

**NUTRITIONAL STATUS AND SELF-ESTEEM IN  
SECONDARY SCHOOL-AGE STUDENTS OF SRINAGARINDRA  
THE PRINCESS MOTHER SCHOOL, PHAYAO (SW.PY)**



**SRILA SATOH**

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

**2014**

**COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY**

**NUTRITIONAL STATUS AND SELF-ESTEEM IN SECONDARY SCHOOL-AGE STUDENTS OF SRINAGARINDRA THE PRINCESS MOTHER SCHOOL, PHAYAO (SW.PY)**

**SRILA SATOH 5337163 RANU/M**

**M.Sc. (NUTRITION)**

**THESIS ADVISORY COMMITTEE: PREEYA LEELAHAGUL, D.Sc.,  
SUPIYA CHAROENSIRIWATH, Ph.D., JINTANA SIRIVARASAI, Ph.D.**

**ABSTRACT**

This was a prospective study conducted among adolescents aged 12-18 years at Srinagarindra the Princess Mother School, Phayao (SW.PY) a coeducational secondary boarding school located in Phayao Province, Thailand. This study included 713 students consisting of 337 males and 376 females. Nutritional status and self-esteem were assessed during the 24-week study period. The Thai Five-Scale Test of Self-esteem for Children (FSC) questionnaire was used to assess self-esteem scores among students. This study provided nutritional therapy on diet-related chronic diseases (obesity, anemia, hyperuricemia, hypercholesterolemia and hypertriglyceridemia) to all students based on nutritional education, food behavior, food menu modification, and exercise at baseline and every 8<sup>th</sup> week for 24 weeks. This research aimed to assess the relationship between nutritional status and self-esteem and to assess the effects of nutritional therapy on self-esteem.

Based on BMI-for-age, 5.9% of all students were underweight, 10.9% were at risk of being overweight, and 8.3% were overweight whereas based on percentage of body fat, there were low, over, and excess body fat students at 13.2%, 4.3%, and 4.8%, respectively. Moreover, the prevalence of anemia, hyperuricemia, hypertriglyceridemia, and hypercholesterolemia among students was 10.1%, 61.4%, 2.1%, and 10.8%, respectively. Providing nutritional therapy for 24 weeks improved nutritional status among students while prevalence of being overweight, excess body fat, anemia, hyperuricemia, and hypercholesterolemia was reduced by 22.0%, 50.0%, 67.6%, 29.8%, and 63.4%, respectively.

Self-esteem scores of normal weight students at baseline were significantly higher than overweight students in the area of body image. Self-esteem scores between students who had normal and abnormal blood parameters did not differ significantly. Body weight had an effect on perception of health. Abnormal blood parameters had no effect on perception of health. From this study, nutritional status among students improved after 24 weeks; however, self-esteem scores were not significantly different, which may be due to mild degrees of obesity in this study, and self-esteem scores were not low.

**KEY WORDS: SELF-ESTEEM / ADOLESCENT / NUTRITIONAL THERAPY**

121 pages

ภาวะโภชนาการกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ พะเยา (สว.พย)

NUTRITIONAL STATUS AND SELF-ESTEEM IN SECONDARY SCHOOL-AGE STUDENTS OF SRINAGARINDRA THE PRINCESS MOTHER SCHOOL, PHAYAO (SW.PY)

ศรีลา สะเตาะ 5337163 RANU/M

วท.ม. (โภชนศาสตร์)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: ปรียา ลีพหกุล, D.Sc., สุปียา เจริญศิริวัฒน์, Ph.D.,  
จินตนา ศิริวราศัย, Ph.D.

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ศึกษาผลของภาวะโภชนาการกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ของนักเรียนประจำ อายุ 12-18 ปี ที่โรงเรียนสว.พย. 713 คน เป็นหญิง 337 คน ชาย 376 คน ระยะเวลาศึกษานาน 24 สัปดาห์ ประกอบด้วยการประเมินและติดตามผลทางด้านโภชนาการทุก 8 สัปดาห์ ซึ่งได้แก่ ภาวะโภชนาการด้านต่างๆ การให้โภชนบำบัดด้วยวิธีการด้านโภชนศึกษา เปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร กิจกรรมประจำวัน และปรับปรุงเมนูอาหารโรงเรียนร่วมกับการประเมิน และติดตามผลความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองเมื่อเริ่มต้นและสิ้นสุดการศึกษาด้วยแบบสอบถาม FSC ฉบับภาษาไทย

เมื่อดูภาวะอ้วนพอมตามเกณฑ์ดัชนีมวลกาย พบว่า ร้อยละ 5.9, 10.9, และ 8.3 มีภาวะพอม เสี่ยงต่อน้ำหนักเกิน และน้ำหนักเกิน ตามลำดับ และเมื่อตัดสินด้วยปริมาณไขมันในร่างกาย พบว่า ร้อยละ 13.2, 4.3 และ 4.8 มีภาวะเนื้อเยื่อไขมันน้อย ไขมันเกินและไขมันเกินมาก ตามลำดับ พบภาวะ โลหิตจาง กรดยูริกสูง ไตรกลีเซอไรด์สูง และโคเลสเตอรอลสูง ร้อยละ 10.1, 61.4, 2.1, และ 10.8 ตามลำดับ หลังจากให้โภชนบำบัด 24 สัปดาห์ นักเรียนมีภาวะโภชนาการดีขึ้น (ความชุกของภาวะน้ำหนักเกิน เนื้อเยื่อไขมันเกินมาก โลหิตจาง กรดยูริกสูง และโคเลสเตอรอลสูง ลดลง ร้อยละ 22.0, 50.0, 67.6, 29.8, และ 63.4 ตามลำดับ

ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนน้ำหนักตัวปกติ มีคะแนนสูงกว่าน้ำหนักเกิน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของคะแนนระหว่างนักเรียนที่มีผลเลือดผิดปกติและปกติ และพบว่าภาวะอ้วนพอมมีผลต่อความรู้สึกทางด้านสุขภาพ แต่ภาวะผลเลือดผิดปกติไม่มีผล เมื่อสิ้นสุดการศึกษานักเรียนมีภาวะโภชนาการดีขึ้น แต่อย่างไรก็ตามไม่พบความแตกต่างของคะแนนความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง อาจเป็นเพราะ นักเรียนมีระดับความอ้วนที่ไม่รุนแรง และคะแนนความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองตอนเริ่มการศึกษาไม่ได้อยู่ในระดับที่ต่ำ