

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน ออย.น้อย

ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก

Factors Affecting Nutrition Label Reading Behavior of Students in the  
Oyor Noi Project of the Schools under Tak Municipality, Tak Province

ธิชานนท์ พิพัฒน์จิรัฐโชติ<sup>1</sup> พุฒิพงศ์ มากมาย<sup>2</sup> จิระภา ขำพิสุทธิ์<sup>3</sup>

ชวลิต หงส์เลิศสกุล<sup>4</sup> ขจรอรรรถพน พงศ์วิริทธิ์ธร<sup>5</sup>

Thichanon Pipatjirattachot, Phutthipong Makmai, Jirapa Khampisut,  
Chavalit Honglertsakul, Kajornatthapol Pongwirittthon

### บทคัดย่อ (Abstract)

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ประเมินความรู้เกี่ยวกับการอ่านฉลากโภชนาการ องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ พฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน ออย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียน ออย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก จำนวน 4 แห่ง โดยวิธีการเลือกตัวอย่างแบบสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายและแบ่งกลุ่มตัวอย่างแบบสัดส่วนจากแต่ละโรงเรียน โรงเรียนละ 25% จากโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นจำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการและแบบมาตราส่วนประมาณค่า การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติบรรยาย ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติทดสอบวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการวิจัย พบว่า การประเมินความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของนักเรียน ออย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก โดยรวมอยู่ใน

---

Received: 2021-01-11 Revised: 2021-01-27 Accepted: 2021-01-29

<sup>1</sup> คณะสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น, Faculty of Public-Health, Northern College.

Corresponding Author e-mail: tok2029@gmail.com

<sup>2</sup> คณะสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น, Faculty of Public-Health, Northern College

<sup>3</sup> คณะสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น, Faculty of Public-Health, Northern College

<sup>4</sup> คณะบริหารธุรกิจ วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น, Faculty of Business Administration,  
Northern College

<sup>5</sup> หน่วยศัลยศาสตร์ระบบทางเดินปัสสาวะ ภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล  
มหาวิทยาลัยนวมินทราชินา, Division of Urology, Department of Medicine, Faculty of Medicine,  
Vajira hospital. Navamindhradiraj University

ระดับดีเยี่ยม ( $\bar{X}=88.2$ ) องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ผลการประเมินรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}=4.09$ , S.D.=0.775) พฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของนักเรียน อย.น้อย โดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X}=3.64$ , S.D. = 0.293) การทดสอบสมมติฐานความรู้และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ไม่มีความสัมพันธ์กัน ส่วนองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก มีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**คำสำคัญ (Keywords):** ฉลากโภชนาการ; นักเรียน อย.น้อย; องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

## Abstract

This research aimed to assess the knowledge of nutrition label reading, health belief model components, nutrition label reading behavior, and the relationship between the knowledge and health belief model components that affecting the nutrition label reading behavior of students in the Oryor Noi Project of the schools under Tak Municipality, Tak Province. Population and samples were the students in the Oryor Noi Project from four schools under Tak Municipality, Tak Province. Simple random sampling method and proportional stratified random sampling method were used and got 25% from each school under Tak municipality, Tak Province with a total of 100 students. The research instrument was a questionnaire with a checklist part and rating scale part. Statistical data analysis was done using descriptive statistics, frequency, percentage, mean, standard deviation, and test the statistics by Pearson's product moment correlation coefficients. The results of the research showed that the assessment of knowledge about nutrition label of students in the Oryor Noi Project of the schools under Tak municipality, Tak Province in overall was at an excellent level ( $\bar{X} = 88.2$ ), the assessment results of health belief model was at a high level ( $\bar{X}=4.09$ , S.D.=0.775), and nutrition label reading behavior of students in the Oryor Noi Project in overall was at a high level ( $\bar{X}=3.64$ , S.D.=0.293). The hypothesis testing showed that the knowledge and nutrition label reading behavior of students in the Oryor Noi Project of the schools under Tak municipality, Tak Province were not related. Anyway, health belief model components and nutrition label reading behavior of students in the Oryor Noi Project

of the schools under Tak municipality, Tak Province were related with the statistically significant at a level of 0.05.

