



วิทยานิพนธ์

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์
จังหวัดนนทบุรี

**FACTORS RELATED TO FAST FOOD CONSUMPTION
BEHAVIOR OF ANURAJAPRASIT SCHOOL'S
STUDENTS GRADE 6, NONTHABURI PROVINCE**

นางสาวประทุม จงอ่อนกลาง

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

พ.ศ. 2550



ใบรับรองวิทยานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (สูงศึกษา)

ปริญญา

.....
สูงศึกษา

.....
พลศึกษา

.....
สาขา

.....
ภาควิชา

เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

Factors Related to Fast Food Consumption Behavior of Anurajprasit School's
Students Grade 6, Nonthaburi Province

นามผู้วิจัย นางสาวประทุม จงอ่อนกลาง

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรัณทรรัตน์ บุญช่วยชนาสีทธิ์, Ph.D.)

หัวหน้าภาควิชา

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทรงศักดิ์ น้อยสินธุ์, ศศ.ม.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

.....
(รองศาสตราจารย์วินัย อาจคงหาญ, M.A.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

Factors Related to Fast Food Consumption Behavior of Anurajaprasit School's
Students Grade 6, Nonthaburi Province

โดย

นางสาวประทุม จงอ่อนกลาง

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา)

พ.ศ. 2550

ประทุม จงอ่อนกลาง 2550: ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
จานด่วน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา) สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรัณท์รัตน์ บุญช่วยชนาสิทธิ์, Ph.D.
149 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์
จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 306 คน
ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดย
ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ค่าสถิติที่ใช้ ได้แก่ การหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติไคสแควร์ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์
ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยที่สำคัญพบว่า 1) ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทศนคติ
ต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .001 2) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน
กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับ
ข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆมีความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ปัจจัยทางชีวสังคม
ได้แก่ อายุ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน เพศ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา/มารดา รายได้ของ
ครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5) ทศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียน
ได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรม
การบริโภคอาหารจานด่วนได้ร้อยละ 31.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Prathom Jongonklang 2007: Factors Related to Fast Food Consumption Behavior of Anurajaprasit School's Students Grade 6, Nonthaburi Province. Master of Science (Health Education), Major Field: Health Education, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Assistant Professor Karuntharat Boonchuaythanasit, Ph.D. 149 pages.

The purpose of this descriptive research was to examine factors relating fast food consumption behavior of Anurajaprasit School's Students Grade 6, Nonthaburi Province. The samples were 306 students selected by purposive sampling. The research instrument was a questionnaire developed by the researcher. Data analysis was made for frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, Chi-square, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient and multiple regression analysis.

The results were found as follows:

1) The Predisposing factors, which were knowledge about fast food consumption and attitude toward fast food consumption, were significantly related to the fast food consumption behavior at a .01 and a .001 statistical significance level respectively. 2) The Enabling factors, which were the school policy on promoting food consumption behavior and the school activities about promoting food consumption behavior, were significantly related to the fast food consumption behavior at a .001 statistical significance level. However, the school environment was not significantly related to the fast food consumption behavior at a .05 statistical significance level. 3) The Reinforcing factors, which were the information about food consumption behavior and the support from others, were significantly related to the fast food consumption behavior at a .01 and a .05 statistical significance level respectively. 4) The Bio-social factors, which were age and student income, were significantly related to the fast food consumption behavior at a .05 statistical significance level. However, sex, nutritional status, education level of student's father and mother, family income were not significantly related to the fast food consumption behavior at a .05 statistical significance level. 5) Attitude toward fast food consumption, the school activities about promoting food consumption behavior, student income, the information about food consumption behavior were found to be significant predicting variables of the fast food consumption behavior. The four variables together shared 31.20 percentage of variability in the fast food consumption behavior at a .05 statistical significance level.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยความเรียบร้อยเป็นอย่างดี โดยได้รับความกรุณาอย่างสูงจาก ผศ. ดร.กรัณท์รัตน์ บุญช่วยธนาสิทธิ์ ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำด้านวิชาการ และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในงานวิจัยมีความถูกต้องและมีคุณค่าทางวิชาการ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร.กรรวิ บุญชัย ประธานกรรมการสอบ รศ.วิสูตร กองจินดา ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ที่กรุณาสละเวลาในการสอบพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ นายแพทย์เกษมสิทธิ์ แก้วเกียรติคุณ ดร.บุญศรี กิตติโชติพานิชย์ และอาจารย์อุทัย สุขเสริม ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน ที่ช่วยกรุณาตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเครื่องมือให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โรงเรียนบางบัว (เฟื่องตั้งตรงจิตรวิทยาคาร) เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร โรงเรียนราชประชาสมาสัยในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดสมุทรปราการ ครูประจำชั้น และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ที่ทำให้การทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ดำเนินไปได้ด้วยความสำเร็จอย่างดียิ่ง

สุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณ บิดาและมารดาของผู้วิจัย และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการทำวิทยานิพนธ์ที่ได้ให้กำลังใจคอยห่วงใยให้ความช่วยเหลือ และสนับสนุนผู้วิจัยจนประสบผลสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

ประทุม จงอ่อนกลาง

เมษายน 2550

สารบัญ

	หน้า
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(2)
สารบัญภาพ	(6)
คำนำ	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
การตรวจเอกสาร	11
อุปกรณ์และวิธีการ	54
รูปแบบการวิจัย	54
ประชากร	54
กลุ่มตัวอย่าง	54
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	54
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย	59
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	61
การวิเคราะห์ข้อมูล	61
ผลและวิจารณ์	63
ผล	63
วิจารณ์	104
สรุปและข้อเสนอแนะ	116
สรุป	116
ข้อเสนอแนะ	120
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	122
ภาคผนวก	131
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย	132
ภาคผนวก ข แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย	134
ประวัติการศึกษา และการทำงาน	149

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ข้อกำหนดของสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันของเด็กวัย 10-12 ปี	18
2	อาหารใน 1 วัน สำหรับเด็กระดับประถมศึกษา	19
3	ลักษณะทางชีวสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน อนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	64
4	ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	68
5	ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	69
6	ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	71
7	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของทัศนคติต่อการบริโภค อาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน อนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	71
8	นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อ การบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	74
9	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของนโยบายด้านการส่งเสริม การบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน อนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	75
10	กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภค อาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	76

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
11	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	77
12	สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	78
13	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	79
14	การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	80
15	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	81
16	การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม	82
17	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	83

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
18	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีโดยภาพรวม	84
19	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ	85
20	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	87
21	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	88
22	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	89
23	ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	90
24	ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	91
25	ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	92
26	ความสัมพันธ์ระหว่างเงินที่นักเรียนได้รับต่อวันกับพฤติกรรมกรรมการบริโภค อาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	93

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
27	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของบิดากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	94
28	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของมารดา กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	95
29	ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	96
30	ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของตัวแปรที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	97
31	ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรทำนายในรูปคะแนนดิบ (b) และในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ถดถอย (SEb) ค่าทดสอบความมีนัยสำคัญการถดถอย (t) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ และค่าคงที่ของสมการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี	99

สารบัญญภาพ

ภาพที่

หน้า

1

กรอบแนวคิดในการวิจัย

52

**ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี**

**Factors Related to Fast Food Consumption Behavior of Anurajaprasit School's
Students Grade 6, Nonthaburi Province**

คำนำ

ยุคโลกาภิวัตน์ (Globalization) หรือยุคเทคโนโลยีการสื่อสารไร้พรมแดนรวมถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคมสมัยใหม่ มีบทบาทสำคัญต่อวิถีชีวิตของบุคคลในสังคมทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ โดยเฉพาะเด็กในวัยเรียนหรือเด็กระดับประถมศึกษาให้ความสนใจเรียนรู้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ ได้มาก ซึ่งมีผลทั้งทางสร้างสรรค์และส่งผลต่อทัศนคติของเด็กในเชิงสะสมในหลาย ๆ ด้าน รวมทั้งพฤติกรรมโภชนาการ เด็กได้เรียนรู้บริโภคนิยมนที่เข้ามาสู่สังคมไทยอย่างรวดเร็วโดยตรง ในปัจจุบันคนไทยรุ่นใหม่ มีแนวโน้มการกินเนื้อสัตว์ ไขมันและน้ำตาลมากขึ้น มีวิถีชีวิตและบริโภคนิยมนอย่างชาวตะวันตกมากขึ้น อาหารจานด่วน อาหารขบเคี้ยวที่เด็กไทยชอบมากขึ้นแต่ไม่นิยมการออกกำลังกาย จึงเป็นสาเหตุให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน (ศิริจรรยา, 2548) ซึ่งเป็นผลกระทบต่อการพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์และสังคมของเด็ก

ในปัจจุบันนี้แนวโน้มที่สูงขึ้นของภาวะโภชนาการเกินกำลังเป็นปัญหา และจะยิ่งรุนแรงขึ้นในอนาคต เนื่องจากสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้วิถีชีวิตความเป็นอยู่และพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ของประชาชนในสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปด้วย ส่งผลกระทบทำให้การเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงไปตามพฤติกรรมและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ประชาชนไทยจำนวนมากรับวัฒนธรรมและการดำเนินชีวิตตามแบบประเทศตะวันตกมาใช้ มันทนา (2537) กล่าวว่าสาเหตุของปัญหาด้านการบริโภคในสังคมเมืองส่วนใหญ่เกิดจากการรับวัฒนธรรมของสังคมประเทศตะวันตกมาใช้ โดยขาดความรู้ ขาดการกลั่นกรอง หรือยอมรับวัฒนธรรมเหล่านั้นโดยไม่มีทางเลือก เนื่องจากสภาพสังคมที่เร่งรีบ และแก่งแย่งแข่งขันกันเป็นตัวบังคับร่วมไปกับอิทธิพลของการโฆษณาที่มีการลงทุนและใช้เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสูง นอกจากนี้การพัฒนาอุตสาหกรรมที่เกิดขึ้นในเมืองเป็นส่วนใหญ่ เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการอพยพเข้าสู่สังคมเมืองเพิ่มปัญหาการแก่งแย่งแข่งขันต่าง ๆ เป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในรูปแบบสำเร็จรูป

ปัญหาการจราจรติดขัดไม่มีเวลาในการประกอบอาหาร อาหารพร้อมบริโภคจึงเข้ามามีบทบาทในวิถีชีวิตของคนในเมืองและผู้ที่อยู่ชานเมือง อาหารที่รับประทานได้ทันทีจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในชีวิตประจำวัน ดังนั้นอาหารสำเร็จรูปประเภทหนึ่งที่น่าิยมมากในต่างประเทศจึงได้เข้ามาในประเทศไทย และกำลังเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ทั้งเป็นที่นิยมของผู้บริโภค โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียน นิสิต นักศึกษา อาหารประเภทนั้น คือ อาหารจานด่วน (Franchise Fast Food)

อาหารจานด่วน (Franchise Fast Food) หรืออาหารจานเดียวแบบตะวันตกเป็นอาหารที่ผู้ผลิตเตรียมขึ้นมาจำหน่ายแก่ผู้บริโภค เพื่อความสะดวกรวดเร็ว ประหยัดเวลาเหมาะกับสังคมในสภาพที่เร่งรีบ อาหารจำพวกนี้ ได้แก่ แซมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนดวิช โดนัท พิซซ่า เป็นต้น ซึ่งในปัจจุบันร้านอาหารประเภทนี้ได้มีขึ้นเป็นจำนวนมาก มีหลายบริษัทหลายสาขา จึงมีการใช้วิธีการทางตลาดอย่างหลากหลาย เพื่อแข่งขันส่วนแบ่งทางการตลาด โดยผู้ประกอบการแต่ละรายก็พยายามแสวงหากลวิธี เพื่อจูงใจผู้บริโภค เช่น การลดราคา การแจกคูปองแลกซื้อ การให้ของแถม เป็นต้น ทำให้อาหารดังกล่าวได้รับความนิยมจากผู้บริโภค รวมทั้งมีการโฆษณาทางสื่อมวลชน ดึงดูดความสนใจ ซึ่งอิทธิพลของสื่อมวลชนมีผลต่อพฤติกรรมของคนเป็นอย่างมาก จากอิทธิพลการโฆษณานี้เองทำให้ผู้บริโภคหลายคนคิดว่าอาหารจานด่วนมีประโยชน์เป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน ซึ่งในความเป็นจริงเมื่อพิจารณาถึงคุณค่าทางโภชนาการ พบว่าอาหารจานด่วนมีคุณค่าทางสารอาหารไม่ครบถ้วน ซึ่งทางองค์การอนามัยโลกเรียกอาหารประเภทนี้ว่า อาหารขยะ (Junk Food) เพราะนอกจากไม่มีคุณค่าทางอาหารที่เหมาะสมแล้ว เมื่อรับประทานเป็นประจำยังทำให้ร่างกายมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ เป็นผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาวอีกด้วย (อารี, 2536) ซึ่งจากการที่อาหารเหล่านี้มีองค์ประกอบของคาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน และโซเดียมมากเกินไป เมื่อรับประทานเข้าไปจึงทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน และโรคอ้วนขึ้นตั้งแต่ในวัยเด็ก เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็จะมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคในระยะยาว เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมองตีบหรือตัน โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน ภาวะความดันโลหิตสูง ซึ่งโรคเหล่านี้จัดเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศในปัจจุบัน (สุภาวดี, 2543)

ข้อมูลอัตราการเสียชีวิตด้วยสาเหตุ 5 อันดับแรกที่สำคัญ คิ้ออัตราต่อประชากรแสนคน ปี พ.ศ. 2543-2546 ของสำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข พบว่ามีโรคมะเร็ง โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดในสมอง ติดอยู่ใน 5 อันดับแรก ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคเหล่านี้ ปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่ควรตระหนักถึง คือ พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ไม่สมดุล บริโภคอาหารเกินความต้องการของร่างกายอย่างต่อเนื่อง

เป็นระยะเวลาานาน ๆ สารอาหารที่เกินนั้นจะถูกเปลี่ยนเป็นไขมันสะสมไว้ในร่างกาย ทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคเหล่านี้ได้สูง

จากการศึกษาของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ในการดำเนินงานควบคุมป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาทั่วประเทศ พบว่า ปี พ.ศ. 2543 เด็กนักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 13.6 ในปี พ.ศ. 2545 พบว่าเด็กนักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 12.8 และปี พ.ศ. 2546 พบว่าเด็กนักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 13.4 ซึ่งจากการสำรวจของสมฤดี (2535) พบว่าผู้บริโภคที่ใช้บริการอาหารจานด่วนมากที่สุด คือ นักเรียน นิสิต นักศึกษา ร้อยละ 61.7 นอกจากนี้จากการศึกษาของ กุลวดี (2539) พบว่าอาหารจานด่วนที่นักเรียนชอบมากที่สุด คือ ไก่ทอด ร้อยละ 82.8 รองลงมา คือ พิซซ่า ร้อยละ 61.5 ในด้านความบ่อยในการบริโภค พบว่าร้อยละ 82.0 ใช้บริการเฉลี่ยเดือนละ 1-5 ครั้ง รองลงมา ร้อยละ 12.0 เดือนละ 6-10 ครั้ง และร้อยละ 6.0 ใช้บริการมากกว่าเดือนละ 10 ครั้งขึ้นไป ผู้ที่นักเรียนไปบริโภคอาหารจานด่วนด้วยมากที่สุด คือ เพื่อน ร้อยละ 93.3 รองลงมา คือ ญาติ/ผู้ปกครอง ร้อยละ 33.8 และพ่อแม่ ร้อยละ 33.0 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ยุพาพร (2540) พบว่าอาหารจานด่วนที่เด็กชอบมากที่สุด คือ ไก่ทอด ร้อยละ 59.29 รองลงมา คือ พิซซ่า ร้อยละ 24.78 ความถี่ของการบริโภค ร้อยละ 38.05 บริโภค 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ ร้อยละ 14.16 บริโภค 3-4 ครั้ง/สัปดาห์ และร้อยละ 6.19 บริโภคบ่อยมาก คือ 5-6 ครั้ง/สัปดาห์ ส่วนเหตุผลในการไปรับประทานนั้น ร้อยละ 80 ตอบว่าเพราะสะดวกรวดเร็ว และรสชาติอร่อย ในเรื่องความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของอาหารจานด่วนที่มีต่อร่างกายนั้น ร้อยละ 87.61 ตอบว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายปานกลาง ร้อยละ 6.19 มีประโยชน์ต่อร่างกายมาก และร้อยละ 5.31 ตอบว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายน้อย ส่วนในเรื่องการรับรู้โทษของอาหารจานด่วนที่มีต่อร่างกายนั้นร้อยละ 80 ไม่ทราบว่ามีความเสี่ยงต่อร่างกายอย่างไร

แม้ปัจจุบันรัฐบาลได้ดำเนินการแก้ไขปัญหภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งก็ได้ผลในระดับหนึ่ง แต่เนื่องจากขาดแคลนบุคลากรและงบประมาณ จึงพบว่านักเรียนที่กำลังเจริญเติบโต และมีภาวะโภชนาการเกินเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ การป้องกันมิให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและแก้ไขระยะแรกเมื่อเริ่มมีภาวะนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งโดยเฉพาะในเด็กระดับประถมศึกษา ซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไขสามารถกระทำได้ง่ายกว่าวัยอื่น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ซึ่งผลการวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการกำหนดแนวทางและวิธีการในการพัฒนาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียน เพื่อแก้ปัญหภาวะ

โภชนาการของเด็กนักเรียนร่วมกับครู ผู้ปกครอง และเด็กระดับประถมศึกษา ให้มีการส่งเสริมสุขภาพ มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย และสมองให้เต็มศักยภาพของแต่ละบุคคล ดังวัตถุประสงค์ของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554) ที่มุ่งเน้นพัฒนาคนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข และมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรงสมบูรณ์เพื่อเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติสืบต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์หลัก

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

วัตถุประสงค์เฉพาะ

เพื่อศึกษาประเด็นสำคัญต่อไปนี้

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน
อนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหาร
ของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนและสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายใน
โรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน
อนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหาร
จากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ เช่น บุคคลในครอบครัว
เพื่อนนักเรียน ครูอาจารย์ผู้สอนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

5. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

6. ตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ในการวิจัยครั้งนี้ก่อให้เกิดประโยชน์ คือ

1. ผลการวิจัยจะทำให้ทราบว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี เพื่อนำข้อมูลมาเป็นแนวทางกำหนดนโยบายให้ตระหนักถึงโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน และส่งเสริมการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการในนักเรียนระดับประถมศึกษา

2. ผลการวิจัยจะทำให้ครูผู้ดูแลภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เพื่อจะได้นำมาเป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับการพัฒนาพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และฝึกทักษะในการเลือกรับประทานอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารจานด่วนของนักเรียนระดับประถมศึกษา

3. ผลการวิจัยสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปจัดโปรแกรมการบริโภคอาหารเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการและฝึกทักษะในการเลือกรับประทานอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ซึ่งจะทำให้นักเรียนมีคุณภาพชีวิตที่ดี และเป็นตัวอย่างที่ดีแก่นักเรียนระดับประถมศึกษาในการบริโภคอาหาร

4. ผลการวิจัยใช้เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้า เพื่อพัฒนาความรู้ แนวทางในการปฏิบัติงาน และงานวิจัยอื่นที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษากำหนดจากแนวคิด PRECEDE MODEL Framework ของ Lawrence W.Green

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ได้แก่

1. ปัจจัยนำ (Predisposing Factors) ได้แก่

1.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

1.2ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

2. ปัจจัยเอื้อ (Enabling Factors) ได้แก่

2.1 นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

2.2 กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

2.3 สภาพแวดล้อม ร้านค้า ภายในโรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

3. ปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors) คือ การสนับสนุนทางสังคม ได้แก่

3.1 การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ

3.2 การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ได้แก่ บุคคลในครอบครัว เพื่อนนักเรียน ครู อาจารย์ผู้สอน

ตัวแปรตาม (Dependent Variables) ได้แก่

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตัวแปรอธิบาย (Descriptive Variables) ได้แก่

ปัจจัยทางชีวสังคม ประกอบด้วย

1. เพศ
2. อายุ
3. ภาวะโภชนาการ
4. เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน
5. ระดับการศึกษาของบิดา
6. ระดับการศึกษาของมารดา
7. รายได้ของครอบครัว

นิยามศัพท์

เพื่อให้การวิจัยครั้งนี้มีความเข้าใจถูกต้องตรงกัน ผู้วิจัยจึงขอกำหนดนิยามศัพท์ปฏิบัติการของตัวแปรที่ศึกษา ดังนี้

นิยามปฏิบัติของตัวแปรอิสระประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม รายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง ความสามารถในการจดจำและความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารจานด่วน ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการและโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน
2. ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง ลักษณะทางจิตใจ หรือความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยมีองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่ องค์ประกอบด้านสติปัญญา ความคิด องค์ประกอบด้านความรู้สึก ความคิดเห็นเชิงประเมินค่า และองค์ประกอบด้านแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมในการบริโภคอาหารจานด่วน
3. นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหาร หมายถึง แนวทาง หลักการปฏิบัติของโรงเรียนที่เอื้ออำนวย หรือยับยั้งการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างเหมาะสมและถูกต้อง
4. กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหาร หมายถึง กิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นสำหรับนักเรียนซึ่งมีระยะเวลาเป็นตัวกำหนด โดยกิจกรรมเหล่านั้นจะต้องเอื้ออำนวย หรือยับยั้งการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทางด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างเหมาะสมและถูกต้อง
5. สภาพแวดล้อม ร้านค้า ภายในโรงเรียน หมายถึง สิ่งต่างๆ และร้านค้าที่อยู่ภายในโรงเรียน เอื้ออำนวย หรือยับยั้งการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แก่นักเรียนในโรงเรียน ทางด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน
6. การได้รับข้อมูลข่าวสาร การบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ หมายถึง การยิน ได้ฟัง ได้อ่าน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนจาก สื่อวิทยุ โทรทัศน์ เอกสาร สิ่งพิมพ์ อินเทอร์เน็ต

7. การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ หมายถึง การได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน จากบุคคลในครอบครัว เพื่อนนักเรียน ครู อาจารย์ผู้สอน

นิยามปฏิบัติการของตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

8. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง การปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

นิยามศัพท์ที่เกี่ยวข้อง

9. นักเรียน หมายถึง นักเรียนชาย และหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ภาคปลาย ปีการศึกษา 2549

10. อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารสำเร็จรูปของชาติตะวันตก (Franchise Fast Food) ที่บริการสะดวก รวดเร็ว สะดวกต่อการนำไปรับประทานนอกสถานที่ พร้อมบริโภค ได้แก่ โคนัท พิซซ่า ไก่ทอด เฟรนช์ฟรายด์ แฮมเบอร์เกอร์ แซนดวิช ฮอทดอก เค้ก และพาย เป็นต้น

การตรวจเอกสาร

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ค้นคว้า แนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการกำหนด กรอบแนวคิด สมมติฐานในการวิจัยโดยมีประเด็นสำคัญ คือ

1. พฤติกรรมวัยเด็ก
2. วัฒนธรรมการรับประทานอาหารของครอบครัว และปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารของเด็ก
3. ความต้องการพลังงาน สารอาหารและเกลือแร่ของเด็กระดับประถมศึกษา
4. ปัญหาและผลกระทบจากภาวะโภชนาการเกินของเด็กระดับประถมศึกษา
5. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร
6. ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วน
7. ทฤษฎีที่นำมาใช้ในการวิจัย
 - 7.1 ทฤษฎี PRECEDE MODEL
8. รายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 8.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ
 - 8.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

พฤติกรรมวัยเด็ก

เด็กจะมีการเจริญเติบโตพัฒนาขึ้นมาตามลำดับ การเลี้ยงดูที่ถูกต้องมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตของเด็กมาก การเจริญเติบโตทางกายและพัฒนาพฤติกรรมภายนอก ทางความคิด อารมณ์และสังคม พฤติกรรมการรับประทานอาหาร การนอน การขับถ่าย การพักผ่อน การออกกำลังกาย การรักษาความสะอาดของร่างกายและเสื้อผ้า การรักษาความสะอาดของห้องเรียนโดยได้รับการเรียนรู้จากครูที่โรงเรียน เด็กจะพัฒนาพฤติกรรมเหล่านี้เนื่องจากได้รับการฝึกอบรมจากทางโรงเรียน ทางบ้านและในชุมชน วัยเด็กจึงเป็นระยะเวลาที่สำคัญที่จะสร้างนิสัยของเด็กให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง และจะมีพฤติกรรมคงทนถาวรหรือไม่อยู่ที่การเอาใจใส่ของบิดามารดา บุคคลในครอบครัว ตลอดจนครู อาจารย์ที่โรงเรียนต้องพยายามฝึกให้ทำบ่อย ๆ จนเกิดความเคยชินเป็นนิสัยโดยพูดชมเชยให้เด็กเกิดความรู้สึที่ดีเมื่อมีพฤติกรรมถูกต้อง และตรงกันข้ามถ้ามีพฤติกรรมในทางที่ไม่ถูกต้อง เช่น ไม่ชอบแปรงฟัน ไม่ชอบอาบน้ำ ต้องใช้วิธีการจูงใจให้เด็กเปลี่ยนพฤติกรรม

เมื่อเข้าเรียนระดับประถมศึกษาพฤติกรรมภายใน เช่น ความคิด ความรู้สึก ทัศนคติ ค่านิยม เกี่ยวกับเรื่องอื่น ๆ ล้วนแต่เป็นผลจากการเรียนรู้โดยกระบวนการทางสังคม (Socialization) อิทธิพลของบุคคล และสิ่งแวดล้อมภายนอกครอบครัวเริ่มมีอิทธิพลต่อกิจกรรมของบุคคลเพิ่มขึ้น บทบาทของครอบครัวต่อการพัฒนาพฤติกรรมจะลดลง สถาบันการศึกษา สถาบันอื่น ๆ ในสังคม เพื่อนบ้านใกล้เคียงที่รู้จักกัน สภาพของสังคมทั้งหมดล้วนแต่มีผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลทั้งสิ้น เช่น ในชุมชนมีการกำจัดขยะที่ถูกต้องมีถังขยะรองรับเป็นระยะ ใครทิ้งขยะลงพื้น จะถูกปรับทุกครั้งไป การทำเป็นงานแบบสมว่าเสมอและต่อเนื่องให้ถูกวิธี เด็กที่ยังไม่มีพฤติกรรมนี้ จะพัฒนาอย่างถูกต้อง ผู้ใหญ่มีพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องก็จะเปลี่ยนแปลงให้ถูกต้อง

พฤติกรรมสังคมก็จะถูกพัฒนาเป็นลำดับ เด็กจะเข้าใจได้ต่อบทบาทและระเบียบของสังคม เข้าใจอ่านพฤติกรรมใดควรจะแสดงออกมาและไม่ควรแสดงออกมาในเวลาใด และเข้าใจผลที่จะเกิดจากการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง เด็กในวัยที่มีความแตกต่าง ความคิด การพูด การตัดสินใจ การแสดงออกหรือการกระทำใด ๆ ต่างเป็นกระบวนการเรียนรู้ในสังคม ถ้าไม่ค่อยมีโอกาสเรียนรู้ในสังคมหรือไม่มีประสบการณ์ในการคบหาสมาคมบุคคลอื่น ไม่มีโอกาสดูโทรทัศน์ ฯลฯ การแสดงออกก็ย่อมแตกต่างกับเด็กที่มีโอกาสมากกว่า โดยเฉพาะเด็กในเมืองใหญ่ ๆ ที่มีประสบการณ์รอบตัวมาก วัยสำคัญในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพมาก คือ วัยเด็กเป็นช่วงที่เด็กจะเริ่มมี

พฤติกรรมสุขภาพ เพราะสภาพความพร้อมทางร่างกาย สมอง สามารถที่จะเรียนรู้ได้ ภาวะพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมได้ เมื่อพฤติกรรมใดได้พัฒนาขึ้นมาในช่วงนี้และได้รับการส่งเสริมให้ทำเป็นประจำจะทำให้เกิดเป็นนิสัย ซึ่งจะมีส่วนขยายในการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชนต่อไป

วัฒนธรรมการรับประทานอาหารของครอบครัวและปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารของเด็ก

