

**SELF-DISCIPLINE AND FACTORS RELATED TO  
OVER-NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL CHILDREN**

**WASOONTARA RATANOPAS**

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT  
OF THE REQUIREMENTS FOR  
THE DEGREE OF MASTER OF SCIENCE (PUBLIC HEALTH)  
MAJOR IN NUTRITION  
FACULTY OF GRADUATE STUDIES  
MAHIDOL UNIVERSITY  
2006**

**ISBN 974-04-7110-2  
COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY**

**ความมีวินัยในตนเองและปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียน****(SELF-DISCIPLINE AND FACTORS RELATED TO OVER-NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL CHILDREN)****วสุนธรา รตโนภาส 4537087 PPH / M****วท.ม (สาธารณสุขศาสตร) สาขาวิชาเอกโภชนาวิทยา****คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : ชูติมา ศิริกุลชยานนท์, พ.บ., M.P.H.M., ภารดี เต็มเจริญ, ส.ด., สุวัฒน์ ศรีสรจักร, ปร.ด., พัชราณี ภาวักกุล, ปร.ด.****บทคัดย่อ**

ความมีวินัยในตนเองเป็นคุณลักษณะสำคัญของเด็กที่น่าจะมีผลต่อภาวะโภชนาการ การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบกลุ่มศึกษาและกลุ่มเปรียบเทียบ (case-control study) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความมีวินัยในตนเองและปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จากโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐานในกรุงเทพมหานคร จากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายได้นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินและปกติกลุ่มละ 140 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามให้นักเรียนและผู้ปกครองเป็นผู้ตอบ ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ ได้แก่ ความมีวินัยในตนเองด้านการรับประทานอาหาร การใช้เงิน และการใช้เวลา การศึกษาของบิดา ภาวะโภชนาการของบิดา มารดา สภาพแวดล้อมที่บ้าน จำนวนชั่วโมงในการดูโทรทัศน์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) และ พบว่านักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินได้รับพลังงานและสารอาหารมากกว่านักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ ( $p < 0.05$ ) และบริโภคอาหารที่ให้พลังงานสูงบ่อยครั้งกว่านักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ ( $p < 0.05$ ) เมื่อวิเคราะห์อัตราเสี่ยงสัมพัทธ์โดยสถิติ binary logistic regression ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า ตัวแปรที่มีความสำคัญต่อการเกิดภาวะโภชนาการเกินในเด็ก ได้แก่ ความมีวินัยในตนเองด้านการใช้เงินระดับน้อย สภาพแวดล้อมที่บ้านระดับต่ำ ความมีวินัยในตนเองด้านการใช้เวลาระดับปานกลาง ดูโทรทัศน์มากกว่าหรือเท่ากับ 2 ชั่วโมง/วัน บิดามีภาวะโภชนาการเกิน มารดามีภาวะโภชนาการเกิน โดยร่วมกันประมาณค่าอัตราเสี่ยงสัมพัทธ์ได้ 3.1, 3.0, 2.9, 2.6, 2.2, และ 1.9 ตามลำดับ

การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า ความมีวินัยในตนเองเป็นคุณลักษณะที่สำคัญที่เด็กวัยเรียนควรมี โดยเฉพาะด้านการใช้เงิน และการใช้เวลา และนอกจากนั้นแล้วควรลดเวลาในการดูโทรทัศน์ให้น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน และส่งเสริมให้มีกิจกรรมอื่นแทนตลอดจนจัดหาอุปกรณ์ สถานที่ออกกำลังกาย เพื่อป้องกันการเกิดภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน

SELF-DISCIPLINE AND FACTORS RELATED TO OVER-NUTRITIONAL  
STATUS OF SCHOOL CHILDREN.

WASOONTARA RATANOPAS 4537087 PPH / M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN NUTRITION

THESIS ADVISORS: CHUTIMA SIRIKULCHAYANONTA, M.D.,M.P.H.M.,  
PARADEE TEMCHAROEN, Dr. P.H., SUWAT SRISORRACHATR, Ph.D.,  
PATCHARANEE PAVADHGUL Ph.D.

ABSTRACT

Self-discipline is an important characteristic of children that might be related to nutritional status. This research was a case-control study, which analyzed self-discipline and factors related to over-nutritional status of school children. The subjects were students, grades 4-6, in 4 primary schools under The Office of the Basic Education Commission, Bangkok. Simple random sampling was done. There were 140 over-nutrition and 140 normal students included in the study. Data were collected by using self-administered questionnaire given to children and their parents. Findings showed that factors significantly related to nutritional status were self-discipline in eating habits, managing expenses, time management, father's education, father's nutritional status, mother's nutritional status, environment at home, television viewing ( $p < 0.05$ ), and the average daily energy and nutrient intake among the over-nutrition group was higher than the normal group ( $p < 0.05$ ). The over-nutrition group consumed a higher frequency of high caloric food intake than the normal group ( $p < 0.05$ ). Binary logistic regression analysis at a 95% level of confidence interval showed the occurrence of over-nutrition in children by odds ratios. The important factors were low self-discipline in managing expenses, poor home environment, moderate self-discipline in time management, television viewing more than or equal to 2 hours/day, father with over-nutritional status and mother with and over-nutritional status, could cooperate estimated odds ratios at 3.1, 3.0, 2.9, 2.6, 2.2, and 1.9, respectively.

These research findings indicate that self-discipline is an essential characteristic in school children, especially, managing expenses, and time management. Minimizing television viewing to less than 2 hours/day by promoting activities, and supporting places for exercise and sport equipment should be done to for prevent an over-nutrition problem in school children.

KEY WORDS : SELF-DISCIPLINE / FACTORS / OVER-NUTRITIONAL  
STATUS / SCHOOL CHILDREN

98 P. ISBN 974-04-7110-2