**Keywords:** Nutrition labels; Students in the Oryor Noi Project; Health Belief Model

## บทนำ (Introduction)

ผลิตภัณฑ์สุขภาพ เช่น อาหาร ยา เครื่องสำอาง นั้นเป็นสิ่งที่ผู้บริโภคจำเป็นต้องใช้ในชีวิตประจำวัน ดังนั้น การรู้จักใช้และการบริโภคอย่างปลอดภัย เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะในปัจจุบันที่ความก้าวหน้าทางด้านต่าง ๆ เช่น ด้านเทคโนโลยีและด้านการค้าที่เสรี ทำให้เกิดการแข่งขันทางด้านธุรกิจสูง ผู้ประกอบการจึงมีความพยายามที่จะผลิตและพัฒนาสินค้าเพื่อเป็นที่ต้องการต่อผู้บริโภคให้มากที่สุด รวมถึงมีการสร้างแรงจูงใจให้ผู้บริโภคหันมาใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพของตนด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การโฆษณาผ่านสื่อ หรือบางครั้งอาจมีการหลอกลวง โอ้อวดประโยชน์สรรพคุณที่เกินจริง หรือการให้ข่าวสารเพียงด้านเดียว ทำให้ผู้บริโภคเกิดความสับสนและเข้าใจผิด ซึ่งส่งผลให้ผู้บริโภคเกิดพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง อาจทำให้ผู้บริโภคต้องสูญเสียเงินและเสียเวลาจำนวนมาก หรือหากเป็นผู้ป่วยอาจทำให้ผู้ป่วยเสียโอกาสในการรักษาและได้รับอันตรายจากผลิตภัณฑ์นั้น ๆ อีกด้วย แต่หากผู้บริโภคมีความรู้ในการอ่านฉลากของผลิตภัณฑ์ที่มีรายละเอียดของผลิตภัณฑ์นั้น ๆ อยู่ จะทำให้ผู้บริโภครู้จักเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีคุณภาพ มาตรฐานและปลอดภัย รวมถึงมีพฤติกรรมการบริโภคที่ถูกต้องเหมาะสมแล้ว ย่อมทำให้มีสุขภาพดี แข็งแรง ลดความเสี่ยงในการเกิดปัญหาสุขภาพ นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป (สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาและสำนักวิจัยซูเปอร์โพล, 2562)

ในสถานการณ์ปัจจุบัน กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (non-Communicable diseases : NCDs) ได้รับการยกระดับเป็นประเด็นที่ทั่วโลกต้องให้ความสำคัญและตื่นตัวในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารประชากร เพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โดยองค์การอนามัยโลก ได้มีการกำหนดให้กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ครอบคลุมโรคหลักๆ ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคเมตาบอลิก โรคหลอดเลือดหัวใจและหลอดเลือด และโรคทางจิตเวช ซึ่งส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีความเสี่ยงในชีวิตประจำวันของประชากร เช่น การดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ การบริโภคอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพ การมีกิจกรรมทางกายภาพที่ไม่เพียงพอ และมลภาวะทางอากาศที่เป็นพิษ โดยการแก้ไขปัญหาระบาดของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ได้ถูกจัดให้เป็นวาระสำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งสถิติความเสี่ยงทางสุขภาพที่ทำให้คนไทยป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง พบว่า คนไทยบริโภคน้ำตาลเฉลี่ย 39.4 กก./ปี มากกว่าที่องค์การอนามัยโลกแนะนำถึง 5 เท่า (ปานทิพย์ โชติเบญจมาภรณ์, 2560) และคนไทยได้รับโซเดียมจากอาหารที่บริโภคสูงถึง 4,351.68 มก./วัน มากกว่าที่องค์การอนามัยโลกแนะนำถึง 2 เท่า และ 1 ใน 5 ของคนไทยมีกิจกรรมทางกายภาพที่ไม่เพียงพอ พฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้ ส่งผลให้ประชากรไทยเสียชีวิตจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สูงถึง 368,570 คน หรือร้อยละ 75 ของการเสียชีวิตทั้งหมด แม้ว่าโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเหล่านี้สามารถเฝ้าระวังรักษาหรือบรรเทาอาการได้ แต่วิธีที่ดีที่สุดคือการป้องกันไม่ให้เจ็บป่วย

โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี และแน่นอนว่าการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นภารกิจที่ต้องอาศัยพลังจากทุกภาคส่วนในการขับเคลื่อนไปด้วยกัน (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2560)

ในจังหวัดตาก จากข้อมูลสถานะสุขภาพปี 2562 การป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อที่สำคัญของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก ในรายงานอัตราการป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง พบว่ามีผู้ป่วยที่ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 73,652 คน และมีอัตราป่วยรายใหม่ของโรคความดันโลหิตสูง เพิ่มขึ้น จำนวน 4,735 ราย ซึ่งโรคความดันโลหิตสูงเป็นสาเหตุการตายในอันดับที่ 4 จากสาเหตุการตาย 10 อันดับแรก ของเขตสุขภาพที่ 2 จังหวัดตาก ปี 2562 ซึ่งโรคความดันโลหิตสูงมีสาเหตุหนึ่งที่สำคัญคือการมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ในเขตพื้นที่อำเภอเมืองตาก จากข้อมูลส่งเสริมป้องกัน งานโภชนาการปี 2562 จำนวนวัยรุ่นอายุ 15-18 ปี ในเดือน พฤษภาคม - มิถุนายน 2562 มีจำนวนเด็กที่ไม่สูงตีสัดส่วนสูงถึง ร้อยละ 46.81 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก จึงได้มีการจัดทำโครงการเด็กไทยบริโภคปลอดภัย ห่างไกลโรค NCDs (อย.น้อย) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 ในเขตพื้นที่อำเภอเมืองตาก เพื่อให้นักเรียน อย.น้อย ซึ่งได้รับการปลูกฝังให้มีพฤติกรรมบริโภคที่ถูกต้องเหมาะสม และมีส่วนร่วมในการรณรงค์เกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) รวมทั้งต้นตอที่จะหาความรู้ ความเข้าใจรวมทั้งการปฏิบัติที่ถูกต้องในการเลือกบริโภคอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพอื่น ๆ ที่มีจำหน่ายทั้งที่ในโรงเรียนและในตลาดทั่ว ๆ ไปได้อย่างถูกต้อง และได้ใช้ความรู้และประสบการณ์จากการเข้ามาเป็นสมาชิก อย.น้อย ในโรงเรียนไปดำเนินงาน อย.น้อยทั้งในโรงเรียนและชุมชนต่อไป (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก, 2562)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก เพื่อทราบถึงความสัมพันธ์ของความรู้ที่มีต่อการอ่านฉลากโภชนาการ องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพของนักเรียน และเพื่อทราบถึงพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก และนำผลการศึกษาเป็นแนวทางในการจัดทำโครงการส่งเสริมการอ่านฉลากโภชนาการให้กับนักเรียน อย.น้อย ในจังหวัดตาก ต่อไป และนำผลการศึกษาเป็นแนวทางในการใช้ฉลากโภชนาการประกอบการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของนักเรียนและประชาชน ในจังหวัดตาก ต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Research Objectives)

1. เพื่อศึกษาประเมินความรู้เกี่ยวกับการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก
2. เพื่อศึกษาประเมินองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก
3. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก

4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก

## วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methods)

### 1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยออกแบบการวิจัยเชิงปริมาณ (Qualitative Research) โดยคณะผู้วิจัยได้สังเคราะห์แนวคิดของนักวิชาการที่ให้ความหมายของความรู้เกี่ยวกับการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์อาหารแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง พฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ซึ่งการวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องสามารถที่จะทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ของการวิจัย

### 2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก จำนวนทั้งสิ้น 618 ราย (สำนักงานเทศบาลเมืองตาก, 2562) โดยมีวิธีการกำหนดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 ราย โดยวิธีการเลือกตัวอย่างแบบสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แล้วทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่างแบบสัดส่วนจากแต่ละโรงเรียน โรงเรียนละ 25% จากโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนเทศบาล 1 กิตติขจร โรงเรียนเทศบาล 2 วัดดอนมูลชัย โรงเรียนเทศบาล 3 วัดชัยชนะสงคราม และโรงเรียนเทศบาล 4 รัตนวิทยานุสรณ์