การเรียนรู้วัฒนธรรมการรับประทานอาหารเริ่มต้นจากแม่สู่ลูกและสมาชิกทุกคนในครอบครัว จะถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับเรื่องการรับประทานอาหาร การประกอบอาหาร จากรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่ง เช่น ลูกจะได้เรียนรู้จากการปฏิบัติของแม่ ญาติพี่น้องที่ถ่ายทอดโดยคำบอกเล่าต่อ ๆ กันมา เกี่ยวกับวิธีการประกอบอาหาร การรับประทานอาหารและมีประสบการณ์ตรงได้ลงมือประกอบอาหารเอง เรียนรู้เทคนิควิธีการใหม่ ๆ ในการปรุงอาหารจากครอบครัวและชุมชน แต่การเปลี่ยนแปลงของสังคมและเศรษฐกิจของประเทศไทยในปัจจุบันมีผลให้วิถีชีวิตของคนรุ่นใหม่มีการเปลี่ยนแปลงไป ทั้งด้านความคิด การกระทำ การดำเนินชีวิตและการรับประทานอาหารเพื่อความสะดวกรวดเร็ว หรือรับประทานอาหารที่ได้รับความนิยมตามกระแสที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารของคนทุกเพศทุกวัย จึงทำให้พฤติกรรมการรับประทานอาหารมีความเปลี่ยนแปลงไปด้วย การเลียนแบบการรับประทานอาหาร การดำรงชีวิตที่เร่งรีบ ค่านิยมในการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้องมีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารของคนในสังคมเมืองเป็นอย่างมาก

ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมมีบทบาทสำคัญในการกำหนดอาหารที่ควรรับประทานหรือไม่ควรรับประทาน ตั้งแต่แรกเกิดหรือทุกช่วงอายุ จนกระทั่งกลายเป็นนิสัย ในการรับประทานอาหารของคนในเวลาต่อมา หรือพิธีกรรมทางศาสนา บางศาสนามีการใช้อาหารเป็นสัญลักษณ์ เช่น ประเทศตะวันตก มีการใช้ไก่ย่างเป็นอาหารเฉพาะในเทศกาลโอกาสพิเศษ ศาสนาอิสลาม ห้ามรับประทานเนื้อหมูหรือศาสนาฮินดูไม่รับประทานเนื้อวัว กฎเกณฑ์ความประพฤติกี่สืบทอดต่อกันมาตามระบบความเชื่อ ศาสนาและความพึงพอใจของชุมชนรวมเรียกว่า วัฒนธรรม ซึ่งรวมถึงการรับประทานอาหารของคนถือเป็นวัฒนธรรมการรับประทานอาหารเพื่อการดำรงชีวิต เพื่อความสะดวกสบายเป็นพื้นฐานส่วนความละเอียด ประณีตและกฎเกณฑ์ที่ซับซ้อนมากขึ้นเกี่ยวกับวัฒนธรรมการรับประทานอาหารต้องขึ้นอยู่กับยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงไป อาจเกิดจากอารยธรรมใหม่ ๆ วัตถุ อุปกรณ์หรือเครื่องอำนวยความสะดวกที่มีมากขึ้นสำหรับการใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้องค์ประกอบของวัฒนธรรมเกี่ยวเนื่องกับ

การรับประทานอาหารยังต้องประกอบด้วย การต้องรู้ว่าอะไรรับประทานได้ อะไรรับประทานดี หมายถึง ในธรรมชาติสิ่งใดคืออาหาร แต่ละชนิดมีประโยชน์มากน้อยเพียงใด รวมถึงการหาและการแปรรูปอาหารจากธรรมชาติ พืช ผัก ปลา หรือการซื้อวัตถุดิบจากตลาดนำมาแปรรูป เรียนรู้ การประกอบอาหาร การถนอมอาหาร คุณค่าทางโภชนาการ ซึ่งอาหารแต่ละชนิดมีลักษณะเฉพาะแตกต่างกันไป (นิตยา และคณะ, 2539)

เด็กระดับประถมศึกษาอยู่ในวัยที่สามารถเลือกอาหารรับประทานเองได้ ปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารของเด็กระดับประถมศึกษา มีหลายปัจจัย ตามที่ทฤษฎี (2542) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. ปัจจัยที่เกี่ยวกับอาหาร (Dietary Factors) อาหารทำให้ร่างกายเจริญเติบโต เป็นแหล่งพลังงาน ทำให้ร่างกายทำงานได้ปกติ เด็กระดับประถมศึกษา มีความจำเป็นต้องได้รับอาหารและพลังงานให้สมดุลกับคุณภาพและปริมาณที่ร่างกายควรได้รับ เพื่อป้องกันการเกิดภาวะทุพโภชนาการ การรับประทานอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต และไขมันที่เกินความต้องการของร่างกายทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งหากขาดการควบคุมพฤติกรรมการรับประทานอาหารจะเกิดโรคอ้วนได้ง่าย

2. ปัจจัยที่ไม่เกี่ยวกับอาหาร (Non-dietary Factors) ทำให้เกิดผลทางอ้อมต่อภาวะโภชนาการ ได้แก่ ปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรมประเพณีอาจก่อให้เกิดปัญหาภาวะโภชนาการ ได้ดังนี้

2.1 รายได้ของครอบครัว (Family Incomes) ครอบครัวที่มีรายได้สูง ย่อมมีโอกาสให้เด็กรับประทานอาหารที่ดี ซึ่งมีทั้งปริมาณและคุณภาพของอาหารได้ การรับประทานอาหารนั้นอาจเกินความต้องการของร่างกายทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินได้ จากการสำรวจของกองโภชนาการ ระหว่างปี พ.ศ. 2535-2537 เด็กระดับประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร

2.2 ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง (Education of Parents) เกี่ยวข้องกับความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ การเลือกซื้ออาหาร ครอบครัวใดที่ผู้ปกครองมีความรู้ด้านโภชนาการดี ย่อมมีส่วนในการจัดอาหารให้กับเด็กได้อย่างเหมาะสม เพราะอาหารที่ดีมีคุณภาพไม่จำเป็นต้องมีราคาแพง หากมีความรู้จะสามารถเลือกอาหารที่ดีเหมาะสมและราคาถูก จะช่วยให้เด็กมีภาวะโภชนาการดีได้

2.3 ปัจจัยด้านวัฒนธรรมและประเพณี (Culture and Custom Factors) คือ การปฏิบัติ สืบต่อกันมาเป็นธรรมเนียมประเพณีของครอบครัวที่มีความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องการรับประทานอาหาร ได้ถ่ายทอดสืบต่อกันมานาน ซึ่งอาหารแต่ละพื้นที่แต่ละสังคมจะแตกต่างกัน หรืออาจมีความคล้ายคลึงกันได้ ทั้งวิธีการปรุงและการรับประทาน จนกลายเป็นวัฒนธรรมของครอบครัว หรือชุมชน (ประหยัด, 2547) ความเชื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร มีทั้งผลดีและผลเสีย ต่อสุขภาพ ความเชื่อเรื่องอาหารของแต่ละท้องถิ่นแตกต่างกันออกไป ซึ่งสืบเนื่องจากคำกล่าว ที่บอกเล่ากันต่อ ๆ มา ประกอบกับสภาพแวดล้อม ขนบธรรมเนียมประเพณี ศาสนา ความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันทำให้ปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการรับประทานอาหารที่ไม่ดีอันเนื่องมาจากมีความเชื่อ ที่ผิดในเรื่องอาหารในชนบทของประเทศไทยยังคงมีอยู่ทั่วไป (ดวงกมล และคณะ, 2543)

2.4 ปัจจัยด้านการโฆษณา (Advertisement Factors) คือ การโฆษณาสินค้าอาหารด้วย สื่อต่าง ๆ สิ่งพิมพ์ สื่อภาพและเสียงที่มีผลต่อการรับประทานอาหารของเด็กระดับประถมศึกษา โดยผ่านทางสื่อโทรทัศน์ ภาพโปสเตอร์ที่มีรูปลักษณ์สวยงาม น่าสนใจหรือโฆษณาทางวิทยุ สร้างแรงจูงใจ เกิดความรู้สึกต้องการรับประทานอาหารตามสื่อโฆษณานั้น เช่น อาหารประเภทที่ ให้น้ำตาล ไขมัน หรืออาหารที่ให้พลังงานสูง อันเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เด็กมีภาวะโภชนาการเกิน (เบญจา, 2542) และสาเหตุที่เกิดจากสื่อโฆษณาที่ทำให้เด็กทุกวัยนิยมรับประทานอาหารจานด่วน หรืออาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast Food) ได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์ มันฝรั่งทอด ซึ่งเป็นรูปแบบการบริการ ที่เน้นความรวดเร็ว ราคาถูกเพื่อเพิ่มปริมาณในการขาย อาหารกลุ่มนี้จะมีผักและผลไม้ น้อยมาก ให้พลังงานสูง ประมาณ 1,100-1,250 กิโลแคลอรี/ครั้ง เพราะส่วนใหญ่ประกอบด้วยคาร์โบไฮเดรต ที่มีไขมันอิ่มตัวและน้ำตาลมากกว่าสารอาหารอื่น ๆ ดังนั้นสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (2547) จึงได้สรุปเพื่อปรับพฤติกรรมเด็กไทยกับอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยมีการระดมพลังสร้างสรรค์ (Appreciation Influence Control – AIC) จัดทำโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องฉลาดกินสิ้นโรคภัย (พ.ศ. 2545) ด้วยสาเหตุและปัจจัยจากการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดและจังก์ฟู้ดของเด็กไทย ทั้งนี้เด็กได้เห็นตัวอย่างมาจากผู้ใหญ่ การซื้อความสะดวกรวดเร็ว รับประทานง่าย อร่อยถูกปาก รูปลักษณ์ทันสมัยและเป็นเรื่องของรับประทานตามกระแสนิยม ซึ่งพฤติกรรม การรับประทานอาหารในปัจจุบันมีปัจจัยซับซ้อนหลายด้านเข้ามาเกี่ยวข้อง สังคมจึงคาดหวังว่า การแก้ปัญหาด้านพฤติกรรมรับประทานอาหารเช้าจากครอบครัวและโรงเรียนด้วยการให้ความรู้ อบรมและปลูกฝังลักษณะนิสัยการรับประทานอาหารที่ดีที่ถูกต้องให้กับเด็กทุกวัย มากยิ่งขึ้น

2.5 แรงขับทางความหิว (Hunger Drive) เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการรับประทานอาหารของเด็กระดับประถมศึกษา ดังที่ จีราภา และคณะ (2543) ได้สรุปไว้ว่าร่างกายต้องการอาหารเพื่อการเจริญเติบโต การทำงานต่าง ๆ ของอวัยวะต้องการพลังงานที่ได้จากสารอาหาร ร่างกายจะมีกระบวนการเผาผลาญอาหารเพื่อให้ได้พลังงานมาใช้ เรียกกระบวนการนั้นว่า Metabolism เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาของความหิว (Psychology of Hunger) หรือความอยากรับประทานอาหารที่เป็นส่วนผลักดันออกจากร่างกายและจิตใจ ถ้าสังเกตพฤติกรรมของคนรอบข้างจะพบว่าแต่ละคนต่างมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ตกอยู่ภายใต้แรงผลักดันตามความต้องการของจิตใจ มีการรับประทานที่ตอบสนองแรงจูงใจและความต้องการ คนจึงนิยมรับประทานอาหารนอกบ้านมากขึ้น หากสังเกตให้ดีจะพบว่าอาหารที่ปรุงทั่วไบนั้นมีน้ำมันมาก มีรสหวานนำเกือบทุกชนิด จึงกลายเป็นสาเหตุหนึ่งในปัจจุบันที่ทำให้เกิดปัญหาภาวะโภชนาการเกิน

ปัจจัยที่มีผลต่อความต้องการสารอาหารของร่างกายนั้น เสาวนีย์ (2544) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. การออกกำลังกายหนัก ๆ ทำให้ร่างกายต้องการแคลอรีและสารอาหารเพิ่ม
2. การเจ็บป่วย ทำให้ร่างกายต้องการแคลอรีและวิตามินมากขึ้น การขาดออกซิเจนทำให้ต้องการวิตามินบีรวม (B Complex) สูงขึ้น ซึ่งจำเป็นต่อระบบประสาท นัยน์ตา ผมหรือขนและการสร้างเลือด
3. ความเครียด ทำให้ร่างกายต้องการโปรตีน แคลเซียม วิตามินซีและกรดไขมันที่จำเป็นแก่ร่างกายมากขึ้น
4. การได้รับพิษหรือสารเคมีเข้าไปในร่างกาย ทำให้ความต้องการพลังงานและสารอาหารต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น
5. พันธุกรรมและการปรับตัว หรือการสังเคราะห์ฮอร์โมนในลำไส้ใหญ่ มีผลทำให้ความต้องการสารอาหารของแต่ละคนต่างกัน

ความต้องการพลังงาน สารอาหารและเกลือแร่ของเด็กระดับประถมศึกษา

เด็กระดับประถมศึกษานั้นจำเป็นต้องได้รับพลังงาน สารอาหารและเกลือแร่ให้เพียงพอกับการเจริญเติบโตของร่างกายตามคำแนะนำของ ออบเซช (2547) มีดังนี้

1. พลังงาน เด็กวัยนี้ต้องการพลังงานให้เพียงพอต่อร่างกายและให้พอดี ไม่เหลือพอที่จะให้เกิดโรคอ้วนได้ เด็กอายุ 7-9 ปี ทั้งชายและหญิงควรได้รับพลังงาน วันละ 1,600 กิโลแคลอรี เด็กชายอายุ 10-12 ปี ควรได้รับพลังงาน วันละ 1,850 กิโลแคลอรี เด็กหญิงอายุ 10-12 ปี ควรได้รับพลังงาน วันละ 1,700 กิโลแคลอรี

2. โปรตีน เด็กระดับประถมศึกษาต้องการโปรตีนเพื่อสร้างความเจริญเติบโตและสร้างภูมิคุ้มกัน ช่วงอายุ 4-6 ปี ต้องการโปรตีน 1.0 กรัมต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม อายุ 7-9 ปี ต้องการโปรตีน 26 กรัม/วัน ชายอายุ 10-12 ปี ต้องการ 34 กรัม/วัน และหญิงอายุ 10-12 ปี ต้องการ 37 กรัม/วัน

3. เกลือแร่ เด็กอายุ 1-10 ปี ต้องการแคลเซียม 800 มิลลิกรัม/วัน เด็กอายุ 10-12 ปี ต้องการแคลเซียม 1,200 มิลลิกรัม/วัน

3.1 เด็กที่อยู่ในเขตร้อนต้องการวิตามินดีเพียง 2.5 ไมโครกรัม หรือ 100 หน่วยสากล/วัน ในขณะที่เด็กซึ่งอยู่ในเขตแสงปานกลางต้องการวิตามินดีจากอาหารมากขึ้นประมาณ 10 ไมโครกรัม หรือ 400 หน่วยสากล/วัน ควรเสริมในน้ำมัน

3.2 เด็กระดับประถมศึกษาอายุ 7-9 ปี ควรได้รับไอโอดีน 120 ไมโครกรัม/วัน อายุ 10-12 ปี ควรได้รับ 150 ไมโครกรัม/วัน เพื่อป้องกันโรคคอพอกและโรคเอื้อ

3.3 เกลือแร่ที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกายที่เด็กระดับประถมศึกษาควรได้รับคือ สังกะสี ประมาณ 10 มิลลิกรัม/วัน

เด็กระดับประถมศึกษา คือ เด็กวัยเรียน ซึ่งมีอายุระหว่าง 6-12 ปี อัตราการเจริญเติบโตของเด็กวัยนี้จะเป็นไปอย่างสม่ำเสมอ โดพอที่จะช่วยตัวเองได้ในเรื่องอาหาร รู้จักเลือกชอบหรือไม่ชอบอาหารที่ชอบนั้นอาจมีคุณค่าทางโภชนาการมากหรือน้อยได้ เด็กวัยนี้เป็นวัยที่กำลังมีการพัฒนาทางกระดูก ฟัน และกล้ามเนื้อ จึงมีความสำคัญอย่างมากที่จะต้องรับประทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่

ดังนั้นผู้ปกครอง หรือผู้เกี่ยวข้องต้องช่วยดูแลพฤติกรรมมารับประทานอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาให้ถูกต้อง

นอกเหนือจากอาหารหลักที่รับประทานเป็นประจำแล้ว การตัดสินใจซื้ออาหาร ขนม หรือเครื่องดื่มรับประทาน มีส่วนเกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนเช่นกัน ออบเชย (2547) ได้สรุปความต้องการสารอาหารใน 1 วันของเด็กวัย 10-12 ปี ทั้งชายและหญิง ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อกำหนดของสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันของเด็กวัย 10-12 ปี

สารอาหาร	อายุ 10-12 ปี	
	ชาย	หญิง
พลังงาน (กิโลแคลอรี)	1,850	1,700
โปรตีน (กรัม)	34	37
วิตามินเอ (ไมโครกรัม)	600	600
วิตามินดี (ไมโครกรัม)	10	10
วิตามินซี (มิลลิกรัม)	50	50
วิตามินบี-หนึ่ง (มิลลิกรัม)	1.4	1.1
วิตามินบี-สอง (มิลลิกรัม)	1.6	1.3
ไนอะซิน (มิลลิกรัม)	18	15
วิตามินบี-หก (มิลลิกรัม)	1.8	1.8
โซลาซิน (ไมโครกรัม)	90	95
วิตามินบี-สิบสอง (ไมโครกรัม)	2.0	2.0
แคลเซียม (มิลลิกรัม)	1,200	1,200
ฟอสฟอรัส (มิลลิกรัม)	1,200	1,200
แมกนีเซียม (มิลลิกรัม)	350	350
เหล็ก (มิลลิกรัม)	12	15
สังกะสี (มิลลิกรัม)	12	15
ไอโอดีน (ไมโครกรัม)	150	150

ที่มา: ออบเชย (2547)

การจัดเตรียมอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กระดับประถมศึกษา

ในการจัดเตรียมอาหารควรจัดอาหารสำหรับเด็กประถมศึกษาให้ครบ 5 หมู่ การให้คำแนะนำการดูแลเรื่องอาหารของเด็กวัยนี้ ต้องสอนให้เด็กรู้จักเลือกรับประทานอาหารที่สะอาด อาหารที่มีคุณค่า รับประทานอาหารให้เป็นเวลา รับประทานอาหารให้เพียงพอต่อความต้องการพลังงานและสารอาหารของร่างกาย อาหารของเด็กวัยเรียน หรือเด็กระดับประถมศึกษาใน 1 วัน ควรมีคุณค่าสารอาหารครบ 5 หมู่ ดังที่กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้แนะนำเรื่องอาหารของเด็กวัยเรียน ซึ่งเป็นวัยกำลังเจริญเติบโตต้องใช้พลังงานมากในการทำกิจกรรมและเตรียมตัวเข้าสู่วัยรุ่น นิตยา และอุษณีย์ (2541) ได้สรุปถึงความสำคัญในการเลือกจัดอาหารที่สะอาดและมีคุณค่าครบ 5 หมู่ ให้เด็กในวัยเรียนได้รับประทานโดยได้รับสารอาหารเพียงพอต่อความต้องการ ดังตัวอย่างรายการอาหารที่แสดงไว้ในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 อาหารใน 1 วัน สำหรับเด็กระดับประถมศึกษา

อาหาร	ปริมาณ
นม	1-2 แก้ว
ไข่ต้มสุก	1 ฟอง
เนื้อสัตว์และเครื่องในสัตว์ต้มสุก	5-6 ช้อนโต๊ะ
ผักใบเขียว	1 ถ้วย (16 ช้อนโต๊ะ)
ผลไม้	1-2 ผล
ไขมันพืชและสัตว์	3-4 ช้อนชา
ข้าวสวย	2-6 ถ้วย (16 ช้อนโต๊ะ)

ที่มา: นิตยา และ อุษณีย์ (2541)

ปัญหาและผลกระทบจากภาวะโภชนาการเกินของเด็กระดับประถมศึกษา

กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2542) ได้สรุปความหมายของภาวะโภชนาการเกินว่า หมายถึง สภาวะที่ร่างกายมีน้ำหนักต่ออายุหรือส่วนสูงต่ออายุ หรือน้ำหนักต่อส่วนสูงมากกว่า +2 เท่าของส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของน้ำหนักต่ออายุ หรือส่วนสูงต่ออายุหรือส่วนสูงต่อน้ำหนักของประชากรไทย อายุ 1 วัน ถึง 19 ปี นอกจากนี้ ประณีต (2539) ยังได้ให้ความหมายของภาวะโภชนาการเกิน ไว้อีกแนวคิดหนึ่งว่าภาวะโภชนาการเกินเป็นพยาธิสภาพที่เกิดจากการได้รับสารอาหารมากเกินไปหรือไม่สมดุลติดต่อกันในช่วงระยะเวลาานาน ๆ สารอาหารที่เกินนั้นจะถูกเปลี่ยนเป็นไขมันสะสมไว้ในร่างกาย ทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน

ปัญหาทางภาวะโภชนาการของเด็กระดับประถมศึกษา เป็นปัญหาสาธารณสุขของประเทศ กรมอนามัย ได้ติดตามศึกษาแก้ปัญหาภาวะโภชนาการนี้อย่างต่อเนื่อง โดยมีการติดตามเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของเด็กอายุ 5-14 ปี จำนวนสองแสนคนในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อต้นปี 2537 พบว่ายังมีเด็กที่ขาดโปรตีนและพลังงานอยู่ ร้อยละ 11.8 และกลางปี 2537 พบว่าเด็กยังขาดสารอาหารอยู่ ร้อยละ 10.2 เด็กกลุ่มนี้มีภาวะโภชนาการเกินทั้งนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ถึงร้อยละ 8.4 และร้อยละ 6.3 ตามลำดับ เมื่อสิ้นสุดโครงการพบว่าเด็กวัยเรียนมีภาวะโภชนาการเกินเพิ่มขึ้น ร้อยละ 32.3 (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2543)

สาเหตุของภาวะโภชนาการเกิน มีการค้นคว้าวิจัยถึงสาเหตุต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งพีระพงศ์ และ ภมร (2544) ได้สรุปไว้ดังนี้คือ

1. เกิดจากกรรมพันธุ์ (Heredity) เป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า กรรมพันธุ์มีความสัมพันธ์กับเรื่องของภาวะโภชนาการเกิน แต่ยังไม่มีความชัดเจนแน่นอนว่ากรรมพันธุ์มีส่วนเกี่ยวข้องมากน้อยเพียงใด

2. เกิดจากการทำงานผิดปกติของต่อมไร้ท่อ โดยปกติต่อมไร้ท่อต่าง ๆ ในร่างกายซึ่งมีหลายต่อม แต่ละต่อมจะทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนเพื่อควบคุมสภาวะการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ตลอดจนกระบวนการสร้างพลังงานของร่างกาย ควบคุมกระบวนการเผาผลาญสารอาหาร ต่อมไร้ท่อที่เกี่ยวข้องกับความอ้วน คือ ต่อมไร้ท่อที่ผลิตฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการสร้างพลังงาน ได้แก่ ต่อมไทรอยด์ (Thyroid gland) ควบคุมการเผาผลาญอาหารในร่างกาย ต่อมพิทูอิทารีย์

(Pituitary gland) ควบคุมการเจริญเติบโตของร่างกาย ต่อมไร้ท่อในตับอ่อน ควบคุมปริมาณน้ำตาลในกระแสเลือด ต่อมหมวกไต (Adrenal gland) ควบคุมการเผาผลาญคาร์โบไฮเดรต

3. เกิดจากการขาดการออกกำลังกาย จากสภาพร่างกายทั่วไปที่มีการบริโภคอาหารปกติ เพื่อการสร้างพลังงาน แต่พลังงานไม่ได้ถูกใช้อย่างสมดุล ทำให้สารอาหารที่สร้างพลังงานเหลือเก็บไว้ เช่น กลูโคสเหลือเก็บไว้ในรูปของไกลโคเจนหรือไขมัน เป็นต้น ทำให้เกิดการพอกพูนไขมันตามส่วนต่าง ๆ รวมทั้งอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ดังนั้นการออกกำลังกายจึงมีส่วนสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการเกินด้วย

4. เกิดจากการรับประทานอาหารเกินความต้องการ เนื่องจากร่างกายไม่ได้ใช้พลังงานเต็มที่ ดังนั้นอาหารที่รับประทานเข้าไปจึงไม่ถูกสัปดาห์ การรับประทานอาหารเกินความต้องการของร่างกาย หรือนิสัยที่เคยชินกับการที่มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารครั้งละมาก ๆ ซึ่งอาจเกิดจากความชอบส่วนตัว ความนิยมของสังคมรุ่นใหม่ ให้ทันสมัยตามเพื่อน อาหารส่วนที่รับประทานนี้จึงถูกสะสมไว้ในรูปของไขมัน ทำให้มีภาวะโภชนาการเกิน

5. เกิดจากสาเหตุอื่น ๆ หมายถึง ภาวะการฉีกขาดทางสภาพแวดล้อม ลักษณะโครงสร้างของร่างกาย การใส่ยา อุบัติเหตุส่วนตัว เป็นต้น ซึ่งเป็นสาเหตุเกี่ยวเนื่องกับภาวะโภชนาการเกินได้ทั้งสิ้น

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร

นิสัยการบริโภคอาหารของบุคคลจะมีความแตกต่างกันไป โดยมีปัจจัยต่าง ๆ เป็นตัวกำหนด ดังที่ ศิริลักษณ์ (2533) ได้กล่าวถึงดังต่อไปนี้

1. วัฒนธรรมและประเพณี สังคมที่มีวัฒนธรรมหรือประเพณีที่แตกต่างกันก็มักจะมีบริโภคนิสัยต่างกันด้วย เช่น ชาวมุสลิมไม่รับประทานหมูโดยเด็ดขาด ส่วนชาวยิวไม่รับประทานเนื้อหมู กระต่าย อูฐ และชาวฮินดูไม่รับประทานเนื้อวัว เป็นต้น แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของประเพณี วัฒนธรรมต่อการบริโภคอาหาร

2. การผลิตและกระจายของอาหาร ภาวะการผลิตและการกระจายอาหารเป็นสิ่งซึ่งอาจแสดงถึงนิสัยการบริโภคของสังคมบางกลุ่ม พืชผักบางชนิดจะปลูกได้ในบางท้องถิ่นเท่านั้น เช่น การรับประทานสตอของชาวภาคใต้หรือบางจังหวัดทางภาคตะวันออก เป็นต้น ซึ่งสมัยก่อนคนภาคอื่น ๆ ไม่ค่อยรู้จัก แต่ปัจจุบันนี้การขนส่ง การค้าขาย และการเดินทางสะดวกขึ้น ทำให้การกระจายอาหารดีขึ้น คือ มีการนำพืชผักอาหารต่าง ๆ จากแห่งหนึ่งไปขายยังอีกแห่งหนึ่ง ซึ่งไม่มีการปลูกพืชชนิดนั้นในท้องถิ่นของตน

3. ภาวะทางโภชนาการ ความรู้ทางด้านโภชนาการเป็นสิ่งซึ่งมีอิทธิพลต่อนิสัยการบริโภค สื่อสารมวลชน เช่น หนังสือพิมพ์ วารสาร หนังสือ ตลอดจนวิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์ เป็นต้น ซึ่งเผยแพร่ข่าวสารด้านโภชนาการจะมีความสำคัญมากต่อนิสัยการบริโภคของประชาชน จะเห็นได้ว่าปัจจุบันนี้ภาวะทางโภชนาการดีขึ้นเด็กที่เกิดมารุ่นหลังส่วนใหญ่จะมีภาวะโภชนาการที่ดี เนื่องจากได้รับการฝึกให้นิสัยการบริโภคที่ดีมาตั้งแต่เด็ก ตัวอย่างเด็กญี่ปุ่นซึ่งเกิดมาในสมัยหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เด็กเหล่านี้จะเจริญเติบโตดีกว่าบรรพบุรุษ แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของโภชนาการต่อนิสัยการบริโภค

Martin (1971) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัยว่า

1. อาหารที่มีในท้องถิ่น หากท้องถิ่นใดมีอาหารบริบูรณ์ คนในท้องถิ่นนั้นย่อมมีโอกาสจะได้บริโภคอาหารที่มีคุณค่าเพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย ท้องถิ่นใดขาดแคลนอาหาร คนในท้องถิ่นก็จำเป็นต้องรับประทานอาหารอย่างจำกัด

2. ฐานะทางเศรษฐกิจ แต่ละครอบครัวจะสามารถซื้ออาหารที่มีขายในท้องตลาดมารับประทานได้มากน้อยเพียงไร และซื้ออาหารจำพวกใดบ้างนั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับรายได้ของครอบครัว

3. ความเคยชินในการรับประทานอาหารของครอบครัวแต่ละครอบครัวนั้นบางคราวมีเหตุผลเบื้องหลังที่เกี่ยวกับเชื้อชาติ ศาสนา และขนบธรรมเนียมประจำชาติ หรือความเชื่อของครอบครัวนั้น ๆ รวมทั้งนิสัยที่สืบเนื่องกันมาหลายชั่วคน

4. ขนบธรรมเนียมประเพณี

5. ภาวะทางอารมณ์และจิตใจ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสุข หรือ วิตกกังวลใจ ความชอบหรือไม่ชอบในอาหาร

6. ปฏิกริยาต่อกลิ่นและรสชาติของอาหาร บุคคลแต่ละคนมีปฏิกริยาต่อกลิ่นและรสชาติของอาหารไม่เหมือนกัน

7. อิทธิพลของการศึกษา ความรู้เรื่องคุณค่าอาหาร อาจเป็นเหตุผลสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อ การที่บุคคลนิยมรับประทานอาหารเพราะรู้คุณค่าของอาหารนั้น แสดงให้เห็นความสำคัญของการให้ความรู้ทางโภชนาการแก่ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กอันเป็นวัยที่นิสัยในการรับประทานกำลังจะเกิดขึ้น

