่าเฉลี่ยส่วนสูง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีการเปลี่ยนแปลงภาวะโภชนาการดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่ม เปรียบเทียบ
- ภายหลังการทดลอง นักเรียนทั้งสองกลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน เพิ่มขึ้น มากกว่า ก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กลุ่มทดลองไม่มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารเนื้อสัตว์ติดมัน ที่ถูกต้องอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ ความคาดหวังและพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคอ้วนของทั้งสองกลุ่ม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
- พฤติกรรมการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์ทางลบกับ ความรู้เกี่ยวกับโรคอ้วน แต่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์จากการมีพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคอ้วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง ต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคอ้วน มีความสัมพันธ์ ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเนื้อสัตว์ติดมัน การกินอาหารที่มีไขมันสูง การรับประทานขนมหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 .01 และ .001 ตามลำดับ
- ความ คาดหวังในความสามารถของตนเอง ต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคอ้วน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ พฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001