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งเป็นลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการแบบตัวเลือก (Checklist) แบ่งออกได้เป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก เป็นแบบสอบถามเป็นแบบตัวเลือก (Check List) จำนวน 4 ข้อคำถาม ได้แก่ เพศ อายุ น้ำหนักและส่วนสูง

ตอนที่ 2 ประเมินความรู้เกี่ยวกับการอ่านฉลากโภชนาการ โดยใช้แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ จำนวน 5 ข้อ โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน คือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน และใช้การแปลความหมายการวัดความรู้จากเกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ ดังนี้

ระดับความรู้  
ดีเยี่ยม  
ดี

ร้อยละ (ของคะแนนเต็ม)  
80-100  
65-79

พอใช้

50-64

ต่ำ

0-49

ตอนที่ 3 ประเมินองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ได้แก่ ประเมินการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค ประเมินการรับรู้ความรุนแรงของโรค ประเมินการรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ ประเมินการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ประเมินสิ่งชักนำให้เกิดการปฏิบัติ และประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยใช้แบบสอบถามประเมินองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพจำนวน 30 ข้อ แบบสอบถามแบบมาตราส่วนมีลักษณะเป็นแบบสอบถามชนิดจัดอันดับคุณภาพ 5 ระดับของลิเคิร์ต (Likert's Rating Scale) (Krejcie, R. V. & Morgan, D. W., 1970) 5 ระดับ คือ ระดับ 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง ระดับ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง และแปลความตามหลักการแบ่งอันตรภาคชั้น (Class Interval) ดังนี้ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 แสดงว่า ระดับมากที่สุด จนถึงค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 แสดงว่า ระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 ประเมินพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารจำนวน 10 ข้อ โดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนมีลักษณะเป็นแบบสอบถามชนิดจัดอันดับคุณภาพ 4 ระดับของลิเคิร์ต (Likert's Rating Scale) (Krejcie, R. V. & Morgan, D. W., 1970) 4 ระดับ คือ ระดับ 4 หมายถึง ปฏิบัติเป็นประจำ จนถึง ระดับ 1 หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติเลยและแปลความตามหลักการแบ่งอันตรภาคชั้น (Class Interval) ดังนี้ค่าเฉลี่ย 3.40 – 4.00 แสดงว่า ระดับการปฏิบัติที่สูงที่สุด จนถึงค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.59 แสดงว่า ระดับการปฏิบัติที่น้อยที่สุด

โดยเกณฑ์สัมประสิทธิ์แอลฟา มีค่าไม่ต่ำกว่า 0.70 ขึ้นไป ซึ่งการทดสอบหาค่าความเที่ยงตรง (Validity) และการทดสอบหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ผลของค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาที่ได้มีค่าเท่ากับ 0.763 ถือว่ายอมรับได้ สามารถเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างได้ (Kajornatthapol et al., 2020)

#### 4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม (Questionnaire) กับกลุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่ได้กำหนดไว้ข้างต้นและนำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการสรุปผลและอภิปรายผลการวิจัยให้บรรลุตามวัตถุประสงค์การวิจัยต่อไป

#### 5. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการกำหนดสถิติที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับข้อมูลทางสถิติเพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้ 1.) สถิติพื้นฐานการวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา คณะผู้วิจัยนำมาใช้เพื่อการอธิบายถึงคุณสมบัติหรือลักษณะของการแจกแจงข้อมูลตัวแปร โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สำหรับกำหนดการวัดเป็นการหาค่าเฉลี่ยร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.) สถิติการวิเคราะห์ทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยนำมาใช้เพื่อปัจจัยที่มีผลต่อการพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัด

เทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ โดยใช้สถิติวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation)