กล่าวโดยสรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร ได้แก่ วัฒนธรรมประเพณี การผลิตและการกระจายของอาหาร การศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ และองค์ประกอบส่วนบุคคล

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในสังคมไทย (ยูพาพร, 2540)

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในสังคมไทยเรามีดังต่อไปนี้

1. ความสะดวกรวดเร็ว รสชาติอร่อย สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนไทยในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะปัญหาจราจร ทำให้ไม่มีเวลาในการประกอบอาหารที่บ้าน

2. การมีแหล่งอาหารที่หาซื้อได้ง่ายตามห้างสรรพสินค้าต่าง ๆ ที่มีระยะเวลาในการเปิดบริการสอดคล้องกับวิถีชีวิตการทำงานของคนในสังคมเมือง

3. สังคมให้คุณค่าของผู้ที่รับประทานอาหารจานด่วนว่าเป็นคนทันสมัย อันเนื่องมาจากกระแสการตลาดที่มาจากต่างประเทศ และค่านิยมเดิมที่ให้คุณค่ากับอาหาระประเทศ

4. มาตรฐานของราคามีความแน่นอน กำหนดตายตัว ทำให้ผู้ซื้อคาดประมาณงบประมาณของตนเองได้ถูกต้องว่าพอเพียงที่จะเข้าไปบริโภคได้หรือไม่ ซึ่งต่างจากอาหารประเภทอื่นที่ไม่มีมาตรฐานของราคากำหนดไว้
5. มาตรฐานของปริมาณอาหารและรสชาติ ที่มีความคงที่
6. มาตรฐานทางด้านการบริการ เช่น การพุดจา การแต่งกายของพนักงานบริการ การตกแต่งร้านที่มีความสวยงาม สะอาด สะดวกสบาย
7. การใช้กลยุทธ์ทางการตลาดในการเข้าถึงผู้บริโภค คือ ใช้รูปแบบธุรกิจระบบแฟรนไชส์ ทำให้สามารถขยายสาขาออกไปได้อย่างรวดเร็วเข้าถึงกลุ่มผู้บริโภคได้อย่างทั่วถึง
8. อิทธิพลทางการโฆษณา และสื่อมวลชน

ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วน

ความหมายของอาหารจานด่วน

อาหารจานด่วน (Franchise Fast Food) มีผู้ให้ความหมายของคำว่าอาหารจานด่วน อยู่หลายท่าน ดังนี้

สมศรี (2528) ให้ความหมายไว้ว่าฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารทันใจ เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนดวิช ไส้กรอก เป็นต้น

นภดล (2529) ให้ความหมายว่าฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารด่วนทันใจ เพราะ สะดวก รวดเร็วทันใจ

ปรีชา (2533) ให้ความหมายของฟาสต์ฟู้ด 2 ความหมาย คือ

ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปรับประทานได้ทันที เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด เป็นต้น

พาสต์ฟูด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปประเภทแช่แข็ง หรือห่อ ซึ่งอุ่น หรือเตรียมได้
อย่างรวดเร็ว

จากการที่มีผู้ให้ความหมายของอาหารพาสต์ฟูดต่าง ๆ กันนั้น ก็สรุปได้ว่าอาหารพาสต์ฟูด
หมายถึง อาหารจานด่วนที่บริการสะดวกรวดเร็ว เช่น อาหารประเภท แซมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช
ไก่ทอด พิซซ่า ไส้กรอก เป็นต้น ซึ่งในที่นี้จะขอใช้คำว่าอาหารจานด่วน แทน พาสต์ฟูด

ประวัติอาหารจานด่วน

นกดล (2529) ได้กล่าวถึงประวัติของอาหารจานด่วนไว้ว่าจุดเริ่มต้นของอาหารจานด่วน
น่าจะมาจากการทอดไส้กรอกเยอรมัน (หรือแฟรงเฟอ์เตอร์) เรขายไปตามท้องถนนขึ้นต่อมาก็มี
การนำขนมปังเข้ามารวมด้วยกลายเป็นฮอทดอก และวิวัฒนาการเป็นแซมเบอร์เกอร์ในระยะแรก ๆ
ก็มีแต่เนื้อกับขนมปัง เครื่องปรุงรสก็มีแต่ซอสมะเขือเทศ และมัสตาร์ด ต่อมาก็มีการเพิ่ม
เครื่องเคียงเข้าไป เช่น เนยแข็ง แวนมะเขือเทศ และผักสด เป็นต้น ต่อมาแซมเบอร์เกอร์
กลายเป็นอาหารนิคมบริษัทผู้จำหน่ายก็ต้องสรรหาสิ่งแปลกใหม่มาดึงดูดลูกค้าจากแซมเบอร์เกอร์
วงกลม ก็เปลี่ยนเป็นขนมปังแท่งยาว พอที่จะแบ่งกันสองคนได้อิ่ม หรืออาจจะเพิ่มเป็น
แซมเบอร์เกอร์ยักษ์สองชั้นหรือสามชั้นเพื่อให้มีขนาดใหญ่โตขึ้น

ส่วนประกอบของอาหารจานด่วนประเภทอาหาร ส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งสาลี แป้งข้าวโพด
เครื่องปรุงต่าง ๆ เช่น ซอส เนย น้ำสลัด เป็นต้น และพวกเนื้อสัตว์ต่าง ๆ เช่น เนื้อวัว เนื้อหมู ปลา
ไก่ ไช้ ไส้กรอก และผัก เช่น มันฝรั่ง เป็นต้น

ส่วนประกอบของอาหารจานด่วนประเภทขนมทำจากแป้งสาลี แป้งข้าวโพด นม เนย
น้ำตาล ครีม ถั่ว และผลไม้ ซึ่งต้องนำมาปรุงแต่งอีกครั้งหนึ่ง สำเร็จรูปออกมาแล้วมีชื่อเรียก
ต่าง ๆ กันออกไป เช่น แซมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช พิซซ่า เป็นต้น ส่วนประเภทขนม เช่น โดนัท เค้ก
และพาย เป็นต้น

ชนิดของอาหารจานด่วน

ทรงศักดิ์ และ วิชัย (2537) ได้กล่าวถึงชนิดของอาหารจานด่วนไว้ว่าอาหารจานด่วนที่มีการผลิตและบริการให้กับผู้บริโภค ในประเทศไทยมีมากมายหลายชนิด อาจนำมากล่าวเฉพาะอาหารหลักพอสังเขปได้ดังนี้

1. ไทยสไตล์ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารจานเดียว ตั้งแต่ขนมจีนน้ำยาของภาคใต้จนถึงขนมจีนน้ำเงี้ยวและข้าวซอยของภาคเหนือ ก๋วยเตี๋ยวเนื้อนานาชนิดของภาคกลาง ก๋วยเตี๋ยวจันทน์ ผัดไทยของภาคตะวันออก ข้าวหมูแดง เส้นหมี่ลูกชิ้นหมู และอาหารเจของภาคตะวันตก สำหรับอาหารจานด่วนของคนภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือ ข้าวเหนียว ส้มตำ ลาบ ไก่ย่าง หมูย่าง และต้มเครื่องในชนิดต่าง ๆ ด้วยวิทยาการด้านเทคโนโลยีสมัยใหม่ การพัฒนาบรรจุภัณฑ์ เทคโนโลยีการแปรรูป และการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์อาหารในรูปแบบใหม่ ๆ ทำให้มีการนำอาหารจานเดียวหลายชนิดไปผ่านการแช่เยือกแข็งด้วยระบบ IQF ผนวกกับบรรจุภัณฑ์แบบใหม่ เพื่อการจำหน่ายในประเทศและเพื่อการส่งออก เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวผัดกระเพรา ข้าวหน้าเป็ด ข้าวหมูแดง ผัดมกกะโรนี ข้าวหมกไก่ ข้าวหน้าไก่ และผัดซีอิ๊ว เป็นต้น และเทคโนโลยีขั้นสุดท้าย ก็คือ ตู้อบไมโครเวฟ เพื่อช่วยในการอุ่นอาหารให้ร้อนเหมือนอาหารพร้อมปรุงที่ทำใหม่ ๆ ซึ่งเป็นอาหารจานเดียวของคนรุ่นใหม่ในทศวรรษนี้

2. อเมริกันสไตล์ฟาสต์ฟู้ด หากกล่าวถึงอเมริกันสไตล์ฟาสต์ฟู้ด คงต้องยกให้แฮมเบอร์เกอร์มาเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาได้แก่ ไก่ทอด ไข่กรอก และเบคอนทอด ปัจจุบันมีอาหารอเมริกันสไตล์ไทย คือ ไก่ย่าง แต่ก็สู้ความนิยมในไก่ย่างอเมริกันสไตล์ไม่ได้ อเมริกันสไตล์ฟาสต์ฟู้ดนี้จะมีจำหน่ายเป็นชุด พร้อมเครื่องดื่ม ส่วนประกอบของอาหารอุดมด้วยเนื้อสัตว์ แป้ง นม และเนย การแปรรูปจะใช้เทคโนโลยีการอบและการทอดเป็นหลัก ทำการผลิตและให้บริการวันต่อวัน ด้านความสด และรสชาติคงที่

3. ฟาสต์ฟู้ดชนิดอื่น ๆ ปัจจุบันพิชซ่าซึ่งเป็นอาหารอิตาลี ได้เข้ามามีบทบาทเพิ่มขึ้น มีการพัฒนาส่วนประกอบของอาหาร ตลอดจนรสชาติให้เป็นอาหารสไตล์ไทย ๆ จึงเป็นอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดที่คนไทยนิยมมากชนิดหนึ่ง ซึ่งปัจจุบันได้รับความนิยมในเด็กและวัยรุ่นเป็นอย่างมาก

อันตรายจากอาหารจานด่วน

จากรายงานของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ (Center for Science in the Public Interest, CSPI) ในรัฐวอชิงตัน ดี.ซี. ซึ่งเป็นกลุ่มผู้บริโภค ก่อให้เกิดความตระหนักอย่างใหญ่หลวง สำหรับผู้นิยมบริโภคอาหารจานด่วน (รวมไปถึงบริษัทยักษ์ใหญ่ที่มีกิจการอาหารจานด่วนด้วย) เพราะการทอดอาหารจานด่วนนั้นใช้ไขมันสัตว์ (tallow) เป็นน้ำมันทอดเกือบทั้งหมด

แฟรงค์ แซคส์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แห่งคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยฮาร์เวิร์ด ได้ทำการทดสอบเฟรนช์ฟรายด์ (มันฝรั่งทอด) ของบริษัทยักษ์ใหญ่ทั้งหลาย เช่น แมคโดนัลด์ (McDonald's) เบอร์เกอร์คิง (Burger King), เว็นดี้ส์ (Wendy's), อาร์บีส์ (Arby's), บิ๊กบอย (Bigboy) และป๊อปอาย (Popeye) เป็นต้น ผลปรากฏว่าบริษัทเหล่านี้ใช้น้ำมันปาล์มซึ่งอ้วนตัวมากกว่าไขมันสัตว์เสียอีก

ซึ่งฝ่ายที่มีความเห็นต่อต้านการใช้ไขมันสัตว์และน้ำมันที่มีความอ้วนตัว ตั้งข้อสังเกตว่าเด็ก ๆ (ซึ่งเป็นลูกค้ำรายใหญ่ของอาหารจานด่วน) นับตั้งแต่อายุ 2 ขวบขึ้นไป กำลังเสี่ยงต่อการเป็นโรคผนังเส้นโลหิตแดงแข็งตัว (Arteriosclerosis) แม้ว่าอาการจะปรากฏชัดเมื่ออายุ 11 ขวบ อาการของโรคนี้เกิดขึ้นจากไขมัน และโคเลสเตอรอลเกาะจับเป็นแผ่นในผนังด้านในของเส้นโลหิต ซึ่งทำให้เส้นโลหิตตีบตัน และจากการชันสูตรศพของเด็กที่มีอายุระหว่าง 7-24 ปี จำนวน 35 ราย ผลการชันสูตรปรากฏว่า จะมีเพียง 6 รายเท่านั้น ที่ไม่มีผนังเส้นโลหิตแดงแข็งตัว (สมฤดี, 2535)

สถิติคนอเมริกันโดยเฉลี่ยแต่ละคนจะบริโภคโคเลสเตอรอลเป็นประจำวันละ 500 มิลลิกรัม ในทุก ๆ 100 มิลลิกรัมของโคเลสเตอรอลที่บริโภคเข้าไป ไขมันในเส้นโลหิตจะเพิ่มขึ้นประมาณ 5 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร (mg/dl) ระดับไขมันในโลหิตขนาด 200 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร ก็นับได้ว่าเริ่มเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจแล้ว ซึ่งหมายความว่า ในปัจจุบันนี้ คนอเมริกันประมาณร้อยละ 50 กำลังเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ เนื่องจากระดับโคเลสเตอรอลโดยเฉลี่ยในผู้ใหญ่เจริญวัย คือ 220 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร ซึ่งประมาณ 25-30 มิลลิกรัมได้มาจากอาหารที่บริโภคเป็นประจำทุกวัน ส่วน 70 มิลลิกรัมได้มาจากติดตัวมาตั้งแต่เกิด เพราะฉะนั้นจะเหลืออีก 120 มิลลิกรัม ก็จะมาจากกรดไขมันอ้วนตัวนั่นเอง คำแนะนำของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคหัวใจ คือ หลีกเลี่ยงไขมันอ้วนตัว ถ้าเป็นไปได้ให้ใช้ไขมันไม่อ้วนตัวแทน แต่ถึงอย่างไรต้องนับจำนวนแคลอรีเป็นประจำทุกวัน

ถ้าจำกัดอาหารได้จะสามารถลดโคเลสเตอรอลได้ร้อยละ 20-30 และลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจได้กว่าครึ่ง ส่วนการบริโภคไขมันของคนไทยนั้น ศิริลักษณ์ (2533) ได้เสนอว่า ประเทศที่กำลังพัฒนาควรบริโภคอาหารไขมันประมาณร้อยละ 6-10 ของแคลอรีทั้งหมด (ประมาณคนละ 11 กรัมต่อวัน) ส่วนประเทศที่พัฒนาแล้วควรบริโภคไขมันประมาณร้อยละ 35-44 ของแคลอรีทั้งหมด (ประมาณคนละ 50 กรัมต่อวัน) ในประเทศไทยมีการแนะนำให้บริโภคไขมันไม่น้อยกว่าร้อยละ 25 ของแคลอรีทั้งหมด ผู้ใหญ่ที่มีอายุเกิน 40 ปี ถ้ารับประทานอาหารที่มีไขมันสูงกว่าร้อยละ 40 และมีไขมันจากพืชในจำนวนน้อย อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้โลหิตมีปริมาณโคเลสเตอรอลสูงกว่าปกติ ทำให้เกิดโรคหัวใจได้ง่าย

อันตรายจากไขมันอิ่มตัว ไขมันอิ่มตัว คือ ไขมันที่เกาะออกมาจากส่วนที่เป็นเนื้อนำมาเจียวเป็นน้ำมัน ใช้ในการทอดอาหาร ซึ่งเป็นไขมันที่มีอันตรายร้ายแรงต่อร่างกาย เพราะเป็นไขมันที่มีความอึดตัวอย่างยิ่ง ไขมันที่มีความอึดตัวนี้กระตุ้นให้ร่างกายสร้างโคเลสเตอรอลและในขณะเดียวกัน จะลดความสามารถของร่างกายที่จะขับถ่ายโคเลสเตอรอลส่วนเกินออกจากร่างกาย จากรายงานการศึกษาวิจัยหลายครั้งที่เคยมีให้ผลยืนยันว่าในสังคมที่มีการบริโภคไขมันน้อยจะมีอัตราการเกิดมะเร็งต่ำ และแพทย์จะแนะนำให้ลดอาหารที่มีไขมันในรายที่เป็นเบาหวาน แต่สาเหตุที่สำคัญอยู่ที่ “โคเลสเตอรอล” เพราะไขมันในเส้นโลหิตนี้จะเป็นตัวการที่ก่อให้เกิดโรคหัวใจ ซึ่งโรคหัวใจที่เกิดจากเส้นโลหิตแดงแข็งตัว ลดจำนวนประชากรอเมริกันกว่า 700,000 คนต่อปี และคนอเมริกันอายุตั้งแต่ 22 ปีขึ้นไป จำนวนถึงร้อยละ 46 เริ่มมีอาการเส้นโลหิตหัวใจตีบตัน ซึ่งอาหารแต่ละจานที่มีไขมันอึดตัวก็จะเร่งเวลาตายให้เร็วขึ้นอีกนิด (นภดล, 2529)

จะเห็นได้ชัดว่า อาหารจานด่วนเป็นแหล่งเพิ่มไขมันเข้าสู่ร่างกายมนุษย์ ด้วยเหตุนี้สถาบันอนามัยแห่งชาติและองค์กรอื่น ๆ ในประเทศสหรัฐอเมริกาแนะนำให้ลดไขมันลงอีกกว่าร้อยละ 25 ซึ่งนั่นหมายความว่า ต้องลดการบริโภคไขมัน 67 กรัมต่อวัน (ปัจจุบันบริโภคกันประมาณ 89 กรัมต่อวัน) ในบางมื้อของอาหารจานด่วน แต่ละคนจะได้รับไขมันประมาณ 67 กรัม เริ่มต้นจากแฮมเบอร์เกอร์ก็มีไขมันมากพอแล้ว ยังมีเนยแข็งซึ่งเป็นไขมันเพิ่มเข้ามาอีก ยิ่งถ้าเป็นแฮมเบอร์เกอร์สองชิ้น ได้เนยแข็งแถมยังมีซอสซาด ซึ่งซอสบางอย่างเป็นมายองเนสเสียอีก

จากสถิติของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะและของแมคโดนัลด์เอง เฟรนช์ฟรายด์ มีไขมันอยู่ 11.5 กรัม มิลค์เชคขนาด 10.75 ออนซ์ มีไขมันอยู่ 9 กรัม บิ๊กแมคมีไขมัน 34 กรัม เนยแข็งมีไขมัน 61 กรัม

จากผลการศึกษาของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ ก็พอจะเชื่อได้ว่าไขมันที่ไม่อิ่มตัวประเภทเติมสารอื่นได้มาก (Polyunsaturated fat) เช่น น้ำมันจากดอกคำฝอย เป็นต้น นอกจากจะลดการสร้างโคเลสเตอรอลของร่างกายแล้ว ยังช่วยสลายโคเลสเตอรอลและขับถ่ายออกจากร่างกายอีกด้วย ส่วนไขมันประเภทไม่อิ่มตัวประเภทเติมสารอื่นได้น้อย (monounsaturated fat) เช่น น้ำมันมะกอกสามารถช่วยลดระดับโคเลสเตอรอลในร่างกายได้บ้าง

อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะเป็นไขมันหรือน้ำมันในรูปแบบใด นักวิจัยต่างเห็นพ้องเป็นเสียงเดียวกันว่าขอให้ลดการนำเข้าสู่ร่างกายให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ แม้ว่าไขมันไม่อิ่มตัวประเภทเติมสารอื่นได้มากจะช่วยลดระดับโคเลสเตอรอล

สถาบันมะเร็งแห่งชาติ ได้เสนอแนะให้ลดการบริโภคไขมันประจำวันลง จากผลการวิจัยในประเทศที่มีการบริโภคไขมัน จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง ส่วนการบริโภคไขมันในปริมาณที่มากก็ก่อให้เกิดมะเร็งได้หลายชนิด

ไขมันกับมะเร็งมีหลายทฤษฎีที่อธิบายการเกิดมะเร็ง ทฤษฎีหนึ่งที่คนส่วนใหญ่ยอมรับก็คือ น้ำดีเป็นสารกระตุ้นมะเร็งในลำไส้ใหญ่ และไขมันก็กระตุ้นให้มีการสร้างกรดน้ำดี น้ำดีที่ขับออกมามากมายจะกัดเนื้อเยื่อส่วนใหญ่ที่อยู่บริเวณผิวหนังและก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของเซลล์จนกลายเป็นเซลล์มะเร็งในที่สุด ไขมันที่มีอยู่ในระดับสูงจะมีผลกระทบต่อฮอร์โมน ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็ง อีกทฤษฎีที่น่าสนใจก็คือ แคลอรีที่มีอยู่อย่างมากมายจะเป็นอาหารที่หล่อเลี้ยงเนื้ออกให้เจริญเติบโตขึ้น ปริมาณไขมันที่สะสมในร่างกาย จะเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งมากกว่าที่บริโภคในอาหารประจำวัน (นภดล, 2529)

สารอาหารและพลังงานในอาหารจานด่วนนั้น ได้มีการวิเคราะห์ปริมาณสารอาหารที่ได้รับ ดังนี้คือ

สมทรง และจूरิพร (2534) ได้กล่าวถึงนักโภชนาการของสหรัฐอเมริกาที่ได้บอกว่าอาหารจานด่วนจะให้สารอาหารที่ไม่สมดุล เช่น พลังงาน เป็นต้น จะได้มากกว่าที่ร่างกายต้องการในแต่ละมื้อ ส่วนโปรตีนและไขมันก็เช่นเดียวกันคือ ในอาหารจานด่วนนี้จะให้สารอาหารพวกนี้มากเกินไป เพราะว่าในส่วนผสมจะใช้พวกแป้ง เนื้อสัตว์ และไขมันเป็นส่วนใหญ่ อาหารจานด่วน แต่ละชนิดจะให้พลังงานถึง 900-1,800 แคลอรี ซึ่งความต้องการพลังงานของ

คนเราตามปกติต้องการพลังงานเพียงวันละ 2,000-2,800 แคลอรีเท่านั้น ถ้ากินอาหารจานด่วน เพียงมื้อเดียวก็เท่ากับได้พลังงานเข้าไปเกือบเพียงพอกับความต้องการของร่างกายแล้ว

นอกจากนี้โปรตีนในอาหารจานด่วนมีถึงร้อยละ 50-100 ส่วนไขมันมีมากเพราะใช้เป็นส่วนประกอบอาหาร เช่น การทอดเนื้อสัตว์ มันฝรั่ง ใส่น้ำมันแข็งตรงกลางแฮมเบอร์เกอร์ หรือ โรยหน้าพิซซ่า เป็นต้น

ส่วนโซเดียมนั้น ตามปกติควรจะได้รับวันละ 1,100-3,000 มิลลิกรัม แต่ถ้ากินอาหารจานด่วน เช่น พิซซ่า 2 ชิ้น จะได้โซเดียมถึง 800-1,500 มิลลิกรัม

ในอาหารจานด่วนจะมีผักในปริมาณน้อย เมื่อเทียบกับความต้องการที่ร่างกายควรได้รับ และจะขาดสารอาหารพวกวิตามิน เอ และวิตามินซี

ตามปกติพลังงานที่เราได้รับเข้าไป ควรจะเป็นไขมันราวร้อยละ 30 แต่ถ้ากินแฮมเบอร์เกอร์ พลังงานที่ได้รับจากไขมันถึงร้อยละ 40 หรือกว่านั้น ถ้าเป็นชนิดไก่ปริมาณไขมันอาจเพิ่มสูงถึง ร้อยละ 58

ปริมาณเกลือโซเดียมในอาหารจานด่วน ในแซนวิชแต่ละคู่มักมีเกลืออยู่ตั้งแต่ 700-900 มิลลิกรัม ถ้าเป็นทริปเปิ้ลแฮมเบอร์เกอร์อาจมีถึง 1,953 มิลลิกรัมก็ได้ หากแถมเครื่องเคียงพวก มันทอดกับซอสมะเขือเทศยิ่งมีมากขึ้น ซึ่งการบริโภคเกลือมากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อหัวใจและไต เกลือโซเดียมจะมีคุณสมบัติอุ้มน้ำ เมื่อกินเค็มจัดปริมาณน้ำในตัวโดยเฉพาะในโลหิตจะสูงขึ้น ทำให้มีแนวโน้มว่าจะเกิดโรคความดันโลหิตสูงมากขึ้น ไตทำงานหนักอาจทำให้ไตเสื่อมเร็ว ถ้าผู้ที่ชอบรับประทานเค็มจัดเป็นโรคหัวใจอยู่แล้ว อาการของโรคหัวใจจะกำเริบรุนแรงขึ้น อาจถึงขั้นตายได้

ที่สหรัฐอเมริกาแพทย์เริ่มเป็นห่วงถึงสารไอโอดีน พบว่าในอาหารจานด่วนหลายอย่างมี ปริมาณสารไอโอดีนมากเกินไปจนขนาด ไอโอดีนนี้พบในสารตัวทำให้ขนมปังฟู นอกจากนั้นไอโอดีน ยังปนเปื้อนอยู่ในเนื้อสัตว์จากแหล่งที่ใช้อาหารสัตว์ที่เติมสารไอโอดีนเข้าไป การได้รับไอโอดีน เข้าไปเกินขนาดนอกจากจะกระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติหน้าที่ของต่อมไทรอยด์แล้ว ยังอาจทำให้เกิดพิษขึ้นได้

สิ่งที่ขาดในอาหาร जानค่วน คือ เส้นใยพืช ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่าเส้นใยพืช มีความสำคัญช่วยแก้อาการท้องผูก และเชื่อว่าถ้าบริโภคเส้นใยพืชไม่เพียงพอจะมีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งในลำไส้ใหญ่สูงขึ้น

อาหาร जानค่วนจะขาดสารอาหารหลายอย่าง เช่น ไบโอดีน กรดโฟลิก กรดแพนโทเทนิก เหล็ก ทองแดง แคลเซียม แมกนีเซียม วิตามิน บี 6 วิตามิน อี และวิตามิน ซี เป็นต้น

อาหาร जानค่วนที่นิยมมาก ได้แก่ แซมเบอร์เกอร์กับมันทอด (เฟรนช์ฟรายด์) ตามด้วย มิลค์เชค หรือนมผสมไอศกรีม ขาดผัก หรือผลไม้ มันฝรั่งมีแต่แป้งเป็นส่วนใหญ่ จัดอยู่ในหมู่ข้าว เพราะไม่มีสารอาหาร และกากเหมือนผักใบสีเขียว

รองริน (2533) ได้วิเคราะห์ว่า จำนวนโปรตีนจากสัตว์ 70 กรัม และโปรตีนจากพืช 30 กรัม ในแต่ละกรัมจะเป็นปริมาณ 2 เท่าของที่ร่างกายคนธรรมดาต้องการ ครั้งหนึ่งของโปรตีนที่เกินกว่า ความจำเป็นจะไปพอกเป็นไขมันในร่างกายและทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ

อาหารมือแซมเบอร์เกอร์ตามแบบฉบับของอเมริกัน ประกอบด้วย บีกแมค หรือวอปเปออร์ ของเบอเกอร์คิงก์ เฟรนช์ฟรายด์ และชีสโกแลต ให้พลังงานถึง 1,200 แคลอรี นอกจาก ตัวแซมเบอร์เกอร์เองซึ่งขาดสารอาหาร และเนื้อไขมันสูงไม่เหมาะแก่สุขภาพแล้วยังมีปัญหาเพิ่ม จากเครื่องดื่มควบคู่ ที่มีปริมาณน้ำตาลสูงอย่างน้ำอัดลม และมิลค์เชค

นอกจากนี้ รองริน (2533) ยังได้เพิ่มเติมอีกว่า แซมเบอร์เกอร์มีส่วนประกอบ คือ ขนมนึ่ง และไส้เป็นพวกเนื้อ สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล ศึกษาเมื่อปี พ.ศ. 2533 พบว่า ในแซมเบอร์เกอร์ชิ้นหนึ่งให้พลังงานประมาณ 250 แคลอรี มีโปรตีนประมาณ 22 กรัม ไขมัน ประมาณ 16 กรัม อาหารพวกนี้มีไขมันสูงเพราะการทำเนื้อแซมเบอร์เกอร์นั้น มักจะใส่ไขมัน ค่อนข้างมาก คือมีไขมันประมาณร้อยละ 50 ของจำนวนแคลอรีทั้งหมด

จากการทบทวนเอกสารเรื่องอาหาร जानค่วน พบว่าอาหาร जानค่วนเป็นอาหารที่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ เนื่องจากมีสารอาหารจำพวก คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน และโซเดียม ในปริมาณที่มากเกินไปเกินความต้องการของร่างกายแล้วยังมีปัญหาเพิ่มจากเครื่องดื่มควบคู่ที่มีปริมาณ น้ำตาลสูงอย่างน้ำอัดลมและมิลค์เชค นอกจากนี้อาหาร जानค่วนยังขาดเส้นใยอาหารซึ่งจำเป็นต่อ

