

ผลของโปรแกรมส่งเสริมการอ่านฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่ม ต่อความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ในนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5-6

บุษรัตน์ พุฒวิชัยดิษฐ์* พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน).

นพวรรณ เปี้ยชื่อ** Ph.D. (Nursing), APN/NP

บทคัดย่อ: การวิจัยเชิงทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบสัดส่วนของนักเรียนที่มี
ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการดีขึ้นหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการอ่าน
ฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่ม ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มตัวอย่าง
เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดราชบุรี เลือกตัวอย่างแบบ
เฉพาะเจาะจง จำนวน 72 ราย สุ่มเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 36 ราย ในระยะก่อน
ทดลองและหลังทดลอง 2 สัปดาห์ นักเรียนตอบแบบสอบถามด้วยตนเองเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ
ในด้านความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ กลุ่มทดลองได้รับการสอนสุขศึกษา
เรื่องฉลากโภชนาการ โดยใช้คู่มือการอ่านฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่ม ตัวอย่าง
อาหาร การสาธิตและสาธิตกลับ การเยี่ยมชมร้านค้าและเกมส์ตลาดซื้อ ในขณะที่กลุ่มควบคุม
ได้รับคู่มือการอ่านฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มเพียงอย่างเดียว วิเคราะห์ข้อมูล
โดยใช้สถิติบรรยายและสถิติ Z-test ผลการศึกษาพบว่า ในกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรม
นักเรียนที่มีความรู้และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการดี มีสัดส่วนมากกว่าก่อนได้รับโปรแกรม
และมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับทักษะ พบว่าหลังได้รับโปรแกรม
สัดส่วนของนักเรียนที่มีทักษะดีต่อการอ่านฉลากโภชนาการในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง
ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การศึกษาครั้งนี้มีข้อเสนอแนะในการนำโปรแกรมไปใช้
ในการส่งเสริมการอ่านฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มในนักเรียนชั้นประถม
ศึกษาตอนปลาย โดยเน้นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เพื่อให้ นักเรียนสามารถอ่านฉลากโภชนาการ
และเลือกขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: ความรู้ ทักษะ พฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่ม

*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (APN สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน) กลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน โรงพยาบาลหลวงพ่อเป็น
อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม

**Corresponding author, รองศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล,
E-mail: noppawan.pia@mahidol.ac.th

ผลของโปรแกรมส่งเสริมการอ่านฉลากโภชนาการของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มต่อความรู้
ทัศนคติ และพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6

Effect of a Program Promoting Nutrition Label Reading on Knowledge, Attitude, and Behavior of Nutrition Label Reading in Students Grade 5-6

Busarat Puttavichaidit* M.N.S. (Community Health Nurse Practitioner)

Noppawan Piaseu** Ph.D. (Nursing), APN/NP

Abstract: This experimental research aimed to compare proportion of students grade 5-6 with improved knowledge, attitude, and practice of nutrition label read between control and intervention groups after the program promoting nutrition label reading. Through purposive sampling, a sample of 72 was selected and randomly assigned to either intervention or control groups, 36 students in each group. Data were collected by self administered questionnaire including knowledge, attitude, and practice of nutrition label read before the program and two weeks after the program. The intervention group received health education using nutrition labeling manual on snacks and beverages, food sample, demonstration and return demonstration, a visit at supermarket, and games on smart purchase, while the control group only received the nutrition labeling manual on snacks and beverages. Data were analyzed using descriptive statistics and Z-test. Results revealed that after the program, proportion of the intervention group with improved knowledge and practice was statistically higher than before the program and higher than the control group. There was no statistical difference in proportion of the control and intervention groups with improved attitude after the program. Results suggested an approach to apply the program promoting nutrition label read in senior elementary school students with an emphasis on learning from direct experience so that they could appropriately read nutrition label and select their snacks and beverages.

Keywords: Knowledge, Attitude, Practice of nutrition label read on snack and beverage

*APN (Community Health Nurse Practitioner), Office of Family and Community Practitioner, Luangphopern Hospital, Nakhon Chai Si, Nakhon Pathom Province

**Corresponding author, Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, E-mail: noppawan.pia@mahidol.ac.th