### ผลการวิจัย (Research Results)

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามการวิจัยนี้ จำนวน 100 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 80 และเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 20 มีอายุ 13 ปี จำนวน 67 คน โดยคิดเป็นร้อยละ 67 รองลงมาเป็นอายุมากกว่า 14 ปี มีจำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 28 และน้อยที่สุด คืออายุน้อยกว่า 12 ปี มีจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยอายุเท่ากับ 13.32 ปี มีน้ำหนักเฉลี่ย 47.90 กิโลกรัม และมีส่วนสูงเฉลี่ย 157.06 เซนติเมตร และมีค่า BMI เฉลี่ย 19.30 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup>

การประเมินความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก พบว่า ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับดีเยี่ยม ( $\bar{X} = 88.2$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อความจากข้อมูลฉลากโภชนาการที่แสดงต่อไปนี้อาจหมายความว่า อาหารนี้หนึ่งซองมีน้ำหนัก 30 กรัม และควรกินครั้งละ 3 ซอง, ข้อความจากข้อมูลบนฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) นี้ หมายความว่า ถ้านักเรียน กินขนมกรุบกรอบของนี้หมดในครั้งเดียว นักเรียนจะได้รับน้ำตาลคิดเป็นร้อยละ 14 ของปริมาณที่ควรได้รับในแต่ละวัน, ลูกชิ้นทอด ไส้กรอกทอด กลัวยทอด ไก่ทอด ที่ใช้น้ำมันทอดซ้ำอาจจะก่อให้เกิดความเป็นพิษต่อร่างกาย เช่น ทำให้เกิดโรคมะเร็งปอด มะเร็งตับ และ เครื่องหมายสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” (Healthier Choice) ที่จะพบในผลิตภัณฑ์อาหารที่มีปริมาณสารอาหาร เช่น น้ำตาล ไขมัน และเกลือ (โซเดียม) ไม่เกินปริมาณที่กำหนด มีผลคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80 ผลการประเมินอยู่ในระดับดีเยี่ยม ส่วนที่ได้ผลคะแนนน้อยที่สุด คือ จากตัวอย่างข้อความบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารต่อไปนี้ “Exp.15/6/18” หมายถึง ควรกินอาหารนี้ภายในวันที่ 15 เดือนมิถุนายน พ.ศ.2561 มีคะแนนรวมอยู่ที่ 71 คะแนน ผลการประเมินอยู่ในระดับดี

การประเมินองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ พบว่า ผลการประเมินรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}=4.09$ , S.D.=0.775) เมื่อพิจารณารายด้านเรียงจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านสิ่งชักนำให้เกิดการปฏิบัติ อยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X}=4.57$ , S.D. =0.61) ส่วนรายด้านที่เหลืออยู่ในระดับมาก ได้แก่ การรับรู้ความรุนแรงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) พบว่า ( $\bar{X}=4.13$ , S.D.=0.78) การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ( $\bar{X}=4.13$ , S.D.=0.78) การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ( $\bar{X}=4.00$ , S.D.=0.89) การรับรู้ความสามารถของตนเอง ( $\bar{X}=4.00$ , S.D.=0.83) และการรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ ( $\bar{X}=3.71$ , S.D.= 0.77) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

| องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ                       | $\bar{X}$ | S.D. | ผลการประเมิน |
|-----------------------------------------------------------|-----------|------|--------------|
| การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) | 4.13      | 0.78 | มาก          |
| การรับรู้ความรุนแรงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)         | 4.13      | 0.78 | มาก          |
| การรับรู้ประโยชน์ที่จะได้รับ                              | 3.71      | 0.77 | มาก          |
| การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ               | 4.00      | 0.89 | มาก          |
| สิ่งชักนำให้เกิดการปฏิบัติ                                | 4.57      | 0.61 | มากที่สุด    |
| การรับรู้ความสามารถของตนเอง                               | 4.00      | 0.83 | มาก          |
| ค่าเฉลี่ยรวม                                              | 4.09      | 0.76 | มาก          |

การวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของนักเรียน อ ย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X} = 3.64$ , S.D. = 0.293) และเมื่อพิจารณารายข้อเรียงจากมากไปหาน้อย พบว่า นักเรียน อ ย.น้อย มีพฤติกรรมกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ อยู่ในระดับสูงที่สุด ได้แก่ นักเรียนซื้อขนมกรุบกรอบที่ไม่มีฉลาก, นักเรียนอ่านฉลากอาหารก่อนเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปหรือเครื่องดื่มในภาชนะ บรรจุที่ปิดสนิท, นักเรียนกินอาหารมื้อหลักตามเวลา และไม่กินขนมกรุบกรอบ จุกจิก, นักเรียนอ่านฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) ของขนมกรุบกรอบก่อนเลือกซื้อและเลือกกิน, นักเรียนแบ่งจำนวนครั้งในการกินอาหารตามข้อมูลที่ระบุบนฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA), นักเรียนใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากขนมกรุบกรอบมาคำนวณหาปริมาณสารอาหารก่อนกิน, ก่อนซื้ออาหารประเภททอด นักเรียนสังเกตสีและลักษณะของน้ำมันที่ผู้ขายใช้ทอดอาหาร และนักเรียนเปรียบเทียบข้อมูลโภชนาการบนฉลากอาหารก่อนตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร ดังตารางที่ 2

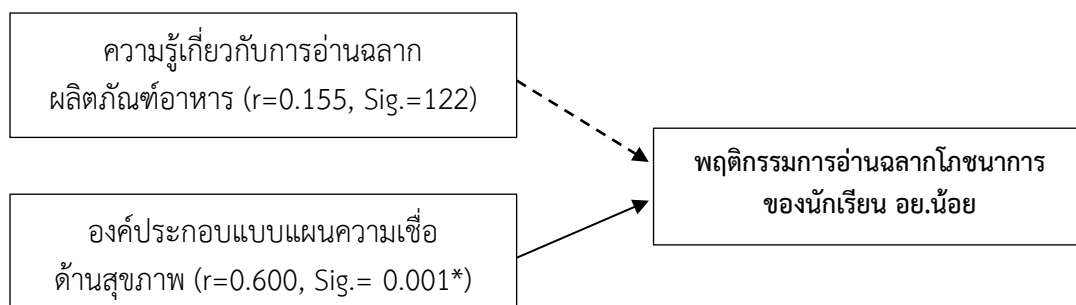
ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร

| ลำดับที่ | รายการ                                                                                 | เป็นประจำ | บางครั้ง | นานๆครั้ง | ไม่เคย | $\bar{X}$ | S.D.  | ผลการประเมิน |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|--------|-----------|-------|--------------|
| 1        | นักเรียนซื้อขนมกรุบกรอบที่ไม่มีฉลาก                                                    | 69        | 1        | -         | -      | 3.69      | 0.47  | สูงที่สุด    |
| 2        | นักเรียนเก็บรักษาอาหารตามคำแนะนำที่ระบุบนฉลากอาหาร                                     | 34        | 43       | 17        | 6      | 3.06      | 0.89  | สูง          |
| 3        | นักเรียนอ่านฉลากอาหารก่อนเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปหรือ เครื่องดื่มในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท | 97        | 3        | -         | -      | 3.97      | 0.171 | สูงที่สุด    |
| 4        | นักเรียนกินอาหารมื้อหลักตามเวลา และไม่กินขนมกรุบกรอบ จุกจิก                            | 94        | 4        | 2         | -      | 3.93      | 0.36  | สูงที่สุด    |



| ลำดับ<br>ที่ | รายการ                                                                            | เป็น<br>ประจำ | บางครั้ง | นานๆ<br>ครั้ง | ไม่<br>เคย | $\bar{x}$ | S.D. | ผลการ<br>ประเมิน |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------|---------------|------------|-----------|------|------------------|
| 5            | นักเรียนอ่านฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) ของขนมกรุบกรอบก่อนเลือกซื้อ และเลือกกิน  | 52            | 38       | 9             | 1          | 3.41      | 0.70 | สูงที่สุด        |
| 6            | นักเรียนแบ่งจำนวนครั้งในการกินอาหารตามข้อมูลที่ระบุบนฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) | 73            | 24       | 3             | -          | 3.70      | 0.52 | สูงที่สุด        |
| 7            | นักเรียนใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากขนมกรุบกรอบมาคำนวณหาปริมาณสารอาหารก่อนกิน       | 79            | 19       | 2             | -          | 3.77      | 0.47 | สูงที่สุด        |
| 8            | ก่อนซื้ออาหารประเภททอด นักเรียนสังเกตสีและลักษณะของน้ำมันที่ผู้ขายใช้ทอดอาหาร     | 89            | 9        | 0             | 2          | 3.85      | 0.50 | สูงที่สุด        |
| 9            | นักเรียนกินอาหารที่มีสีสังเคราะห์ เช่น ลูกชิ้นใส่สีใส่กรอกใส่สี ไก่ย่างใส่สี      | 36            | 58       | 6             | 0          | 3.3       | 0.58 | สูง              |
| 10           | นักเรียนเปรียบเทียบข้อมูลโภชนาการบนฉลากอาหารก่อนตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร            | 81            | 14       | 2             | 3          | 3.73      | 0.65 | สูงที่สุด        |
| ค่าเฉลี่ยรวม |                                                                                   | 72.58         | 21.96    | 4.23          | 1.24       | 3.64      | 0.29 | สูง              |

การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ไม่มีความสัมพันธ์กัน ( $r=0.155$ , Sig. = 0.122) และความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อย.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก มีความสัมพันธ์กัน ( $r=0.6$ , Sig. = 0.001\*) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สามารถสรุปได้ดังภาพที่ 1



\* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (Sig.)

หมายถึง มีความสัมพันธ์กัน, —————> หมายถึง ไม่มีความสัมพันธ์ - - - - ->

ภาพที่ 1 การสรุปผลสมมติฐานการวิจัย

## อภิปรายผลการวิจัย (Research Discussion)

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตากมีประเด็นที่สามารถอภิปรายผลได้ 2 ประเด็นดังนี้

1. ความรู้ที่มีผลต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์กันน้อยมากกับพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ซึ่งสอดคล้องกับคัมภีร์ ต้นภูมิประเทศและธีรยา วรปานิ (2558) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการใช้อฉลากโภชนาการประกอบการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของนักเรียน อ.น้อยในจังหวัดตาก พบว่า ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการกับพฤติกรรมการใช้อฉลากโภชนาการมีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P < 0.05$ ) แต่ไม่สอดคล้องกับ สมจิตร ทองสุคติ (2560) ที่ได้ศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการบริโภคและการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียน อ.น้อย จังหวัดสุโขทัย พบว่า นักเรียนที่มีความรู้และทักษะที่แตกต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จากการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีความเห็นว่าความรู้อาจเป็นเพียงปัจจัยๆหนึ่ง ที่มีผลต่อการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก เท่านั้น เนื่องจากผลการศึกษาพบว่าภาพรวมนักเรียน อ.น้อย มีความรู้อยู่ในระดับดีเยี่ยม แต่พฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารของนักเรียน อ.น้อย ยังมีบางหัวข้อที่ยังไม่ได้นำความรู้ที่มีมาใช้ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ดังนั้น จึงควรมีการส่งเสริมในด้านอื่น ๆ นอกเหนือจากการให้ความรู้ เช่น มีการจัดกิจกรรมให้นักเรียนเรียนรู้จากสถานการณ์จริงโดยเน้นให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ต่อไป

2. องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก พบว่า องค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ มีความสัมพันธ์กันปานกลางและเป็นไปในทิศทางเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญกับพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ซึ่งสอดคล้องกับ Atchara Jindawattanawong et al., (2012) ที่ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการป้องกันโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า พบว่าพฤติกรรมการป้องกันโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการรับรู้ความเชื่อด้านสุขภาพโดยรวม ( $r=0.42$ ,  $p<0.001$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## ข้อเสนอแนะการวิจัย (Research Suggestions)

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

ความรู้ในเชิงวิชาการที่เกิดขึ้นใหม่ในงานวิจัยนี้คือ ความรู้และองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพเป็นปัจจัยที่มีต่อการอ่านฉลากโภชนาการ ของนักเรียน อ.น้อย ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองตาก จังหวัดตาก ดังนั้นจึงควรมีการจัดทำโครงการส่งเสริมการอ่านฉลากโภชนาการ ซึ่งองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพให้กับนักเรียนและประชาชนในจังหวัดตาก เพื่อส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติและนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอย่างแท้จริง และให้ความรู้ความต่อเนื่องโดยมีการติดตามประเมินผลโครงการตลอดระยะเวลาในการส่งเสริมโครงการ

## 2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามผลการดำเนินงานการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารและการเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารในระยะยาว โดยศึกษาถึงปัจจัยด้านอื่น ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมในเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารและการเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์อาหาร
2. ควรมีการขยายการจัดทำโครงการส่งเสริมการอ่านฉลากโภชนาการ ซึ่งประกอบด้วยเรื่องความรู้และองค์ประกอบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพให้กับนักเรียนและประชาชนในจังหวัดตากต่อไป
3. ควรมีการทำวิจัยเชิงคุณภาพในด้านพฤติกรรมกรรมการอ่านฉลากโภชนาการประกอบด้วย

## เอกสารอ้างอิง (References)

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2560). การสำรวจปริมาณการบริโภคเกลือแกงของประเทศไทย พ.ศ. 2559. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2561). สถานการณ์การดำเนินงานด้านการป้องกันควบคุมโรคไม่ติดต่อ (NCDs). พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.
- คัมภีร์ ต้นภูมิประเทศและธีรยา วรปาณี. (2558). ความคิดเห็นและการปฏิบัติตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง การกำหนดเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์และวิธีปฏิบัติทางเภสัชกรรมชุมชนในสถานที่ขายยาแผนปัจจุบันตามกฎหมายว่าด้วยยา พ.ศ. 2557 ในจังหวัดตาก. วารสารอาหารและยา. 22(2), 25-32.
- ปานทิพย์ โชติเบญจมาภรณ์. (2560). แนวทางการดำเนินงานป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ปี 2560. สืบค้น 10 สิงหาคม 2562, จาก [www.203.157.15.110/boe/dlCFFFile.php?fid=MT15](http://www.203.157.15.110/boe/dlCFFFile.php?fid=MT15).
- สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาและสำนักวิจัยซูเปอร์โพล (2562). รายงานการสำรวจความรู้และพฤติกรรมผู้บริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพของประชาชนในชุมชนกลุ่มเป้าหมายของโครงการฯ ที่ 25 จังหวัด ดำเนินการภายใต้โครงการเครือข่ายชุมชน ร่วมใจ ป้องกันภัยผลิตภัณฑ์สุขภาพ ปีงบประมาณ พ.ศ. 2562. สืบค้น 28 สิงหาคม 2562, จาก [https://db.oryor.com/databank/uploads/fda/049865001574655290\\_file.pdf](https://db.oryor.com/databank/uploads/fda/049865001574655290_file.pdf).

- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก. (2562). ข้อมูลสถานะสุขภาพ ปี 2562. สืบค้น 20 กุมภาพันธ์ 2563, จาก [https://tak.hdc.moph.go.th/hdc/main/index\\_pk.php](https://tak.hdc.moph.go.th/hdc/main/index_pk.php).
- สำนักงานเทศบาลเมืองตาก. (2562). แผนการดำเนินงาน ประจำปี พ.ศ. 2562. สืบค้น 20 กุมภาพันธ์ 2563, จาก [http://www.tessabantak.go.th/ab\\_plan.php](http://www.tessabantak.go.th/ab_plan.php).
- สมจิตร ทองสุคดี และธีรยา วรปาณี. (2560). ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมในการบริโภคและการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพของนักเรียน ออ. น้อย ในโรงเรียน ออ. น้อย จังหวัดสุโขทัย. *วารสารอาหารและยา*. 24(3), 28-37.
- Atchara Jindawattanawong, Noppawan Piaseu and Patcharin Nintachan. (2012). Relationship between Health Belief Perception and Type 2 Diabetic Preventive Behaviors in High School Students. *Rama Nurse Journal*. 18(1), 58-69.
- Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*. 30(3), 607-610.
- Kajornatthapol Pongwiritthon, Salinee Chaiwattanaporn, Sikarnmanee Syers, Pakphum Pakvipas, Sutheemon Chongesiroj. (2020). Development Guidelines of Transformational Leadership of the School Administrator of Schools in Special Economic Zone: Chiang Rai. *Journal of Legal Entity Management and Local Innovation*. 6(6), 1-15.