ระบบขับถ่ายของร่างกาย และช่วยป้องกันการเกิดโรคมะเร็งในลำไส้ได้ เมื่อรับประทาน อาหารจานด่วนอย่างต่อเนื่องจะทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนขึ้นตั้งแต่ในวัยเด็ก เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็จะมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคภัยต่าง ๆ ตามมา ดังนั้นควรมีการกระตุ้นเตือน ให้ประชาชนได้ทราบถึงคุณประโยชน์ของการเลือกรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ และตระหนัก ถึงโทษของการรับประทานอาหารจานด่วน โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนที่กำลังเจริญเติบโต เป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญของประเทศชาติสืบต่อไป เนื่องจากปัจจุบันพบว่าเด็กวัยเรียน มีภาวะโภชนาการเกินเพิ่มขึ้น ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัด นนทบุรี เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขภาวะโภชนาการเกินตามกลวิธีการดำเนินงานทางสุขศึกษา

ทฤษฎีที่นำมาใช้ในการวิจัย

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยครั้งนี้ คือ

ทฤษฎี PRECEDE MODEL

คำว่า PRECEDE ย่อมาจาก Predisposing Reinforcing Enabling Causes in Educational Diagnosis and Evaluation ซึ่งหมายถึง กระบวนการใช้ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ในการวินิจฉัยและประเมินผลการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ในเรื่องของ PRECEDE MODEL Green (อ้างถึงใน ชนวรรธน, 2542) เป็นกรอบแนวคิด ในการวิจัยครั้งนี้ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการดำเนินงานในลักษณะของการเริ่มต้นจาก สภาพการณ์ที่เป็นอยู่หรือผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นแล้วพิจารณาย้อนกลับไปยังสาเหตุว่าเป็นเพราะอะไร ทำให้หรือมีสาเหตุมาจากอะไร กล่าวคือ เป็นกระบวนการที่วิเคราะห์ย้อนกลับว่าสิ่งที่เป็นอย่างนั้น ได้มีองค์ประกอบหรือปัจจัยนำอะไรบ้างที่ทำให้เกิดผลลัพธ์หรือสภาพดังปรากฏ

Green (1980) เป็นผู้พัฒนา PRECEDE MODEL ขึ้นมาและนำไปอธิบายในกระบวนการ สุขศึกษาสำหรับการดำเนินงานสุขศึกษาในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งสามารถจำแนกออกได้เป็น 7 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เป็นการพิจารณาและวิเคราะห์คุณภาพชีวิตโดยการประเมินปัญหาต่าง ๆ ของประชากรกลุ่มต่าง ๆ ซึ่งปัญหาต่าง ๆ ที่ประเมินได้เป็นเครื่องชี้วัดระดับคุณภาพชีวิตของประชากร

ขั้นตอนที่ 2 เป็นการวิเคราะห์ว่ามีปัญหาสุขภาพอะไรบ้างที่เป็นปัญหาสำคัญอยู่ในสังคมหรือในกลุ่มประชากรที่ศึกษา โดยอาศัยข้อมูลต่าง ๆ ที่มีอยู่ก่อนแล้ว หรือข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมขึ้นใหม่โดยวิธีการต่าง ๆ แล้วทำการเลือกปัญหาสุขภาพที่ควรได้รับการแก้ไข

ขั้นตอนที่ 3 ทำการวิเคราะห์หาพฤติกรรมสุขภาพ ที่เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาสุขภาพที่ได้วิเคราะห์แล้วในขั้นตอนที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพที่วิเคราะห์ในขั้นตอนนี้เป็นเป้าหมายสำคัญของการดำเนินงานสุขศึกษาที่ต้องได้รับการเปลี่ยนแปลงให้เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 4 เป็นการวิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งได้รับการจำแนกออกเป็น 3 กลุ่มด้วยกันคือ ปัจจัยนำ (Predisposing factors) ปัจจัยเอื้อ (Enabling factors) และปัจจัยเสริม (Reinforcing factors) ปัจจัยนำ ได้แก่ เจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม และการรับรู้ของบุคคลที่เอื้ออำนวยหรือยับยั้งแรงจูงใจของบุคคลที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ทักษะในการกระทำนั้น ๆ แหล่งทรัพยากร ความสามารถเข้าถึงบริการ เป็นปัจจัยสนับสนุนหรือยับยั้งการเกิดพฤติกรรม ปัจจัยเสริม ได้แก่ อุปสรรค และปัญหาต่าง ๆ หรือสิ่งต่าง ๆ ที่จะขัดขวางหรือเอื้ออำนวยให้บุคคลได้กระทำการหรือมีประสบการณ์โดยตรงในเรื่องที่ต้องการเปลี่ยนแปลง

ขั้นตอนที่ 5 เป็นการวิเคราะห์หาแนวทางหรือวิธีการที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในปัจจัยต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ตามที่ต้องการ

ขั้นตอนที่ 6 เป็นการดำเนินงานตามกลวิธีและวิธีการทางสุขศึกษาในลักษณะต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับปัจจัยทางพฤติกรรม และตามแนวทางในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ เหล่านั้น

ขั้นตอนที่ 7 เป็นการประเมินผลการดำเนินงาน การประเมินผลมิได้เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการดำเนินงานแต่อย่างใด แต่เป็นส่วนของการดำเนินงานที่ผสมผสานอยู่ในการดำเนินงานตั้งแต่การวางแผนดำเนินงานแล้ว โดยการกำหนดเป็นวัตถุประสงค์ของการประเมินในแต่ละขั้นตอนเอาไว้ตั้งแต่แรก และต่อเนื่องกันไป ตั้งแต่ก่อนการดำเนินงานจนถึงสิ้นสุดการดำเนินงาน และภายหลังการดำเนินงาน

การวินิจฉัยสังคม (Social Diagnosis) เพื่อการวิเคราะห์ปัญหาสังคมเป็นการดำเนินงานขั้นแรกของกระบวนการสุขศึกษาตาม PRECEDE MODEL ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการวางแผนสุขศึกษา การวินิจฉัยสังคมมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ 6 ประการด้วยกัน คือ

1. เพื่อวิเคราะห์หาสิ่งที่เกี่ยวข้อง หรือเป็นตัวกำหนดคุณภาพชีวิตในประชากรเป้าหมาย
2. เพื่อวิเคราะห์และทำความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตที่ปรากฏอยู่ในสังคมโดยใช้ข้อมูลที่มีอยู่ และข้อมูลที่ศึกษาโดยวิธีการต่าง ๆ
3. เพื่อกำหนดภาวะของปัญหาสังคมในส่วนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
4. เพื่อหาเหตุผลโดยละเอียดสำหรับชี้ชัดให้เห็นถึงความสำคัญของปัญหาที่ได้วิเคราะห์แล้ว
5. เพื่อหาเหตุผลที่เพียงพอสำหรับการดำเนินงานสุขศึกษา เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวนั้น ๆ
6. เพื่อหาเหตุผลที่ชัดเจนสำหรับใช้เป็นพื้นฐาน สำหรับการประเมินโครงการในเชิงเศรษฐกิจ

การวินิจฉัยทางวิทยาการระบาด (Epidemiological Diagnosis) เป็นการวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพที่เป็นส่วนหนึ่งของปัญหาสังคมหรือมีผลกระทบมาจากปัญหาสังคม โดยอาศัยวิธีการวิเคราะห์ตามหลักการทางด้านวิทยาการระบาด ข้อมูลทางด้านวิทยาการระบาดจะชี้ให้เห็นถึงการเจ็บป่วย การเกิดโรค และภาวะสุขภาพ ความชุกชุมของโรค หรือการเจ็บป่วย และภาวะสุขภาพการกระจายของการเจ็บป่วย และภาวะสุขภาพ ตลอดจนปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยและการกระจายในลักษณะที่เป็นอยู่ การวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจะช่วยชี้แจงเรื่องลำดับความสำคัญของปัญหาเพื่อประโยชน์ในการวางแผนดำเนินงาน

การวิเคราะห์พฤติกรรม (Behavioral Diagnosis) ใน PRECEDE MODEL คำว่า ปัญหาพฤติกรรม หมายความว่า พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เชื่อว่าบุคคลได้กระทำไปแล้วทำให้เกิดปัญหาสุขภาพขึ้นในประชากรเป้าหมายที่ต้องการแก้ไขปัญหา เมื่อได้ทำการวิเคราะห์แล้วก็จะทราบได้ว่า

พฤติกรรมที่ต้องการได้แก่อะไรบ้าง ซึ่งจะสามารถกำหนดแนวทางและวิธีการเปลี่ยนแปลงได้ตามวัตถุประสงค์ ปัญหาสุขภาพประกอบด้วยปัญหาที่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรม และปัญหาที่ไม่ได้มีสาเหตุมาจากพฤติกรรม แม้ว่าการวินิจฉัยพฤติกรรมจะมุ่งเน้นไปที่พฤติกรรมแต่ก็ควรจะได้พิจารณาถึงสาเหตุต่าง ๆ ที่ไม่ได้เป็นพฤติกรรมควบคู่กันไปด้วย

การวินิจฉัยทางการศึกษา (Educational Diagnosis) การวินิจฉัยทางการศึกษาเป็นการวิเคราะห์หาสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในกระบวนการสุขภาพศึกษาตาม PRECEDE MODEL ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพจำแนกออกได้เป็น 3 จำพวกด้วยกัน คือ ปัจจัยนำ (Predisposing factor) ปัจจัยเอื้อ (Enabling factors) และปัจจัยเสริม (Reinforcing factors) โดยที่ปัจจัยแต่ละจำพวกมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในลักษณะที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ปัจจัยนำเป็นปัจจัยที่ช่วยในการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้ เจตคติ ความเชื่อ และค่านิยม สำหรับปัจจัยเอื้อเป็นปัจจัยที่ช่วยให้บุคคลที่มีแรงจูงใจภายในตัว หรือมีความปรารถนาอยู่แล้วสามารถกระทำการได้ตามที่พึงประสงค์ ซึ่งได้แก่ประสบการณ์ตรง ความเคยชิน และการใช้ทรัพยากรต่าง ๆ ได้อย่างพอเพียงและทั่วถึง ส่วนปัจจัยเสริมเป็นปัจจัยที่เกิดขึ้นภายหลังจากที่บุคคลได้แสดงพฤติกรรม หรือกระทำการในเรื่องหนึ่งเรื่องใดไปแล้ว และได้รับผลในลักษณะของการกระตุ้นเตือน การยกย่อง การว่ากล่าว การแนะนำ ตลอดจนปฏิบัติการต่าง ๆ ที่ได้รับจากบุคคลอื่น เช่น เพื่อน พ่อแม่ ครู แพทย์ พยาบาล

ปัจจัยนำ (Predisposing factors)

ปัจจัยนำ (Predisposing factors) ปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น ความเชื่อ การรับรู้ ทักษะคิด ดังกล่าวนี้อาจจะช่วยเหลือหรือขัดขวางยับยั้งการเกิด หรือการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมสุขภาพก็ได้แล้วแต่ระดับและทิศทางของปัจจัย โดยทั่วไปแล้วการเพิ่มความรู้ไม่จำเป็นจะต้องทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสมอไป เพียงแต่พบว่าความรู้ และพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันเท่านั้น แม้ว่าความรู้ด้านสุขภาพเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการปฏิบัติด้านสุขภาพของบุคคลแต่ต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ อีกมากที่มีอิทธิพลมากพอต่อการเกิดแรงจูงใจของบุคคล ที่จะใช้ความรู้ที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจประพฤติปฏิบัติหรือกระทำการต่าง ๆ ได้

ความเชื่อเกี่ยวกับสุขภาพ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเป็นอย่างมาก ค่านิยมด้านสุขภาพ และค่านิยมในด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุขภาพเป็นส่วนสำคัญของพฤติกรรมในบุคคลใดก็ตาม

ถ้าค่านิยมต่าง ๆ สอดคล้องกันก็จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสูง แต่ถ้ามีการขัดแย้งกันของค่านิยมต่าง ๆ ก็จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมต่ำ ดังนั้นในการดำเนินงานสุขศึกษา จึงจำเป็นต้องพิจารณาหากวิธีที่เหมาะสมที่จะสร้างค่านิยมทางสุขภาพ หรือลดความขัดแย้งกันระหว่างค่านิยมทางสุขภาพกับค่านิยมในด้านอื่น ๆ ให้มากที่สุด

ทัศนคติ หมายถึง แนวโน้มของจิตใจหรือความรู้สึกที่คงที่ ที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด บุคคลหนึ่งบุคคลใด หรือสถานการณ์หนึ่งสถานการณ์ใด เป็นผลมาจากประสบการณ์ และความเชื่อที่สะสมกันมา และผ่านการประเมินคุณค่าในลักษณะของดี หรือไม่ดี โดยบุคคลนั้น ๆ แล้ว ถ้าทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดเป็นไปในทิศทางใด พฤติกรรมหรือการกระทำจะเป็นไปในทิศทางนั้น

ปัจจัยเอื้อ (Enabling factors)

ปัจจัยเอื้อ (Enabling factors) เป็นปัจจัยสิ่งแวดล้อมภายนอกที่สนับสนุนให้ความสะดวกสบายแก่การทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมสุขภาพ การที่บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ในการกระทำต่าง ๆ ต้องอาศัยประสบการณ์ที่มากพอและเกิดทักษะในเรื่องนั้น ดังนั้นในการดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ จึงจำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ในลักษณะของปัจจัยเอื้อให้มาก เพื่อบุคคลได้มีประสบการณ์ และมีทักษะทางสุขภาพที่มากพอที่จะเป็นแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ขึ้นได้

ปัจจัยเสริม (Reinforcing factors)

ปัจจัยเสริม (Reinforcing factors) เป็นปัจจัยที่แสดงให้เห็นของบุคคลในการปฏิบัติหรือพฤติกรรมสุขภาพได้รับการสนับสนุนหรือไม่เพียงใด ลักษณะและแหล่งของปัจจัยเสริมจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับโครงการสุขภาพหรือการดำเนินงานสุขศึกษา เช่น การดำเนินงานสุขศึกษาในโรงเรียน หรือสถานศึกษาในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นนักเรียน นักศึกษา ปัจจัยเสริมที่สำคัญ ได้แก่ เพื่อนของนักเรียน ครูอาจารย์ บุคลากรอื่น ๆ ในโรงเรียน พ่อแม่ผู้ปกครอง หรือบุคคลอื่น ๆ ในครอบครัว

สรุปจากทฤษฎี PRECEDE MODEL เป็นกระบวนการที่วิเคราะห์ย้อนกลับว่าสิ่งที่ เป็นอยู่นั้นได้มีองค์ประกอบหรือปัจจัยอะไรบ้างที่เป็นสาเหตุ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎี PRECEDE MODEL มาวิเคราะห์ปัญหาภาวะโภชนาการเกิน จากพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี นั้นมีปัจจัยและ องค์ประกอบอะไรบ้าง ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งเป็นข้อมูล เบื้องต้นสำหรับการหาแนวทางและวิธีการดำเนินงานตามกลวิธีทางสุขศึกษาในการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี เพื่อแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน อนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี และเป็นแนวทางในการดำเนินงานสุขศึกษาในการแก้ปัญหา ภาวะโภชนาการเกินของเด็กระดับประถมศึกษาซึ่งขึ้นอยู่กับบริบทของกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษา

รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมีดังนี้

สมฤดี (2535) ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของเด็กนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีความรู้ และการปฏิบัติในการบริโภค อาหารด่วนทันใจอยู่ในระดับพอใช้ ส่วนเจตคติอยู่ในระดับค่อนข้างดี นักเรียนที่มีเพศ ผู้ปกครอง และแหล่งข้อมูลข่าวสารแตกต่างกัน มีความรู้ในการบริโภคอาหารด่วนทันใจแตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ ส่วนเจตคติ และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน และนักเรียนที่อาชีพของผู้ปกครอง และฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครองแตกต่างกันมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารด่วนทันใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความรู้ และเจตคติไม่แตกต่างกัน

ชไมพร (2539) ทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบคุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภคของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน โรงเรียนเซนต์จอห์น และโรงเรียน สาธิตวัดพระศรีมหาธาตุวิทยาลัยครูพระนคร อายุ 16 – 19 ปี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มนักเรียนชาย ที่บริโภคอาหารจานด่วน 2 วัน ได้รับสารอาหารไขมัน วิตามินบี 1, บี 2 และ โคลเลสเตอรอล

มากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนกลุ่มนักเรียนหญิงที่บริโภคอาหารจานด่วน 2 วัน ได้รับพลังงาน และสารอาหารไขมันมากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรต เหล็ก วิตามินเอ วิตามินซี ไนอาซิน และเส้นใยอาหารน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผลการศึกษายังชี้ให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูงมีการบริโภคอาหารที่มีไขมันและโคเลสเตอรอลในปริมาณมาก และมีเส้นใยอาหารน้อย แม้จะไม่ได้บริโภคอาหารจานด่วนก็ตาม และการบริโภคอาหารจานด่วนจะเพิ่มพลังงาน และไขมันในอาหารให้สูงขึ้น จึงควรจัดให้มีโปรแกรมโภชนศึกษาเพื่อส่งเสริมการบริโภคผัก ผลไม้ และนมแทนการบริโภคอาหารไขมันสูง

ยุพาพร (2540) ศึกษาการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลดี และพฤติกรรมการบริโภคอาหารดีขึ้นกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การรับรู้ความสามารถตนเองมีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับการศึกษา อาชีพของบิดา มารดา และรายได้ของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ชี้ให้เห็นว่าการจัดโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง ร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองและเพื่อน มีผลทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนลดลง และบริโภคอาหารไทยเพิ่มขึ้น

วิธี (2541) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านตัวบุคคล ได้แก่ เพศ ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วน ด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ด้านราคาของอาหาร ด้านความสะดวกรวดเร็ว ด้านการตกแต่ง และทำเลที่ตั้งของอาหาร อิทธิพลของเพื่อน อิทธิพล

ของสื่อโฆษณา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และตัวพยากรณ์ที่เรียงลำดับจากที่ส่งผลมากที่สุดไปยังน้อยที่สุด ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจและครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลจากเพื่อน ตามลำดับ และสามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศุภาวดี (2543) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 เพศ ระดับการศึกษาของบิดามารดา และรายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการสอนโดยการจัดโปรแกรมสุขศึกษา สามารถสร้างความเข้าใจ ทำให้เกิดการเรียนรู้ มีผลทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนลดลง และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องหลักโภชนาการมากขึ้น

สรุปจากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน พบว่าส่วนใหญ่มีการศึกษาทำวิจัยในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยม ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาวิจัยในเด็กระดับประถมศึกษา เนื่องจากปัจจุบันพบว่าเด็กระดับประถมศึกษามีภาวะโภชนาการเกินเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ การป้องกันมิให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและแก้ไขระยะแรกเมื่อเริ่มมีภาวะนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง ซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไข สามารถกระทำได้ง่ายกว่าวัยอื่น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี เนื่องจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีภาวะโภชนาการเกินติดอันดับที่ 1 ของระดับจังหวัด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร มีดังนี้

พิมพร (2530) ได้ศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนเทศบาลเขตการศึกษา 8 กลุ่มตัวอย่าง 400 คน พบว่านักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคอยู่ในระดับค่อนข้างดี นักเรียนหญิงมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคดีว่านักเรียนชาย และนักเรียนหญิงมีเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคอยู่ในระดับดี นักเรียนชายและหญิงมีเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการปฏิบัตินั้นนักเรียนหญิงมีการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคดีว่านักเรียนชาย

ศิริลักษณ์ (2530) ได้ศึกษาเกี่ยวกับทัศนคติ และพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง พบว่า การโฆษณาทางโทรทัศน์มีความสำคัญในการโฆษณาอาหารมากสำหรับโรงเรียนในเขตเมืองถึงร้อยละ 78 ทั้งการโฆษณา และอาหารว่างนั้นมีอิทธิพลในการจูงใจให้มีการซื้ออาหารว่างที่ผลิตขึ้นใหม่

สุภาภรณ์ (2530) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแบบสหศึกษามีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง มีเจตคติ และการปฏิบัติอยู่ในเกณฑ์ดี นักเรียนชาย และนักเรียนหญิงมีความรู้ และการปฏิบัติไม่ต่างกัน มีเจตคติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ฉันทนา (2532) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโครงการสุขศึกษา ที่มีต่อพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับความปลอดภัยในการบริโภคเกี่ยวกับสี่ผสมอาหารดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโครงการสุขศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรบริโภคเกี่ยวกับสี่ผสมอาหารสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ช่อเพชร (2532) ได้ศึกษาความรู้เรื่องวัตถุดิบในอาหารและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีความรู้ และมีการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันอยู่ในเกณฑ์พอใช้ นักเรียนที่ผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน

มีความรู้เรื่องวัตถุเจือปนในอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักเรียนที่มีความแตกต่างกันในเรื่องเพศ อาชีพของผู้ปกครอง และแหล่งข่าวสารความรู้ เรื่องวัตถุเจือปนในอาหาร มีความรู้ในเรื่องวัตถุเจือปนในอาหารไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่ผู้ปกครองมีอาชีพแตกต่างกัน มีการนำความรู้ไปใช้แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนักเรียนที่มีความแตกต่างกันในด้านเพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง แหล่งข่าวสารความรู้ มีการนำความรู้ไปใช้ไม่แตกต่างกันและพบว่า ความรู้เรื่องวัตถุเจือปนในอาหารและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สนองพร (2532) ได้ศึกษาประสิทธิผลของการจัดโปรแกรมสุขศึกษา โดยใช้แรงสนับสนุนทางสังคมจากครู และผู้นำนักเรียนทางด้านสาธารณสุขต่อพฤติกรรมการดื่มนมถั่วเหลืองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 140 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 76 คน กลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 64 คน ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากทดลองคะแนนเฉลี่ยความรู้ในเรื่องคุณค่า และประโยชน์ของนมถั่วเหลืองของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษาสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการดื่มนมถั่วเหลือง ของกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดื่มนมถั่วเหลืองของกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกับกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จำนวนการดื่มนมถั่วเหลืองที่ได้รับการติดตามผล ไม่แตกต่างกับกลุ่มเปรียบเทียบ และปัจจัยด้านสังคมและเศรษฐกิจ ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา รายได้ของบิดามารดา ค่าขนมของนักเรียนต่อวัน และการดื่มนมจากที่บ้าน ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ในเรื่องคุณค่าและประโยชน์ของนมถั่วเหลือง แต่พบว่า ระดับการศึกษาของบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับทัศนคติต่อการดื่มนมถั่วเหลือง และการดื่มนมจากที่บ้านมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคนมถั่วเหลืองจากโรงเรียน

ศิริพร (2536) ทำการศึกษาแบบแผนการบริโภคอาหารว่างของเด็กอ้วน และเด็กปกติ อายุ 7-9 ปี โรงเรียนเอกชน กรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กอ้วน และเด็กปกติส่วนใหญ่นิยมการบริโภคอาหารว่างในช่วงบ่าย เด็กอ้วนบริโภคอาหารว่างบ่อยครั้งกว่าเด็กปกติ และบริโภคอาหารว่างปรุงรสบรรจุสำเร็จรูป และอาหารอื่น ๆ บ่อยครั้งมากกว่าเด็กปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นวลกนก (2537) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหารที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ มีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมด้านสุขวิทยาในการบริโภคอาหารระหว่างกลุ่มก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน แต่ภายหลังการสอน กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อเปรียบเทียบพลังงานและสารอาหารหลักเฉลี่ยก่อนและหลังการสอน กลุ่มทดลองได้รับจำนวนแคลอรีจากพลังงานและจำนวนกรัมจากสารอาหารหลักเฉลี่ย คือ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต และไขมัน หลังการสอนสูงกว่าก่อนการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับพลังงาน และสารอาหารหลักเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน สรุปผลการศึกษาในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการสอนโดยโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหาร สามารถสร้างความเข้าใจ ทำให้เกิดการเรียนรู้และมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการมากขึ้น

ณัฐติวงศ์ (2539) ได้ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 382 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีเพศต่างกัน มีความรู้และเจตคติในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนการปฏิบัติพบว่าไม่แตกต่างกัน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน มีเจตคติและการปฏิบัติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนความรู้พบว่าไม่แตกต่างกัน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่อาชีพของผู้ปกครองและฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครองต่างกัน มีความรู้ในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ตามลำดับ ส่วนเจตคติ และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีลักษณะของครอบครัวต่างกันมีความรู้ เจตคติและการปฏิบัติในการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีแหล่งข้อมูลข่าวสารต่างกัน มีเจตคติในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนความรู้ และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน และความรู้กับเจตคติ ความรู้กับการปฏิบัติ และเจตคติกับการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์กันเชิงนิมิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ศรีรัตน์ (2539) ที่ทำการศึกษาศึกษาการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดมูลจินดาราม จังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากทดลองกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ความคาดหวังในความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลดี และพฤติกรรมกรเลือกบริโภคอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเพิ่มขึ้น การบริโภคขนมขบเคี้ยวลดน้อยลงดีขึ้นกว่าเดิม และพบว่า ความคาดหวังในความสามารถตนเองในการบริโภคอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงทดแทนขนมขบเคี้ยว ความคาดหวังในผลดีของการบริโภคอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงทดแทนขนมขบเคี้ยวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรเลือกบริโภคอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเพิ่มขึ้น และการบริโภคขนมขบเคี้ยวลดน้อยลง

กนกพร (2540) ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจของวัยรุ่นตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมสุขภาพที่มีปัญหามากที่สุด คือ การขาดการออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่มีไขมันและแคลอรีสูง และการดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีน

ทักษิณา (2540) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโครงการโภชนศึกษาเพื่อลดระดับไขมันในเลือดของวัยรุ่นอ้วนชายโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์ กรุงเทพมหานคร โดยศึกษาในโรงเรียนโยธินบูรณะ เขตดุสิต จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมกรบริโภคอาหารไขมันและพลังงานลดลง จากก่อนการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม ในเรื่องของความรู้ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กัลยา (2541) ได้ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี พบว่านักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 14.5 ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารถูกต้องปานกลางคิดเป็นร้อยละ 66.9 และพบว่าบางส่วนมีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ได้แก่ การบริโภคขนมขบเคี้ยว อาหารทอดและน้ำอัดลม ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ความรู้เรื่องโภชนาการของเด็กวัยเรียน รายได้ครอบครัว การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภค

ระดับการศึกษาของบิดามารดาและเด็กวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยรวมไม่แตกต่างกัน

กมลลา (2541) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษาในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น จำนวน 396 คน พบว่า ความชอบอาหาร ความรู้ด้านโภชนาการ ประวัติความเจ็บป่วย ความเพียงพอของรายได้ ผลผลิต อิทธิพลจากครอบครัว การบริโภคอาหาร รายได้ต่อเดือนต่อคน เป็นปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เสาวรส (2541) ได้ศึกษาปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารและเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 450 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถาม พบว่าปัจจัยที่ทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ทัศนคติต่อการบริโภค รายได้ของครอบครัว การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโภชนาการและความรู้เรื่องโภชนาการ โดยสามารถรวมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้ร้อยละ 61.70 และวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน

ชญาณิชฐ์ (2543) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้และเจตคติอยู่ในระดับดี และมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง นักเรียนที่มีเพศต่างกันมีความรู้และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารว่างไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่มีอาชีพของผู้ปกครอง รายได้มาโรงเรียน และมีความเชื่อต่างกัน มีความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารว่างไม่แตกต่างกัน และพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน ด้านความรู้กับเจตคติ และเจตคติกับการปฏิบัติมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความรู้ไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

สนทยา (2544) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร รวมทั้งศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 325 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มหลายขั้นตอน (Multistage random sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบสอบถาม แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) การทดสอบค่าเอฟ (F-test) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง เพศของนักเรียน อาชีพผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัว ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ความรู้และค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การได้รับการสนับสนุนทางสังคม ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและอิทธิพลจากสื่อสารมวลชนสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนได้ร้อยละ 31.20

ลลิตา (2545) ได้ทำการศึกษาเรื่องสถิติวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายที่มีภาวะโภชนาการเกินในจังหวัดกำแพงเพชร มีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติและมีภาวะโภชนาการเกิน รวมทั้งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการปกติ จำนวน 258 คน นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 256 คน โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการบริโภค พบว่า นักเรียนมีความเชื่อต่างกัน และมีพฤติกรรมการบริโภคต่างกันด้วย โดยนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง ได้แก่ กินอาหารเร็ว กินขนมกรุบกรอบ อาหารทอด น้ำอัดลมและน้ำหวาน ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ ได้แก่ ความเชื่อด้านสุขภาพ เพศและรายได้ของครอบครัว ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่ การศึกษาและอาชีพของบิดา มารดา จำนวนเงินค่าอาหาร ความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการบริโภค เมื่อวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ของปัจจัยต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคแล้ว สามารถจำแนกภาวะโภชนาการของนักเรียนได้ถูกต้องร้อยละ 77.08

ฐิติพร (2546) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของครอบครัวกับภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนอนุบาลแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 309 คน โดยใช้แบบสอบถามแบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูงของนักเรียน ผลการศึกษารั้งนี้ พบว่า การจัดอาหารสำหรับบุตรหลาน มีการปฏิบัติในระดับที่ดีมาก จัดอาหารมื้อเช้าและปรุงสุกใหม่ ๆ มีคุณค่าอาหารครบ 5 หมู่ แลละกินอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน กลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิงมีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 76.28 นักเรียนชาย ร้อยละ 69.28 มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ ในนักเรียนหญิงร้อยละ 11.53 นักเรียนชาย ร้อยละ 15.69 และมีภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนหญิง ร้อยละ 12.17 และนักเรียนชาย ร้อยละ 15.03

จันทร์เพ็ญ (2547) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนกลุ่มสหวิทยาเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานอยู่ในระดับดี นักเรียนที่มีเพศ ระดับชั้นปีที่กำลังศึกษา รายได้ของนักเรียน อาชีพของผู้ปกครองต่างกันมีพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความรู้เกี่ยวกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐาน ค่านิยมในการบริโภค อิทธิพลจากเพื่อน อิทธิพลจากสื่อมวลชนต่างกันมีพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการได้รับบริโภคอิทธิพลจากเพื่อน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ค่านิยมในการบริโภคอาหาร สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานได้ร้อยละ 15.70

สว่างเดือน (2549) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 10-15 ปี จำนวน 400 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างระดับดีเพียงร้อยละ 7.25 ส่วนใหญ่มีระดับพอใช้ร้อยละ 90.75 และพบว่า เพศ อายุ ศาสนา ภาวะโภชนาการ เงินที่ได้รับต่อวัน และระดับการศึกษาของผู้ปกครองต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างไม่แตกต่างกัน การมีแหล่งบริโภค เจตคติต่อการบริโภคอาหารว่าง การเข้าถึงแหล่งบริโภค แรงสนับสนุนจากครอบครัว ทักษะในการซื้อและแรงสนับสนุนจากเพื่อน สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างได้ร้อยละ 20.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากการทบทวนทฤษฎี แนวคิดและงานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การบริโภคอาหารจานด่วน พบว่าปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีหลายประการ เช่น ความรู้ ทัศนคติ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติ การศึกษาทางพฤติกรรมศาสตร์ แรงสนับสนุนทางสังคม ตลอดจนปัจจัยทางชีวสังคม เช่น เพศ อายุ การโฆษณาทางโทรทัศน์ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง แหล่งข้อมูลข่าวสารความรู้ ค่าขนมของนักเรียนต่อวัน ฐานะทางเศรษฐกิจ ลักษณะทางครอบครัว ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ มีดังนี้

Hueneman (1972) ได้สำรวจการรับประทานอาหารว่างของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นเพศชาย จะชอบรับประทานอาหารว่างจำพวกข้าว – กล้วยไฟซ์ และขนมปังเป็นอันดับแรก ชอบรับประทานผลิตภัณฑ์ที่ทำจากแป้งเป็นอันดับสอง ในทางตรงข้ามกับเพศหญิงชอบรับประทานผลิตภัณฑ์จากแป้งเป็นอันดับแรก

Musaiger (1982) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารในประเทศบาเรน ทำการศึกษาในระดับครัวเรือน พบว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ รายได้ การเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยี ราคาอาหาร อาชีพ ขนาดของครัวเรือน การศึกษา การอพยพย้ายถิ่น อายุของหัวหน้าครอบครัว ความเชื่อและเจตคติ สื่อสารมวลชน ปัจจัยดังกล่าวนี้มีผลต่อแบบแผนการบริโภคอาหารของสมาชิกในครัวเรือน

Feldman (1983) ได้ทำการวิจัยเรื่องข่าวสารเรื่องโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเคนยา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องโภชนาการบ้าง แต่ยังมี ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับน้ำตาล โดยเชื่อว่ามิใช่ประโยชน์มีคุณค่าต่อร่างกาย และไม่ตระหนัก ในคุณค่าของอาหารและผลไม้พื้นเมือง นอกจากนั้นยังมีความเชื่อว่าอาหารที่มีประโยชน์ต้อง เป็นอาหารที่มีราคาแพงต้องใช้เงินจำนวนมากในการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

Fishman (1985) ได้ศึกษาการสอนเด็กในเรื่องการเลือกซื้ออาหาร และสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหาร การศึกษาสำรวจโดยการสอนเด็กให้รู้จักเลือกอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมและพยายามให้เด็กรู้จักกำหนดอาหาร และพิจารณาอาหารเหล่านั้นด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 ที่อยู่อาศัยในเขตเมือง จำนวน 94 คน ใช้วิธีการสอนซึ่งประยุกต์จากพฤติกรรมก่อนการเลือกซื้อ และทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม จากผลการศึกษาสรุปได้ว่า เด็กต้องการเรียนรู้เพิ่มขึ้นในการเลือกซื้ออาหารและสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหารและต้องการที่จะพัฒนาทักษะในเรื่องการพิจารณาและเลือกซื้ออาหาร

Root (1987) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการและรูปแบบการรับประทานอาหารของนักศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ ผลการวิจัยพบว่าความรู้ทางด้านโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่าความรู้ทางโภชนาการไม่สามารถทำนายรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้

Brenman (1990) ได้ศึกษาเรื่องอิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและวัยรุ่น โดยศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารว่างของเด็กและวัยรุ่น เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามความเชื่อทางสุขภาพประกอบด้วยหัวเรื่องใหญ่ ๆ 4 หัวข้อ (โอกาสที่เจ็บป่วย ความรุนแรงของการเจ็บป่วย การติดต่อของโรค และความเข้าใจถึงประโยชน์) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการกิน (อิทธิพลจากครอบครัวและเพื่อน อารมณ์ ความรู้ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพและค่านิยมทางสุขภาพ) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน เกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 จำนวน 344 คน ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบความเชื่อทางสุขภาพ สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กได้ว่าความเชื่อทางสุขภาพของเด็กทั้ง 3 ระดับ มีความแตกต่างกัน และพบว่าความเชื่อทางสุขภาพและปัจจัยต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและวัยรุ่น

Ward (1991) ได้ศึกษาเรื่องลักษณะพฤติกรรมการบริโภคกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของเบนดูรา มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมมาอธิบายพฤติกรรมการบริโภคของเด็กวัยรุ่น มีตัวแปรที่ศึกษา คือ รายได้ที่ใช้จ่ายเกี่ยวกับการบริโภค การควบคุมการบริโภคของตนเอง และความรู้ทางโภชนาการ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาทั้งเพศชายและหญิงจำนวน 136 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการเลือก

รับประทานอาหาร และแบบบันทึกรายการอาหารที่บริโภคใน 24 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า ความรู้ทางโภชนาการไม่มีผลต่อบริโภคนิสัย และพบว่าความสามารถในการเลือกบริโภคสามารถทำนายตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้ นอกจากนี้การเรียนรู้ทางสังคมยังช่วยหล่อหลอมลักษณะรูปแบบการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้

Armstrong (1991) ทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อบริโภคนิสัยของชาวแอนติกกัน ในอินเดียตะวันตก จำนวน 305 ครอบครัว พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและกลุ่มคนที่มีความคิดสมัยใหม่ มีความคิดเห็นด้านโภชนาการ และบริโภคนิสัยด้านบวก บุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีมีคะแนนของภาวะโภชนาการดีกว่าบุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจปานกลางและยากจน

Resnicow and Reinhardt (1991) ได้ทำการวิจัย เรื่องเด็กรู้อะไรเกี่ยวกับไขมัน ใยอาหาร และโคเลสเตอรอล โดยสำรวจนักเรียนอายุ 5 – 12 ปี ตั้งแต่เกรด 1 ถึง 12 จาก 5,116 โรงเรียน ทั้งประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ใน 5 รัฐของสหรัฐอเมริกา พบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพในการรับประทานอาหารที่มีไขมัน ใยอาหาร และโคเลสเตอรอล นักเรียนมีความรู้จำกัดเกี่ยวกับเรื่องโคเลสเตอรอล และใยอาหารในอาหารที่เฉพาะเจาะจง เช่น นักเรียนส่วนมากมีความรู้ว่ามีโคเลสเตอรอล แต่จะไม่รู้ว่านมสดมีโคเลสเตอรอลด้วยเช่นกัน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาทราบว่าอาหารที่มีใยอาหารมากที่สุด คือ ขนมปังที่ทำจากข้าวสาลี รำข้าว และเมล็ดพืชต่าง ๆ ยกเว้นกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนมัธยมศึกษาและนักเรียนส่วนมากจะไม่ทราบว่าเมล็ดถั่วเป็นใยอาหาร ซึ่งข้อมูลเหล่านี้ได้เสนอแนะว่า เด็กอเมริกันขาดการได้รับข่าวสารที่จำเป็นในการที่จะให้มีความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารทางด้านบวก

Birch (1992) ได้ศึกษาในเรื่องความชอบอาหารที่มีไขมันสูงพบว่า อาหารทางตะวันตกส่วนใหญ่ร้อยละ 40 เป็นพลังงานที่มาจากอาหารจำพวกไขมัน เด็ก ๆ ชาวอเมริกันชอบรับประทานเค้ก ไอศกรีม มากกว่าอย่างอื่นในช่วงวันหยุดหรือมีเทศกาล อีกทั้งอาหารที่มีไขมันสูงเหล่านี้ นอกจากประกอบไปด้วยไขมันแล้ว ยังมีปริมาณน้ำตาลและเกลือเป็นส่วนประกอบจำนวนมาก ทำให้มีรสชาติอร่อยเป็นที่ชื่นชอบของเด็ก ๆ อีกด้วย

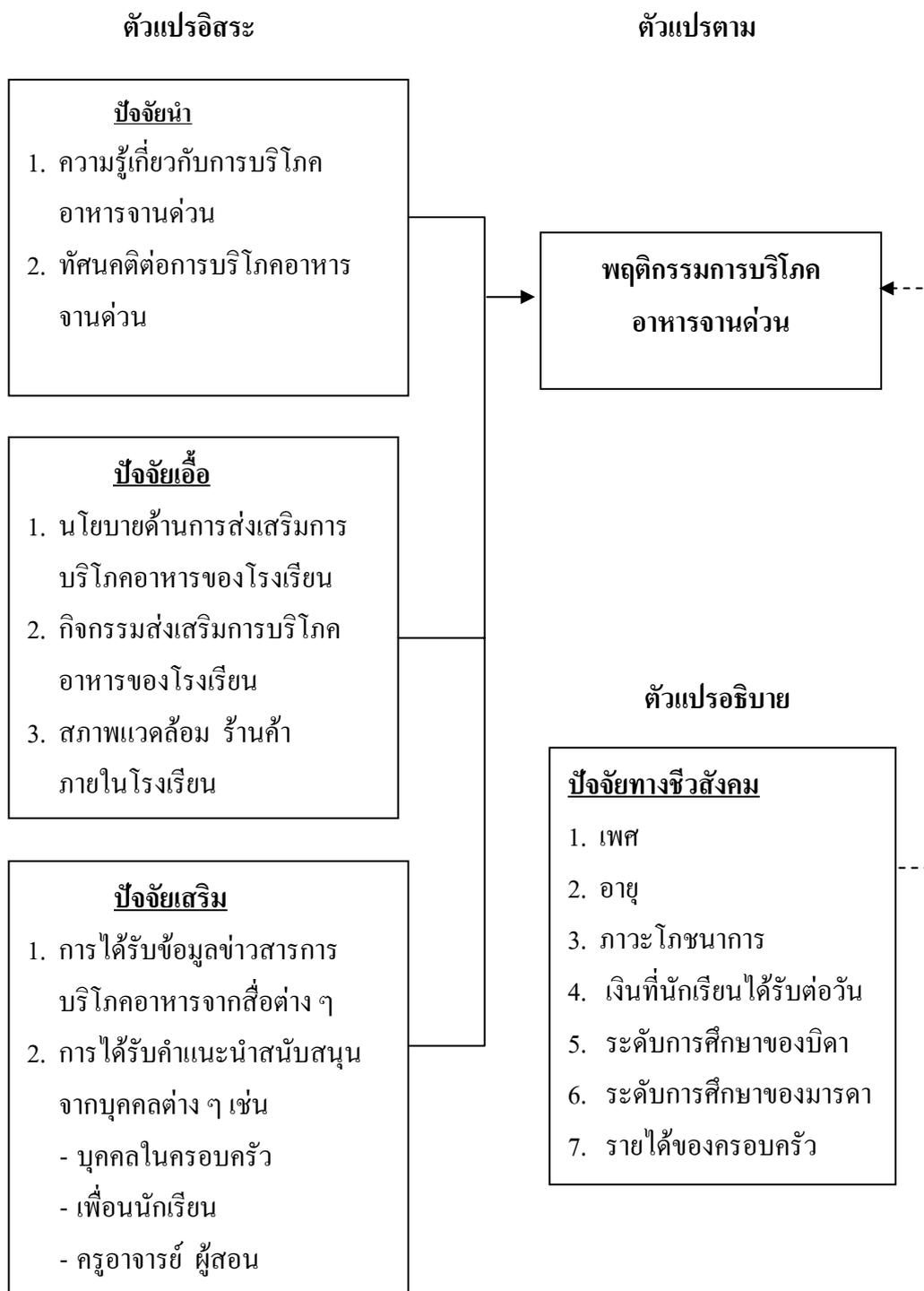
Cusatis (1995) ได้ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยทางสังคม จิตวิทยา ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่น เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นกับพฤติกรรมของบุคคลแวดล้อม กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน 242 คน เป็นชาย 107 คน หญิง 135 คน ครอบครัวที่มีรายได้ต่ำจนถึงปานกลาง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ รูปแบบแนวทางการบริโภคอาหารในแต่ละวัน การบริโภคไขมันและการบริโภคน้ำตาล ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยที่ชอบรับประทานอาหารมื้อหลักและอาหารว่างจากบ้าน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของตนเอง ความพร้อมของครอบครัว และจำนวนมื้ออาหารของครอบครัว โดยที่นักเรียนชายมีกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมด้วย ส่วนบริโภคนิสัยเกี่ยวกับไขมัน น้ำตาล และความถี่ในการบริโภคอาหารระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่มีความแตกต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นแตกต่างกันด้วย

Jillon and Mark (2000) ได้ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐานของเด็กที่มีความสัมพันธ์เรื่องอายุและน้ำหนักกับการกินอาหาร โดยมีความขัดแย้งระหว่างรูปร่างที่แท้จริงของตนเองกับรูปร่างในอุดมคติ จึงเกิดความกังวลและความเครียด กลายเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมการกินอาหารที่แสดงความไม่พึงพอใจในรูปร่างของตนเอง ซึ่งเด็กผู้หญิงมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรมนี้มากกว่าเด็กผู้ชายกลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กในระดับประถมศึกษา จำนวน 526 คน โดยใช้แบบสอบถามที่ต้องคำนึงถึงเพศและระดับชั้น ผลของการศึกษา พบว่า เด็กระดับประถมศึกษา มีการกินอาหารแบบไม่ถูกหลักโภชนาการ ซึ่งเกิดจากความเป็นห่วงกังวลเกี่ยวกับความอ้วนและการมีน้ำหนักเกิน จึงทำให้เกิดพฤติกรรมการกินอาหารแบบจำกัด ผลกระทบคือ ทำให้เกิดความเครียด เกิดการอาเจียนหรือการกินแบบไม่ยั้งตามมา ซึ่งปรากฏเด่นชัดในเด็กผู้หญิงชั้นประถมศึกษาตอนปลายมากกว่าในเด็กผู้ชาย ในสถานการณ์ปัจจุบันปัญหาของเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกิน เกิดจากลักษณะเฉพาะ 4 อย่าง คือ การกินอาหารอย่างไม่เป็นระบบ ความกลัวอ้วนหรือเริ่มอ้วน ความไม่พอใจในสภาพร่างกายของตนเองและการกินที่จำกัดอาหารอย่างไม่ถูกต้อง ซึ่งแนวทางแก้ไขก็คือ ต้องป้องกันและรักษาการเกิดโรคอ้วนในวัยเด็ก โดยการพัฒนาเรื่องการกินให้ถูกหลักโภชนาการและใช้เกณฑ์มาตรฐานสากลชีวิต ซึ่งใช้น้ำหนัก/ส่วนสูง (Weight for Hight) เป็นตัวกำหนด

Jane et al. (2002) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการดูแลเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครองที่มีต่อเด็กอ้วน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กแฝด จำนวน 214 คน จากครอบครัวที่พ่อแม่มีภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ปกติ จำนวน 100 คน และจากครอบครัวที่พ่อแม่มีภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 114 คน รวบรวมข้อมูลโดยวัดขนาดตัว วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก สัมภาษณ์พ่อแม่และผู้เลี้ยงดูเด็ก ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กมีสาเหตุสืบเนื่องมาจากวัฒนธรรมและเผ่าพันธุ์ ซึ่งสัมพันธ์กับพัฒนาการของเด็ก ทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินได้ คือ พ่อแม่ที่มีภาวะโภชนาการเกิน เลี้ยงดูลูกต่างจากพ่อแม่ที่มีภาวะโภชนาการปกติ ครอบครัวที่อ้วนหรือเคยอ้วนมักตามใจและตอบสนองความต้องการของลูกโดยการให้อาหารเป็นรางวัล (Instrumental Feeding) หรือเข้มงวดในการกินของลูกเกินความจำเป็น เพราะกลัวว่าลูกอ้วน ทำให้เด็กมีความต้องการกินมากขึ้น ซึ่งเป็นการสร้างบริโภคนิสัยที่ไม่ถูกต้อง ส่วนครอบครัวที่พ่อแม่มีภาวะโภชนาการปกติ นั้น เลี้ยงดูและให้อาหารแก่ลูกในลักษณะตอบสนองความต้องการทางอารมณ์ (Emotional Feeding) คือ ให้อาหารเพียงพอต่อความต้องการและมีพฤติกรรมควบคุมการให้อาหารแก่เด็กได้ดีมากกว่าพ่อแม่ที่มีภาวะโภชนาการเกิน ฉะนั้นการควบคุม พฤติกรรมการกินของเด็กจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อการป้องกันการเกิดภาวะทุพโภชนาการ

จากการทบทวนทฤษฎี แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร जानต์วน พบว่า วัยที่สำคัญในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพมาก คือวัยเด็กซึ่งเป็นช่วงที่มีสภาพความพร้อมทางร่างกาย และสมอง สามารถที่จะเรียนรู้ได้ วุฒิภาวะพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมได้ เด็กต้องการที่จะเรียนรู้ในการเลือกซื้ออาหาร ต้องการทักษะในการพิจารณาเลือกซื้ออาหาร ในขณะเดียวกัน ผลจากการวิจัยพบว่า เด็กยังขาดการได้รับข่าวสารที่จำเป็นในการที่จะมีความรู้เกี่ยวกับการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีหลายประการ เช่น ความรู้ ทักษะคิด การเรียนรู้ทางสังคม การได้รับข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนปัจจัยทางชีวสังคม เช่น เพศ อายุ ฐานะทางเศรษฐกิจ ลักษณะทางสังคม ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

จากการศึกษา การประมวลเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 3 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 4 ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 5 ตัวแปรจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และปัจจัยทางชีวสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าการทำนายโดยตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งเพียงตัวเดียว

อุปกรณ์และวิธีการ

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ประเภทการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Study) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 337 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ภาคปลาย ปีการศึกษา 2549 ที่ได้จากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling) รวม 306 คน โดยกำหนดคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ที่เขียนและอ่านหนังสือได้อย่างแตกฉาน ไม่มีปัญหาในการสื่อสาร
2. ยินดีให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมศึกษาวิจัยครั้งนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดความรู้และแบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อวัดปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยมีเนื้อหาครอบคลุมวัตถุประสงค์และกรอบแนวคิดของการวิจัย ประกอบด้วยสาระสำคัญ 6 ส่วน ดังนี้คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน จำนวน 7 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามเลือกตอบ (Check list) และเติมข้อความ (Open ended)

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มีลักษณะเป็นแบบปรนัยชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 18 ข้อ โดยมีค่าคะแนน 0-18 คะแนน คะแนนสูงแสดงว่ามีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนดี

เกณฑ์การให้คะแนน

ตอบถูก	ได้	1	คะแนน
ตอบผิด	ได้	0	คะแนน
ไม่ได้ตอบ	ได้	0	คะแนน

เกณฑ์พิจารณาระดับความรู้

ระดับความรู้	เกณฑ์
ระดับมาก	(14.02- 18.00)
ระดับปานกลาง	(10.93- 14.01)
ระดับน้อย	(01.00- 10.92)

การแปลผล แบ่งระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยของระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนจากค่ามัธยฐาน เลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ $\bar{X} \pm \frac{1}{2} S.D.$ ซึ่งมีระดับคะแนนดังนี้ (ชูศรี, 2541)

ระดับมาก	คือ คะแนนที่มากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2} S.D.$
ระดับปานกลาง	คือ คะแนนระหว่าง $\bar{X} \pm \frac{1}{2} S.D.$
ระดับน้อย	คือ คะแนนที่น้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2} S.D.$

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มีมาตรวัด 4 ระดับ จำนวน 25 ข้อ โดยมีค่าคะแนน 25-100 คะแนน คะแนนสูงแสดงว่ามีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนดี

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อคำถามทางบวก (คะแนน)	ข้อคำถามทางลบ (คะแนน)
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	4
เห็นด้วย	2	3
ไม่เห็นด้วย	3	2
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4	1

ทำการวิเคราะห์และหาค่าเฉลี่ย แปรผลระดับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนโดยใช้เกณฑ์การประเมินผลแบบอิงเกณฑ์ (Criterion referenced) ดังนี้ (วิเชียร, 2538)

เกณฑ์พิจารณาระดับทัศนคติ

ระดับทัศนคติ	เกณฑ์
ดี	3.01- 4.00
ปานกลาง	2.01- 3.00
ไม่ดี	1.00- 2.00

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นข้อมูลนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มีมาตรวัด 4 หน่วย จำนวน 10 ข้อ โดยมีค่าคะแนน 10-40 คะแนน คะแนนสูงแสดงว่ามีปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อคำถามทางบวก (คะแนน)	ข้อคำถามทางลบ (คะแนน)
มาก	1	4
ปานกลาง	2	3
น้อย	3	2
ไม่มี	4	1

ทำการวิเคราะห์และหาค่าเฉลี่ย แปรผลระดับปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้เกณฑ์การประเมินผลแบบอิงเกณฑ์ (Criterion referenced) ดังนี้ (วิเชียร, 2538)

เกณฑ์พิจารณาระดับปัจจัยเอื้อ

ระดับปัจจัยเอื้อ	เกณฑ์
มาก	3.01 - 4.00
ปานกลาง	2.01 - 3.00
น้อย	1.00 - 2.00

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นข้อมูล การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคล ต่างๆ เช่น บุคคลในครอบครัว เพื่อนนักเรียน ครูอาจารย์ผู้สอน โดยมีลักษณะแบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มีมาตรวัด 4 หน่วย จำนวน 18 ข้อ โดยมี ค่าคะแนน 18-72 คะแนน คะแนนสูงแสดงว่ามีปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
ได้รับมากที่สุด	1	4
ได้รับมาก	2	3
ได้รับน้อย	3	2
ได้รับน้อยที่สุด	4	1

ทำการวิเคราะห์และหาค่าเฉลี่ย แปรผลระดับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้เกณฑ์การประเมินผลแบบอิงเกณฑ์ (Criterion referenced) ดังนี้ (วิเชียร, 2538)

เกณฑ์พิจารณาระดับปัจจัยเสริม

ระดับปัจจัยเสริม	เกณฑ์
มาก	3.01 - 4.00
ปานกลาง	2.01 - 3.00
น้อย	1.00 - 2.00

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มีมาตรวัดความถี่ของการปฏิบัติ 4 ระดับ จำนวน 27 ข้อ โดยมีค่าคะแนน 27-108 คะแนน คะแนนสูงแสดงว่ามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อคำถามทางบวก (คะแนน)	ข้อคำถามทางลบ (คะแนน)
ปฏิบัติประจำ	1	4
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	2	3
ปฏิบัติบางครั้ง	3	2
ไม่เคยปฏิบัติ	4	1

ทำการวิเคราะห์และหาค่าเฉลี่ย แปรผลระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้เกณฑ์การประเมินผลแบบอิงเกณฑ์ (Criterion referenced) ดังนี้ (วิเชียร, 2538)

เกณฑ์พิจารณาระดับพฤติกรรม

ระดับพฤติกรรม	เกณฑ์
มาก	3.01 – 4.00
ปานกลาง	2.01 - 3.00
น้อย	1.00 - 2.00

การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. ศึกษาข้อมูลจาก เอกสาร ตำราทางวิชาการ ทฤษฎีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี และปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

2. ประมวลข้อมูลความรู้ที่ได้จากการศึกษามากำหนดขอบเขต โครงสร้างเนื้อหาให้มีความครอบคลุมแนวคิด และวัตถุประสงค์การวิจัย สร้างข้อคำถาม และกำหนดเกณฑ์ให้คะแนนในแต่ละส่วน สร้างข้อคำถามและนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

3. นำแบบวัดความรู้และแบบสอบถามที่ได้รับการตรวจสอบและแก้ไขจากอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์มาตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ หากความตรง (Validity) ความเชื่อมั่น (Reliability) ค่าอำนาจจำแนก (Discrimination Power) โดยมีการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

3.1 การตรวจสอบความตรง (Validity) นำแบบวัดความรู้และแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) ความถูกต้อง และชัดเจนของการใช้ภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้แบบวัดความรู้และแบบสอบถามมีความสมบูรณ์

3.2 การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) นำแบบวัดความรู้และแบบสอบถาม ที่ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะ ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 120 คน จาก 2 โรงเรียน คือ โรงเรียนบางบัว (เฟื่องตั้งตรงจิตวิทยาการ) เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร จำนวน 60 คน และ โรงเรียนราชประชาสามาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 60 คน แล้วนำ แบบวัดความรู้ หากค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีของ Kuder Richardson (KR 20) ส่วนของข้อมูลจาก แบบสอบถามทัศนคติ แบบสอบถามปัจจัยเอื้อ แบบสอบถามปัจจัยเสริมและแบบสอบถาม พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนนำมาตรวจสอบความเชื่อมั่น ในแต่ละส่วนด้วยวิธีหา ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) วิธีของ Cronbach ได้ค่าความเชื่อมั่นของ แบบสอบถามดังนี้

แบบวัดความรู้และแบบสอบถาม	ค่าความเชื่อมั่น
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน	.75
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.84
ปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.76
ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.78
พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน	.81

3.3 ตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก (Discrimination Power) ของแบบวัดความรู้ (Item analysis) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยรายข้อด้วยสถิติ Separated t-test ยอมรับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกไว้และตัดข้อคำถามที่ไม่มีค่าอำนาจจำแนกออก

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ด้วยตนเองมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. นำหนังสือจากภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลการวิจัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พร้อมทั้งชี้แจงรายละเอียดของการวิจัย พร้อมนำหนังสือที่ได้รับอนุมัติจากผู้อำนวยการโรงเรียนถึงอาจารย์ที่เกี่ยวข้องเพื่อขอดำเนินการวิจัย พร้อมทั้งเก็บข้อมูลโดยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
2. ดำเนินการเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และชี้แจงการตอบแบบสอบถามต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ พร้อมทั้งแจกแบบสอบถามแก่นักเรียน
3. ผู้วิจัยรับแบบสอบถามกลับด้วยตนเอง โดยประสานกับอาจารย์ที่ปรึกษาประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้กำหนดขั้นตอน ดังนี้

1. นำแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 337 ฉบับมาตรวจสอบความสมบูรณ์ คัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่สมบูรณ์มาใช้ในการวิเคราะห์ ได้แบบสอบถามที่ใช้ในการวิเคราะห์ 306 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 90.80

2. นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบเรียบร้อยแล้ว มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป โดยใช้สถิติวิเคราะห์ดังนี้

2.1 สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะชีวสังคม โดยใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.2 สถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม แต่ละปัจจัย กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

2.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยลักษณะทางชีวสังคมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ด้วยสถิติไคสแควร์ (Chi-Square)

2.4 วิเคราะห์หาตัวแปรทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ด้วยสถิติถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise Method

การเสนอผลการวิจัย

การสรุปและรายงานการวิจัย โดยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเป็นการบรรยายประกอบตาราง และเป็นรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

ผลและวิจารณ์

ผล

การวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ประเภทการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ตามกรอบแนวคิด PRECEDE MODEL ประกอบด้วย 3 ปัจจัย ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียน ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ และปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา และรายได้ของครอบครัว โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 306 คน การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ที่สำคัญ คือ ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าร้อยละ (Percentage) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สถิติไคสแควร์ (Chi-Square) สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และสถิติถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในรูปแบบของตารางประกอบคำอธิบาย โดยแบ่งการนำเสนอออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทางชีวสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางชีวสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์
จังหวัดนนทบุรี

ตารางที่ 3 ลักษณะทางชีวสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์
จังหวัดนนทบุรี

(n=306)

ลักษณะทางชีวสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	155	50.70
หญิง	151	49.30
รวม	306	100.00
2. อายุ		
11 ปี	75	24.50
12 ปี	218	71.30
13 ปี	13	4.20
รวม	306	100.00
3. ภาวะโภชนาการ (น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ)		
น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์	9	2.90
น้ำหนักปกติ	188	61.50
น้ำหนักเกินเกณฑ์	109	35.60
รวม	306	100.00

ตารางที่ 3 (ต่อ)

(n=306)

ลักษณะทางชีวสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน		
ไม่เกิน 30 บาท	116	37.90
31 – 60 บาท	163	53.30
61 – 90 บาท	9	2.90
มากกว่า 90 บาท	18	5.90
รวม	306	100.00
$\bar{X} = 42.35$ S.D. = 20.35 สูงสุด = 120 บาท ต่ำสุด = 10 บาท		
5. ระดับการศึกษาของบิดา		
ประถมศึกษา	20	6.50
มัธยมศึกษา	62	20.30
อนุปริญญา หรือเทียบเท่า	85	27.80
ปริญญาตรี	119	38.90
สูงกว่าปริญญาตรี	20	6.50
รวม	306	100.00
6. ระดับการศึกษาของมารดา		
ประถมศึกษา	35	11.40
มัธยมศึกษา	58	19.00
อนุปริญญา หรือเทียบเท่า	81	26.50
ปริญญาตรี	115	37.50
สูงกว่าปริญญาตรี	17	5.60
รวม	306	100.00

ตารางที่ 3 (ต่อ)

(n=306)

ลักษณะทางชีวสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
7. รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน		
ไม่เกิน 5,000 บาท	12	3.90
5,001 – 10,000 บาท	44	14.40
10,001 – 20,000 บาท	88	28.80
20,001 – 30,000 บาท	73	23.90
มากกว่า 30,000 บาท	89	29.00
รวม	306	100.00

จากตารางที่ 3 พบว่า ลักษณะทางชีวสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี สามารถจำแนกได้ดังนี้

เพศ พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 50.70 และเป็นเพศหญิง จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 49.30

อายุ พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 71.30 มีอายุ 12 ปี รองลงมาจำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 24.50 มีอายุ 11 ปี ส่วนกลุ่มอายุ 13 ปี มีน้อยที่สุดจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 4.20

ภาวะโภชนาการ พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 61.50 มีน้ำหนักปกติ รองลงมาจำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 35.60 มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ มีเพียงจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.90 ที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์

เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 53.30 ได้รับเงินต่อวันอยู่ในช่วง 31-60 บาท รองลงมาจำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 37.90 ได้รับเงินต่อวันอยู่ในช่วงไม่เกิน 30 บาท และมีจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.90 ได้รับเงินต่อวันอยู่ในช่วง 61-90 บาท

ระดับการศึกษาของบิดา พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่ จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 38.90 บิดามีการศึกษาระดับปริญญาตรี รองลงมาจำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 27.80 บิดามีการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า และจำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 6.50 บิดามีการศึกษาระดับประถมศึกษาและสูงกว่าปริญญาตรี ในจำนวนเท่ากัน

ระดับการศึกษาของมารดา พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 115 คน คิดเป็นร้อยละ 37.50 มารดามีการศึกษาระดับปริญญาตรี รองลงมาจำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 26.50 มารดามีการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า และมีเพียงจำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 5.60 มารดามีการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี

รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 29.00 ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วงระหว่างมากกว่า 30,000 บาท รองลงมาจำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 28.80 ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 10,001- 20,000 บาท และจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 3.90 ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วงไม่เกิน 5,000 บาท

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ

2.1 ปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งอธิบายตามตารางที่ 4 - 7 ดังนี้

2.1.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ตารางที่ 4 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

(n=306)

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับมาก (14.02-18.00)	98	32.00
ระดับปานกลาง (10.93-14.01)	126	41.20
ระดับน้อย (01.00-10.92)	82	26.80
รวม	306	100.00

$$\bar{X} = 12.47 \quad S.D. = 3.07$$

จากตารางที่ 4 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 126 คน คิดเป็นร้อยละ 41.20 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับปานกลาง รองลงมาจำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 32 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับมาก และจำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 26.80 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับน้อย

ตารางที่ 5 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวนผู้ตอบถูก		จำนวนผู้ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารในซ้อไค (อาหารที่สามารถบริโภคได้ทันที)	269	87.90	37	12.10
2. อาหารจานด่วน มีส่วนประกอบหลัก คือ (คาร์โบไฮเดรต, ไขมัน, โปรตีน, โซเดียม)	198	64.70	108	35.30
3. ซ้อไค ไม่ใช่อาหารจานด่วนของชาติตะวันตก (สลัดผักน้ำใส สตรอเบอร์รี่)	233	76.10	73	23.90
4. ซ้อไคกล่าวถูกต้อง(การรับประทานอาหารจานด่วน เป็นประจำ ทำให้ร่างกายได้รับเกลือเพิ่มขึ้น)	206	67.30	100	32.70
5. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้ เสี่ยงต่อการเกิดโรคอะไร (โรคอ้วน)	275	89.90	31	10.10
6. น้ำมันที่ใช้ทอดอาหารจานด่วน เช่น เฟรนช์ฟรายด์ ส่วนใหญ่เป็นน้ำมันชนิดใด (น้ำมันปาล์ม)	117	38.20	189	61.80
7. การรับประทานอาหารในซ้อไค ที่ช่วยลดอัตรา การเกิดโรคมะเร็ง (สลัดผัก)	288	94.10	18	05.90
8. ซ้อไคเป็นการรับประทานอาหารจานด่วนที่ เหมาะสม (ควรรับประทานอาหารจานด่วนพร้อม กับสลัดผัก)	179	58.50	127	41.50
9. เครื่องดื่มในซ้อไคต่อไปนี้ที่ ไม่ควรดื่มพร้อมกับ การรับประทานอาหารจานด่วน (น้ำอัดลม)	247	80.70	59	19.30
10. ซ้อไคต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้อง (น้ำมันหมูให้ ประโยชน์ต่อร่างกายมากกว่าน้ำมันรำข้าว)	134	43.80	172	56.20
11. ซ้อไค ควรปฏิบัติถ้าหากนักเรียนมีน้ำหนักมาก เกินเกณฑ์มาตรฐาน(ลดการรับประทานอาหาร ที่มีไขมัน)	275	89.90	31	10.10

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวนผู้ตอบถูก		จำนวนผู้ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
12. เด็กที่เป็นโรคอ้วน เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคอะไร (โรคหัวใจขาดเลือด)	95	31.00	211	69.00
13. อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่ควรเลือกรับประทานหรือไม่เพราะเหตุใด (ไม่ควรเลือกเพราะมีไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย)	191	62.40	115	37.60
14. อาหารในซ้อใดต่อไปนี่ เมื่อรับประทานแล้วทำให้ระดับไขมันในเลือดสูงขึ้น (น่องไก่ทอด)	277	90.50	29	09.50
15. ในอาหารจานด่วน มีสารอาหารชนิดใด น้อยที่สุด (เส้นใยอาหาร)	218	71.20	88	28.80
16. องค์ประกอบในอาหารจานด่วนชนิดใด ที่มีผลทำให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน (ไขมัน)	230	75.20	76	24.80
17. ซ้อใดกล่าวถูกต้อง เมื่อรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ (ทำให้ร่างกายขาดเส้นใยอาหารและวิตามินที่จำเป็น)	186	60.80	120	39.20
18. อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่เหมาะสมกับเด็กวัยเรียนหรือไม่เพราะเหตุใด(ไม่เหมาะสม เพราะมีไขมันมากกว่าความต้องการของเด็กวัยเรียน)	198	64.70	108	35.30
รวม	212	69.28	94	30.72

จากตารางที่ 5 พบว่า ข้อความที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ตอบถูกมากที่สุดคือ “การรับประทานอาหารในซ้อใด ที่ช่วยลดอัตราการเกิดโรคมะเร็ง (สล็อตผัก)” จำนวน 288 คน คิดเป็นร้อยละ 94.10 ข้อความที่นักเรียนตอบผิดมากที่สุดคือ “เด็กที่เป็นโรคอ้วน เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคอะไร (โรคหัวใจขาดเลือด)” จำนวน 211 คน คิดเป็นร้อยละ 69

2.1.2 ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

ตารางที่ 6 ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

(n=306)

ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระดับดี (3.01-4.00)	7	2.30
ระดับปานกลาง (2.01-3.00)	255	83.30
ระดับไม่ดี (1.00-2.00)	44	14.40
รวม	306	100.00

$$\bar{X} = 2.36 \quad S.D. = 0.34$$

จากตารางที่ 6 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 255 คน คิดเป็นร้อยละ 83.30 มีทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับปานกลาง รองลงมาจำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 14.40 มีทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับไม่ดี และจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 2.30 มีทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับดี โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เท่ากับ 2.36

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
จำแนกตามรายชื่อ

ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. อาหารจานด่วนมีความเหมาะสมกับเด็กวัยเรียน	2.15	0.64	ปานกลาง
2. การรับประทานอาหารประเภท ข้าว แป้ง และ น้ำตาล มากๆ ช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง	2.31	0.82	ปานกลาง
3. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้ร่างกายแข็งแรงได้	1.96	0.67	ไม่ดี

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
4. การรับประทานอาหารจานด่วนทำให้ดูเป็นคนรุ่นใหม่ที่ทันสมัย	2.01	0.80	ปานกลาง
5. น้ำอัดลม พาย ขนมเค้ก ไอศกรีม เป็นอาหารว่างที่เหมาะสมสำหรับเด็กวัยเรียน	2.22	0.89	ปานกลาง
6. การรับประทานข้าวผัดผักรวมมิตร ดูจะมีประโยชน์มากกว่ารับประทานแฮมเบอร์เกอร์	1.32	0.58	ไม่ดี
7. การลดการรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก น่าจะเป็นการป้องกันการเกิดโรคหัวใจได้ทางหนึ่ง	1.99	0.85	ไม่ดี
8. อาหารจานด่วน มีไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกายเด็กวัยเรียน	2.04	0.79	ปานกลาง
9. อาหารจานด่วนสะดวกต่อการรับประทานในเวลาเร่งรีบ	3.38	0.67	ดี
10. อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย	2.25	0.68	ปานกลาง
11. ควรมีการสอนเรื่อง อันตรายจากอาหารจานด่วนในวิชาสุขศึกษา	1.63	0.63	ไม่ดี
12. ร้านอาหารจานด่วนเป็นแหล่งสังสรรค์กับเพื่อน	2.66	0.77	ปานกลาง
13. อาหารจานด่วนมีรสชาติอร่อยกว่าอาหารทั่วไป	2.60	0.78	ปานกลาง
14. นักเรียนต้องการให้มีตู้จำหน่ายน้ำอัดลมหยอดเหรียญอัตโนมัติในโรงเรียน	2.46	0.98	ปานกลาง
15. น้ำอัดลมเป็นเครื่องดื่มที่ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่น	2.46	0.86	ปานกลาง
16. นักเรียนชอบชักชวนให้ บิดา มารดา หรือ ผู้ปกครอง ไปรับประทานอาหารจานด่วน	2.40	0.78	ปานกลาง
17. นักเรียนต้องการให้มีร้านค้าขายอาหารจานด่วนในโรงเรียน	2.76	0.82	ปานกลาง

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
18. นักเรียนอยากรับประทานอาหารจานด่วนเป็นอาหารมื้อว่างทุกวัน	2.26	0.84	ปานกลาง
19. ถ้านักเรียนได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยขึ้นด้วย	1.98	0.79	ไม่ดี
20. การพัฒนารสชาติอาหารจานด่วนให้มีรสชาติคล้ายอาหารของคนไทย เช่น เมนูไก่ย่างแซ่บ ทำให้นักเรียนนิยมรับประทานอาหารจานด่วนมากขึ้น	2.75	0.69	ปานกลาง
21. นักเรียนชอบรับประทานอาหารจานด่วนที่เป็น “เมนูชุดสุดคุ้ม” เพราะได้ปริมาณอาหารและน้ำอัดลมเพิ่มขึ้น	2.58	0.79	ปานกลาง
22. อาหารจานด่วนเหมาะสำหรับงานฉลองในโอกาสพิเศษต่างๆ	2.88	0.86	ปานกลาง
23. การซื้ออาหารจานด่วนรับประทาน สามารถซื้อหาได้ง่ายกว่า อาหารครบหลัก 5 หมู่	2.81	0.78	ปานกลาง
24. นักเรียนชอบอาหารจานด่วนเพราะมีบริการรับ-ส่ง ที่สะดวก รวดเร็ว	2.87	0.76	ปานกลาง
25. นักเรียนชอบรับประทานอาหารจานด่วน เพราะนอกจากได้อาหารแล้วยังแถมตุ๊กตาหรือของเล่นต่างๆ ที่ถูกใจ	2.34	0.86	ปานกลาง
รวม	2.36	0.34	ปานกลาง

จากตารางที่ 7 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นที่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ อาหารจานด่วนสะดวกต่อการรับประทานในเวลาเร่งรีบ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38 ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

อยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ การรับประทานข้าวผัดผักรวมมิตร จะมีประโยชน์มากกว่ารับประทานแฮมเบอร์เกอร์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.32

2.2 ปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน ซึ่งอธิบายตามตารางที่ 8 - 13 ดังนี้

2.2.1 นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน

ตารางที่ 8 นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

(n=306)

นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน		จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับมาก	(3.01-4.00)	30	9.80
ระดับปานกลาง	(2.01-3.00)	197	64.40
ระดับน้อย	(1.00-2.00)	79	25.80
รวม		306	100.00

$$\bar{X} = 2.47 \quad S.D. = 0.54$$

จากตารางที่ 8 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 197 คน คิดเป็นร้อยละ 64.40 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับปานกลาง รองลงมาจำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 25.80 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับน้อย และจำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 9.80 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับมาก โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเท่ากับ 2.47

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ

นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหาร ของโรงเรียน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ จากวิชาสุขศึกษา ที่เรียนในห้องเรียน	1.60	0.56	น้อย
2. นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับโทษของการบริโภค อาหารจานด่วนจากวิชาสุขศึกษาที่เรียน ในห้องเรียน	1.96	0.74	น้อย
3. ในโรงเรียนมีการติดป้าย บอกถึงประโยชน์ของ การรับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่	3.06	0.98	มาก
4. ในโรงเรียนมีการติดป้าย บอกถึงโทษของ การรับประทานอาหารจานด่วน	3.26	0.95	มาก
รวม	2.47	0.54	ปานกลาง

จากตารางที่ 9 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่าประเด็นที่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุดได้แก่ ในโรงเรียนมีการติดป้าย บอกถึงโทษของการรับประทานอาหารจานด่วน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.26 ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีมีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการจากวิชาสุขศึกษาที่เรียนในห้องเรียน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.60

2.2.2 กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน

ตารางที่ 10 กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เฝ้าต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

			(n=306)
กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน		จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระดับมาก	(3.01-4.00)	58	19.00
ระดับปานกลาง	(2.01-3.00)	119	38.90
ระดับน้อย	(1.00-2.00)	129	42.20
รวม		306	100.00

$$\bar{X} = 2.44 \quad S.D. = 0.77$$

จากตารางที่ 10 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 38.90 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เฝ้าต่อการบริโภคอาหารจานด่วนโดยรวมในระดับปานกลาง รองลงมาจำนวน 129 คน คิดเป็นร้อยละ 42.20 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เฝ้าต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับน้อย และจำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 19 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เฝ้าต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับมาก โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เฝ้าต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เท่ากับ 2.44

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของกิจกรรมส่งเสริม

การบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารตามความคิดเห็นของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
จำแนกตามรายชื่อ

กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. โรงเรียนได้จัดกิจกรรมหรือนิทรรศการให้ความรู้ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหลักให้ครบ 5 หมู่	2.45	0.95	ปานกลาง
2. โรงเรียนได้จัดกิจกรรมหรือนิทรรศการให้ความรู้ เรื่องโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน	2.72	0.93	ปานกลาง
3. โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียน รับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่	2.16	0.92	ปานกลาง
รวม	2.44	0.77	ปานกลาง

จากตารางที่ 11 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่าประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ โรงเรียนได้จัดกิจกรรมหรือนิทรรศการให้ความรู้เรื่องโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.72 ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนรับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.16

2.2.3 สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน

ตารางที่ 12 สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตาม
ความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์
จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

(n=306)

สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระดับมาก (3.01-4.00)	23	7.50
ระดับปานกลาง (2.01-3.00)	169	55.20
ระดับน้อย (1.00-2.00)	114	37.30
รวม	306	100.00

$$\bar{X} = 2.51 \quad S.D. = 0.51$$

จากตารางที่ 12 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 55.20 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนโดยรวมในระดับปานกลาง รองลงมา จำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 37.30 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับน้อย และจำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับมาก โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เท่ากับ 2.51

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการมีสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายใน
โรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ

สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. ในโรงเรียนมีร้านค้าที่ขายอาหารจานด่วน	2.73	0.93	ปานกลาง
2. ในโรงเรียนมีร้านค้าที่ขายอาหารที่ถูกต้องตาม หลักโภชนาการ (อาหารหลักครบ 5 หมู่)	2.09	0.79	ปานกลาง
3. ในโรงเรียนมีร้านขายผลไม้สด	2.71	0.98	ปานกลาง
รวม	2.51	0.51	ปานกลาง

จากตารางที่ 13 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่าประเด็นที่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการมีสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ ในโรงเรียนมีร้านค้าที่ขายอาหารจานด่วน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.73 ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีมีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการมีสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ ในโรงเรียนมีร้านค้าที่ขายอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ (อาหารหลักครบ 5 หมู่) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.09

2.3 ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ซึ่งอธิบายตามตารางที่ 14- 17 ดังนี้

2.3.1 การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ

ตารางที่ 14 การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

(n=306)

การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ		จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระดับมาก	(3.01-4.00)	88	28.80
ระดับปานกลาง	(2.01-3.00)	185	60.50
ระดับน้อย	(1.00-2.00)	33	10.80
รวม		306	100.00

$$\bar{X} = 2.46 \quad S.D. = 0.20$$

จากตารางที่ 14 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 60.50 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยรวมในระดับปานกลาง รองลงมาคือจำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 28.80 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับมาก และจำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 10.80 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับน้อย โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เท่ากับ 2.46

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ

การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. นักเรียนได้รับความรู้เรื่องประโยชน์ของการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการจากสื่อเหล่านี้เพียงใด			
1.1 วิทยุ	2.73	0.85	ปานกลาง
1.2 โทรทัศน์	1.83	0.77	น้อย
1.3 หนังสือพิมพ์/ วารสาร	2.25	0.84	ปานกลาง
1.4 เอกสาร/ แผ่นพับ	2.23	0.93	ปานกลาง
1.5 อินเทอร์เน็ต	2.09	1.03	ปานกลาง
2. นักเรียนได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อเหล่านี้เพียงใด			
2.1 วิทยุ	2.21	0.93	ปานกลาง
2.2 โทรทัศน์	3.03	0.87	มาก
2.3 หนังสือพิมพ์/ วารสาร	2.66	0.88	ปานกลาง
2.4 เอกสาร/ แผ่นพับ	2.73	0.97	ปานกลาง
2.5 อินเทอร์เน็ต	2.87	1.07	ปานกลาง
รวม	2.46	0.20	ปานกลาง

จากตารางที่ 15 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่าประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ นักเรียนได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วน

จากโทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.03 ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับต่ำที่สุดคือ นักเรียนได้รับความรู้เรื่องประโยชน์ของการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการจากโทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.83

2.3.2 การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ

ตารางที่ 16 การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

			(n=306)
การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ		จำนวน(คน)	ร้อยละ
ระดับมาก	(3.01-4.00)	87	28.40
ระดับปานกลาง	(2.01-3.00)	169	55.20
ระดับน้อย	(1.00-2.00)	50	16.30
รวม		306	100.00
$\bar{X} = 2.32$		S.D. = 0.61	

จากตารางที่ 16 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 55.20 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนโดยรวมในระดับปานกลาง รองลงมาคือจำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 28.40 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับมาก และจำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 16.30 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับน้อย โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเท่ากับ 2.32

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนตามความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ	\bar{X}	S.D.	ระดับ
3. นักเรียนได้รับคำแนะนำในเรื่องการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ จากบุคคลเหล่านี้เพียงใด			
3.1 เพื่อน	2.95	0.93	ปานกลาง
3.2 ครูอาจารย์ผู้สอน	1.58	0.64	น้อย
3.3 บิดา มารดา	1.68	0.78	น้อย
3.4ญาติ พี่น้อง	2.20	0.89	ปานกลาง
4. นักเรียนได้รับคำชักชวนให้รับประทานอาหารจานด่วนจากบุคคลเหล่านี้เพียงใด			
4.1 เพื่อน	3.29	0.89	มาก
4.2 ครูอาจารย์ผู้สอน	2.16	1.02	ปานกลาง
4.3 บิดา มารดา	2.14	1.05	ปานกลาง
4.4 ญาติ พี่น้อง	2.57	1.04	ปานกลาง
รวม	2.32	0.61	ปานกลาง

จากตารางที่ 17 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่าประเด็นที่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ นักเรียนได้รับคำชักชวนให้รับประทานอาหารจานด่วนจากเพื่อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.29 ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ นักเรียนได้รับคำแนะนำในเรื่องการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่จากครูอาจารย์ผู้สอน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.58

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตารางที่ 18 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยภาพรวม

(n=306)

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน		จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับมาก	(3.01-4.00)	16	5.20
ระดับปานกลาง	(2.01-3.00)	273	89.20
ระดับน้อย	(1.00-2.00)	17	5.60
รวม		306	100.00

$$\bar{X} = 2.49 \quad S.D. = 0.31$$

จากตารางที่ 18 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่จำนวน 273 คน คิดเป็นร้อยละ 89.20 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนโดยรวมในระดับปานกลาง รองลงมาจำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 5.60 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับต่ำ และจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 5.20 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับสูง โดยค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เท่ากับ 2.49

ตารางที่ 19 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามรายชื่อ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน	2.41	0.66	ปานกลาง
2. บริการส่งถึงบ้านมีความสะดวกรวดเร็ว ทำให้ นักเรียนสั่งอาหารจานด่วนมารับประทานที่บ้าน	2.13	0.76	ปานกลาง
3. เมื่อมีเวลาจำกัดนักเรียนมักจะรับประทานอาหาร จานด่วน	2.57	0.86	ปานกลาง

ตารางที่ 19 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
4. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เป็นอาหารว่าง	2.26	0.85	ปานกลาง
5. นักเรียนมักนัดพบกับผู้ปกครอง หรือ เพื่อนที่ร้านอาหารจานด่วน	2.09	0.95	ปานกลาง
6. นักเรียนรับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่ มากกว่าอาหารจานด่วน	2.13	0.83	ปานกลาง
7. นักเรียนดื่มน้ำอัดลม	2.91	0.78	ปานกลาง
8. เมื่อมีเมนูอาหารจานด่วนชนิดใหม่ออกโฆษณา ในโทรทัศน์ นักเรียนมักจะไปรับประทาน	2.26	0.73	ปานกลาง
9. นักเรียนไปรับประทานอาหารจานด่วน เมื่อเพื่อนหรือผู้ปกครองชวน	2.64	0.74	ปานกลาง
10. นักเรียนเลือกรับประทานอาหาร โดยคำนึงถึง คุณค่าทางโภชนาการเป็นอันดับแรก	2.51	0.79	ปานกลาง
11. นักเรียนชักชวนเพื่อน หรือ ผู้ปกครอง ให้เลิก รับประทานอาหารจานด่วน	3.15	0.85	มาก
12. เมื่ออยากรับประทานอาหาร นักเรียนใช้บริการ อาหารจานด่วน	2.22	0.79	ปานกลาง
13. นักเรียนปฏิเสธเมื่อมีคนชักชวนให้รับประทาน อาหารจานด่วน	2.85	0.76	ปานกลาง
14. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนมากกว่า อาหารที่ปรุงเองที่บ้าน	2.08	0.87	ปานกลาง
15. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เมื่อมีการ แถมตุ๊กตาหรือของเล่นต่างๆ	1.88	0.89	น้อย
16. นักเรียนหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำอัดลมควบคู่กับ การรับประทานอาหารจานด่วน	2.77	0.81	ปานกลาง
17. นักเรียนรับประทานผัก ผลไม้ เพิ่มขึ้น เมื่อรับประทานอาหารจานด่วน	2.47	0.82	ปานกลาง

ตารางที่ 19 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วน	\bar{X}	S.D.	ระดับ
18. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนแทนอาหาร มื้อหลัก	2.03	0.79	ปานกลาง
19. นักเรียนเลือกรับประทานอาหารจานด่วน เฉพาะที่ต้องการ มากกว่าเลือกเป็นเมนูชุดอาหาร	2.64	0.79	ปานกลาง
20. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนต่อไปนี้ อย่างไร			
20.1 ไก่ทอด	2.86	0.72	ปานกลาง
20.2 พิซซ่า	2.29	0.74	ปานกลาง
20.3 เฟรนช์ฟรายด์	2.76	0.75	ปานกลาง
20.4 แซนด์วิช	2.83	0.79	ปานกลาง
20.5 แซมเบอร์เกอร์	2.48	0.78	ปานกลาง
20.6 สอทอด	2.79	0.79	ปานกลาง
20.7 เค้กและพาย	2.49	0.83	ปานกลาง
20.8 โคนัท	2.59	0.81	ปานกลาง
รวม	2.49	0.31	ปานกลาง

จากตารางที่ 19 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่เมื่อพิจารณาพฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่าประเด็นที่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ นักเรียนชักชวนเพื่อน หรือผู้ปกครองให้เลือกรับประทานอาหารจานด่วน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.15

ส่วนประเด็นที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนเมื่อมีการแถมตุ๊กตาหรือของเล่นต่าง ๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.88

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ปรากฏว่า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตารางที่ 20 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ปัจจัยนำ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)
	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
1. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน	-.173**
2. ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.503***

P < .01 *P < .001

จากตารางที่ 20 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เพื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.173$, $p\text{-value} = .002$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สรุปยอมรับสมมติฐาน

ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = .503$, $p\text{-value} = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สรุปยอมรับสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตารางที่ 21 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ปัจจัยเอื้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)
	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
1. นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน	-.232***
2. กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน	-.232***
3. สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน	-.050

***p < .001

จากตารางที่ 21 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เพื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า

นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.232$, $p\text{-value} = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สรุปยอมรับสมมติฐาน

กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.232, p\text{-value} = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สรุปยอมรับสมมติฐาน

สภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.050, p\text{-value} = .381$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปไม่ยอมรับสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 3 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตารางที่ 22 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

(n=306)	
ปัจจัยเสริม	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
1. การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ	.152**
2. การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ	-.143*

*P < .05 **P < .01

จากตารางที่ 22 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เพื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า

การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = .152, p\text{-value} = .008$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สรุปยอมรับสมมติฐาน

การได้รับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.143, p\text{-value} = .012$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปยอมรับสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 4 ปัจจัยทางจิตสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 23 - 29

ตารางที่ 23 ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

เพศ	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
ชาย	7 (2.30)	140 (45.80)	8 (2.60)	155 (50.70)	.436	.804
หญิง	9 (2.90)	133 (43.50)	9 (2.90)	151 (49.30)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

จากตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า เพศกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 $\chi^2 (df, n) = .436 (2, 306)$ สรุปไม่ยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 24 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

อายุ	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
11 ปี	2 (0.70)	64 (20.90)	9 (2.90)	75 (24.50)	11.860*	.018
12 ปี	12 (3.90)	199 (65.10)	7 (2.30)	218 (71.30)		
13 ปี	2 (0.70)	10 (3.30)	1 (0.30)	13 (4.20)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

*p < .05

จากตารางที่ 24 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่าอายุกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 χ^2 (df, n) = 11.860 (4, 306) สรุปยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 25 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ภาวะโภชนาการ (น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ)	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์	0 (0.00)	7 (2.30)	2 (0.70)	9 (2.90)	7.278	.122
น้ำหนักปกติ	9 (2.90)	167 (54.70)	12 (3.90)	188 (61.50)		
น้ำหนักเกินเกณฑ์	7 (2.30)	99 (32.40)	3 (1.00)	109 (35.60)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

จากตารางที่ 25 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า ภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 χ^2 (df, n) = 7.278 (4, 306) สรุปไม่ยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 26 ความสัมพันธ์ระหว่างเงินที่นักเรียนได้รับต่อวันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

เงินที่นักเรียนได้รับ ต่อวัน	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
ไม่เกิน 30 บาท	7 (2.30)	102 (33.30)	7 (2.30)	116 (37.90)	13.976*	.030
31 – 60 บาท	4 (1.30)	149 (48.70)	10 (3.30)	163 (53.30)		
61 – 90 บาท	2 (0.70)	7 (2.30)	0 (0.00)	9 (2.90)		
มากกว่า 90 บาท	3 (1.00)	15 (4.90)	0 (0.00)	18 (5.90)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

*p < .05

จากตารางที่ 26 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเงินที่นักเรียนได้รับต่อวันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 χ^2 (df, n) = 13.976 (6, 306) สรุปยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 27 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของบิดากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ระดับการศึกษาของบิดา	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
ประถมศึกษา	4 (1.30)	16 (5.20)	0 (0.00)	20 (6.50)	13.583	.093
มัธยมศึกษา	3 (1.00)	56 (18.30)	3 (1.00)	62 (20.30)		
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	3 (1.00)	78 (25.50)	4 (1.30)	85 (27.80)		
ปริญญาตรี	5 (1.60)	104 (34.00)	10 (3.30)	119 (38.90)		
สูงกว่าปริญญาตรี	1 (0.30)	19 (6.20)	0 (0.00)	20 (6.50)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

จากตารางที่ 27 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของบิดากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า ระดับการศึกษาของบิดากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 χ^2 (df, n) = 13.583 (8, 306) สรุปไม่ยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 28 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของมารดากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ระดับการศึกษา ของมารดา	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
ประถมศึกษา	2 (0.70)	30 (9.80)	3 (1.00)	35 (11.40)	5.850	.664
มัธยมศึกษา	4 (1.30)	54 (17.60)	0 (0.00)	58 (19.00)		
อนุปริญญาหรือ เทียบเท่า	4 (1.30)	72 (23.50)	5 (1.60)	81 (26.50)		
ปริญญาตรี	5 (1.60)	103 (33.60)	7 (2.30)	115 (37.50)		
สูงกว่าปริญญาตรี	1 (0.30)	14 (4.60)	2 (0.70)	17 (5.60)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

จากตารางที่ 28 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของมารดากับพฤติกรรม
การบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัด
นนทบุรี พบว่า ระดับการศึกษาของมารดากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่มีความสัมพันธ์
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 χ^2 (df, n) = 5.850 (8, 306) สรุปไม่ยอมรับสมมติฐาน

ตารางที่ 29 ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

รายได้ของครอบครัว เฉลี่ยต่อเดือน	ระดับพฤติกรรม			รวม (n=306)	χ^2	p-value
	การบริโภคอาหารจานด่วน					
	มาก	ปานกลาง	น้อย			
ไม่เกิน 5,000 บาท	1 (0.30)	10 (3.30)	1 (0.30)	12 (3.90)	3.766	.878
5,001 – 10,000 บาท	2 (0.70)	38 (12.40)	4 (1.30)	44 (14.40)		
10,001 – 20,000 บาท	3 (1.00)	82 (26.80)	3 (1.00)	88 (28.80)		
20,001 – 30,000 บาท	4 (1.30)	64 (20.90)	5 (1.60)	73 (23.90)		
มากกว่า 30,000 บาท	6 (2.00)	79 (25.70)	4 (1.30)	89 (29.00)		
รวม	16 (5.20)	273 (89.20)	17 (5.60)	306 (100.00)		

จากตารางที่ 29 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 χ^2 (df, n) = 3.766 (8, 306) สรุป ไม่ยอมรับสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 5 ตัวแปรจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และปัจจัยทางชีวสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าการทำนายโดยตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งเพียง ตัวเดียว

ตารางที่ 30 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของตัวแปรที่สามารถร่วมทำนาย พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตัวแปรทำนาย	R	R ²	R ² Change	F	p-value
1. <u>ปัจจัยนำ</u>					
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.503	.253	.253	103.083***	.000
2. <u>ปัจจัยเอื้อ</u>					
กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน	.529	.280	.026	11.088**	.001
3. <u>ปัจจัยทางชีวสังคม</u>					
เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน	.550	.302	.023	9.772**	.002
4. <u>ปัจจัยเสริม</u>					
การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ	.558	.312	.010	4.187*	.042

* P < .05 ** P < .01 *** P < .001

จากตารางที่ 30 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ โดยใช้วิธีการเพิ่มขั้นตอน

ขั้นตอนที่ 1 ตัวแปรปัจจัยนำ คือ ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนถูกคัดเลือกเข้าสู่สมการเป็นตัวแรกและสามารถอธิบายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .253 หมายถึงทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนสามารถพยากรณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีได้ร้อยละ 25.30

ขั้นตอนที่ 2 ตัวแปรปัจจัยเอื้อ คือ กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน ถูกคัดเลือกเข้าสู่สมการเป็นตัวที่สองและเพิ่มความสามารถในการอธิบายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีได้ร้อยละ 2.60 (R^2 Change=.026) ทำให้ R^2 เพิ่มขึ้นเป็น .280 ซึ่งหมายถึง ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนและกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ร้อยละ 28.00

ขั้นตอนที่ 3 ตัวแปรปัจจัยทางชีวสังคม คือ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันถูกคัดเลือกเข้าสู่สมการเป็นตัวที่สามและเพิ่มความสามารถในการอธิบายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีได้ร้อยละ 2.30 (R^2 Change=.023) ทำให้ R^2 เพิ่มขึ้นเป็น .302 ซึ่งหมายถึง ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และเงินที่นักเรียนได้รับต่อวันสามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีได้ร้อยละ 30.20

ขั้นตอนที่ 4 ตัวแปรปัจจัยเสริม คือ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ถูกคัดเลือกเข้าสู่สมการเป็นตัวที่สี่และเพิ่มความสามารถในการอธิบายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีได้ร้อยละ 1.00 (R^2 Change=.010) ทำให้ R^2 เพิ่มขึ้นเป็น .312 ซึ่งหมายถึง ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันและการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีได้ร้อยละ 31.20

ตารางที่ 31 ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรทำนายในรูปคะแนนดิบ (b) และในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ถดถอย (SEb) ค่าการทดสอบความมีนัยสำคัญการถดถอย (t) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ และค่าคงที่ของสมการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ตัวแปรทำนาย	b	SEb	Beta	t	p-value
Constant	1.414	.107	-	13.261***	.000
1. ปัจจัยนำ					
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.454	.045	.503	10.153***	.000
Constant	1.622	.122	-	13.285***	.000
2. ปัจจัยนำ					
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.433	.044	.480	9.749***	.000
ปัจจัยเอื้อ					
กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน	-.065	.020	-.164	-3.330**	.001
Constant	1.546	.123	-	12.592***	.000
3. ปัจจัยนำ					
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	.424	.044	.471	9.682***	.000
ปัจจัยเอื้อ					
กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน	-.065	.019	-.164	-3.387**	.001
ปัจจัยทางชีวสังคม					
เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน	.002	.001	.151	3.126**	.002
Constant	1.172	.220	-	5.326***	.000

ตารางที่ 31 (ต่อ)

ตัวแปรทำนาย	b	SEb	Beta	t	p-value
4. ปัจจัยนำ					
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร จานด่วน	.423	.044	.469	9.700***	.000
ปัจจัยเอื้อ					
กิจกรรมส่งเสริมการบริโภค อาหารของโรงเรียน	-.059	.019	-.148	-3.034**	.003
ปัจจัยทางชีวสังคม					
เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน	.002	.001	.145	3.017**	.003
ปัจจัยเสริม					
การได้รับข้อมูลข่าวสารการ บริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ	.149	.073	.099	2.046*	.042

* $P < .05$ ** $P < .01$ *** $P < .001$

จากตารางที่ 31 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปมาตรฐาน (Beta) พบว่า

ปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารจานด่วน คือ ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสามารถในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (Beta) = .469

ปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน คือ กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน มีความสามารถในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (Beta) = -.148

ปัจจัยทางชีวสังคม คือ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันมีความสามารถในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัด

นนทบุรี โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (Beta) = .145

ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน คือ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ มีความสามารถในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (Beta) = .099

สมการถดถอยที่ใช้ในการพยากรณ์ดังนี้

สมการทำนายในรูปคะแนนดิบ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน = $1.172 + .423$ (ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน) + $(-.059)$ (กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน) + $.002$ (เงินที่นักเรียนได้รับ) + $.149$ (การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ)

สมการทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน = $.469$ (ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน) + $(-.148)$ (กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน) + $.145$ (เงินที่นักเรียนได้รับ) + $.099$ (การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ)

สรุปผลการวิเคราะห์สมมติฐานที่ 5 มีตัวแปร 4 ตัวแปร คือ 1.) ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน 2.) กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน 3.) เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และ 4.) การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อพิจารณาดังกล่าวสนับสนุนสมมติฐานที่ว่า ตัวแปรอิสระหลายตัวสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าตัวแปรเพียงตัวเดียว สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานทั้งหมด โดยสรุปแต่ละสมมติฐานดังนี้

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานที่ 1 พบว่าความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สรุปยอมรับสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และสภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานที่ 2 พบว่านโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนสภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปยอมรับสมมติฐานที่ 2 ในปัจจัยเอื้อด้านนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และไม่ยอมรับสมมติฐานที่ 2 ในปัจจัยเอื้อด้านสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน

สมมติฐานที่ 3 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานที่ 3 พบว่าการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปยอมรับสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานที่ 4 ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานที่ 4 พบว่า อายุ และเงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน เพศ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปยอมรับสมมติฐานที่ 4 ในปัจจัยทางชีวสังคมด้านอายุ และเงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และไม่ยอมรับสมมติฐานที่ 4 ในปัจจัยทางชีวสังคมด้านเพศ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว

สมมติฐานที่ 5 ตัวแปรจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และปัจจัยทางชีวสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าการทำนายโดยตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งเพียงตัวเดียว ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 5 สนับสนุนสมมติฐานอย่างชัดเจนกล่าวคือ ทศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ โดยทั้ง 4 ตัวแปรสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าการทำนายด้วยตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว สรุปยอมรับสมมติฐานที่ 5

วิจารณ์

จากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้ข้อค้นพบและนำมาเป็นข้อวิจารณ์ โดยมีสาระสำคัญดังนี้

1. ลักษณะทางชีวสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาลักษณะทางชีวสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน ผลการวิจัยมีดังนี้

เพศ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากไม่ว่าทั้งนักเรียนเพศชายหรือเพศหญิง ทุกคนต่างก็ต้องการบริโภคอาหารเพื่อตอบสนองความต้องการของร่างกาย ประกอบกับทั้งนักเรียนเพศชายหรือเพศหญิงต่างก็ได้รับความรู้ ประสบการณ์ต่าง ๆ จากโรงเรียน ครอบครัว แหล่งข้อมูลข่าวสาร และสื่อโฆษณา ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ใกล้เคียงกัน ตลอดจนสภาพเศรษฐกิจ สังคม และการมีแหล่งจำหน่ายอาหารจานด่วน ที่ใช้รูปแบบธุรกิจระบบแฟรนไชส์ ทำให้สามารถขยายสาขาออกไปได้อย่างรวดเร็ว และเข้าถึงกลุ่มผู้บริโภคได้อย่างทั่วถึง ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สมฤดี (2535) ที่ศึกษาพบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนทันใจของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ ฉัฐติวงศ์ (2539) ที่ศึกษาพบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่ม 3 กรุงเทพมหานคร และ สุภาวดี (2543) ที่ศึกษาพบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ พิมพ์ (2530) ที่ศึกษา ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับ

สุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 8 พบว่านักเรียนหญิงมีการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคดีกว่านักเรียนชาย

อายุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกัน เนื่องจากวัยเด็กตอนปลายซึ่งเป็นวัยที่คาบเกี่ยวกับวัยรุ่นตอนต้น เมื่ออายุเพิ่มขึ้นพัฒนาการด้านต่าง ๆ ก็จะปรับขึ้นตามลำดับอายุ เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 12-13 ปี ส่วนเด็กชายจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 13-14 ปี เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นมีความต้องการเป็นที่รับยอมรับในกลุ่มเพื่อน ต้องการเป็นคนทันสมัยในทุกเรื่อง รวมทั้งพฤติกรรมการบริโภคอาหารจากการที่สังคมให้คุณค่าของผู้ที่รับประทานอาหารจานด่วนว่าเป็นคนทันสมัย ประกอบกับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาสร้างแรงจูงใจให้เกิดความรู้สึกต้องการรับประทานอาหารตามสื่อ นั้น จึงทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามกระแสนิยม ในแต่ละช่วงอายุจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริลักษณ์ (2530) ที่ศึกษาทัศนคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง จำนวน 160 คน มีอายุ 7-18 ปี พบว่ากลุ่มอายุ 10-12 ปี จะบริโภคอาหารว่างมากที่สุด

ภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนมีสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนที่ใกล้เคียงกัน ส่วนสภาพแวดล้อมภายนอกโรงเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารก็มีความใกล้เคียงกัน เนื่องจากปัจจุบันมีร้านอาหารจานด่วนเป็นจำนวนมากทำให้มีความสะดวกในการรับประทานอาหารจานด่วน ประกอบกับอิทธิพลของสื่อโฆษณาทำให้เด็กไม่ว่าอ้วนหรือผอมก็ต้องการที่จะบริโภคอาหารตามกระแสนิยม ดังนั้นภาวะโภชนาการจึงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของกัลยา (2541) ที่ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี พบว่าเด็กวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยรวมไม่แตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวรส (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่าวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน

เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ที่ได้รับเงินค่าขนมต่อวันต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกัน เนื่องจากนักเรียนที่ได้รับเงินค่าขนมต่อวันมาก ก็สามารถมีอำนาจในการซื้ออาหารจานด่วนมาบริโภคได้อย่างสะดวก ส่วนนักเรียนที่ได้รับเงินค่าขนมต่อวันน้อยก็จะมีความจำกัดในเรื่องอำนาจการซื้อ ดังนั้นจึงทำให้พฤติกรรมในการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วิธิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาในเรื่องที่คล้ายคลึงกัน เช่น ผลการศึกษาของ สนองพร (2532) ที่ศึกษาประสิทธิภาพของการจัดโปรแกรมสุขศึกษาโดยใช้แรงสนับสนุนทางสังคมจากครู และผู้นำนักเรียนทางด้านสาธารณสุขต่อพฤติกรรมการดื่มนมถั่วเหลืองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนนทบุรี พบว่า ค่าขนมของนักเรียนต่อวันไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มนมถั่วเหลืองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนนทบุรี นอกจากนี้ยังไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ วรางคณา (2538) ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า การได้รับเงินไปโรงเรียนกับพฤติกรรมการเลือกอาหารของนักเรียนในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลไม่แตกต่างกัน และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ชญานิษฐ์ (2543) ที่ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า รายได้ของนักเรียนต่างกัน มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

ระดับการศึกษาของบิดา/มารดาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากในภาวะการณปัจจุบัน วิถีชีวิตของคนในเมืองและผู้ที่อยู่ชานเมือง มีสภาพสังคมที่เร่งรีบและแก่งแย่งแข่งขันต่างๆ เป็นผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในรูปแบบสำเร็จรูป ปัญหาจรรยาตัดขาด ไม่มีเวลาประกอบอาหาร อาหารพร้อมบริโภคจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในชีวิตประจำวันร่วมกับอิทธิพลของการโฆษณาที่มีการลงทุนและใช้เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสูง การรับวัฒนธรรมของสังคมประเทศตะวันตกมาใช้โดยขาดความรู้

ขาดการถ่วงถ่วง หรือยอมรับวัฒนธรรมเหล่านั้นโดยไม่มีทางเลือก ถึงแม้จะพบว่าการศึกษาเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการแสวงหาความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ ตลอดจนกำหนดพฤติกรรมการบริโภคและการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ แต่ภาวะการแข่งขันในปัจจุบันมีผลทำให้บิดา/มารดามีภารกิจที่ต้องทำอยู่ตลอดเวลา ไม่มีเวลาหรือมีเวลาน้อยในการดูแลเอาใจใส่เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของบุคคลในครอบครัว มีผลทำให้เด็กที่อยู่ในความดูแลมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามกระแสนิยม ดังนั้นระดับการศึกษาของบิดา/มารดาจึงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สมฤดี (2535) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ผู้ปกครองมีการศึกษาต่างกันมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารด่วนทันใจไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ สุภาวดี (2543) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า ระดับการศึกษาของบิดา/มารดาไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ วรางคณา (2538) ที่ศึกษาพฤติกรรมการเลือกอาหารของเด็กนักเรียนในเขตเทศบาล มีความแตกต่างกันตามระดับการศึกษาของบิดา/มารดา คือ บิดา/มารดาที่มีการศึกษาสูงพฤติกรรมการเลือกอาหารของเด็กก็จะดีด้วย

รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากปัจจุบันมีร้านอาหารจานด่วนเป็นจำนวนมาก จึงมีการใช้วิถีทางการตลาดอย่างหลากหลายเพื่อแย่งชิงส่วนแบ่งทางการตลาด โดยผู้ประกอบการแต่ละรายก็พยายามแสวงหากลวิธี เพื่อจูงใจผู้บริโภค เช่น การลดราคา การแจกคูปองแลกซื้อ จึงทำให้นักเรียนที่ผู้ปกครองมีรายได้ของครอบครัวในระดับสูง มีความสะดวกในการซื้ออาหารจานด่วนมาบริโภค และนักเรียนที่ผู้ปกครองมีรายได้ของครอบครัวในระดับปานกลางหรือต่ำ ก็สามารถที่จะซื้ออาหารจานด่วนมาบริโภคได้เช่นกัน ประกอบกับการต้องการเป็นคนทันสมัย และเพื่อเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน จึงทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ณัฐสิตางค์ (2539) ที่ทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ สุภาวดี (2543) ที่ทำการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3

กรุงเทพมหานคร พบว่า รายได้ของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ สมฤดี (2535) ที่ทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครองแตกต่างกันมีการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารด่วนทันใจแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Armstrong (1991) ที่ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อบริโภคนิสัยของชาวแอนติกกัน ในอินเดียตะวันตก พบว่า บุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีมีคะแนนความคิดเห็นด้านโภชนาการดีกว่าบุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและยากจน

2. ปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

2.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = -.173$, $p\text{-value} = .002$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ถ้านักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมากจะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนน้อย หรือถ้านักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนน้อยจะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก เนื่องจากกระทรวงศึกษาธิการได้บรรจุหลักสูตรเกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ และการเลือกรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะในรายวิชาสาระการเรียนรู้สุขศึกษาตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษา ดังนั้นอิทธิพลของโภชนศึกษาจึงเป็นเหตุผลสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อการที่บุคคลนิยมรับประทานอาหารเพราะรู้คุณค่าของอาหารนั้น แสดงให้เห็นความสำคัญของการให้ความรู้ทางโภชนาการแก่ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กอันเป็นวัยที่นิสัยในการรับประทานกำลังเกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ศรีรัตน์ (2539) ที่ศึกษาการประยุกต์

ทฤษฎีความสามารถของตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 วัดมูลจินดาราม จังหวัดปทุมธานี พบว่า ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารว่างแก่กลุ่มทดลอง หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเพิ่มขึ้นและบริโภคขนมขบเคี้ยวลดลง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของสุภาวดี (2543) ที่ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนในโปรแกรมสุขศึกษาให้แก่กลุ่มทดลอง หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการสอนโดยการจัดโปรแกรมสุขศึกษา สามารถสร้างความเข้าใจทำให้เกิดการเรียนรู้ มีผลทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนลดลง และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการมากขึ้น แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของชญานิษฐ์ (2543) ที่ศึกษาเรื่องพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศสตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า ความรู้ไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = .503, p\text{-value} = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าถ้านักเรียนมีทักษะคิดที่ดีต่อการบริโภคอาหารจานด่วนจะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก เนื่องจากทักษะคิดมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแต่ละบุคคล โดยได้รับการถ่ายทอด หรือ อบรมสั่งสอนมาตั้งแต่เด็ก จนกลายเป็นบริโภคนิสัยและความชอบของแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวรส (2541) ที่ศึกษาปัจจัยกำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า ทักษะคิดต่อการบริโภคมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ วิถี (2541) ที่ศึกษาปัจจัย

ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ ชญานิชฐ์ (2543) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า เจตคติกับการปฏิบัติมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน

3.1 นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = -.232, p\text{-value} = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงว่า ถ้านักเรียนได้รับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนน้อย จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก หรือ ถ้านักเรียนได้รับนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมาก จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนน้อย ทั้งนี้เนื่องจากนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนเป็นสิ่งที่มิอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโดยตรง ซึ่งกระทรวงศึกษาธิการได้มีการบรรจุหลักสูตรในเรื่องการบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ และการเลือกรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะในรายวิชาสาระการเรียนรู้สุขศึกษา ดังนั้นจึงทำให้นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ และการเลือกรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะจากครูผู้สอนประจำรายวิชาตั้งแต่ระดับประถมศึกษา

3.2 กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = -.232, p\text{-value} = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงว่า ถ้านักเรียนได้รับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนน้อย จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก หรือถ้านักเรียนได้รับกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมาก จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนน้อย ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนเป็นการสร้างทักษะที่สำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ซึ่งทางโรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้จัดกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนปีละ 2 ครั้ง โดยจะเน้นในเรื่องการรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ และการเลือกรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะ ประกอบกับการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียนทุกคน เพื่อที่จะได้รับการพัฒนาหรือปรับปรุงให้มีภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ปกติ จากครูผู้สอนโดยการประสานงานกับผู้ปกครองในเรื่องการดูแลภาวะโภชนาการของนักเรียน

3.3 สภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = -.050, p\text{-value} = .381$) อย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้เนื่องจากโรงเรียนมีโครงการอาหารกลางวัน มีนโยบายห้ามจำหน่ายอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ และห้ามนักเรียนออกไปซื้อขนมนอกโรงเรียน จึงทำให้สภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ วิธิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ด้านความสะดวกเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ สว่างเดือน (2549) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า การเข้าถึงแหล่งบริโภค

ทักษะในการเลือกซื้อเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

โดยสรุปผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยเอื้อด้าน นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหาร ของโรงเรียน และกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัจจัยเอื้อด้าน สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำ สนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ

4.1 การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = .152$, $p\text{-value} = .008$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ถ้านักเรียนได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ น้อย จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนน้อย หรือถ้านักเรียนได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ มาก จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก ทั้งนี้เนื่องจากอิทธิพลจากสื่อโฆษณาสร้างแรงจูงใจให้เกิดความรู้สึกต้องการบริโภคอาหารตามสื่อ นั้น และจากการที่สังคมให้คุณค่าของผู้ที่บริโภคอาหารจานด่วนว่าเป็นคนทันสมัย และเพื่อเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อนจึงทำให้เด็กมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนตามกระแสนิยม ซึ่งในขณะที่อยู่ในโรงเรียนเด็กจะไม่สามารถบริโภคอาหารจานด่วนได้ เนื่องจากโรงเรียนมีนโยบายในการห้ามจำหน่ายอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ และห้ามนักเรียนออกไปซื้อขนมนอกโรงเรียน แต่เมื่อเด็กออกไปสู่สังคม ซึ่งมีสภาพแวดล้อม

ที่เหมาะสมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนจึงทำให้เด็กต้องการที่จะบริโภคอาหารจานด่วนสูงขึ้น เนื่องจากถูกห้ามไม่ให้รับประทานเมื่ออยู่ที่โรงเรียน ดังนั้นควรที่จะมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนประกอบกับให้เด็กนักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดนโยบายของโรงเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เพื่อพัฒนาให้เด็กนักเรียนมีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

4.2 การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ($r = -.143, p\text{-value} = .012$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าถ้านักเรียนได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ น้อย จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก หรือถ้านักเรียนได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มาก จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนน้อย

ทั้งนี้เนื่องจากเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นวัยเด็กตอนปลายที่คาบเกี่ยวกับวัยรุ่นตอนต้น ต้องการมีความอิสระ อยากรู้ อยากทดลอง ไม่ชอบกฎระเบียบ เมื่อมีข้อกำหนดหรือระเบียบกฎเกณฑ์ที่เข้มงวด จะทำให้เด็กต่อต้านและเป็นแรงเสริมให้เด็กต้องการมีพฤติกรรมเหล่านั้นมากขึ้น ประกอบกับอิทธิพลของการบริโภคอาหารตามกระแสนิยม ดังนั้นเมื่อเด็กนักเรียนได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ น้อย จึงทำให้เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมที่อยากรู้และอยากทดลองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมากขึ้น แต่เมื่อเด็กนักเรียนได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ มากขึ้น จะทำให้เด็กนักเรียนมีพฤติกรรมที่อยากรู้และอยากทดลองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนลดน้อยลง

จากผลการวิจัย จะเห็นได้ว่า ปัจจัยเสริมที่ได้รับจากสื่อ คือ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ และปัจจัยเสริมที่ได้รับจากบุคคล คือ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ต่างก็มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เนื่องจากพฤติกรรมในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา ล้วนเป็นผลจากการเรียนรู้โดยกระบวนการทางสังคม (Socialization) จากการที่สังคมให้คุณค่าของผู้ที่บริโภคอาหารจานด่วนว่าเป็นคนทันสมัย ซึ่งเป็น

การสร้างค่านิยมในการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ดังนั้นถึงแม้บิดา/มารดา ครูผู้สอน ญาติพี่น้อง และเพื่อนจะให้คำแนะนำที่ถูกต้องเหมาะสมในการบริโภคอาหารจานด่วน แต่บุคคลเหล่านี้ก็ยังมี พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เนื่องมาจากกระแสการบริโภคนิยมอย่างชาวตะวันตก ซึ่งมีอิทธิพลต่อเด็กทำให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้ในการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ดังนั้น สิ่งสำคัญ คือ สื่อต่าง ๆ ควรนำเสนอและสร้างกระแสนิยมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม ประกอบกับผู้ปกครองและครูผู้สอนควรเป็นต้นแบบที่ดีในการบริโภคอาหาร เพื่อส่งเสริมทักษะ ในการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมให้แก่เด็กนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวิจิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลจากเพื่อนมีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ กัลยา (2541) ที่ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัด ราชบุรี พบว่า การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ เสาวรศ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยกำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า การได้รับข้อมูล ข่าวสารเกี่ยวกับโภชนาการมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ และจันทร์เพ็ญ (2547) ที่ศึกษาพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกิน มาตรฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนกลุ่มสหวิทยา เขตกรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลจากเพื่อนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการจัดการกับภาวะ น้ำหนักเกินมาตรฐาน

5. อำนวยการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาอำนวยการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า พฤติกรรมการบริโภค อาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี เป็นผลมาจากอิทธิพลร่วมของ 4 ปัจจัย ได้แก่ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรม ส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสาร การบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ ดังนั้นการวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วน จึงจำเป็นต้องคำนึงถึงอิทธิพลจากปัจจัยหลาย ๆ ปัจจัยร่วมกันเสมอ ไม่ควรคำนึงถึงปัจจัย

เดี่ยว และการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนต้องวิเคราะห์ปัจจัยที่สำคัญที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมนั้น ๆ ก่อน จึงจะวางแผนและกำหนดกลวิธีในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อนำไปสู่การมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ที่เหมาะสมและถูกต้องต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวรส (2541) ที่ศึกษาปัจจัยกำหนดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโภชนาการ ทักษะคิดต่อการบริโภค ความรู้เรื่องโภชนาการ รายได้ของครอบครัว สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารได้ร้อยละ 61.70 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ วิถี (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจและครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกรวดเร็ว และอิทธิพลจากเพื่อนสามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสนทนา (2544) ที่ศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารรวมทั้งศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร พบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคม ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และอิทธิพลจากสื่อสารมวลชนสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนได้ร้อยละ 31.20 และ จันทร์เพ็ญ (2547) ที่ศึกษาพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนกลุ่มสหวิทยา เขตกรุงเกษม กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลจากเพื่อน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ค่านิยมในการบริโภคอาหาร สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานได้ร้อยละ 15.70

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุป

จากการศึกษาวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี และศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ตามกรอบแนวคิด PRECEDE MODEL ประกอบด้วย 3 ปัจจัย ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน สภาพแวดล้อมร้านค้าภายในโรงเรียน ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ และปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ซึ่งผลจากการวิเคราะห์ ข้อมูลดังกล่าวจะทำให้ได้ข้อสรุปของการศึกษาวิจัย อันจะนำไปสู่การสร้างเสริมหรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี รวมทั้งยังเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนอื่น ๆ ต่อไป โดยกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษานักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 306 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา ความตรงตามโครงสร้างของเครื่องมือ จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และทดลองใช้กับประชากรที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 120 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตามวิธีของ Cronbach ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยแบบวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .75 ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วนได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .84 ปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .76 ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วนได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .78 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .81 เริ่มดำเนินการตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2549 ถึงเดือนมีนาคม 2550

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ทำให้ได้ข้อสรุปผลการวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี” ซึ่งสรุปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

สรุปผลตามวัตถุประสงค์หลักของการวิจัย

วัตถุประสงค์หลักของการวิจัยครั้งนี้ คือ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยนี้พบว่าปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

สรุปผลตามวัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัย

วัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัย ได้กำหนดไว้ดังนี้คือ

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษา พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน และพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาพบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนต่อการบริโภคอาหารจานด่วนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ เช่น บุคคลในครอบครัว เพื่อนนักเรียน ครูอาจารย์ผู้สอน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ ต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่าง ๆ ต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัว กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาพบว่า อายุ และเงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า เพศ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา และรายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. เพื่อศึกษาตัวแปรจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และปัจจัยทางชีวสังคมสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาพบว่า ทฤษฎีต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีอำนาจการทำนายร้อยละ 31.20

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ซึ่งจากผลการศึกษาวิจัยดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. จากผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนโดยรวมทุกด้าน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นการทำให้ให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่พึงประสงค์หรือถูกต้องเหมาะสม ผู้บริหารของโรงเรียนจึงควรกำหนดนโยบายส่งเสริมการรับประทานอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการที่เป็นรูปธรรม และมีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง เช่น การเสริมสร้างทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ที่ถูกต้องเหมาะสม การลดปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในโรงเรียนและเสริมสร้างทักษะในการเลือกรับประทานอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารจานด่วน การสร้างปัจจัยเสริมในทางบวก เช่น การให้ข้อมูลข่าวสารและคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการและโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้ผลจากการวิจัยมากำหนดกลยุทธ์ในการดำเนินงานเพื่อให้ประสบผลสำเร็จ

2. จากผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่าง ๆ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นผู้บริหารของโรงเรียนควรมีการส่งเสริมพัฒนาการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารในโรงเรียน ตลอดจนเสนอข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง เพื่อสร้างทัศนคติที่ดีในการบริโภคอาหาร ปลูกฝังพฤติกรรมบริโภคอาหารให้ถูกต้องเหมาะสมและตระหนักถึงโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน โดยขอความร่วมมือจากครูผู้ปกครองในการดูแลเอาใจใส่สนับสนุนเป็นแบบอย่างที่ดีในการจัดเตรียม หรือเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางสารอาหารและมีประโยชน์ต่อร่างกาย

3. การที่จะทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี สามารถคงไว้ซึ่งพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการนั้นขึ้นอยู่กับโรงเรียน ผู้ปกครอง และสังคม โดยเฉพาะสื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็ก วัยเรียน ควรสนับสนุนส่งเสริมให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และกระตุ้นเตือนให้ตระหนักถึงโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน สิ่งสำคัญรัฐบาลควรมีนโยบายหรือมาตรการในการคุ้มครองผู้บริโภคโดยกระตุ้นเตือนให้ตระหนักถึงโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน และในส่วนของผู้ประกอบการร้านอาหารจานด่วนให้ตระหนักถึงคุณค่าทางสารอาหารที่ผู้บริโภคได้รับ เพื่อแข่งขันกันในการตลาด โดยใช้กลยุทธ์ที่สำคัญ เน้นการผลิตที่มีคุณภาพ มีคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมต่อผู้บริโภคเป็นสำคัญ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ ไปจัดโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการและมีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารจานด่วน โดยเน้นปัจจัยที่พบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ให้กลุ่มเป้าหมายได้มีส่วนร่วมและมีการทำวิจัยประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
2. ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนด้านอื่น ๆ ด้วย โดยเฉพาะอิทธิพลของการโฆษณา เพื่อค้นหาข้อมูลในการพัฒนาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่ถูกต้องเหมาะสม ตามภาวะการณ์ในปัจจุบัน
3. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ในโรงเรียนอื่น ๆ เพื่อความแตกต่างและสามารถนำเสนอเป็นนโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของเด็ก ระดับชั้นประถมศึกษาในแต่ละพื้นที่ตามความเหมาะสม

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

- กนกพร วิสุททธิกุล. 2540. พฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจของวัยรุ่นตอนปลายในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กมลลา วัฒนา ยิ่งเจริญชัย. 2541. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กประถมศึกษาอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2535. คุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย. โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก, กรุงเทพฯ.
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2543. คู่มือแนวทางการใช้อ้างอิงน้ำหนัก ส่วนสูง เพื่อการประเมินภาวะการเจริญเติบโตของเด็กไทย. โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก, กรุงเทพฯ.
- กิริติ กิจธีรวิวัฒน์. 2542. กิจกรรมโภชนาการในโรงเรียนประถมศึกษา. สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา, พิษณุโลก.
- กัลยา ศรีมหันต์. 2541. ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กุลวดี รัศมีวิจารณ์. 2539. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จันทร์เพ็ญ สุทชนะ. 2547. พฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานของนักเรียนมัธยมตอนต้นในโรงเรียนกลุ่มสหวิทยากรุงเทพ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- จิรภา เต็งไตรรัตน์. 2543. **จิตวิทยาทั่วไป**. ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ฉันทนา ลิมนิรันดร์กุล. 2532. **ประสิทธิผลของโครงการสุขศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชญาณิชฐ์ ธรรมชัชฐาน. 2543. **พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชไมพร ยนต์นิยม. 2539. **คุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ช่อเพชร บุรศิริรักษ์. 2532. **ความรู้เรื่องวัตถุดิบในอาหารและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541. **เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย**. พิมพ์ครั้งที่ 7. เทพเนรมิตรการพิมพ์, กรุงเทพฯ.
- จิตติพร เทียรณนิธิกุล. 2546. **ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของครอบครัวกับภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนอนุบาลแพร่**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ณัฐสิตางค์ ทัศนบุตร. 2539. **พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษากลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงกมล เวชบรรยงรัตน์. 2543. **โภชนศาสตร์ศึกษาเพื่อชุมชน**. สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, กรุงเทพฯ.

ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ และ วิชัย หฤทัยธนาสันต์. 2537. โภชนาการเด็กวัยรุ่น. การประชุมวิชาการประจำปี 2537 โภชนาการสร้างชาติ เด็กฉลาด ชาติเจริญ โรงแรมเซ็นทรัลพลาซ่า. ประยูรวงศ์พรีนติ้งจำกัด, กรุงเทพฯ.

ทักษิณา ัญญาหาร. 2540. ประสิทธิภาพของโครงการโภชนศึกษาเพื่อลดระดับไขมันในเลือดของวัยรุ่นอ้วนชายโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

ชนวรรณ อัมสมบูรณ์. 2532. การสอนสุขศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา สันทนการ. 15 (4): 11-15.

_____. 2542. แนวคิด ทฤษฎี และการนำไปใช้ในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, นนทบุรี.

นภดล เวชสวัสดิ์. 2529. ฟาสต์ฟู้ดภัยอันตรายที่แฝงเร้น. วารสารรู้รอบตัว. 6 (5): 22 – 31.

นวลกนก อัมพผล. 2537. ผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหารที่มีต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอท่าตะโก จังหวัด นครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.

นิตยา ตั้งชูรัตน์. 2539. โภชนศาสตร์ศึกษาเพื่อชุมชน. สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, กรุงเทพฯ.

นิตยา ไทยาภิรมย์ และ อุษณีย์ จินตเวช. 2541. การดูแลเด็ก. ภาควิชาพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

บุญเรียง ขจรศิลป์. 2530. วิธีวิจัยทางการศึกษา. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. พิสิทธ์ เซ็นเตอร์, กรุงเทพฯ.

เบญจา มุกตพันธุ์. 2542. โภชนาการสำหรับคนวัยต่างๆ. มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.

- ประคอง วรรณสูตร. 2538. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤกษศาสตร์. สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- ประหยัด สายวิเชียร. 2547. อาหารวัฒนธรรมและสุขภาพ. นพบุรีการพิมพ์จำกัด, เชียงใหม่.
- ประณีต ผ่องแผ้ว. 2539. โภชนศาสตร์ชุมชนในสังคมที่เปลี่ยนแปลงเศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว. ลิฟวิ้งพรานส์มีเดีย, กรุงเทพฯ.
- ปรีชา แดงโรจน์. 2533. การโรงแรม : พจนานุกรมศัพท์อาหารและเครื่องดื่ม. โรงพิมพ์ยูไนเต็ดโปรดักชั่น, กรุงเทพฯ.
- พิมพ์ร ชศแก้ว. 2530. ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 8. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิรพงษ์ บุญศิริ และ กมล เสนาฤทธิ์. 2544. โภชนาการและการออกกำลังกาย. โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด, กรุงเทพฯ.
- มันทนา ประทีปะเสน. 2537. มิติใหม่ทางโภชนาการเพื่อสุขภาพ, น. 8 – 10. ใน เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ. ภาควิชาโภชนวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์. มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- ยุพาพร หงษ์ชูเวช. 2540. การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รองริน วรรณัญญ์. 2532. แสมเบอร์เกอร์ฟาสต์ฟู้ดที่เป็นปัญหา. สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์. 6 (9): 24-25.

- รองริน วรรณุญ. 2533. อาหารที่ไร้คุณค่าทางโภชนาการ. สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์.
36 (36): 24-25.
- ลลิตา แจ่มจรัส. 2545. สถิติวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษา
ตอนปลายที่มีภาวะโภชนาการเกินในจังหวัดกำแพงเพชร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท,
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วรางคณา บุตรศรี. 2538. พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง
จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์.
- วิเชียร เกตุสิงห์. 2538. ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย: เรื่องง่ายๆที่บางครั้งก็พลาดได้. ข่าวสาร
การวิจัยการศึกษา, กรุงเทพฯ.
- วิธี แจ่มระทึก. 2541. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศิริจรรยา นงนุช. 2548. การบริโภคอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศรีรัตน์ พิณธู. 2539. การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
การบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดมูลจินดาราม
จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริพร หาขุน. 2536. แบบแผนการบริโภคอาหารว่างของเด็กอ้วน และเด็กปกติอายุ 7 – 9 ปี
โรงเรียนเอกชน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริลักษณ์ สินธวาลัย. 2530. ทักษะคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่อ
อาหารว่าง. โภชนาการสาร. 21(4) : 309 – 329.

- ศิริลักษณ์ สีนธวาลัย. 2533. การพัฒนาผลิตภัณฑ์ทางโภชนาการ. ภาควิชาพัฒนาผลิตภัณฑ์ คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- สนทนา มุอำหัด. 2544. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สนองพร ขาวบาง. 2532. ประสิทธิภาพของการจัดโปรแกรมสุขศึกษา โดยใช้แรงสนับสนุนทางสังคมจากครู และผู้นำนักเรียนทางด้านสาธารณสุข ต่อพฤติกรรมการดื่มนมถั่วเหลืองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมทรง สวัสดิ์จุ่น และ จุรีพร จิตจำรูญโชคไชย. 2534. ฟาสต์ฟู้ดค่านิยมใหม่ในยุคดิจิทัล. นิตยสารหมอชาวบ้าน. 13 (147): 34 – 35.
- สมศรี สุกุมลนันทน์. 2528. ฟาสต์ฟู้ด. สถิติสาร. 37(50): 105 – 107.
- สมฤดี วีระพงษ์. 2535. พฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สว่างเดือน สวัสดิ์. 2549. พฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุภาภรณ์ โรจน์รังสีธรรม. 2530. การศึกษาเรื่องความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์.

- สุภาวดี วิฑยะประพันธ์. 2543. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข. 2547. ข้อมูลอัตราการเสียชีวิตด้วยสาเหตุ 5 อันดับแรกที่สำคัญ พ.ศ.2543 – 2546. กระทรวงสาธารณสุข, นนทบุรี.
- เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. 2544. หลักโภชนาการปัจจุบัน. ไทยวัฒนาพานิชจำกัด, กรุงเทพฯ.
- เสาวรส มีกุล. 2541. ปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อบเชย วงศ์ทอง. 2547. โภชนศาสตร์ครอบครัว. ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- อารี วัลยะเสวี. 2536. อาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพ. ทีพี พรินท์จำกัด, กรุงเทพฯ.
- Armstrong, J.E. 1991. Factors influencing food habits in Antigua W.I. (West Indies). **Dissertation Abstracts International**. 46: 377 – 378.
- Bennion, M. 1979. **Clinical Nutrition**. Harper and Row Publisher, New York.
- Baranowski, T. 1997. Guideline for school health program to promote lifelong health eating. **Journal of School Health**. 67(1): 11 – 12.
- Birch, L. 1992. Children's preference for high fat foods. **Nutrition Review**. 50: 249 – 255.
- Brenmann, A. J. 1990. The influence of health belief on eating behavior in children and adolescent. **Dissertation Abstracts Internation**. 50:2393-A

- Caplan, R.D. 1977. Social support and health. **Medical Care.** 15 : 47 – 58.
- Cobb, S. 1976. Social support as a modurator of life stress. **Psychosomatic Medicine.** 38: 300 – 313.
- Cusatis, D.C. 1995. Psychosocial influences on adolescent eating behavior. **Nutrition Today.** 35 (4): 39.
- Fishman, P.B. 1985. Teaching children about food purchasing and ecology: An Exploratory study. **Dissertation Abstracts International.** 45: 2403 – 2410.
- Feldman, P.H.L. 1983. Communication nutrition to high school student in Kenya. **The Journal of School Health.** 53 :140-143.
- Green, L.W. 1980. **Health Education Planing: A Diagnosis Approach.** California Mayfield Public, New York.
- Hueneman, R.L. 1972. **Food habits of obese and nonobese adolescents.** Postgrad Med. 1: 99-105.
- Jane, W.S. and C.G. Sanderson. 2002. Parental feeding style and the intergenerational transmission of obesity. **Rich Obesity Research.** 10: 453-461.
- Jillon, S.V. and H.T. Mark. 2000. **Eating and body image concerns among obese and average-weight children.** University of Missouri, Columbia.
- Martin, E. 1971. Nutrition education in action: A guide for teacher. **Postgrad Med.** 1: 98 – 101.

Musaiger, A.O. 1982. Factors influencing food consumption in behavior. **Ecol Food Nutrition.** 12: 39-48.

Narder, E. 1995. Social learning theory based. **Journal of Nutrition Education.** 27(4): 390.

Pilisuk, M. 1982. Delivery of social support : The social inoculation. **American Journal Orthopsychiatry.** 52 : 29 – 34.

Resnicow, K. and J. Reinhardt. 1991. What do children know about fat, fiber and cholesterol? A survey of 5,116 primary and secondary school students. **Journal of Nutrition Education.** 23(2): 65 – 70.

Root, D.B. 1987. The relationship of nutrition knowledge to eating behavior pattern among OHIO sophomores and seniors. **Dissertation Abstracts International.** 94 (9): 174.

Twaddle, A.C. 1981. **Sickness behavior and the sick role.** Scheukman Publishing Company, Massachusetts.

Ward, S.E. 1991. Charecterzing adolescent eating behaviors with bandura social learning theory. **Dissertation Abstracts International.** 51 (6): 4043.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

1. นายแพทย์เกษมสฤษดิ์ แก้วเกียรติคุณ
นายแพทย์ 8 วช.
วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล
2. ดร.บุญศรี กิตติโชติพานิชย์
อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ
วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ กรุงเทพมหานคร
3. อาจารย์อุทัย สุขเสริม
อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญสาระการเรียนรู้สุขศึกษา
โรงเรียนบางบัว(เฟื่องตั้งตรงจิตรวิทยาคาร) เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร

ภาคผนวก ข
แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
 คำชี้แจง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี
 อาหารจานด่วนในที่นี้ หมายถึง อาหารสำเร็จรูปของชาติตะวันตก
 (Franchise Fast Food) ที่บริการสะดวก รวดเร็ว สะดวกต่อการนำไป
 รับประทานนอกสถานที่ ได้แก่ พิซซ่า, ไก่ทอด, เฟรนช์ฟรายด์
 แฮมเบอร์เกอร์, แซนด์วิช, สอทอด, โดนัท, เค้กและพาย เป็นต้น

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้ ประกอบด้วย 6 ส่วน คือ
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน
 - ส่วนที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
 - ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเพื่อวัดทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
 - ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
 - ส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
 - ส่วนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติตนต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
2. แบบสอบถามชุดนี้ใช้สำหรับหาข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น ไม่มีผลต่อคะแนนสอบของนักเรียน โปรดอ่านคำชี้แจงของแต่ละส่วน ก่อนลงมือทำและตอบคำถามให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือ

นางสาวประทุม จงอ่อนกลาง
 นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาสุขศึกษา
 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () และเติมข้อความลงในช่องว่างให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียน

1. เพศ

() ชาย () หญิง

2. อายุ.....ปี

3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร

4. เงินที่นักเรียนได้รับประจำวันเพื่อมาใช้จ่ายเป็นค่าอาหาร.....บาท/วัน

5. ระดับการศึกษาของ บิดา

- () ประถมศึกษา
- () มัธยมศึกษา
- () อนุปริญญา หรือเทียบเท่า
- () ปริญญาตรี
- () สูงกว่าปริญญาตรี

6. ระดับการศึกษาของ มารดา

- () ประถมศึกษา
- () มัธยมศึกษา
- () อนุปริญญา หรือเทียบเท่า
- () ปริญญาตรี
- () สูงกว่าปริญญาตรี

7. รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยเดือนละ

- () ไม่เกิน 5,000 บาท
- () 5,001 – 10,000 บาท
- () 10,001 – 20,000 บาท
- () 20,001 – 30,000 บาท
- () มากกว่า 30,000 บาท

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในคำตอบที่เห็นว่าถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารในข้อใด
 - ก. อาหารที่สามารถบริโภคได้ทันที
 - ข. อาหารที่ให้คุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน
 - ค. อาหารที่บริโภคแทนอาหารมื้อหลัก
 - ง. อาหารที่บริโภคระหว่างอาหารมื้อหลัก
2. อาหารจานด่วน มีส่วนประกอบหลัก คือ
 - ก. คาร์โบไฮเดรต, ไขมัน, โปรตีน, โซเดียม (เกลือ)
 - ข. วิตามิน, เกลือแร่, ไขมัน, คาร์โบไฮเดรต
 - ค. เหล็ก, ทองแดง, แคลเซียม, แมกนีเซียม
 - ง. ไขมัน, โปรตีน, เส้นใยอาหาร, วิตามิน
3. ข้อใด **ไม่ใช่** อาหารจานด่วนของชาติตะวันตก
 - ก. แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด
 - ข. สลัดผักน้ำใส สตรอเบอร์รี่
 - ค. โดนัท เค้ก
 - ง. เฟรนช์ฟรายด์ แซนด์วิช
4. ข้อใดกล่าว **ถูกต้อง**
 - ก. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้ร่างกายได้รับเกลือเพิ่มขึ้น
 - ข. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้ได้รับสารอาหารครบถ้วน
 - ค. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำทำให้มีภูมิคุ้มกันต้านทานโรคมมากขึ้น
 - ง. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้ร่างกายแข็งแรง
5. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคอะไร

ก. โรคอ้วน	ข. โรคตับอักเสบ
ค. โรคโลหิตจาง	ง. โรคเหน็บชา
6. น้ำมันที่ใช้ทอดอาหารจานด่วน เช่น เฟรนช์ฟรายด์ส่วนใหญ่เป็นน้ำมันชนิดใด

ก. น้ำมันถั่วเหลือง	ข. น้ำมันรำข้าว
ค. น้ำมันปาล์ม	ง. น้ำมันมะกอก

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเพื่อวัดทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในข้อความของแต่ละข้อที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุดเพียงข้อเดียว

ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1. อาหารจานด่วนมีความเหมาะสมกับเด็กวัยเรียน				
2. การรับประทานอาหารประเภท ข้าว แป้ง และน้ำตาล มากๆช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง				
3. การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้ร่างกายแข็งแรงได้				
4. การรับประทานอาหารจานด่วนทำให้คุณเป็นคนรุ่นใหม่ทันสมัย				
5. น้ำอัดลม พาย ขนมเค้ก ไอศกรีม เป็นอาหารว่างที่เหมาะสมสำหรับเด็กวัยเรียน				
6. การรับประทานข้าวผัดผักรวมมิตร คุณจะมีประโยชน์มากกว่ารับประทานแฮมเบอร์เกอร์				
7. การลดการรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก น่าจะเป็นการป้องกันการเกิดโรคหัวใจได้ทางหนึ่ง				
8. อาหารจานด่วน มีไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกายเด็กวัยเรียน				

ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
9. อาหารจานด่วนสะดวกต่อการรับประทานในเวลา เร่งรีบ				
10. อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย				
11. ควรมีการสอนเรื่อง อันตรายจากอาหารจานด่วน ในวิชาสุขศึกษา				
12. ร้านอาหารจานด่วนเป็นแหล่งสังสรรค์กับเพื่อน				
13. อาหารจานด่วนมีรสชาติอร่อยกว่าอาหารทั่วไป				
14. นักเรียนต้องการให้มีตู้จำหน่ายเครื่องดื่ม อัตโนมัติในโรงเรียน				
15. น้ำอัดลมเป็นเครื่องดื่มที่ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่น				
16. นักเรียนชอบชักชวนให้ บิดา มารดา หรือ ผู้ปกครอง ไปรับประทานอาหารจานด่วน				
17. นักเรียนต้องการให้มีร้านค้าขายอาหารจานด่วน ในโรงเรียน				
18. นักเรียนอยากรับประทานอาหารจานด่วน เป็น อาหารมื้อว่างทุกวัน				
19. ถ้านักเรียนได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะ รับประทานอาหารจานด่วนบ่อยขึ้นด้วย				

ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
20. การพัฒนารสชาติอาหารจานด่วนให้มีรสชาติคล้ายอาหารของคนไทย เช่น เมนูไก่ย่างแซ่บ ทำให้นักเรียนนิยมรับประทานอาหารจานด่วนมากขึ้น				
21. นักเรียนชอบรับประทานอาหารจานด่วนที่เป็น “เมนูชุดสุดคุ้ม” เพราะได้ปริมาณอาหารและน้ำอัดลมเพิ่มขึ้น				
22. อาหารจานด่วนเหมาะสำหรับงานฉลองในโอกาสพิเศษต่างๆ				
23. การซื้ออาหารจานด่วนรับประทาน สามารถซื้อหาได้ง่ายกว่า อาหารครบหลัก 5 หมู่				
24. นักเรียนชอบอาหารจานด่วนเพราะมีบริการ รับ-ส่ง ที่สะดวก รวดเร็ว				
25. นักเรียนชอบรับประทานอาหารจานด่วน เพราะนอกจากได้อาหารแล้วยังแถมตุ๊กตาหรือของเล่นต่างๆที่ดูถูกใจ				

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในข้อความของแต่ละข้อที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อเดียว

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี
1. นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ จากวิชาสุขศึกษาที่เรียนในห้องเรียน				
2. นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับโทษของการบริโภคอาหารจานด่วนจากวิชาสุขศึกษาที่เรียนในห้องเรียน				
3. โรงเรียนได้จัดกิจกรรมหรือนิทรรศการให้ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารหลักให้ครบ 5 หมู่				
4. โรงเรียนได้จัดกิจกรรมหรือนิทรรศการให้ความรู้เรื่องโทษของการบริโภคอาหารจานด่วน				
5. ในโรงเรียนมีร้านค้าที่ขายอาหารจานด่วน				
6. ในโรงเรียนมีร้านค้าที่ขายอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ (อาหารหลักครบ 5 หมู่)				
7. ในโรงเรียนมีร้านขายผลไม้สด				
8. ในโรงเรียนมีการติดป้าย บอกถึงประโยชน์ของการรับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่				
9. ในโรงเรียนมีการติดป้าย บอกถึงโทษของการรับประทานอาหารจานด่วน				
10. โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนรับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่				

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องว่างที่เห็นว่าตรงกับสภาพความเป็นจริงที่นักเรียนได้รับ

ได้รับมากที่สุด หมายถึง นักเรียนได้รับข้อมูลเหล่านั้นเป็นประจำ

ได้รับมาก หมายถึง นักเรียนได้รับข้อมูลเหล่านั้นเป็นส่วนใหญ่แต่ไม่เป็นประจำสม่ำเสมอ

ได้รับน้อย หมายถึง นักเรียนได้รับข้อมูลเหล่านั้นบ้างเป็นครั้งคราว

ได้รับน้อยที่สุด หมายถึง นักเรียนได้รับข้อมูลเหล่านั้นนานๆ ครั้ง

ข้อความ	ได้รับมากที่สุด	ได้รับมาก	ได้รับน้อย	ได้รับน้อยที่สุด
1. นักเรียนได้รับความรู้เรื่องประโยชน์ของการบริโภคอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการจากสื่อเหล่านี้เพียงใด				
1.1 วิทยุ				
1.2 โทรทัศน์				
1.3 หนังสือพิมพ์/ วารสาร				
1.4 เอกสาร/ แผ่นพับ				
1.5 อินเทอร์เน็ต				
2. นักเรียนได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อเหล่านี้เพียงใด				
2.1 วิทยุ				
2.2 โทรทัศน์				
2.3 หนังสือพิมพ์/ วารสาร				

ข้อความ	ได้รับ มาก ที่สุด	ได้รับ มาก	ได้รับ น้อย	ได้รับ น้อย ที่สุด
2.4 เอกสาร/ แผ่นพับ				
2.5 อินเทอร์เน็ต				
3. นักเรียนได้รับคำแนะนำในเรื่องการบริโภคอาหาร หลัก 5 หมู่ จากบุคคลเหล่านี้เพียงใด				
3.1 เพื่อน				
3.2 ครูอาจารย์ผู้สอน				
3.3 บิดา มารดา				
3.4 ญาติ พี่น้อง				
4. นักเรียนได้รับคำชักชวนให้รับประทานอาหาร จานด่วน จากบุคคลเหล่านี้เพียงใด				
4.1 เพื่อน				
4.2 ครูอาจารย์ผู้สอน				
4.3 บิดา มารดา				
4.4 ญาติ พี่น้อง				

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่เห็นว่าตรงกับสภาพความเป็นจริง
ที่นักเรียนปฏิบัติอยู่

ปฏิบัติประจำ	หมายถึง	ปฏิบัติพฤติกรรมนั้นเป็นประจำสม่ำเสมอ หรือ 7 ครั้ง/สัปดาห์ ขึ้นไป
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติ 4-6 ครั้ง/สัปดาห์
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติน้อยกว่า 4 ครั้ง/สัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติ	หมายถึง	ไม่ปฏิบัติเลย

การปฏิบัติ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน				
2. บริการส่งถึงบ้านมีความสะดวกรวดเร็ว ทำให้นักเรียนสั่งอาหารจานด่วนมา รับประทานที่บ้าน				
3. เมื่อมีเวลาจำกัดนักเรียนมักจะรับประทาน อาหารจานด่วน				
4. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนเป็น อาหารว่าง				
5. นักเรียนมักนัดพบกับผู้ปกครอง หรือ เพื่อนที่ร้านอาหารจานด่วน				
6. นักเรียนรับประทานอาหารหลักครบ 5 หมู่ มากกว่าอาหารจานด่วน				
7. นักเรียนดื่ม น้ำอัดลม				

การปฏิบัติ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
8. เมื่อมีเมนูอาหารจานด่วนชนิดใหม่ออกโฆษณาในโทรทัศน์ นักเรียนมักจะไปรับประทาน				
9. นักเรียนไปรับประทานอาหารจานด่วน เมื่อเพื่อนหรือผู้ปกครองชวน				
10. นักเรียนเลือกรับประทานอาหาร โดยคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการเป็นอันดับแรก				
11. นักเรียนชักชวนเพื่อน หรือ ผู้ปกครอง ให้เลือกรับประทานอาหารจานด่วน				
12. เมื่ออยากรับประทานอาหาร นักเรียนใช้บริการอาหารจานด่วน				
13. นักเรียนปฏิเสธเมื่อมีคนชักชวน ให้รับประทานอาหารจานด่วน				
14. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน มากกว่าอาหารที่ปรุงเองที่บ้าน				
15. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เมื่อมีการเล่นเกมหรือของเล่นต่างๆ				
16. นักเรียนหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มควบคู่กับการรับประทานอาหารจานด่วน				
17. นักเรียนรับประทานผัก ผลไม้ เพิ่มขึ้นเมื่อรับประทานอาหารจานด่วน				

การปฏิบัติ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
18. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน แทน อาหารมื้อหลัก				
19. นักเรียนเลือกรับประทานอาหารจานด่วน เฉพาะที่ต้องการ มากกว่าเลือกเป็นเมนูชุด อาหาร				
20. นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนต่อไปนี้ อย่างไร				
20.1 ไก่ทอด				
20.2 พิซซ่า				
20.3 เฟรนช์ฟรายด์				
20.4 แซนด์วิช				
20.5 แฮมเบอร์เกอร์				
20.6 สอทอด				
20.7 เค้กและพาย				
20.8 โดนัท				

ประวัติการศึกษา และการทำงาน

ชื่อ	นางสาวประทุม จงอ่อนกลาง
เกิดวันที่	27 มกราคม พ.ศ. 2519
สถานที่เกิด	จังหวัดนครราชสีมา ประเทศไทย
ประวัติการศึกษา	วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2536-2540
ตำแหน่งปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ 6ว.
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	หอผู้ป่วยสูติกรรมพิเศษ1 แผนกสูตินรีเวชกรรม วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล