



ใบรับรองวิทยานิพนธ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (สุขศึกษา)
.....
ปริญญา

..... สุขศึกษา พลศึกษา
สาขา ภาควิชา

เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

Factors Relating to Fast Food Consumption Behavior of Lower Secondary Education
Students of Potinimitwittayakom School, Nonthaburi Province

นามผู้วิจัย นางสาวจุฑามาศ ริงศาสตร์

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(อาจารย์ธนวรรธน์ อิ่มสมบูรณ์, Dr.P.H.)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
(รองศาสตราจารย์สุพัฒน์ ชีระเวชเจริญชัย, วท.ม.)

หัวหน้าภาควิชา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พีระ มาลีหอม, ศศ.ม.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

.....
(รองศาสตราจารย์กัญญา ชีระกุล, D.Agr.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม
จังหวัดนนทบุรี

Factors Relating to Fast Food Consumption Behavior of Lower Secondary
Education Students of Potinimitwittayakom School,
Nonthaburi Province

โดย

นางสาวจุฑามาศ รังศาสตร์

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุศึกษา)
พ.ศ. 2552

จุฬามาศ รัชศาสตร์ 2552: ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา) สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: อาจารย์ธนวรรธน์ อิ่มสมบูรณ์, Dr.P.H. 100 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์
กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิต
วิทยาคม จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน
โพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี จำนวน 225 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามที่
ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติค่า
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และสถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัด
นนทบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้
เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยเอื้อ
ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของ
อาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว
การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด
มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .01 สำหรับตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน
ได้แก่ การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว และการบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือ
ลูกค้า โดยสามารถร่วมกันทำนายได้ร้อยละ 42.40 ซึ่งตัวแปรที่สามารถทำนายได้ดีที่สุดคือ
การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภค
อาหารฟาสต์ฟู้ดได้ร้อยละ 31.90

Jutamas Rungsart 2009: Factors Relating to Fast Food Consumption Behavior of Lower Secondary Education Students of Potinimitwittayakom School, Nonthaburi Province. Master of Science (Health Education), Major Field: Health Education, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Mr. Thanawat Imsomboon, Dr.P.H. 100 pages.

The objectives of this descriptive research were to study factors relating to fast food consumption behavior of lower secondary education students of Potinimitwittayakom School, Nonthaburi Province. Two hundred twenty five lower secondary education students were selected as the sample group. The research instrument developed by the researcher, was the questionnaire. Data analysis was carried out for percentage, mean, standard deviation, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient, and stepwise multiple regression analysis.

The results were found as follows: The fast food consumption behavior of lower secondary education students of Potinimitwittayakom School, Nonthaburi Province was at a moderate level. The predisposing factors namely knowledge about fast food consumption and attitude toward fast food consumption had significant relationship with fast food consumption behavior at the level of .01. The enabling factors namely fast food shops, fast food delivery to consumer and price of fast food had significant relationship with fast food consumption behavior at the level of .01. The reinforcing factors namely fast food consumption of family members, fast food consumption of their friends and sale promotion of fast food shops had significant relationship with fast food consumption behavior at the level of .01. The predictors of fast food consumption behavior were sale promotion of fast food shops and attitude toward fast food consumption, fast food consumption of family members and fast food delivery to consumer which could predict for 42.40 percent, whereas sale promotion of fast food shops was the best predictor that can predict fast food consumption behavior for 31.90 percent.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจาก ดร.ชนวรรณ อิ่มสมบูรณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก รศ.สุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม รศ.ดร.สาโรช โศภีรักษ์ ประธานการสอบ รศ.วิสูตร กองจินดา ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ในการให้คำปรึกษา แนะนำ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความถูกต้องสมบูรณ์และมีคุณค่าทางวิชาการ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือทั้ง 5 ท่าน ได้แก่ คุณวิลาวัณย์ ประทีปแก้ว คุณสุรียา สุนทราศรี ภก.วิวัตติ สุขลิ้ม คุณอรวรรณ บำรุง และคุณสมหญิง ทิพย์มงคล ที่ได้ให้ความกรุณาในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ และให้ข้อคิดเห็นในการปรับปรุงคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยให้มีความถูกต้องสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณท่านผู้อำนวยการ คณาจารย์ และนักเรียนของโรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ซึ่งได้อำนวยความสะดวกและให้ความอนุเคราะห์แก่ผู้วิจัยในการเก็บข้อมูลจากนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่ได้กล่าวนาม ณ ที่นี้ ที่ได้มีส่วนช่วยเหลือและสนับสนุนการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณบิดา มารดา บุคคลในครอบครัว พี่ๆ น้องๆ และเพื่อนๆ ที่ได้ให้กำลังใจ คอยห่วงใย ให้ความช่วยเหลือจนประสบผลสำเร็จในการศึกษารั้งนี้ คุณความดีของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดา มารดา และครูบาอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาให้แก่ผู้วิจัยมาจนถึงบัดนี้

จุฑามาศ รัตศาสตร์

มกราคม 2552

สารบัญ

	หน้า
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(2)
สารบัญภาพ	(3)
คำนำ	1
วัตถุประสงค์	5
การตรวจเอกสาร	10
อุปกรณ์และวิธีการ	46
ผลและวิจารณ์	55
ผล	55
วิจารณ์	68
สรุปและข้อเสนอแนะ	75
สรุป	75
ข้อเสนอแนะ	78
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	80
ภาคผนวก	87
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ	88
ภาคผนวก ข แบบสอบถามในการวิจัย	90
ประวัติการศึกษา และการทำงาน	100

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะทางชีวสังคม	56
2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	57
3	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	58
4	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการได้รับปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	59
5	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการได้รับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	60
6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	61
7	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	62
8	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	63
9	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	64
10	ผลการวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ วิธี Stepwise Method ในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง	65
11	ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างในรูปคะแนนดิบ (b) และในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta)	66

สารบัญภาพ

ภาพที่

หน้า

1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

44

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม
จังหวัดนนทบุรี

**Factors Relating to Fast Food Consumption Behavior of Lower Secondary
Education Students of Potinimitwittayakom School,
Nonthaburi Province**

คำนำ

ในปัจจุบันวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้ที่อาศัยหรือทำงานอยู่ในตัวเมือง ซึ่งต้องแวดล้อมด้วยการแข่งขันและเร่งรีบ ส่งผลให้หลายๆ คนต้องฝากปากฝากท้องไว้กับอาหารประเภทสะดวก รวดเร็วและอิ่มท้อง ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นอาหารที่ถือกำเนิดมาจากประเทศในแถบตะวันตกที่เรียกกันว่า “ฟาสต์ฟู้ด (Fast Food)” และเป็นที่รู้จักกันเป็นอย่างดีในหมู่นักเรียน นิสิต นักศึกษา ในลักษณะของขนมปัง แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด อาหารปิ้งย่าง มันฝรั่งทอด ขนมขบเคี้ยว ไอศกรีม และน้ำอัดลม เป็นต้น อาหารประเภทนี้จะประกอบด้วยสารอาหารที่ให้พลังงานเป็นส่วนใหญ่ เช่น แป้ง ไขมัน และน้ำตาล โดยมีส่วนประกอบที่ให้โปรตีน วิตามิน และเกลือแร่ ที่น้อยมาก ทำให้ผู้บริโภคอาหารประเภทนี้ขาดสารอาหารหลายชนิดที่มีความจำเป็นต่อการทำงานของร่างกาย และขณะเดียวกันร่างกายจะได้รับพลังงานหรือสารอาหารบางอย่างในปริมาณที่มากเกินไปเกินความต้องการซึ่งจะก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกายอีกด้วย จากการสำรวจวิจัยสุขภาพจากสหรัฐอเมริกาพบว่า “ฟาสต์ฟู้ด” หรือที่นักโภชนาการเรียกกันอีกอย่างว่า “จังก์ฟู้ด (Junk Food)” หรืออาหารขยะนั้นเป็นอาหารไร้ประโยชน์ เพราะไม่มีคุณค่าทางอาหารและยังเป็นสาเหตุสำคัญที่นำไปสู่การเจ็บป่วยเป็นโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคอื่นๆ อีกมากมาย (อุดม และคณะ, 2548)

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา ธุรกิจอาหารฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทยได้ขยายตัวมากขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยมีการขยายตลาดกระจายตัวออกจากกรุงเทพฯ ไปสู่ต่างจังหวัดมากขึ้น จากรายงานโดยผู้จัดการออนไลน์ เมื่อ 1 ตุลาคม 2544 กล่าวว่า ปัจจุบันตลาดรวมของอาหารฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทย มีมูลค่ารวมสูงมากกว่า 14,500 ล้านบาท โดยร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมักจะเปิดบริการอยู่ในห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อที่เปิดบริการ 24 ชั่วโมง ย่านการค้าหรือแหล่งชุมชนที่พักอาศัย ไม่เว้น

แม้แต่ในสถาบันการศึกษาหรือสถานที่ราชการบางแห่ง ทำให้ผู้บริโภคสามารถเลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างสะดวก โดยเฉพาะอย่างยิ่งธุรกิจฟาสต์ฟู้ดบางรายมีบริการเสริมที่จัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดจนถึงมือลูกค้าตามสถานที่ทำงานหรือที่พักอาศัยด้วยเวลาที่รวดเร็วทันใจ และถูกใจลูกค้าเป็นอย่างยิ่ง จึงมีผู้นิยมบริโภคอาหารประเภทนี้เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ (อุคม และคณะ, 2548)

ปัจจุบันกลุ่มวัยรุ่นมีค่านิยมเลียนแบบพฤติกรรมกรบริโภคอย่างตะวันตกมากขึ้น คือ นิยมรับประทานอาหารจานด่วนหรืออาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งส่วนใหญ่มีคุณค่าทางโภชนาการไม่ครบถ้วน เนื่องจากประกอบด้วยไขมัน แป้ง และน้ำตาลในปริมาณมาก และเป็นรูปแบบอาหารที่มีพลังงานสูง ถ้ารับประทานเป็นประจำจะทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน (Over-nutrition) ซึ่งเป็นปัญหาที่สำคัญมากในเขตสังคมเมืองทุกชุมชน และจากข้อมูลการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 5 ในปี พ.ศ. 2546 แสดงให้เห็นว่าอัตราความชุกของโรคอ้วนในไทยโดยรวมพบในกลุ่มเพศหญิงมากกว่าเพศชายและในเขตเมืองมากกว่าชนบท และพบว่ากลุ่มเด็กวัยเรียนที่มีอายุระหว่าง 6 – 14 ปี ที่อาศัยในเขตเมืองมีความชุกของภาวะโภชนาการเกินอยู่ในระยะท่วม ร้อยละ 3.0 อยู่ในระยะเริ่มอ้วน ร้อยละ 5.5 และอยู่ในภาวะอ้วน ร้อยละ 4.0 (สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551)

จากรายงานโรคที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนพบว่า โรคอ้วนเป็นปัจจัยอย่างหนึ่งที่ก่อให้เกิดภาวะหลอดเลือดแข็งและหัวใจขาดเลือด ซึ่งในปัจจุบันมีข้อมูลที่เด่นชัดบ่งชี้ว่าประชาชนที่รับประทานไขมันเกินร้อยละ 30 ของพลังงานที่ได้รับ และส่วนใหญ่เป็นไขมันอิ่มตัวแล้วจะมีระดับโคเลสเตอรอลในเลือดสูง ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจขาดเลือด เช่นเดียวกับโรคความดันโลหิตสูง จากการศึกษาแสดงให้เห็นว่าการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในคนอ้วนสูงกว่าคนปกติถึง 4.5 เท่า และในปัจจุบันพบว่าโรคอ้วนเป็นปัจจัยที่สำคัญอันหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคเบาหวาน โดยเปรียบเทียบสถิติการเกิดโรคเบาหวานในญี่ปุ่นกับประเทศต่างๆ ในยุโรปตะวันตกและสหรัฐอเมริกา ปัจจัยอันหนึ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างคืออาหาร ชาวญี่ปุ่นรับประทานอาหารคาร์โบไฮเดรตจำพวกข้าวมากซึ่งไขมันต่ำจึงไม่มีโรคอ้วน แต่การศึกษาในระยะต่อมา ชาวญี่ปุ่นได้เปลี่ยนนิสัยการบริโภคมาคล้ายคลึงกับชาวยุโรปและอเมริกันคือกินไขมันและอาหารที่ให้พลังงานเพิ่มขึ้น ซึ่งพบว่าสถิติโรคเบาหวานในญี่ปุ่นสูงขึ้นรวมทั้งโรคแทรกซ้อนต่างๆ ที่เกิดจากโรคเบาหวานก็เพิ่มขึ้นด้วย ดังนั้นภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคเบาหวาน (วลัย, 2528) และโรคอีกโรคหนึ่งที่มีอัตราการเสียชีวิตสูงเพิ่มขึ้นทุกปี คือ โรคมะเร็ง ซึ่งร้อยละ 80 ของโรคมะเร็งทั้งหลายเกิดขึ้นจากวิถีการดำรงชีวิตและสภาพแวดล้อมของคนเราคืออาหารที่บริโภค อากาศที่หายใจ อาชีพที่ทำงาน (จันทร์, 2540)

นอกจากนี้ ผลการสำรวจนักเรียนในโรงเรียนโดยเครือข่ายวิจัยสุขภาพ มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ ปี พ.ศ. 2548 พบว่าอัตราการเป็นโรคอ้วนของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาและระดับมัธยมศึกษาอยู่ระหว่างร้อยละ 25 – 30 ของนักเรียนทั้งหมด โดยมีแนวโน้มอัตราโรคอ้วนสูงขึ้นเมื่อระดับชั้นสูงขึ้นด้วย และจากรายงานการศึกษาวิจัยชี้ว่าช่วงอายุของเด็กที่มีแนวโน้มหรือเสี่ยงต่อการเกิดภาวะอ้วนมากที่สุดมี 3 ช่วงอายุ คือ ช่วงระยะที่ 3 หรือไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ จนถึง 2 ขวบปีแรกหลังคลอด ช่วงวัยก่อนเรียนอายุระหว่าง 4 – 6 ปี และช่วงวัยรุ่นตอนต้นอายุระหว่าง 10 – 12 ปี (สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551)

จากรายงานการสำรวจภาวะการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารประเภทจานด่วน (ฟาสต์ฟู้ด) ในประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป ที่วราชาณาจักร พ.ศ. 2548 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่ามีผู้ที่บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงประมาณ 10 ล้านคน โดยกลุ่มอายุที่บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากที่สุดคือกลุ่มอายุระหว่าง 25 – 59 ปี มีจำนวนประมาณ 3.9 ล้านคน หรือร้อยละ 42.7 รองลงมาคือกลุ่มอายุระหว่าง 15 – 24 ปี มีจำนวนประมาณ 2.8 ล้านคน หรือร้อยละ 30.9 และกลุ่มอายุระหว่าง 6 – 14 ปี มีจำนวนประมาณ 2.1 ล้านคน หรือร้อยละ 23.5 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2549)

ปัจจุบันรัฐได้พยายามดำเนินการแก้ไขปัญหภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งก็ได้ผลในระดับหนึ่ง แต่เนื่องจากขาดแคลนบุคลากรและงบประมาณ จึงพบว่ารูปแบบการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดยังมีความนิยมในกลุ่มเด็กวัยเรียนซึ่งจัดอยู่ในระดับมัธยมศึกษา โดยไม่ปรากฏว่ามีการตายด้วยภาวะโภชนาการเกิน แต่มีผลกระทบต่ออาการเจ็บโตของร่างกายและความสามารถในการเรียนรู้เป็นอย่างมาก เด็กวัยนี้มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับสารอาหารที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อการเสริมสร้างส่วนต่างๆ ของร่างกายในปริมาณที่เพียงพอและเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลถึงความเจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัยของเด็ก การบริโภคอาหารในปริมาณที่เพียงพอได้สัดส่วนและมีสารอาหารครบถ้วนตามความต้องการของร่างกาย จะช่วยให้ร่างกายสามารถนำสารอาหารเหล่านั้นเข้าไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกายในการสร้างสุขภาพได้อย่างเต็มที่ (สุภาวดี, 2543)

จากข้อมูลดังกล่าวมาแล้วข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มวัยรุ่นและเป็นทรัพยากรที่มีค่าและสำคัญของประเทศชาติ เพื่อจะได้ทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน ได้ทราบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน และได้ทราบตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ของนักเรียน ซึ่งผลของการวิจัยครั้งนี้จะใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการดำเนินงานทางด้าน
โภชนาการ และพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนและวัยรุ่น ตลอดจนวิธีป้องกันและแก้ไข
ผลเสียต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง เพื่อให้นักเรียนและวัยรุ่นเจริญเติบโต
ไปเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไปในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์รวม

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

วัตถุประสงค์หลัก

1. เพื่อทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี
3. เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การ
บริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภค
อาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี
4. เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคน
ในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่าย
อาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี
5. เพื่อทราบตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ประโยชน์ที่จะได้รับ

1. สามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงานด้านโภชนาการ และการพัฒนาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มนักเรียนและกลุ่มวัยรุ่น
2. สามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์เป็นแนวทางในการดำเนินงานด้านโภชนาการและการพัฒนาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของประชากรกลุ่มอื่นๆ เช่น กลุ่มผู้สูงอายุ และกลุ่มวัยทำงาน
3. สามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าและการวิจัย เพื่อพัฒนาองค์ความรู้และแนวทางการดำเนินงานด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ทำการศึกษาในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาكم จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2551
2. การวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาكم จังหวัดนนทบุรี

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

1. ปัจจัยนำ (Predisposing Factors) ประกอบด้วย
 - 1.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
 - 1.2 เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

2. ปัจจัยเอื้อ (Enabling Factors) ประกอบด้วย

- 2.1 แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด
- 2.2 การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า
- 2.3 ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด

3. ปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors) ประกอบด้วย

- 3.1 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว
- 3.2 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน
- 3.3 การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตัวแปรตาม (Dependent Variables)

พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ตัวแปรอธิบาย (Descriptive Variables)

คือ ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่

1. เพศ
2. อายุ
3. ระดับชั้นการศึกษา

นิยามศัพท์

ในการวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดนิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัยไว้ดังนี้

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3) โรงเรียน
โพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2551

อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปของชาติตะวันตก (Franchise Fast Food) ที่
บริการสะดวก รวดเร็ว สะดวกต่อการนำออกไปรับประทานนอกสถานที่ และพร้อมบริโภค ได้แก่
โดนัท แซมเบอร์เกอร์ พิซซ่า ไก่ทอด ฮอทดอก แชนด์วิช และเฟรนช์ฟรายด์

พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง การปฏิบัติตัวหรือการกระทำ กริยาอาการ
ความคิด และความรู้สึกของนักเรียนที่แสดงออกว่าบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ปัจจัยนำ หมายถึง ปัจจัยที่เป็นพื้นฐานและก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรม
การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ปัจจัยเอื้อ หมายถึง ปัจจัยที่จำเป็นและเอื้ออำนวยในการแสดงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ปัจจัยเสริม หมายถึง ปัจจัยที่ส่งเสริมและสนับสนุนการแสดงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ปัจจัยทางชีวสังคม หมายถึง คุณลักษณะทางประชากรและโครงสร้างทางสังคมของ
นักเรียน ได้แก่ เพศ อายุ และระดับชั้นการศึกษา

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง ความรู้ความเข้าใจของนักเรียนในเรื่อง
เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด และอันตรายจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง ความรู้สึก ความนึกคิด และความชอบ
หรือไม่ชอบของนักเรียนที่มีต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง ร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดที่นักเรียนสามารถไปซื้อได้อย่างสะดวก และรวดเร็ว

การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า หมายถึง การบริการรับสั่งซื้อทางโทรศัพท์ และจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดให้จนถึงมือนักเรียน

ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายในท้องตลาด

การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว หมายถึง การที่มีคนในครอบครัวของนักเรียน ได้แก่ พ่อ แม่ พี่ น้อง หรือผู้ปกครอง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน หมายถึง การที่มีเพื่อนสนิทของนักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง การโฆษณา และการมีโปรโมชั่นหรือของแถมประกอบการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด

การตรวจเอกสาร

การวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า
เอกสารความรู้ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นพื้นฐานการวิจัย โดยมีเนื้อหา ดังนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด
2. วัยรุ่นและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร
4. แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานในการวิจัย
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด

ความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ด

ได้มีผู้ให้ความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้หลายท่าน ดังนี้

นพดล (2529) ให้ความหมายว่า อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารด่วนทันใจ เพราะสะดวก
รวดเร็วทันใจ

ปรีชา (2533) ให้ความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ด ไว้เป็น 2 ความหมาย คือ

1. อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปที่นำมารับประทานได้ทันที เช่น
แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด เป็นต้น

2. อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปประเภทแช่แข็งหรือห่อ ซึ่งอุ่นหรือเตรียมได้อย่างรวดเร็ว

สรุปได้ว่า อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารจานด่วนที่บริการสะดวกรวดเร็ว เช่น อาหารประเภท แฮมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช ไก่ทอด พิซซ่า ไล้กรอก เป็นต้น

ประวัติของอาหารฟาสต์ฟู้ด

นพดล (2529) ได้กล่าวถึงประวัติของอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ว่า จุดเริ่มต้นของอาหารฟาสต์ฟู้ดน่าจะมาจากการทอดไล้กรอกเยอรมันเร่ขายตามท้องถนน ต่อมามีการนำขนมปังเข้ามาพร้อมด้วยกลายเป็นฮอทดอก และวิวัฒนาการเป็นแฮมเบอร์เกอร์ ซึ่งในระยะแรกๆ จะมีแต่เนื้อกับขนมปัง เครื่องปรุงรสก็มีแต่ซอสมะเขือเทศและมัสตาร์ด ต่อมาจึงมีการเพิ่มเครื่องเคียงเข้าไป เช่น เนยแข็ง และผักสด เป็นต้น ส่วนประกอบของอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งสาลี แป้งข้าวโพด เครื่องปรุงต่างๆ เช่น ซอส เนย น้ำสลัด เป็นต้น พวกเนื้อสัตว์ต่างๆ เช่น เนื้อวัว เนื้อหมู ปลา ไก่ ไข่ ไล้กรอก และผัก เช่น มันฝรั่ง เป็นต้น เมื่อนำมาปรุงแต่งจนสำเร็จรูปออกมาจะเรียกชื่อต่างๆ กันไป เช่น แฮมเบอร์เกอร์ สเต็ก แซนด์วิช พิซซ่า เป็นต้น

ประเภทของอาหารฟาสต์ฟู้ด

ทรงศักดิ์ และวิชัย (2537) ได้กล่าวถึงชนิดของอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีการผลิตและการบริการให้กับผู้บริโภคในประเทศไทยมีมากมายหลายชนิด อาจนำมากล่าวเฉพาะอาหารหลักพอสังเขปได้ 3 ประเภท ดังนี้

1. ไทยสไตล์ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารจานเดียว ตั้งแต่ขนมจีนน้ำยาของภาคใต้ จนถึงขนมจีนน้ำเงี้ยวและข้าวซอยของภาคเหนือ ก๋วยเตี๋ยวเนื้อนานาชาติของภาคกลาง ก๋วยเตี๋ยวจันทน์ ผัดไทยของภาคตะวันออก ข้าวหมูแดง เส้นหมี่ลูกชิ้นหมู และอาหารเจของภาคตะวันตก สำหรับอาหารจานด่วนของคนภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือ ข้าวเหนียว ส้มตำ ลาบ ไก่ย่าง หมูย่างและต้มเครื่องในชนิดต่างๆ ด้วยวิทยาการด้านเทคโนโลยีสมัยใหม่ การพัฒนาบรรจุภัณฑ์ เทคโนโลยีการแปรรูป และการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์อาหารในรูปแบบใหม่ๆ ทำให้มีการนำอาหารจานเดียวหลายชนิดไปผ่านการแช่เยือกแข็ง ผนวกกับบรรจุภัณฑ์แบบใหม่ๆ เพื่อการจำหน่ายในประเทศและเพื่อการส่งออก เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวผัด ข้าวหน้าเป็ด ข้าวหมูแดง ผัดมกกะโรนี ข้าวหมกไก่ ข้าวหน้าไก่

และผักชีอิ้ว เป็นต้น และเทคโนโลยีขั้นสุดท้ายก็คือตู้อบไมโครเวฟ เพื่อช่วยในการอุ่นอาหารให้ร้อนเหมือนอาหารพร้อมปรุงที่ทำได้ใหม่ๆ อาหารจานเดียวของคนรุ่นใหม่ในทศวรรษหน้าคงอยู่ในรูปแบบเช่นนี้เพราะคาดว่าราคาของอาหารจานเดียวแช่เยือกแข็งจะถูกกลง อยู่ในระหว่าง 25 – 30 บาทต่อชุด และค่าครองชีพของคนไทยจะสูงขึ้นจนพอยอมจ่ายได้

2. อเมริกันสไตล์ฟาสต์ฟู้ด หากกล่าวถึงอเมริกันสไตล์ฟาสต์ฟู้ดคงต้องยกให้แฮมเบอร์เกอร์มาเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาได้แก่ ไก่ทอด ไข่กรอก และเบคอนทอด ปัจจุบันมีอาหารอเมริกันสไตล์ไทย คือ ไก่ย่าง แต่ก็สู้ความนิยมในไก่ย่างอเมริกันสไตล์ไม่ได้ อเมริกันสไตล์ฟาสต์ฟู้ดนี้จะมีจำหน่ายเป็นชุดพร้อมเครื่องดื่ม ส่วนประกอบของอาหารอุดมด้วยเนื้อสัตว์ แป้ง นม และเนย การแปรรูปจะใช้เทคโนโลยีการอบและการทอดเป็นหลัก ทำการผลิตและให้บริการวันต่อวันด้วยความสดและรสชาติคงที่

3. ฟาสต์ฟู้ดชนิดอื่นๆ ปัจจุบันพิซซ่าซึ่งเป็นอาหารอิตาลีได้เข้ามามีบทบาทเพิ่มขึ้น มีการพัฒนาส่วนประกอบของอาหารตลอดจนรสชาติให้เป็นอาหารสไตล์ไทยๆ จึงเป็นอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดที่คนไทยนิยมมากชนิดหนึ่ง แม้จะรับประทานได้ไม่มากนักต่อครั้งเพราะเลียนก็ตาม แต่เด็กๆ วัยรุ่นในยุคนี้รับประทานได้เป็นถาด

ความเป็นมาของธุรกิจฟาสต์ฟู้ด

อาหารฟาสต์ฟู้ด มีต้นกำเนิดมาจากประเทศสหรัฐอเมริกาประมาณปี ค.ศ. 1930 (พ.ศ. 2473) เป็นยุคแห่งการปฏิวัติอุตสาหกรรม ประชาชนมีชีวิตที่เร่งรีบเนื่องจากมีการแข่งขันทางเศรษฐกิจ และภาวะค่าครองชีพที่สูงขึ้น กลุ่มคนงานและผู้มีรายได้น้อยปานกลางจึงหันมานิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะรับประทานง่าย ประหยัดเวลาในการบริโภค และราคาไม่แพง เช่น แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า ไก่ทอด ฮอทดอก แซนด์วิช โดนัท มันฝรั่งทอด เป็นต้น ซึ่งต่อมาได้รับความนิยมอย่างรวดเร็ว โดยได้มีการพัฒนารูปแบบอาหาร เครื่องดื่ม การบริการ จนกลายเป็นมาตรฐานสากล (สำนักที่ปรึกษาทางเศรษฐกิจเครือเจริญโภคภัณฑ์, 2535)

ธุรกิจฟาสต์ฟู้ดในต่างประเทศ

กิจการฟาสต์ฟู้ดในประเทศสหรัฐอเมริกาที่มีชื่อเสียง ได้แก่ แมคโดนัลด์ ไก่ทอดเคนดัลล์ก็เบอร์เกอร์คิง และดันกิน โคนัท เป็นต้น การดำเนินธุรกิจฟาสต์ฟู้ดในอเมริกาและในต่างประเทศนั้น ส่วนใหญ่เป็นกิจการที่เปิดภายใต้ระบบให้มีสิทธิทางการค้าหรือที่เรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchise) กล่าวคือ บริษัทแม่หรือบริษัทเจ้าของลิขสิทธิ์จะกำหนดคุณภาพทุกอย่างให้เป็นลักษณะเดียวกันทั้งหมด คือ (สำนักที่ปรึกษาทางเศรษฐกิจเครือเจริญโภคภัณฑ์, 2535)

1. สินค้าที่ขาย ต้องมีมาตรฐานเดียวกัน ตั้งแต่สูตรอาหาร การผลิต รสชาติ คุณภาพ และความสะอาด โดยบริษัทแม่จะเข้ามาควบคุมและให้คำปรึกษาโดยตรงทุกระยะ
2. ลักษณะการตกแต่งร้านจะต้องเป็นลักษณะเดียวกันไม่ว่าที่ใดสาขาใดทั่วโลก
3. การบริหารและการจัดการทุกแห่งภายใต้เครื่องหมายเดียวกันจะมีลักษณะเป็นแนวทางเดียวกัน

ธุรกิจฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทย

กิจการฟาสต์ฟู้ดเริ่มเข้ามาในประเทศไทยเมื่อปี พ.ศ. 2507 ในระยะแรกฟาสต์ฟู้ดที่เข้ามาเปิดดำเนินการไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร เนื่องจากความไม่เคยชินกับรสชาติอาหาร อีกทั้งฟาสต์ฟู้ดเป็นของใหม่ ต้นทุนการผลิตยังสูงอยู่และราคาแพง คนทั่วไปจึงถอนตัวออกจากธุรกิจนี้ไป ส่วนบางแห่งพออยู่ได้ก็พยายามศึกษารูปแบบและหากลยุทธ์ต่างๆ นำมาใช้ให้เข้าถึงผู้บริโภค และในช่วง 6 – 7 ปีที่ผ่านมา คนไทยจึงเริ่มรู้จักฟาสต์ฟู้ดกันมากขึ้นเนื่องจากวิถีการดำรงชีวิตของคนไทยในปัจจุบันตามเมืองใหญ่ๆ เช่น กรุงเทพมหานคร ที่ต้องเร่งรีบแข่งกับเวลามากขึ้น มีผลกระทบต่อพฤติกรรมด้านการบริโภคของคนไทยค่อนข้างมาก โดยเฉพาะผู้ที่ใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่นอกบ้าน ทำให้หันมานิยมรับประทานอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดซึ่งมีความสะดวก รวดเร็ว สะอาด ส่งผลให้ธุรกิจในตลาดเมืองไทยซึ่งเริ่มเติบโตมาจากกลุ่มลูกค้าวัยรุ่นซึ่งชอบทดลองของแปลกใหม่ขยายตัวอย่างรวดเร็ว พบว่าอัตราเติบโตยอดขายของฟาสต์ฟู้ดร้อยละ 30 – 40 ต่อปีของตลาดมูลค่ารวม และคาดว่าจะสามารถขยายตัวเพิ่มขึ้นได้อีกไม่ต่ำกว่าร้อยละ 20 ต่อปี โดยเฉพาะในช่วง 3 – 4 ปีข้างหน้า (สำนักที่ปรึกษาทางเศรษฐกิจเครือเจริญโภคภัณฑ์, 2536)

สารอาหารและพลังงานในอาหารฟาสต์ฟู้ด

ได้มีผู้กล่าวถึงสารอาหารและพลังงานในอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้หลายท่าน ดังนี้

รองริน (2532) ได้วิเคราะห์หว่าจำนวนโปรตีนจากสัตว์ 70 กรัม และโปรตีนจากพืช 30 กรัม ในแต่ละกรัมจะเป็นปริมาณ 2 เท่าของที่ร่างกายคนธรรมดาต้องการ ครึ่งหนึ่งของโปรตีนที่เกินกว่าความจำเป็นจะไปพอกเป็นไขมันในร่างกาย และทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ นอกจากนี้ รองริน (2533) ยังได้เพิ่มเติมอีกว่าแฮมเบอร์เกอร์มีส่วนประกอบ คือ ขนมปังและไส้เป็นพวกเนื้อ ซึ่งสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล ทำการศึกษาเมื่อปี 2533 พบว่า แฮมเบอร์เกอร์ชิ้นหนึ่งให้พลังงานประมาณ 250 แคลอรี มีโปรตีนประมาณ 22 กรัม ไขมันประมาณ 16 กรัม อาหารพวกนี้มีไขมันสูงเพราะการทำเนื้อแฮมเบอร์เกอร์นั้นมักใส่ไขมันค่อนข้างมาก คือมีไขมันประมาณร้อยละ 50 ของจำนวนแคลอรีทั้งหมด

สมทรง และจूरิพร (2534) ได้กล่าวถึงนักโภชนาการของสหรัฐอเมริกาที่ได้บอกว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดจะให้สารอาหารที่ไม่สมดุล เช่น พลังงาน เป็นต้น จะได้มากกว่าที่ร่างกายต้องการในแต่ละมื้อ อาหารฟาสต์ฟู้ดแต่ละชนิดจะให้พลังงานระหว่าง 900 – 1,800 แคลอรี ซึ่งความต้องการพลังงานของคนเราตามปกติต้องการพลังงานเพียงวันละระหว่าง 2,000 – 2,800 แคลอรีเท่านั้น ถ้ากินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพียงมื้อเดียวก็เท่ากับได้พลังงานเข้าไปเกือบเพียงพอกับความต้องการของร่างกายแล้ว ส่วนสารอาหารต่างๆ ในอาหารฟาสต์ฟู้ด มีรายละเอียดดังนี้

1. โปรตีนและไขมัน ในอาหารฟาสต์ฟู้ดนี้จะให้สารอาหารพวกนี้มากเกินไป เพราะว่าใน ส่วนผสมจะใช้พวกแป้ง เนื้อสัตว์ และไขมันเป็นส่วนใหญ่ โปรตีนในอาหารฟาสต์ฟู้ดมีอยู่ระหว่าง ร้อยละ 50 – 100 ส่วนไขมันมีมากเพราะใช้เป็นส่วนประกอบอาหาร เช่น การทอดเนื้อสัตว์ มันฝรั่ง ใส่น้ำมันเนยตรงกลางแฮมเบอร์เกอร์ หรือโรยหน้าพิซซ่า เป็นต้น ตามปกติพลังงานที่เรารับเข้าไป ควรจะเป็นไขมันประมาณร้อยละ 30 แต่ถ้ากินแฮมเบอร์เกอร์ พลังงานที่ได้รับจากไขมันจะได้รับ เป็นร้อยละ 40 หรือมากกว่านั้น ถ้าเป็นชนิดไก่ ปริมาณไขมันอาจเพิ่มสูงถึงร้อยละ 58

2. แร่โซเดียม ตามปกติควรจะได้รับวันละระหว่าง 1,100 – 3,000 มิลลิกรัม แต่ถ้ากินอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า 2 ชิ้น จะได้โซเดียมมากถึงระหว่าง 800 – 1,500 มิลลิกรัม

3. เกลือโซเดียม ในแซนดีวิชแต่ละคูมีเกลืออยู่ตั้งแต่ 700 – 900 มิลลิกรัม ถ้าเป็นทริปเปิ้ล แซมเบอร์เกอร์อาจมีถึง 1,900 มิลลิกรัมก็ได้ หากรวมเครื่องเคียงพวกมันทอดกับซอสมะเขือเทศยิ่งมีมากขึ้น ซึ่งการบริโภคเกลือมากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อหัวใจและไต เกลือโซเดียมจะมีคุณสมบัติอุ้มน้ำ เมื่อกินเกินขีดปริมาณน้ำในตัวโดยเฉพาะในโลหิตจะสูงขึ้น ทำให้มีแนวโน้มว่าจะเกิดโรคความดันโลหิตสูงมากขึ้น ไตทำงานหนักอาจทำให้ไตเสื่อมเร็ว

4. สารไอโอดีน ในอาหารฟาสต์ฟู้ดหลายชนิดมีปริมาณไอโอดีนมากเกินไปขนาด ไอโอดีนนี้พบในสารที่ทำให้ขนมปังฟู และพบปนเปื้อนอยู่ในเนื้อสัตว์จากแหล่งที่ใช้อาหารสัตว์ที่เติมสารไอโอดีนเข้าไป การได้รับสารไอโอดีนเกินขนาดจะกระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติหน้าที่ของต่อมไทรอยด์ และอาจทำให้เกิดผื่นผิวหนังได้

5. เส้นใยพืช เป็นสิ่งที่ดีในอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่าเส้นใยพืชมีความสำคัญช่วยแก้อาการท้องผูก และเชื่อว่าถ้าบริโภคเส้นใยพืชไม่พอเพียงจะมีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งในลำไส้ใหญ่สูงขึ้น ในอาหารฟาสต์ฟู้ดจะมีผักในปริมาณน้อยเมื่อเทียบกับความต้องการที่ร่างกายควรได้รับ

นอกจากนี้ อาหารฟาสต์ฟู้ดยังขาดสารอาหารหลายอย่าง เช่น โปแตสเซียม กรดโฟลิก กรดเพนโทเทอริก เหล็ก ทองแดง แคลเซียม แมกเนเซียม วิตามินบี 6 วิตามินอี และวิตามินซี เป็นต้น

ประทุม (2550) กล่าวว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดที่นิยมมาก ได้แก่ แซมเบอร์เกอร์ กับมันฝรั่งทอด (เฟรนช์ฟรายด์) ตามด้วยมิลค์เชคหรือนมผสม ไอศกรีม ขาดผัก หรือผลไม้ มันฝรั่งมีแต่แป้งเป็นส่วนใหญ่ จัดอยู่ในหมู่ข้าวเพราะไม่มีสารอาหาร และกากเหมือนผักใบสีเขียว ซึ่งแซมเบอร์เกอร์ตามแบบฉบับของอเมริกัน ประกอบด้วย บิ๊กแมค เฟรนช์ฟรายด์ และซ็อกโกแลต ให้พลังงานสูงถึง 1,200 แคลอรี นอกจากแซมเบอร์เกอร์เองซึ่งขาดสารอาหาร และเนื้อไม้ไขมันสูงไม่เหมาะแก่สุขภาพแล้ว ยังมีปัญหาเพิ่มจากเครื่องดื่มควบคู่อย่างน้ำอัดลม และมิลค์เชค ที่มีปริมาณน้ำตาลสูงด้วย

คุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทย

อาหารฟาสต์ฟู้ดซึ่งเป็นที่นิยมบริโภคกันอย่างแพร่หลาย คือ พิซซ่า แซนดีวิช ไก่ทอด มันฝรั่งทอด แซมเบอร์เกอร์ ส่วนประกอบส่วนใหญ่ประกอบด้วยแป้ง เนื้อสัตว์ เนย ชีส เป็นต้น ดังนั้นการรู้ถึงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ดจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้บริโภคเป็นอย่างมาก

เพราะผู้บริโภคคือผู้ตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหารจึงสามารถใช้ความรู้ความเข้าใจทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ดประกอบการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารบริโภคได้เป็นอย่างดี (อุดม และคณะ, 2548)

นอกจากนี้ เพลินใจ และคณะ (2537) ได้ทำการวิเคราะห์สารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก 4 ประเภท คือ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด-ไก่ย่าง และโดนัท พบว่าพลังงานจากไขมัน โปรตีน และคาร์โบไฮเดรต อยู่ในช่วงร้อยละ 23.63 – 59.40, 3.68 – 63.69 และ 0.68 -62.18 ของพลังงานทั้งหมดตามลำดับ อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเป็นอาหารที่ให้พลังงานที่มากเกินไป โดยเฉพาะจากไขมัน เนื่องจากมีไขมันค่อนข้างสูงโดยเฉลี่ยร้อยละ 43.87 ของพลังงานทั้งหมด ซึ่งเกินกว่ามาตรฐานที่กำหนดให้บริโภคไม่เกินร้อยละ 30 – 35 ของพลังงานทั้งหมด อาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่เป็นไขมันที่มีกรดอิ่มตัวสูงทำให้โคเลสเตอรอลในเลือดสูงขึ้น และจากการรายงานการวิเคราะห์ปริมาณโคเลสเตอรอลในฟาสต์ฟู้ดมีประมาณ 72 มิลลิกรัม ต่อ 100 กรัม และพบว่ามีใยอาหารค่อนข้างต่ำเฉลี่ย 2.7 กรัมต่อ 100 กรัม (จตุพร และคณะ, 2535) ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นสาเหตุของการเกิดโรคหลอดเลือดอุดตัน และโรคหัวใจขาดเลือดในประชาชนเพิ่มมากขึ้น (วิชัย, 2530)

อันตรายจากอาหารฟาสต์ฟู้ด

จากรายงานของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ (Center for Science in the Public Interest, CSPI) ในรัฐวอชิงตัน ดี.ซี. ซึ่งเป็นกลุ่มผู้บริโภค ก่อให้เกิดความตระหนกอย่างใหญ่หลวงสำหรับผู้นิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะการทอดอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้นใช้ไขมันสัตว์เป็นน้ำมันทอดเกือบทั้งหมด และจากการทดสอบของแฟรงค์ แซคส์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แห่งคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยฮาร์เวิร์ด เกี่ยวกับเฟรนช์ฟรายด์ (มันฝรั่งทอด) ของบริษัทยักษ์ใหญ่ทั้งหลาย เช่น แมคโดนัลด์ เบอร์เกอร์คิงก์ เป็นต้น พบว่า บริษัทเหล่านี้ใช้น้ำมันปาล์มซึ่งอิ่มตัวมากกว่าไขมันสัตว์ (สุภาวดี, 2543)

กลุ่มที่มีความเห็นต่อต้านการใช้ไขมันสัตว์และน้ำมันที่มีความอิ่มตัว ตั้งข้อสังเกตว่าเด็กๆ ซึ่งเป็นลูกค้ำของอาหารฟาสต์ฟู้ดอายุตั้งแต่ 2 ปีขึ้นไป กำลังเสี่ยงต่อการเป็นโรคผนังเส้นโลหิตแดงแข็งตัวแม้ว่าอาการจะปรากฏชัดเมื่ออายุ 11 ปี อาการของโรคนี้เกิดขึ้นจากไขมันและโคเลสเตอรอลเกาะจับเป็นแผ่นในผนังด้านในของเส้นโลหิตซึ่งทำให้เส้นโลหิตตีบตัน และจากการชันสูตรศพของผู้ที่มีอายุระหว่าง 7 – 24 ปี จำนวน 35 ราย ผลปรากฏว่า มีเพียง 6 รายเท่านั้น ที่ไม่มีผนังเส้นโลหิตแดงแข็งตัว (สมฤดี, 2535)

สถิติคนอเมริกันโดยเฉลี่ยแต่ละคนจะบริโภคโคเลสเตอรอลเป็นประจำวันละ 500 มิลลิกรัม ในทุกๆ 100 มิลลิกรัมของโคเลสเตอรอลที่บริโภคเข้าไป ไขมันในเส้นโลหิตจะเพิ่มขึ้นประมาณ 5 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร ระดับไขมันในโลหิตขนาด 200 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร ก็นับได้ว่าเริ่มเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจกันแล้ว ซึ่งหมายความว่าในปัจจุบันนี้ คนอเมริกันประมาณร้อยละ 50 กำลังเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ เนื่องจากระดับโคเลสเตอรอลเฉลี่ยในวัยผู้ใหญ่คือ 220 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร ซึ่งได้มาจากอาหารที่บริโภคเป็นประจำทุกวันประมาณ 25 – 30 มิลลิกรัม ส่วน 70 มิลลิกรัมได้ติดตัวมาตั้งแต่เกิด ที่เหลืออีก 120 มิลลิกรัม ก็จะมาจากกรดไขมันอิ่มตัว คำแนะนำของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคหัวใจ คือ หลีกเลี่ยงไขมันอิ่มตัว ถ้าเป็นไปได้ให้ใช้ไขมันไม่อิ่มตัวแทน ถ้าจำกัดอาหารได้จะสามารถลดโคเลสเตอรอลได้ร้อยละ 20 – 30 และลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจได้มากกว่าครึ่งหนึ่ง (ประทุม, 2550)

ส่วนการบริโภคไขมันของคนไทยนั้น ศิริลักษณ์ (2533) ได้เสนอว่า ประเทศที่กำลังพัฒนาควรบริโภคอาหารไขมันประมาณร้อยละ 6 – 10 ของแคลอรีทั้งหมด (ประมาณคนละ 11 กรัมต่อวัน) ส่วนประเทศที่พัฒนาแล้ว ควรบริโภคไขมันประมาณร้อยละ 35 – 44 ของแคลอรีทั้งหมด (ประมาณคนละ 50 กรัมต่อวัน) ในประเทศไทยมีการแนะนำให้บริโภคไขมันไม่น้อยกว่าร้อยละ 25 ของแคลอรีทั้งหมด ผู้ใหญ่ที่มีอายุมากกว่า 40 ปี ถ้ารับประทานอาหารที่มีไขมันสูงกว่าร้อยละ 40 และมีไขมันจากพืชในจำนวนน้อย อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้โลหิตมีปริมาณโคเลสเตอรอลสูงกว่าปกติ ทำให้เกิดโรคหัวใจได้ง่าย

อันตรายจากไขมันอิ่มตัว ไขมันอิ่มตัวคือมันเปลวที่เกาะออกมาจากส่วนที่เป็นเนื้อ นำมาเจียวเป็นน้ำมัน ใช้ในการทอดอาหาร ซึ่งเป็นไขมันที่มีอันตรายร้ายแรงต่อร่างกาย เพราะเป็นไขมันที่มีความอิ่มตัวอย่างยิ่ง ไขมันที่มีความอิ่มตัวนี้ จะกระตุ้นให้ร่างกายสร้างโคเลสเตอรอลและในขณะที่เดียวกันจะลดความสามารถของร่างกายที่จะขับถ่ายโคเลสเตอรอลส่วนเกินออกจากร่างกาย จากรายงานการศึกษาวิจัยหลายครั้งที่มี ให้ผลยืนยันว่าในสังคมที่มีการบริโภคไขมันน้อยจะมีอัตราการเกิดมะเร็งต่ำ และแพทย์จะแนะนำให้ลดอาหารที่มีไขมันในรายที่เป็นเบาหวาน แต่สาเหตุที่สำคัญอยู่ที่โคเลสเตอรอล เพราะไขมันในเส้นโลหิตนี้จะเป็นตัวการที่ก่อให้เกิดโรคหัวใจ ซึ่งโรคหัวใจที่เกิดจากเส้นโลหิตแดงแข็งตัว ลดจำนวนประชากรอเมริกันกว่า 700,000 คนต่อปี และคนอเมริกันอายุตั้งแต่ 22 ปีขึ้นไป จำนวนร้อยละ 46 เริ่มมีอาการเส้นโลหิตหัวใจตีบตัน ซึ่งอาหารแต่ละชนิดที่มีไขมันอิ่มตัวก็จะเร่งเวลาตายให้เร็วขึ้นอีก ในบางมือของการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด จะได้รับไขมันประมาณ 67 กรัม เริ่มต้นจากแฮมเบอร์เกอร์ก็มีไขมันมากพอแล้ว ยังมีเนยแข็งแถมไขมันเพิ่มเข้ามาอีก จะเห็นได้ว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นแหล่งเพิ่มไขมันเข้าสู่ร่างกายมนุษย์ ด้วยเหตุนี้สถาบัน

อนามัยแห่งชาติและองค์กรอื่นๆ ในประเทศสหรัฐอเมริกาแนะนำให้ลดไขมันลงอีกกว่าร้อยละ 25 ซึ่งหมายความว่าต้องลดการบริโภคไขมัน 67 กรัมต่อวัน ซึ่งปัจจุบันบริโภคกันประมาณ 89 กรัมต่อวัน (นพดล, 2529)

จากสถิติของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะและของแมคโดนัลด์เองพบว่า เฟรนช์ฟรายด์ มีไขมัน 11.5 กรัม มิลค์เชคขนาด 10.75 ออนซ์ มีไขมัน 9 กรัม บิ๊กแมคมีไขมัน 34 กรัม และเนยแข็งมีไขมัน 61 กรัม และจากผลการศึกษาของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ เชื่อว่าไขมันไม่อิ่มตัว ประเภทเติมสารอื่นได้มาก (Polyunsaturated Fat) เช่น น้ำมันจากดอกคำฝอย นอกจากจะลดการสร้างโคเลสเตอรอลของร่างกายแล้ว ยังช่วยสลายโคเลสเตอรอลและขับถ่ายออกจากร่างกายอีกด้วย ส่วนไขมันประเภทไม่อิ่มตัว ประเภทเติมสารอื่นได้น้อย (Monounsaturated Fat) เช่น น้ำมันมะกอก สามารถช่วยลดระดับโคเลสเตอรอลในร่างกายได้บ้าง อย่างไรก็ตาม ไม่ว่าจะบริโภคไขมันหรือน้ำมันในรูปแบบใด แม้ว่าไขมันไม่อิ่มตัวประเภทเติมสารอื่นได้มากจะช่วยลดระดับโคเลสเตอรอล นักวิจัยต่างเห็นพ้องว่า ขอให้ลดการนำเข้าสู่ร่างกายให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ (สุภาวดี, 2543)

ไขมันกับมะเร็ง มีหลายทฤษฎีที่อธิบายการเกิดมะเร็ง ทฤษฎีหนึ่งที่คนส่วนใหญ่ยอมรับก็คือ น้ำดีเป็นสารกระตุ้นมะเร็งในลำไส้ใหญ่ และไขมันก็กระตุ้นให้มีการสร้างกรดน้ำดี น้ำดีที่ขับออกมามากมายจะกัดเนื้อเยื่อส่วนที่อยู่บริเวณผิวหนังและก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ จนกลายเป็นเซลล์มะเร็งในที่สุด ไขมันที่มีอยู่ในระดับสูงจะมีผลกระทบบต่อฮอร์โมน ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็ง อีกทฤษฎีที่น่าสนใจก็คือ แคลอรีที่มีอยู่อย่างมากมาย จะเป็นอาหารที่หล่อเลี้ยงเนื้ออกให้เจริญเติบโตขึ้น ปริมาณไขมันที่สะสมในร่างกาย จะเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งมากกว่าไขมันที่บริโภคในอาหารประจำวัน (นพดล, 2529) ซึ่งสอดคล้องกับประทุม (2550) ที่กล่าวว่า ผลการวิจัยในประเทศที่มีการบริโภคไขมัน จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง ส่วนการบริโภคไขมันในปริมาณมากก็จะก่อให้เกิดโรคมะเร็งได้หลายชนิด สถาบันมะเร็งแห่งชาติจึงได้เสนอแนะให้ประชาชนลดการบริโภคไขมันในชีวิตประจำวันลง

วัยรุ่นและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

ความหมายของวัยรุ่น

คำว่า “วัยรุ่น” (Adolescence) มาจากคำว่า Adolescence ในภาษาละติน ซึ่งแปลว่า เจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ (Maturity) ซึ่งมีผู้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้หลายท่าน ดังนี้

สุชา (2536) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ โดยถือเอาจากความพร้อมทางร่างกายหรือภาวะสูงสุดขีดของร่างกายเป็นเครื่องตัดสิน วัยรุ่นถือว่าเป็นระยะของช่วงชีวิตที่คั่นกลางระหว่างความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งไม่สามารถแบ่งชัดเจนได้อย่างแน่นอนว่าควรกำหนดเมื่ออายุเท่าใด ตามปกติเรามักถือว่าวัยรุ่น คือผู้ที่มีอายุระหว่าง 13 – 20 ปี แต่ทั้งนี้ไม่แน่นอน เพราะบางคนอายุเพียง 17 – 18 ปี ก็แสดงพฤติกรรมว่าเขามีวุฒิภาวะเพียงพอที่จะฟันสภาพวัยรุ่นได้

อัมพวัลย์ (2541) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นผู้ที่อยู่ระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ โดยทั่วไปมีอายุระหว่าง 12 – 21 ปีในวัยรุ่นหญิง และระหว่าง 13 – 21 ปีในวัยรุ่นชาย ส่วนมากเรียนในระดับมัธยมศึกษา และมีอัตราการเจริญเติบโตของส่วนสูงและน้ำหนักอย่างรวดเร็ว มีอารมณ์รุนแรง วุฒิมิตรชิดกลุ่มเพื่อนเป็นหลัก เริ่มมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ และมีสติปัญญาแบบเหตุผลเชิงนามธรรม

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

พฤติกรรมกรรมการบริโภคไม่ใช่พฤติกรรมตามธรรมชาติ หรือมีมาแต่กำเนิด แต่เป็นการกระทำทางสังคมและวัฒนธรรมที่ต้องเกี่ยวข้องกับผู้อื่นเสมอ เรื่องอาหารและการกินจึงเป็นพฤติกรรมทางสังคมและวัฒนธรรมที่จะเข้าใจได้ชัดเจนก็ต่อเมื่อได้พิจารณาปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมนั้นด้วย ซึ่งพฤติกรรมกรรมการบริโภคมักจะเป็นสิ่งที่สืบต่อเนื่องกันมาเป็นเวลานาน และเป็นการยากที่จะเปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาจจำแนกตามลักษณะหรือประเภทบุคคล เป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ เป็นวัยรุ่น เป็นต้น วัยเรียนมัธยมตอนปลายเป็นวัยที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น โดยทั่วไปวัยรุ่น ได้แก่เด็กที่มีอายุอยู่ระหว่าง 10 – 18 ปี การเจริญเติบโตของวัยรุ่นนั้น วัยรุ่นหญิงจะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 9 -17 ปี ส่วนผู้ชายจะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 12 – 21 ปี จะเห็นว่าผู้หญิงและผู้ชายเข้าสู่วัยรุ่นไม่เท่ากัน กล่าวคือ ผู้หญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าผู้ชาย (สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2537)

วัยรุ่นเป็นวัยหนึ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากมาย ทั้งรูปร่าง อารมณ์ และจิตใจ ดังนั้น การเลือกบริโภคอาหารของวัยรุ่นจึงเป็นผลมาจากจิตใจ และปัจจัยทางสังคมด้วย เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่รักสวยรักงาม และคำนึงถึงรูปร่างของตนเองมากขึ้น และคิดว่าตัวเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว จึงเลียนแบบผู้ใหญ่ด้วยการสูบบุหรี่ และดื่มเหล้า น้ำชา กาแฟ วัยรุ่นบางคนมักงดบริโภคอาหารมื้อหลักบางมื้อ และชดเชยด้วยการบริโภคอาหารระหว่างมื้อแทน ได้แก่ ขนมหวาน หรือเครื่องดื่มที่มีรสหวาน และจากการสำรวจภาวะโภชนาการของเด็กมัธยมในกรุงเทพมหานคร พบว่าเป็นโรคอ้วนถึงร้อยละ 9.3 (วลัย, 2537)

ปัจจุบันคนในเขตเมืองมีวิถีการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม มีการรับแบบอย่างการบริโภคอาหารแบบตะวันตก จึงทำให้พฤติกรรมการบริโภคเปลี่ยนแปลงไป คือมีแนวโน้มบริโภคอาหารประเภทไขมันและน้ำตาลสูงขึ้น และบริโภคใยอาหารประเภทผัก ผลไม้ ลดน้อยลง โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นเป็นบุคคลที่รับแบบอย่างการบริโภคมากกว่าวัยอื่นและจากการสำรวจเบื้องต้นพบว่า วัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ไปใช้บริการในร้านฟาสต์ฟู้ดมากที่สุดถึงร้อยละ 75 ของลูกค้าทั้งหมด ด้วยเหตุที่วัยรุ่นเป็นกลุ่มบุคคลที่มีเอกลักษณ์เฉพาะทั้งในด้านความคิด ความต้องการ รสนิยม และการแสดงออก เป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าวัยรุ่นในปัจจุบันมีค่านิยมที่เบี่ยงเบนไปจากสภาพความเป็นจริงในสังคม มีความฟุ้งเฟ้อ และมีการเปลี่ยนแปลงรสนิยมได้อย่างรวดเร็วรวมถึงการชอบเปรียบเทียบกับเพื่อนวัยรุ่นด้วยกัน ต้องการแสวงหาประสบการณ์ ค้นหาสิ่งแปลกๆ ใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นใกล้ตัว ซึ่งตามความคิดของวัยรุ่นอาจจะเห็นว่าการเข้าไปรับประทานอาหารในร้านฟาสต์ฟู้ดเป็นสิ่งที่ยอมรับถึงการเป็นผู้ที่ทันสมัยและเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น โดยไม่คำนึงถึงคุณค่าอาหาร ดังนั้น แนวโน้มการบริโภคฟาสต์ฟู้ดจึงสูงขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะกับกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่ชอบลองของแปลกใหม่ เมื่อได้ลิ้มลองอาหารฟาสต์ฟู้ดจึงมักจะติดใจในรสชาติ ทำให้บริโภคเป็นประจำ (สำนักที่ปรึกษาทางเศรษฐกิจเครือเจริญโภคภัณฑ์, 2536)

ประเภทและปริมาณอาหารที่วัยรุ่นควรได้รับ

วลัย (2533) ได้กล่าวว่า ในแต่ละวัน วัยรุ่นควรได้รับอาหารต่างๆ ให้เพียงพอ เพื่อที่จะได้สารอาหารครบถ้วนในปริมาณที่เพียงพอ อาหารที่วัยรุ่นควรได้รับในแต่ละวัน มีดังนี้

1. น้านม เป็นอาหารที่มีโปรตีนและแคลเซียมมาก และยังมีวิตามินเอและวิตามินดีอีกด้วย เหมาะสำหรับเด็กที่อยู่ในวัยที่กำลังเจริญเติบโต การดื่มน้านมทุกวันจะช่วยให้ร่างกายได้โปรตีนเพิ่มขึ้น วัยรุ่นควรดื่มน้าวันละ 1 -2 ถ้วยตวง

2. ไข่เป็ด ไข่ไก่ เป็นอาหารที่มีโปรตีนมาก นอกจากนี้ยังมีเหล็กและวิตามินอีกด้วย ไข่ควรได้รับไข่ทุกวันอย่างน้อยวันละ 1-2 ฟอง
3. เนื้อสัตว์ต่างๆ จะเป็นเนื้อสัตว์ชนิดใดก็ได้ ควรได้รับประมาณวันละ 180 – 200 กรัม ประมาณ $\frac{3}{4}$ ถ้วยตวง หรือมีเนื้อ 4 ช้อนโต๊ะ ในจำนวนนี้ควรเป็นเครื่องในสัตว์และอาหารทะเล เช่น ปลาหรือหอย สัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง
4. ถั่วเมล็ดแห้ง เช่น ถั่วเหลือง ถั่วเขียว ถั่วดำ ถั่วแดง เป็นอาหารที่มีโปรตีนมาก และยังมีวิตามินบี 1 และวิตามินบี 2 อีกด้วย เด็กวัยรุ่นควรทานถั่วเมล็ดแห้งมากขึ้น อาจประกอบเป็นอาหารร่วมกับเนื้อสัตว์ เช่น ข้าวผัดเสริมถั่วเมล็ดแห้ง ผัดขิงใส่ถั่วดำหรือถั่วแดง หรือทานเป็นขนมหรืออาหารว่าง
5. ผักสีเขียว และสีเหลือง มีวิตามินและเกลือแร่มาก ควรได้รับทุกวันและทุกมื้อ ประมาณวันละ 1 – 1 $\frac{1}{2}$ ถ้วยตวง
6. ผลไม้สด ควรได้รับทุกวัน โดยเฉพาะส้ม มะละกอสุก ฝรั่ง สับปะรด วันละ 1 – 2 ครั้ง
7. ข้าวและผลิตภัณฑ์ของข้าว เช่น ก๋วยเตี๋ยว บะหมี่ ขนมจีน วันละ 5-6 ถ้วยตวง
8. ไขมันและน้ำมัน ควรได้รับทุกวันๆ ละ 3 – 5 ช้อนโต๊ะ โดยการรับประทานอาหาร ผัดหรือทอด

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในสังคมไทย

ยุพาพร (2540) กล่าวว่าปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดหรืออาหารจานด่วนในสังคมไทยเรา มีดังต่อไปนี้

1. ความสะดวกรวดเร็ว ราคาดี ร้อย สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนไทยในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะปัญหาจราจร ทำให้ไม่มีเวลาในการประกอบอาหารที่บ้าน

2. การมีแหล่งอาหารที่หาซื้อได้ง่าย ตามห้างสรรพสินค้าต่างๆ ที่มีระยะเวลาในการเปิดบริการสอดคล้องกับวิถีชีวิตการทำงานของคนในสังคมเมือง
3. สังคมให้คุณค่าของผู้ที่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดหรืออาหารจานด่วนว่าเป็นคนทันสมัย อันเนื่องมาจากกระแสการตลาดที่มาจากต่างประเทศ และค่านิยมเดิมที่ให้คุณค่ากับอาหาระประเทศ
4. มาตรฐานของราคามีความแน่นอนกำหนดตายตัว ทำให้ผู้ซื้อคาดประมาณงบประมาณของตนเองได้ถูกต้องว่าเพียงพอที่จะเข้าไปบริโภคได้หรือไม่ ซึ่งต่างจากอาหารประเภทอื่นที่ไม่มีมาตรฐานของราคากำหนดไว้
5. มาตรฐานของปริมาณอาหารและรสชาติที่มีความคงที่
6. มาตรฐานทางด้านบริการ เช่น การพุดจา การแต่งกายของพนักงานบริการ การตกแต่งร้านที่มีความสวยงาม สะอาด สะดวกสบาย
7. การใช้กลยุทธ์ทางการตลาดในการเข้าถึงผู้บริโภค คือใช้รูปแบบธุรกิจระบบแฟรนไชส์ ทำให้สามารถขยายสาขาออกไปได้อย่างรวดเร็ว เข้าถึงกลุ่มผู้บริโภคได้อย่างทั่วถึง
8. อิทธิพลทางการโฆษณาและสื่อมวลชน

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนิสัยการบริโภคอาหาร

ศิริลักษณ์ (2533) ได้กล่าวว่า นิสัยการบริโภคอาหารของบุคคลจะมีความแตกต่างกันออกไปโดยมีปัจจัยต่างๆ เป็นตัวกำหนด โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนิสัยการบริโภคอาหารมี ดังนี้

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

2. การผลิตและการกระจายของอาหาร ภาวะการผลิตและการกระจายอาหารเป็นสิ่งที่อาจแสดงถึงนิสัยการบริโภคของสังคมบางกลุ่ม พืชผักบางชนิดจะปลูกได้ในบางท้องถิ่นเท่านั้น เช่น การรับประทานสตอของชาวภาคใต้หรือบางจังหวัดทางภาคตะวันออก เป็นต้น ซึ่งสมัยก่อนคนภาคอื่นๆ ไม่ค่อยรู้จัก แต่ปัจจุบันนี้การขนส่ง การค้าขาย และการเดินทางสะดวกขึ้น ทำให้การกระจายอาหารดีขึ้น คือ มีการนำพืชผักอาหารต่างๆ จากแห่งหนึ่ง ไปยังอีกแห่งหนึ่ง ซึ่งไม่มีการปลูกพืชชนิดนั้นในท้องถิ่นของตน

3. ภาวะทางโภชนาศึกษา ความรู้ทางด้านโภชนาการเป็นสิ่งซึ่งมีอิทธิพลต่อนิสัยการบริโภคสื่อสารมวลชน เช่น หนังสือพิมพ์ วารสาร หนังสือ ตลอดจนวิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์ เป็นต้น ซึ่งเผยแพร่ข่าวสารด้านโภชนาการจะมีความสำคัญมากต่อนิสัยการบริโภคของประชาชน จะเห็นได้ว่า ปัจจุบันนี้ภาวะทางโภชนาศึกษาดีขึ้น เด็กที่เกิดมารุ่นหลังส่วนใหญ่จะมีภาวะโภชนาการที่ดี เนื่องจากได้รับการฝึกให้มินิกนิสัยการบริโภคที่ดีมาตั้งแต่เด็ก ตัวอย่างเด็กญี่ปุ่นซึ่งเกิดมาในสมัยหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เด็กเหล่านี้จะเจริญเติบโตดีกว่าบรรพบุรุษ แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของโภชนาศึกษาต่อนิสัยการบริโภค

แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานในการวิจัย

แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม (Behavior)

ได้มีผู้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมไว้หลายท่าน ดังนี้

ธนวรรธน์ (2546) กล่าวว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกของบุคคลที่มีผลต่อสุขภาพของบุคคลนั้นๆ หรือบุคคลอื่นๆ แล้วแต่กรณี รวมถึงการกระทำหรือการงดเว้นการกระทำในสิ่งที่เป็นผลดีหรือผลเสียต่อสุขภาพในรูปแบบของความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการกระทำที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ และได้จำแนกพฤติกรรมสุขภาพออกเป็น 3 ลักษณะ ตามกระบวนการพัฒนาสุขภาพ ได้แก่

1. พฤติกรรมการเจ็บป่วยและรักษาพยาบาล เป็นพฤติกรรมที่สามารถปลูกฝังหรือสามารถจะเปลี่ยนแปลงปรับปรุงได้ กระบวนการเรียนรู้ที่ใช้สำหรับพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในลักษณะนี้จะเน้นความเกี่ยวข้องของการรับรู้ ความเชื่อ และประสบการณ์ของบุคคลเป็นสิ่งสำคัญ

2. พฤติกรรมการป้องกันและควบคุมโรค ซึ่งจะยากต่อการพัฒนามากกว่าพฤติกรรมกรเจ็บป่วย กระบวนการเรียนรู้ที่ใช้สำหรับพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในลักษณะนี้จะเน้นความเกี่ยวข้องของการรับรู้ ความเชื่อ และประสบการณ์ของบุคคลเป็นสิ่งสำคัญ

3. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและดูแลตนเอง การเรียนรู้เพื่อให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพลักษณะนี้ต้องเน้นการสร้างค่านิยมและวิถีการดำรงชีวิตให้ฝังลึกลงไปในกลุ่มเป้าหมายของแต่ละเรื่อง รวมทั้งการสร้างจิตสำนึกของการดำเนินชีวิตตามหลักการทางสุขภาพด้วย

Bloom ได้ให้ความหมายของคำว่าพฤติกรรมไว้ว่า หมายถึง กิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำไม่ว่าสิ่งนั้นจะสังเกตได้หรือไม่ เช่น การทำงานของหัวใจ การทำงานของกล้ามเนื้อ การเดิน การพูด การคิด ความรู้สึก ความชอบ ความสนใจ พฤติกรรมนั้นมีส่วนประกอบอยู่ 3 ส่วน คือ (ประภาเพ็ญ, 2534)

1. ด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain)

พฤติกรรมด้านนี้เกี่ยวข้องกับความรู้ การจำข้อเท็จจริงต่างๆ รวมทั้งการพัฒนาความสามารถและทักษะทางสติปัญญา การใช้วิจารณญาณเพื่อประกอบการตัดสินใจ พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัยนี้ประกอบด้วยความสามารถระดับต่างๆ ซึ่งเริ่มต้นจากการรู้ในระดับง่ายๆ และเพิ่มการใช้ความคิดและพัฒนาสติปัญญามากขึ้นเรื่อยๆ

2. ด้านเจตพิสัย (Affective Domain)

พฤติกรรมด้านนี้ หมายถึงความสนใจ ความรู้สึก ท่าที ความชอบ ไม่ชอบ การให้คุณค่า การรับ การเปลี่ยนหรือปรับปรุงคุณค่าที่ยึดถืออยู่ พฤติกรรมด้านนี้ยากต่อการอธิบายเพราะเกิดภายในจิตใจของบุคคลซึ่งจะต้องใช้เครื่องมือพิเศษในการวัดพฤติกรรมเหล่านี้เพราะความรู้สึกภายในของคนนั้น ยากต่อการที่จะวัดจากพฤติกรรมที่แสดงออกมาภายนอก

3. ด้านทักษะพิสัย (Psychomotor Domain)

พฤติกรรมด้านนี้เป็นการใช้ความสามารถที่แสดงออกทางร่างกาย ซึ่งรวมทั้งการปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกและสังเกตได้ในสถานการณ์หนึ่งๆ หรืออาจจะเป็นพฤติกรรมที่ล่าช้า

คือบุคคลไม่ได้ปฏิบัติทันทีแต่คาดคะเนว่าอาจปฏิบัติในโอกาสต่อไป พฤติกรรมการแสดงออกนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้ายที่เป็นเป้าหมายของการศึกษาซึ่งจะต้องอาศัยพฤติกรรมระดับต่างๆ ที่กล่าวมาแล้วเป็นส่วนประกอบ พฤติกรรมด้านนี้เมื่อแสดงออกมาจะประเมินผลได้ง่าย

สมจิตต์ (2539) ได้ให้ความหมายของคำว่าพฤติกรรมไว้ว่า หมายถึง ปฏิบัติต่างๆ ที่บุคคลแสดงออกมาทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล โดยพฤติกรรมภายในนั้นเป็นนามธรรม ได้แก่ ความคิด ทศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม เป็นต้น ส่วนพฤติกรรมภายนอกนั้นเป็นการแสดงออกให้เห็นสามารถสังเกตได้อย่างชัดเจน ได้แก่ การพูด การแสดงกิริยา การกระทำต่างๆ เป็นต้น

เฉลิมพล (2541) ได้ให้ความหมายของคำว่าพฤติกรรมไว้ว่า หมายถึง กิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้น ซึ่งอาจเป็นการกระทำที่บุคคลนั้นแสดงออกมารวมทั้งกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคลและกิจกรรมนี้อาจสังเกตได้ด้วยประสาทสัมผัสหรือไม่สามารถสังเกตได้ สามารถแบ่งพฤติกรรมออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. พฤติกรรมภายนอก (Overt Behavior) คือ การกระทำที่เกิดขึ้นแล้วสามารถสังเกตได้โดยตรงด้วยประสาทสัมผัส
2. พฤติกรรมภายใน (Covert Behavior) คือ กระบวนการที่เกิดขึ้นภายในใจของบุคคลอื่นไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง

กล่าวโดยสรุปได้ว่า พฤติกรรม หมายถึง การแสดงออกของร่างกายเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าเป็นความพร้อมของบุคคลในการปฏิบัติงานหรือกระทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งที่สังเกตได้และสังเกตไม่ได้แต่สามารถวัดได้ และพฤติกรรมทุกๆ อย่างที่บุคคลแสดงออกมานั้นเป็นผลจากการเลือกปฏิบัติตอบสนองที่เห็นว่าเหมาะสมที่สุดตามสถานการณ์นั้นๆ

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

สมจิตต์ (2539) กล่าวว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลมีดังนี้

1. องค์ประกอบที่ทางกลุ่มสังคม พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมานั้นมี 2 อย่าง คือ พฤติกรรมที่เป็นแบบฉบับแท้ๆ ของคน และพฤติกรรมที่แสดงออกโดยอิทธิพลของกลุ่ม
2. บุคคลที่เป็นแบบอย่าง เช่น พ่อ แม่ ญาติ พี่น้อง ครู เป็นต้น
3. สิ่งแวดล้อมต่างๆ ไป ได้แก่ สภาพทางภูมิศาสตร์ บ้าน ชุมชนที่อยู่อาศัย เป็นต้น
4. ความเจริญทางเทคนิค มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนมาก
5. เจตคติมีผลต่อพฤติกรรมของคนมาก
6. องค์ประกอบทางด้านโครงสร้างของร่างกายซึ่งเป็นผลมาจากพันธุกรรมและ สิ่งแวดล้อมก็มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนมาก
7. การเรียนรู้ โดยทั่วไปพฤติกรรมของบุคคลเกิดจากการเรียนรู้เพราะตามหลักจิตวิทยา ถือว่าการที่บุคคลทำอะไรนั้นเกิดจากการเรียนรู้ทั้งสิ้น

นอกจากนี้ ยังมีอิทธิพลทางศาสนา กฎหมาย ขนบธรรมเนียมประเพณี ฐานะทางเศรษฐกิจ สถานภาพ ความต้องการและเอกภาพของแต่ละบุคคลเป็นต้น

การวัดพฤติกรรม

บุญธรรม (2540) กล่าวว่า การวัดพฤติกรรมนั้นมีหลักการเบื้องต้นที่ต้องทำความเข้าใจ 3 ประการ คือ

1. เนื้อหา (Content) การวัดพฤติกรรมต้องมีสิ่งเร้าไปกระตุ้นให้แสดงกิริยาท่าทีออกมาที่ สิ่งเร้า โดยทั่วไป ได้แก่ เนื้อหาที่ต้องการวัด เช่น ต้องการวัดพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ เนื้อหาที่เป็นสิ่งเร้าในที่นี้คือข้อความเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์
2. ทิศทาง (Direction) การวัดพฤติกรรมโดยทั่วไปกำหนดให้พฤติกรรมมีทิศทางใน ลักษณะบวกกับลบ หรือพฤติกรรมเสี่ยงกับไม่เสี่ยง

3. ความเข้มข้น (Intensity) กิริยาท่าทีหรือความรู้สึกที่แสดงออกต่อสิ่งเรานั้นมีความเข้มข้นมากน้อยแตกต่างกัน ถ้ามีความเข้มข้นสูงไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมในทิศทางใดก็ตามจะมีความรู้สึกหรือกิริยาที่รุนแรงมากกว่าคือแสดงความถี่ของพฤติกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดพฤติกรรมหรือการปฏิบัติเป็นแบบประเมินค่า (Rating Scale) ประเภทหนึ่งซึ่งใช้เป็นเครื่องมือวัดสิ่งที่เป็นนามธรรมด้วยการเปลี่ยนเป็นปริมาณในเชิงเปรียบเทียบ นิยมใช้วัดพฤติกรรมที่ไม่สามารถวัดออกมาเป็นตัวเลขได้โดยตรง เช่น การสวมหมวกนิรภัยขณะ ขับขี่รถจักรยานยนต์ การสวมถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น ลักษณะเด่นของการ ประเมินค่าอยู่ที่ผู้ตอบจะต้องประเมินค่าข้อความที่เป็นสิ่งเร้าออกมาเป็นคำตอบซึ่งมีลักษณะเป็น การเปรียบเทียบ สามารถแสดงออกให้เห็นถึงความมากน้อยของการปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ ได้

จากแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดนั้นเป็นผลมาจากการได้รับสิ่งเร้า ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดนี้มาใช้ในการ กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยคือ กำหนดให้ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ปัจจัยนำ ซึ่งประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยเอื้อ ซึ่งประกอบด้วย แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และ ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด และปัจจัยเสริม ซึ่งประกอบด้วย การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนใน ครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหาร ฟาสต์ฟู้ด เป็นสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ นักเรียน

PRECEDE Framework ของ Lawrence W. Green

PRECEDE ย่อมาจากคำว่า Predisposing, Reinforcing, and Enabling Causes in Educational Diagnosis and Evaluation PRECEDE Framework เป็นกระบวนการวิเคราะห์เพื่อการ วางแผนการดำเนินงานสุขศึกษาโดยใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้นมาโดย Lawrence W. Green ที่มีแนวคิด ว่าพฤติกรรมบุคคลมีสาเหตุมาจากสหปัจจัย (Multiple Factors) ดังนั้นจะต้องมีการวิเคราะห์ถึง ปัจจัยสำคัญๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้นๆ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการวางแผน และกำหนดกลวิธีใน การดำเนินงานสุขศึกษาเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อไป กระบวนการวิเคราะห์ใน PRECEDE Framework เป็นการวิเคราะห์แบบย้อนกลับโดยเริ่มจาก Outcome ที่ต้องการ หรืออีกนัยหนึ่งคือ คุณภาพชีวิตของบุคคลที่พึงประสงค์แล้วพิจารณาถึงสาเหตุหรือปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะสาเหตุ

ที่มาจากพฤติกรรมของบุคคล การวิเคราะห์ใน PRECEDE Framework ประกอบด้วยขั้นตอนต่างๆ 7 ขั้นตอน ดังนี้ (กองสุขศึกษา, 2542)

ขั้นตอนที่ 1 การวิเคราะห์ทางสังคม (Social Diagnosis)

เป็นการพิจารณาและวิเคราะห์ “คุณภาพชีวิต” ซึ่งถือว่าเป็นขั้นตอนแรกของการวิเคราะห์ โดยการประเมินสิ่งที่เกี่ยวข้องหรือตัวกำหนดคุณภาพชีวิตของประชากรกลุ่มเป้าหมายต่างๆ เช่น ผู้ป่วย นักเรียน กลุ่มคนวัยทำงาน ผู้ใช้แรงงาน หรือผู้บริโภค สิ่งที่จะประเมินได้จะเป็นเครื่องชี้วัด และเป็นตัวกำหนดระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มนั้น

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์ทางระบาดวิทยา (Epidemiological Diagnosis)

เป็นการวิเคราะห์ว่ามีปัญหาสุขภาพที่สำคัญอะไรบ้าง ซึ่งปัญหาสุขภาพเหล่านี้จะเป็นส่วนหนึ่งของปัญหาสังคมหรือได้รับผลกระทบจากปัญหาสังคม ในขณะที่เดียวกันปัญหาสุขภาพก็มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตเช่นกัน ข้อมูลทางระบาดวิทยาจะชี้ให้เห็นถึงการเจ็บป่วย การเกิดโรค และภาวะสุขภาพ ตลอดจนปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วย และเกิดการกระจายของโรค การวิเคราะห์ทางระบาดวิทยาจะช่วยให้สามารถจัดเรียงลำดับความสำคัญของปัญหาเพื่อประโยชน์ในการวางแผนการดำเนินงานสุขศึกษาได้อย่างเหมาะสมต่อไป

ขั้นตอนที่ 3 การวิเคราะห์ด้านพฤติกรรม (Behavioral Diagnosis)

จากปัจจัยปัญหาด้านสุขภาพอนามัยที่ได้ในขั้นตอนที่ 1 - 2 จะนำมาวิเคราะห์ต่อเพื่อหาสาเหตุที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเป็นสาเหตุอันเนื่องมาจากพฤติกรรมของบุคคลและสาเหตุที่ไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม เช่น สาเหตุจากพันธุกรรมหรือสภาวะเศรษฐกิจ เป็นต้น โดยกระบวนการสุขศึกษาจะให้ความสนใจประเด็นที่เป็นสาเหตุอันเนื่องมาจากพฤติกรรมของบุคคลเป็นสำคัญ

ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์ทางการศึกษา (Educational Diagnosis)

ในขั้นตอนนี้ เป็นการวิเคราะห์เพื่อหาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพทั้งที่เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคลเพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการวางแผนสุขศึกษา โดยในขั้นตอนนี้จะแบ่งปัจจัยที่เกี่ยวข้องออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม

1. ปัจจัยนำ (Predisposing Factors)

จะประกอบด้วยความรู้ ทักษะ ความเชื่อ ค่านิยม และการรับรู้ของบุคคลหรือประชาชนซึ่งจะมีอิทธิพลในแง่การจูงใจให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ส่วนใหญ่จะเป็นปัจจัยด้านจิตวิทยาซึ่งรวมถึงมิติพุทธิพิสัยและจิตพิสัย (Cognitive and Affective Dimension) ซึ่งรวมถึงความเชื่อมั่นในตนเองหรือความคาดหวังในความสามารถของตนเอง (Efficacy) นอกจากนี้ปัจจัยนำยังรวมไปถึงปัจจัยด้านประชากร เช่น สถานภาพทางเศรษฐกิจ – สังคม (Socio-Economic Status) อายุ เพศ ขนาดของครอบครัว ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อการวางโครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยความรู้หรือความตระหนักเป็นปัจจัยนำที่สำคัญในการที่จะแสดงพฤติกรรม ขบวนการเปลี่ยนแปลงความตระหนักหรือความรู้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่มีความยุ่งยากซับซ้อนเพราะผลของการเปลี่ยนแปลงความรู้ที่จะต้องเปลี่ยนแปลงแบบแผนการปฏิบัติของบุคคลด้วย ซึ่งโดยธรรมชาติมนุษย์ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง ประกอบกับพฤติกรรมเองก็ไม่สามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็วมีใช้แค่เพียงได้รับความรู้ก็จะตอบสนองโดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้เลย แต่การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นก็ต้องการตั้งสมความตระหนักเพิ่มพูนความเข้าใจและมีความสามารถที่จะมองเห็นได้จากภายในของตนเอง

2. ปัจจัยเอื้อ (Enabling Factors)

ประกอบด้วยทักษะ ทรัพยากร หรือสิ่งซึ่งขัดขวางที่จะช่วยให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงรวมทั้งการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมด้วย ทักษะในที่นี้หมายถึงความสามารถที่จะเข้าถึงแหล่งทรัพยากร ซึ่งความสามารถนี้จะเกี่ยวข้องกับราคาของบริการ ระยะทาง เวลาที่ใช้ สิ่งสำคัญ คือ การหาง่าย (Availability) และความสามารถที่จะเข้าถึง (Accessibility) แหล่งทรัพยากร

3. ปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors)

เป็นผลสะท้อนที่บุคคลจะได้รับหรือคาดว่าจะได้รับการแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ซึ่งอาจจะช่วยสนับสนุนหรือยับยั้งการแสดงพฤติกรรมทางสุขภาพนั้น มีทั้งสิ่งที่เป็นรางวัล ผลตอบแทน หรือการลงโทษ ผลสะท้อนเหล่านี้บุคคลจะได้รับจากคนอื่นๆ ที่มีอิทธิพลต่อตนเอง เช่น ครอบครัว ญาติ เพื่อน และผู้ที่มีอำนาจในการตัดสินใจ เป็นต้น อิทธิพลของบุคคลเหล่านี้จะแตกต่างกันไปตามพฤติกรรมของบุคคลและสถานภาพ

ขั้นตอนที่ 5 การเลือกกลยุทธ์ทางการศึกษา (Selection of Educational Strategies)

เมื่อวิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมได้แล้ว ขั้นตอนต่อไปจะเป็นการเลือกกลยุทธ์และเทคนิคในการดำเนินงานด้านสุขศึกษามาใช้ ทั้งนี้โดยพิจารณาถึงความเหมาะสมและสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทั้ง 3 ด้านข้างต้นด้วยเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพในที่สุด นอกจากนี้การกำหนดกลยุทธ์การดำเนินงานจะต้องคำนึงถึงการผสมผสานหลายเทคนิคหลายกลวิธีด้านสุขศึกษาเข้าด้วยกันเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

ขั้นตอนที่ 6 การวิเคราะห์ทางการบริหาร (Administrative Diagnosis)

ในขั้นตอนนี้จะเป็นการวิเคราะห์เพื่อประเมินถึงปัจจัยด้านการบริหารจัดการที่จะมีผลต่อการดำเนินโครงการที่ได้วางแผนไว้ โดยปัจจัยดังกล่าวอาจจะมีผลได้ทั้งในด้านบวกคือทำให้โครงการบรรลุเป้าหมาย หรือมีผลตรงข้ามคือกลายเป็นข้อจำกัดของโครงการ ปัจจัยเหล่านี้ ได้แก่ งบประมาณ ระยะเวลา ความสามารถของผู้ดำเนินการ ตลอดจนทรัพยากรอื่นๆ ในองค์กร ดังนั้นในการวางแผนเพื่อดำเนินงานสุขศึกษาใดๆ จะต้องให้ความสำคัญกับขั้นตอนนี้ไม่น้อยไปกว่าในขั้นตอนอื่นๆ และจะต้องมีการวิเคราะห์และพิจารณาให้ครอบคลุมทุกด้านเหมือนกับการวิเคราะห์หาปัจจัยที่มีต่อพฤติกรรม

ขั้นตอนที่ 7 การประเมินผล (Evaluation) ประกอบด้วยการประเมิน 3 ระดับ คือ

1. การประเมินกระบวนการ (Process Evaluation) เป็นกระบวนการประเมินผลเพื่อช่วยค้นหาข้อบกพร่องและแนวทางแก้ไขปัญหาข้อบกพร่องในระหว่างการทำงานตามโครงการ รวมทั้งการประเมินความก้าวหน้าของโครงการ
2. การประเมินผลกระทบจากโครงการ (Impact Evaluation) ผลกระทบของโครงการหมายถึง ผลที่เกิดขึ้นจากโครงการแต่ไม่ได้ระบุไว้โดยตรงในวัตถุประสงค์ของโครงการ อาจจะมีทั้งผลกระทบที่ดีและผลกระทบที่ไม่พึงปรารถนา
3. การประเมินผลที่เกิดขึ้นจากโครงการ (Outcome Evaluation) เป็นการประเมินที่เกิดขึ้นจากการดำเนินงานโดยตรง ได้แก่

3.1 ประสิทธิภาพของโครงการ (Effectiveness) เป็นการเปรียบเทียบผลที่เกิดขึ้นจากโครงการกับวัตถุประสงค์ของโครงการที่กำหนดไว้

3.2 ความเพียงพอของโครงการ (Adequacy) เป็นการเปรียบเทียบผลที่เกิดจากโครงการกับปัญหาที่ต้องการแก้ไขปรับปรุง เพื่อดูว่ามีปัญหาที่ต้องการแก้ไขเหลืออีกมากน้อยเพียงใด รวมทั้งการประเมินความครอบคลุมประชากรกลุ่มเป้าหมายของโครงการด้วย

3.3 ประสิทธิภาพของโครงการ (Efficiency) เป็นการเปรียบเทียบผลที่ได้รับจากโครงการกับปัจจัยนำเข้าที่ใช้ในการประเมินประสิทธิภาพของโครงการส่วนมากจะประเมินในลักษณะของการวิเคราะห์ Cost Effectiveness มากกว่า Cost Benefit

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำขั้นตอนที่ 4 ของ PRECEDE Framework คือขั้นตอนการวิเคราะห์ทางการศึกษา ซึ่งในขั้นตอนนี้เป็นการวิเคราะห์เพื่อหาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพมาใช้ในการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย คือ กำหนดให้ปัจจัยนำเข้า ซึ่งประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยเอื้อ ซึ่งประกอบด้วย แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด และปัจจัยเสริม ซึ่งประกอบด้วย การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นตัวแปรอิสระและมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support Theory)

แนวคิดเรื่องแรงสนับสนุนทางสังคม มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีที่เป็นผลมาจากการศึกษาด้านสังคมจิตวิทยา ซึ่งพบว่า การตัดสินใจส่วนใหญ่ของคนจะขึ้นอยู่กับอิทธิพลของบุคคลผู้ซึ่งมีความสำคัญและมีอำนาจเหนือกว่าตัวเรายู่ตลอดเวลา แรงสนับสนุนทางสังคมมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมอนามัยของคน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพและการปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งได้มีผู้วิจัยและให้คำจำกัดความไว้หลายท่านดังนี้ (สมทรง และสงรงค์กัญณ์, 2540)

Caplan (1974) ได้ให้คำจำกัดความแรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง สิ่งที่บุคคลได้รับ โดยตรงจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคลอาจเป็นด้านสังคม ด้านข่าวสาร เงิน กำลังงาน หรือทางด้าน อารมณ์ ซึ่งเป็นแรงผลักดันให้ผู้รับ ไปสู่เป้าหมายที่ผู้รับต้องการ

Pilisuk (1982) กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างคน ไม่ เฉพาะแต่ความช่วยเหลือด้านวัตถุ ด้านความมั่นคงทางอารมณ์เท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงการที่บุคคล รู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของผู้อื่นด้วย

Kahn (1979) ได้ให้คำจำกัดความแรงสนับสนุนทางสังคมว่าเป็นการมีปฏิสัมพันธ์อย่างมี จุดมุ่งหมายระหว่างบุคคล ซึ่งจะทำให้เกิดสิ่งเหล่านี้ขึ้นหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งคือความผูกพันในแง่ดี จากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง การยืนยันรับรองหรือเห็นพ้องกับพฤติกรรมของอีกผู้หนึ่ง การช่วยเหลือซึ่งกันและกันทางด้านเงินทอง สิ่งของหรืออื่นๆ

บุญเยี่ยม (2528) กล่าวว่าแรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง สิ่งที่ผู้รับแรงสนับสนุนได้รับความช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร สิ่งของ หรือการสนับสนุนทางด้านจิตใจจากผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือกลุ่มบุคคล แล้วมีผลทำให้ผู้รับปฏิบัติไปในทางที่ผู้รับต้องการ ในที่นี้หมายถึง การมีสุขภาพดี ผู้ให้แรงสนับสนุนทางสังคมอาจเป็นบุคคลในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ สามี ภรรยา ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน เพื่อนนักเรียน อาสาสมัครสาธารณสุข ผู้นำชุมชนหรือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขก็ได้

แหล่งของแรงสนับสนุนทางสังคม

แหล่งของแรงสนับสนุนทางสังคม แบ่งออกเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ 2 ประเภท คือ (สมทรง และสรงศ์กัญณ์, 2540)

1. แหล่งปฐมภูมิ เป็นกลุ่มบุคคลที่มีความสนิทสนมและมีสัมพันธภาพระหว่างสมาชิก เป็นการส่วนตัวสูง กลุ่มนี้ได้แก่ ครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้าน ซึ่งจะมีความสำคัญต่อการเจ็บป่วยและพฤติกรรมอนามัยของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง

2. แหล่งทุติยภูมิ เป็นกลุ่มบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันตามแผนและกฎเกณฑ์ที่วางไว้มี อิทธิพลเป็นตัวกำหนดบรรทัดฐานของบุคคลในสังคม กลุ่มนี้ได้แก่ เพื่อนร่วมงาน กลุ่มวิชาชีพ

ต่างๆ ซึ่งในทางสุขภาพ หมายถึง กลุ่มที่เป็นผู้ให้บริการทางสุขภาพ ได้แก่ แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และบุคลากรอื่นๆ เช่น ครู พระ ผู้นำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุข ซึ่งมีความสำคัญในการสนับสนุนข้อมูลข่าวสาร และความรู้ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

องค์ประกอบของแรงสนับสนุนทางสังคม

องค์ประกอบสำคัญของแรงสนับสนุนทางสังคมประกอบด้วย (สมทรง และสรงศ์กัญญ์, 2540)

1. ต้องมีการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้ให้และผู้รับแรงสนับสนุน
2. ลักษณะของการติดต่อสัมพันธ์นั้นต้องประกอบด้วย
 - 2.1 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ทำให้ผู้รับเชื่อว่ามีใจเอาใจใส่ และมีความรัก ความหวังดีกับตนอย่างจริงใจ
 - 2.2 ข้อมูลข่าวสารนั้นเป็นข่าวที่มีลักษณะทำให้ “ผู้รับ” รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และเป็นที่ยอมรับของสังคม
 - 2.3 ข้อมูลข่าวสารมีลักษณะที่ “ผู้รับ” เชื่อว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและมีประโยชน์แก่สังคม
3. ปัจจัยนำเข้าของแรงสนับสนุนทางสังคม อาจอยู่ในรูปของข่าวสาร วัสดุสิ่งของ หรือทางด้านจิตใจ
4. จะต้องช่วยให้ผู้รับบรรลุถึงจุดมุ่งหมายที่เขาต้องการในที่นี้คือการมีสุขภาพอนามัยที่ดี

ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม

การให้การสนับสนุนทางสังคมแบ่งออกเป็น 4 ประเภท คือ (สมทรง และสรงศ์กัญณ์, 2540)

1. การสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotional Support) เช่น การให้ความพอใจ การยอมรับนับถือ การแสดงความห่วงใย การไปเยี่ยมเยียนด้วยความจริงใจ เป็นต้น
2. การสนับสนุนในการให้การประเมินผล (Appraisal Support) เช่น การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) การเห็นพ้องในการรับรอง (Affirmation) ถึงผลการปฏิบัติ รวมถึงการสนับสนุนอาจเป็นการช่วยเหลือโดยตรงหรือโดยอ้อมก็ได้
3. การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร (Informative Support) เช่น การให้คำแนะนำ (Suggestion) ตักเตือนให้คำปรึกษา (Advice) และการให้ข่าวสาร (Information) เป็นต้น
4. การสนับสนุนด้านเครื่องมือ (Instrumental Support) เช่น การให้ผลงาน ให้เงิน ให้เวลา เป็นต้น

ระดับของการให้แรงสนับสนุนทางสังคม

Gottlieb (1985) ได้แบ่งระดับของการให้แรงสนับสนุนทางสังคมเป็น 3 ระดับ คือ

1. ระดับมหภาคหรือระดับกว้าง (Macro Level) เป็นการพิจารณาถึงการเข้าร่วมหรือการมีส่วนร่วมในสังคม อาจวัดได้จากความสัมพันธ์กับสถาบันในสังคม การเข้าร่วมกับกลุ่มต่างๆ ด้วยความสมัครใจ และการดำเนินชีวิตอย่างไม่เป็นทางการในสังคม เช่น การเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมต่างๆ ในชุมชนที่เขาอาศัยอยู่
2. ระดับกลางหรือระดับกลุ่มเครือข่าย (Mezzo Level) เป็นความสัมพันธ์ในระดับที่เฉพาะเจาะจงลงไปถึงกลุ่มบุคคลที่มีสัมพันธ์ภาพอย่างสม่ำเสมอ เช่น กลุ่มเพื่อน กลุ่มบุคคลใกล้ชิดชนิดของการสนับสนุนในระดับนี้ได้แก่ การให้คำแนะนำ การช่วยเหลือด้านวัสดุสิ่งของ ความเป็นมิตร การสนับสนุนทางอารมณ์และการยกย่อง

3. ระดับจุลภาคหรือระดับเล็ก (Micro Level) เป็นการพิจารณาความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากที่สุด ทั้งนี้มีความเชื่อว่าคุณภาพของความสัมพันธ์มีความสำคัญมากกว่าปริมาณคือ ขนาด จำนวน และความถี่ของความสัมพันธ์ หรือ โครงสร้างของเครือข่าย แรงสนับสนุนในระดับนี้ ได้แก่ สามิ ภรรยา และสมาชิกในครอบครัว ซึ่งมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ให้การสนับสนุนทางจิตใจ แสดงความรักและห่วงใย (Affective Support)

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดของทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคมในการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย โดยกำหนดให้แรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว คือ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว แรงสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน คือ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และแรงสนับสนุนทางสังคมจากร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด คือ การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นปัจจัยเสริมซึ่งเป็นตัวแปรอิสระและมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

ยุพาพร (2540) ศึกษาการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลดี และพฤติกรรมการบริโภคอาหารดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การรับรู้ความสามารถตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับการศึกษา อาชีพของบิดา มารดา และรายได้ของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งให้เห็นว่าการจัดโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองและเพื่อน มีผลทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนลดลง และบริโภคอาหารไทยเพิ่มขึ้น

กัลยา (2541) ได้ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี พบว่า นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 14.5 ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารถูกต้องปานกลางคิดเป็นร้อยละ 66.9 และพบว่าบางส่วนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ได้แก่ การบริโภคขนมถุงขบเคี้ยว อาหารทอดและ

น้ำอัดลม ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ความรู้เรื่องโภชนาการของเด็กวัยเรียน รายได้ครอบครัว การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภค ระดับการศึกษาของบิดามารดา และเด็กวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยรวมไม่แตกต่างกัน

กมล (2541) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น จำนวน 396 คน พบว่า ความชอบอาหาร ความรู้ด้านโภชนาการ ประวัติความเจ็บป่วย ความเพียงพอของรายได้ ผลผลิต อิทธิพลของครอบครัว การบริโภคอาหาร รายได้ต่อเดือนต่อคน เป็นปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วิธิ (2541) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผล การศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านตัวบุคคล ได้แก่ เพศ ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ และเจตคติเกี่ยวกับการ บริโภคอาหารจานด่วน เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับ การศึกษาของบิดามารดา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจาน ด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ลักษณะงูใจของ อาหารจานด่วน ด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ด้านราคาของอาหาร ด้าน ความสะดวกรวดเร็ว ด้านการตกแต่ง และทำเลที่ตั้งของอาหาร อิทธิพลของเพื่อน อิทธิพลของสื่อ โฆษณา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .01 และตัวพยากรณ์ที่เรียงลำดับจากที่ส่งผลมากที่สุด ไปยังน้อยที่สุด ที่เกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรม สามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้าน ราคาของอาหาร ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของ อาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจและครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะงูใจของ อาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลจากเพื่อน ตามลำดับ และสามารถร่วมกัน พยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วาสนา (2541) ได้ทำการวิจัยศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาถึงพฤติกรรมในการบริโภค อาหารประเภทฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยที่มีอิทธิพลและทัศนคติที่มีต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่า

อาหารที่ถูกเลือกสั่งมากที่สุด คือ ไก่ทอด เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม เลือกที่จะรับประทานในร้าน ช่วงเวลาที่รับประทานคือ 15.00 – 18.00 น. ใช้เวลาในการรับประทาน 46 – 60 นาที จำนวนครั้งในการรับประทานอาหารต่อเดือนเฉลี่ย 5 ครั้ง ค่าใช้จ่ายที่เสียไปต่อครั้งประมาณ 95 บาท ส่วนใหญ่เลือกที่จะรับประทานกับเพื่อนๆ ด้านทัศนคติต่ออาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่า มีความพึงพอใจด้านสถานที่ ด้านโฆษณาและบริการ ด้านผลิตภัณฑ์ของสินค้า ตามลำดับ ซึ่งอยู่ในระดับที่สูง ยกเว้นด้านราคา มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง ในด้านปัญหาของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ส่วนใหญ่เห็นว่าปัญหาเรื่องชนิดอาหารมีไขมันสูงทำให้อ้วนเป็นปัญหาใหญ่ รองลงมาคือราคาแพงเกินไป ภาชนะก่อให้เกิดปัญหาต่อสิ่งแวดล้อม ปริมาณอาหารไม่เหมาะสมในแต่ละมื้อ เรื่องคุณค่าทางอาหารต่ำ สถานที่คับแคบ เป็นปัญหাপานกลาง และเรื่องไม่มีห้องสุขาไว้บริการลูกค้า เรื่องพนักงานขายไม่สุภาพ เป็นปัญหาเล็กน้อย

เสาวรส (2541) ได้ศึกษาปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารและเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6 จำนวน 450 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถาม พบว่าปัจจัยที่ร่วมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ทัศนคติต่อการบริโภค รายได้ของครอบครัว การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภาวะโภชนาการและความรู้เรื่องโภชนาการ โดยสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้ร้อยละ 61.70 และวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน

อัมพวัลย์ (2541) ได้ทำการศึกษาวิถีชีวิตของคนไทยรุ่นใหม่ : ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทยในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนวัยรุ่นเกือบร้อยละ 90 มีวิธีการเลือกบริโภคอาหาร แต่มีจำนวนเพียงร้อยละ 30.9 เท่านั้น ที่คำนึงถึงหลักโภชนาการ ส่วนใหญ่มารดาเป็นผู้เตรียมอาหาร และบริโภคอาหารร่วมกันในวันธรรมดาพร้อมกันเพียงวันละ 1 มื้อ ส่วนในวันหยุดจะบริโภคอาหารมื้อเย็นร่วมกันมากที่สุด (ร้อยละ 64.6) และหากจะไปบริโภคอาหารนอกบ้านก็จะไปเฉพาะโอกาสพิเศษหรือสัปดาห์ละครั้ง นักเรียนวัยรุ่นประมาณ 2 ใน 3 จะเลือกบริโภคอาหารประเภทจานเดียว และอาหารว่างประเภทน้ำอัดลม หรือขนมหวานเป็นส่วนใหญ่ สื่อโฆษณาทางโทรทัศน์เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนวัยรุ่นในการบริโภคอาหาร พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม ถูกหลักโภชนาการอยู่ในระดับต่างๆ กัน ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนที่อยู่ในระดับสูงและต่ำมีจำนวนน้อยกว่า และมีสัดส่วนที่พอกัน

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

สุภาวดี (2543) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เพศ ระดับการศึกษาของบิดามารดา และรายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการสอน โดยการจัดโปรแกรมสุขศึกษา สามารถสร้างความเข้าใจ ทำให้เกิดการเรียนรู้ มีผลทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนลดลง และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการมากขึ้น

สนทยา (2544) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารรวมทั้งศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 325 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มหลายขั้นตอน (Multiple Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบสอบถาม แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) การทดสอบค่าเอฟ (F-test) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง เพศของนักเรียน อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัว ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์

ทางการเรียน ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ความรู้และค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การได้รับการสนับสนุนทางสังคม ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและอิทธิพลจากสื่อสารมวลชนสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนได้ร้อยละ 31.20

ลลิตา (2545) ได้ทำการศึกษาเรื่องสถิติวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายที่มีภาวะโภชนาการเกินในจังหวัดกำแพงเพชร มีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติและมีภาวะโภชนาการเกิน รวมทั้งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการปกติ จำนวน 258 คน นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 256 คน โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการบริโภค พบว่า นักเรียนมีความเชื่อต่างกันและมีพฤติกรรมการบริโภคต่างกันด้วย โดยนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง ได้แก่ กินอาหารเร็ว กินขนมกรุบกรอบ อาหารทอด น้ำอัดลมและน้ำหวาน ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ ได้แก่ ความเชื่อด้านสุขภาพ เพศ และรายได้ของครอบครัว ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่ การศึกษาและอาชีพของบิดา มารดา จำนวนเงินค่าอาหาร ความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมการบริโภค เมื่อวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ กับพฤติกรรมการบริโภคแล้ว สามารถจำแนกภาวะโภชนาการของนักเรียนได้ถูกต้องร้อยละ 77.08

จิติพร (2546) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของครอบครัวกับภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนอนุบาลแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 6 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 309 คน โดยใช้แบบสอบถาม แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูงของนักเรียน ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า การจัดอาหารสำหรับบุตรหลาน มีการปฏิบัติในระดับที่ดีมาก จัดอาหารมื้อเช้าและปรุงสุกใหม่ๆ มีคุณค่าอาหารครบ 5 หมู่ และกินอาหารครบ 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) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนกลุ่มสหวิทยาเขตกรุงเทพมหานคร กรุงเทพมหานคร พบว่า พฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานอยู่ในระดับดี นักเรียนที่มีเพศ ระดับชั้นปีที่ กำลังศึกษา รายได้ของนักเรียน อาชีพของผู้ปกครองต่างก็มีพฤติกรรมจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความรู้เกี่ยวกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐาน ค่านิยมในการบริโภค อิทธิพลจากเพื่อน อิทธิพลจากสื่อมวลชนต่างก็มีพฤติกรรมจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการได้รับบริโภค อิทธิพลจากเพื่อน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ค่านิยมในการบริโภคอาหาร สามารถร่วมกันทำนาย พฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานได้ร้อยละ 15.70

สว่างเดือน (2549) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียน เขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 10 -15 ปี จำนวน 400 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารว่างระดับดีเพียงร้อยละ 7.25 ส่วนใหญ่มีระดับพอใช้ร้อยละ 90.75 และพบว่า เพศ อายุ ศาสนา ภาวะโภชนาการ เงินที่ได้รับต่อวัน และระดับการศึกษาของผู้ปกครองต่างก็มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารว่างไม่แตกต่างกัน การมีแหล่งบริโภค เจตคติต่อการบริโภคอาหารว่าง การเข้าถึงแหล่งบริโภค แรงสนับสนุนจากครอบครัว ทักษะในการซื้อและแรงสนับสนุนจากเพื่อน สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารว่างได้ร้อยละ 20.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ประทุม (2550) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 306 คน ผลการศึกษาพบว่า 1) ปัจจัยนำเข้าได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทักษะเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 2) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน กิจกรรมการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนสภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ อายุ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนเพศ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษาของบิดา/มารดา รายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 5) ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ได้ร้อยละ 31.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยในต่างประเทศ

Fishman (1985) ได้ทำการศึกษาการสอนเด็กในเรื่องการเลือกซื้ออาหาร และสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหาร การศึกษาสำรวจโดยการสอนเด็กให้รู้จักเลือกอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม และพยายามให้เด็กรู้จักกำหนดอาหาร และพิจารณาอาหารเหล่านั้นด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 ที่อยู่อาศัยในเขตเมือง จำนวน 94 คน ใช้วิธีการสอนซึ่งประยุกต์จากพฤติกรรมก่อนการเลือกซื้อ และทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม จากผลการศึกษาสรุปได้ว่า เด็กต้องการเรียนรู้เพิ่มขึ้นในการเลือกซื้ออาหารและสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหาร และต้องการที่จะพัฒนาทักษะในเรื่องการพิจารณาและเลือกซื้ออาหาร

Root (1987) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการและรูปแบบการรับประทานอาหารของนักศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ ผลการวิจัยพบว่า ความรู้ทางด้านโภชนาการ ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่าความรู้ทางโภชนาการไม่สามารถทำนายรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้

Brenman (1990) ได้ศึกษาเรื่องอิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและวัยรุ่น โดยศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารว่างของเด็กและวัยรุ่น เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามความเชื่อทางสุขภาพ ประกอบด้วยหัวเรื่องใหญ่ๆ 4 หัวข้อ (โอกาสที่เจ็บป่วย ความรุนแรงของการเจ็บป่วย การติดต่อของโรค และความเข้าใจถึงประโยชน์) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการกิน (อิทธิพลจากครอบครัวและเพื่อน อารมณ์ ความรู้ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพและค่านิยมทางสุขภาพ) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 จำนวน

344 คน ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบความเชื่อด้านสุขภาพ สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กได้ว่า ความเชื่อทางสุขภาพของเด็กทั้ง 3 ระดับ มีความแตกต่างกัน และพบว่าความเชื่อทางสุขภาพและปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและวัยรุ่น

Ward (1991) ได้ศึกษาเรื่องลักษณะพฤติกรรมการบริโภคกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของเบนดูรา มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมมาอธิบายพฤติกรรมการบริโภคของเด็กวัยรุ่น มีตัวแปรที่ศึกษา คือ รายได้ที่ใช้จ่ายเกี่ยวกับการบริโภค การควบคุมการบริโภคของตนเอง และความรู้ทางโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาทั้งเพศชายและหญิงจำนวน 136 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการเลือกรับประทานอาหาร และแบบบันทึกรายการอาหารที่บริโภคใน 24 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า ความรู้ทางโภชนาการไม่มีผลต่อบริโภคนิสสัย และพบว่าความสามารถในการเลือกบริโภคสามารถทำนายตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้ นอกจากนี้การเรียนรู้ทางสังคม ช่วยหล่อหลอมลักษณะรูปแบบการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้

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 นักเรียนส่วนมากมีความรู้ว่าเนยมีโคเลสเตอรอล แต่จะไม่รู้ว่านมสดมีโคเลสเตอรอลด้วยเช่นกัน และนักเรียนชั้นประถมศึกษา ทราบว่าอาหารที่มีใยอาหารมากที่สุด คือ ขนมปังที่ทำจากข้าวสาลี รำข้าว และเมล็ดพืชต่างๆ ยกเว้นกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนมัธยมศึกษาและนักเรียนส่วนมากจะไม่ทราบว่าเมล็ดถั่วเป็นใยอาหาร ซึ่งข้อมูลเหล่านี้ได้เสนอแนะว่าเด็กอเมริกันขาดการได้รับข่าวสารที่จำเป็นในการที่จะให้มีความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารทางด้านบวก

Cusatis (1995) ได้ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยทางสังคม จิตวิทยา ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่น เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นกับพฤติกรรมของบุคคลแวดล้อม กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน 242 คน เป็นชาย 107 คน หญิง 135 คน ครอบครัวที่มีรายได้ต่ำจนถึงปานกลาง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ รูปแบบแนวทางการบริโภคอาหารในแต่ละวัน การบริโภคไขมันและการบริโภคน้ำตาล ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่มีบริโภคนิสสัยที่ชอบรับประทาน

อาหารมื้อหลักและอาหารว่างจากบ้าน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของตนเอง ความพร้อมของครอบครัว และจำนวนมื้ออาหารของครอบครัว โดยที่นักเรียนชายมีกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมด้วย ส่วนบริโภคนิสัยเกี่ยวกับไขมัน น้ำตาล และความถี่ในการบริโภคอาหารระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่มีความแตกต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นแตกต่างกันด้วย

Jillon and Mark (2000) ได้ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐานของเด็กที่มีความสัมพันธ์เรื่องอายุและน้ำหนักกับการกินอาหาร โดยมีความขัดแย้งระหว่างรูปร่างที่แท้จริงของตนเองกับรูปร่างในอุดมคติ จึงเกิดความกังวลและความเครียด กลายเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมการกินอาหารที่แสดงความไม่พึงพอใจในรูปร่างของตนเอง ซึ่งเด็กผู้หญิงมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรมนี้มากกว่าเด็กผู้ชาย กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กในระดับประถมศึกษา จำนวน 526 คน โดยใช้แบบสอบถามที่ต้องคำนึงถึงเพศและระดับชั้น ผลของการศึกษา พบว่า เด็กระดับประถมศึกษามีการกินอาหารแบบไม่ถูกหลักโภชนาการ ซึ่งเกิดจากความเป็นห่วงกังวลเกี่ยวกับความอ้วนและการมีน้ำหนักเกิน จึงทำให้เกิดพฤติกรรมการกินอาหารแบบจำกัด ผลกระทบคือ ทำให้เกิดความเครียด เกิดการอาเจียนหรือการกินแบบไม่ยั้งตามมา ซึ่งปรากฏเด่นชัดในเด็กผู้หญิงชั้นประถมศึกษาตอนปลายมากกว่าในเด็กผู้ชาย ในสถานการณ์ปัจจุบันปัญหาของเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินเกิดจากลักษณะเฉพาะ 4 อย่าง คือ การกินอาหารอย่างไม่เป็นระบบ ความกลัวอ้วนหรือเริ่มอ้วน ความไม่พอใจในสภาพร่างกายของตนเอง และการกินที่จำกัดอาหารอย่างไม่ถูกต้อง ซึ่งแนวทางแก้ไขก็คือต้องป้องกันและรักษาการเกิดโรคอ้วนในวัยเด็ก โดยการพัฒนาเรื่องการกินให้ถูกหลักโภชนาการ และใช้เกณฑ์มาตรฐานสากลชี้วัด ซึ่งใช้น้ำหนัก/ส่วนสูง (Weight for Height) เป็นตัวกำหนด

จากการประมวลแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จะพบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้นเป็นผลมาจากการได้รับสิ่งเร้า ซึ่งจากการศึกษา PRECEDE Framework พบว่าสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดพฤติกรรมนั้นจะประกอบด้วยปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมนั่นเอง ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดดังกล่าวมาใช้ในการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย คือ กำหนดให้ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด และปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นตัวแปรอิสระที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนหรือตัวแปรตามในกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

สมมติฐานในการวิจัย

จากการศึกษาและการประมวลเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัยไว้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 3 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

สมมติฐานที่ 4 ตัวแปรจากปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าการทำนายด้วยตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งเพียงตัวเดียว

อุปกรณ์และวิธีการ

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2551 จำนวน 512 คน โดยแบ่งออกเป็น มัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 167 คน มัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 171 คน และมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 174 คน

กลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2551 กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Yamane ดังนี้ (ประคอง, 2542)

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

เมื่อ n คือ ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N คือ ขนาดของประชากร

e คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่าง กำหนดให้เท่ากับ .05

เมื่อแทนค่าในสูตร จะได้ดังนี้

$$\text{ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง} = \frac{512}{1 + 512 (0.05)^2}$$

ซึ่งจากการคำนวณทำให้ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 225 คน

การเลือกตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิต วิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2551 จำนวน 225 คน ใช้วิธีการเลือกตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยแบ่งเป็น 3 ชั้นตามระดับชั้นการศึกษา คือ มัธยมศึกษาปีที่ 1 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากนั้นในแต่ละชั้นทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) และกำหนดให้ขนาดตัวอย่างของแต่ละชั้นเป็นสัดส่วนกับจำนวนประชากรทั้งหมดในชั้นนั้นๆ (Proportional to Size) โดยคำนวณจากสูตรดังนี้ (กัลยา, 2550)

$$n_i = \frac{N_i}{N} \cdot n$$

เมื่อ n_i คือ ขนาดตัวอย่างของชั้นที่ i

N_i คือ จำนวนประชากรของชั้นที่ i

N คือ จำนวนประชากรทั้งหมด

n คือ ขนาดของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

ซึ่งจากการคำนวณทำให้ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้น คือ มัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 73 คน มัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 75 คน และมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 77 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย ซึ่งประกอบด้วย 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 สอบถามปัจจัยทางชีวสังคมของนักเรียน ได้แก่ เพศ อายุ และระดับชั้นการศึกษา ลักษณะเป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ จำนวน 2 ข้อ และแบบเติมข้อความ จำนวน 1 ข้อ

ส่วนที่ 2 สอบถามปัจจัยนำต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ลักษณะเป็นข้อคำถามแบบมีตัวเลือกให้ตอบ ใช่ และไม่ใช่ จำนวน 16 ข้อ มีค่าคะแนนระหว่าง 0 – 16 คะแนน กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

ตอบถูก	ให้ 1 คะแนน
ตอบผิด	ให้ 0 คะแนน

การแปลผล แบ่งระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่าพิสัยของคะแนนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งมีระดับคะแนน ดังนี้ (บุญธรรม, 2540)

ระดับมาก	คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนมากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2} S.D.$ ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คือ ได้คะแนนระหว่าง $\bar{X} \pm \frac{1}{2} S.D.$
ระดับน้อย	คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนต่ำสุด ถึงคะแนนน้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2} S.D.$

ตอนที่ 2 เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) มีทั้งด้านบวกและด้านลบ มีมาตรวัด 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว จำนวน 12 ข้อ มีคะแนนระหว่าง 12 – 48 คะแนน กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	4	1
เห็นด้วย	ให้คะแนน	3	2
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	1	4

การแปลผล แบ่งระดับเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่าพิสัยของคะแนนเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งมีระดับคะแนน ดังนี้ (บุญธรรม, 2540)

ระดับดี	คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนมากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2} S.D.$ ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คือ ได้คะแนนระหว่าง $\bar{X} \pm \frac{1}{2} S.D.$
ระดับไม่ดี	คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนต่ำสุด ถึงคะแนนน้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2} S.D.$

ส่วนที่ 3 สอบถามปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) มีทั้งด้านบวกและด้านลบ มีมาตรวัด 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว จำนวน 13 ข้อ มีคะแนนระหว่าง 13 – 52 คะแนน กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	4	1
เห็นด้วย	ให้คะแนน	3	2
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	1	4

การแปลผล แบ่งระดับการได้รับปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่าพิสัยของคะแนนปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งมีระดับคะแนน ดังนี้ (บุญธรรม, 2540)

ระดับมาก คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนมากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2}$ S.D. ถึงคะแนนสูงสุด
 ระดับปานกลาง คือ ได้คะแนนระหว่าง $\bar{X} \pm \frac{1}{2}$ S.D.
 ระดับน้อย คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนต่ำสุด ถึงคะแนนน้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2}$ S.D.

ส่วนที่ 4 สอบถามปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) มีทั้งด้านบวกและด้านลบ มีมาตรวัด 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว จำนวน 13 ข้อ มีคะแนนระหว่าง 13 – 52 คะแนน กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	4	1
เห็นด้วย	ให้คะแนน	3	2
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	1	4

การแปลผล แบ่งระดับการได้รับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่าพิสัยของคะแนนปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งมีระดับคะแนน ดังนี้ (บุญธรรม, 2540)

ระดับมาก คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนมากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2}$ S.D. ถึงคะแนนสูงสุด
 ระดับปานกลาง คือ ได้คะแนนระหว่าง $\bar{X} \pm \frac{1}{2}$ S.D.
 ระดับน้อย คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนต่ำสุด ถึงคะแนนน้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2}$ S.D.

ส่วนที่ 5 สอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) มีทั้งด้านบวกและด้านลบ มีมาตรวัด 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว จำนวน 12 ข้อ มีคะแนนระหว่าง 12 – 48 คะแนน กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
ปฏิบัติมากที่สุด	ให้คะแนน	4	1
ปฏิบัติมาก	ให้คะแนน	3	2
ปฏิบัติน้อย	ให้คะแนน	2	3
ปฏิบัติน้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	4

การแปลผล แบ่งระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่าพิสัยของคะแนนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งมีระดับคะแนน ดังนี้ (บุญธรรม, 2540)

ระดับมาก คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนมากกว่า $\bar{X} + \frac{1}{2} S.D.$ ถึงคะแนนสูงสุด
 ระดับปานกลาง คือ ได้คะแนนระหว่าง $\bar{X} \pm \frac{1}{2} S.D.$
 ระดับน้อย คือ ได้คะแนนระหว่างคะแนนต่ำสุด ถึงคะแนนน้อยกว่า $\bar{X} - \frac{1}{2} S.D.$

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

1. ศึกษาข้อมูล แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ทำการศึกษา จากเอกสารและตำราทางวิชาการเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. กำหนดขอบเขต โครงสร้าง และเนื้อหาของแบบสอบถามให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย

3. สร้างแบบสอบถามให้ถูกต้องตามขอบเขต โครงสร้าง และเนื้อหาที่กำหนดไว้
4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และเสนอแนะการปรับปรุงแก้ไข
5. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยการตรวจสอบความตรง (Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) และเสนอแนะการปรับปรุงแก้ไข
6. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องก่อนการนำไปทดลองใช้ (Tryout)
7. นำแบบสอบถามที่ได้ตรวจสอบความถูกต้องแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนกลุ่มอื่นซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนเทศบาล วัดละหาร จังหวัดนนทบุรี จำนวน 30 คน และนำข้อมูลที่ได้จากการทดลองใช้ไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

7.1 การหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination Power) ของแบบสอบถามด้านความรู้ โดยใช้วิธีการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item - total Correlation) และเลือกใช้เฉพาะข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .20 ขึ้นไป

7.2 การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ประเภทความเชื่อมั่นที่วัดความสอดคล้องภายในชุดเดียวกัน (Internal Consistency) โดยใช้วิธีการหาสัมประสิทธิ์อัลฟาของ Cronbach (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่น ดังนี้

แบบสอบถามความรู้	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .75
แบบสอบถามเจตคติ	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .86
แบบสอบถามปัจจัยเอื้อ	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .82
แบบสอบถามปัจจัยเสริม	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .88
แบบสอบถามพฤติกรรม	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .88

8. ทำการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยให้ถูกต้องสมบูรณ์ และเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลจริง

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำส่งหนังสือจากภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 225 คน
2. ผู้วิจัยนัดหมายกับ โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี เพื่อกำหนดวันและเวลาในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามวันและเวลาที่ได้นัดหมายไว้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบแล้วมาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยทางชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน โดยใช้สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายให้เห็นลักษณะของข้อมูล
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

3. วิเคราะห์หาตัวแปรทำนายพฤติกรรมกรบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise Method

ผลและวิจารณ์

ผล

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี เพื่อให้ทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ทำให้ทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยเอื้อต่อการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ประกอบด้วย แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดจนถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด และปัจจัยเสริมต่อการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ประกอบด้วย การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี และทำให้ทราบตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษารวมทั้งสิ้น 225 คน

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สถิติสำคัญที่ใช้ในการวิเคราะห์ ข้อมูลการวิจัยครั้งนี้คือ สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ประกอบด้วย ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ใช้เพื่ออธิบายลักษณะของข้อมูล สถิติวิเคราะห์ (Analytical Statistics) ประกอบด้วย สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ใช้เพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และสถิติวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise Method ใช้เพื่อวิเคราะห์หาตัวแปรที่มีอำนาจทำนายพฤติกรรม

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในรูปของตารางประกอบคำอธิบาย โดยแบ่งการนำเสนอออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทางชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา

ตอนที่ 2 ลักษณะของตัวแปรที่ทำการศึกษา ประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยที่ได้กำหนดไว้

ตอนที่ 1 ลักษณะทางชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะทางชีวสังคม

(n = 225)		
ลักษณะทางชีวสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
1. เพศ		
ชาย	89	39.56
หญิง	136	60.44
2. อายุ		
12 ปี	27	12.00
13 ปี	61	27.11
14 ปี	87	38.67
15 ปี	50	22.22
— $\bar{X} = 13.71$ S.D. = .945 ต่ำสุด = 12 สูงสุด = 15		
3. ระดับชั้นการศึกษา		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	73	32.45
มัธยมศึกษาปีที่ 2	75	33.33
มัธยมศึกษาปีที่ 3	77	34.22

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.44 มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.67 และเรียนอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 34.22

ตอนที่ 2 ลักษณะของตัวแปรที่ทำการศึกษา ประกอบด้วย ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

1. ปัจจัยนำต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ตัวแปรนี้มีข้อคำถามจำนวน 16 ข้อ โดยมีค่าคะแนนระหว่าง 0 – 16 คะแนน ค่าพิสัยของคะแนนจริง เท่ากับ 3 – 16 คะแนน ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 12.44 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 2.87 และค่าระดับคะแนนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็นดังนี้

มีความรู้ระดับมาก	คะแนนอยู่ในระหว่าง 13.88 – 16.00 คะแนน
มีความรู้ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ในระหว่าง 11.01 – 13.87 คะแนน
มีความรู้ระดับน้อย	คะแนนอยู่ในระหว่าง 3.00 – 11.00 คะแนน

ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

(n = 225)		
ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับมาก	99	44.00
ระดับปานกลาง	53	23.56
ระดับน้อย	73	32.44

$\bar{X} = 12.44$ S.D. = 2.87 ต่ำสุด = 3 สูงสุด = 16

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 44.00 รองลงมา มีความรู้ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 32.44 และมีความรู้ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 23.56

1.2 เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ตัวแปรนี้มีข้อความจำนวน 12 ข้อ โดยมีค่าคะแนนระหว่าง 12 – 48 คะแนน ค่าพิสัยของคะแนนจริง เท่ากับ 15 – 48 คะแนน ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 31.65 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 5.94 และค่าระดับคะแนนเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็นดังนี้

มีเจตคติระดับดี	คะแนนอยู่ในระหว่าง 34.63 – 48.00 คะแนน
มีเจตคติระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ในระหว่าง 28.68 – 34.62 คะแนน
มีเจตคติระดับไม่ดี	คะแนนอยู่ในระหว่าง 15.00 – 28.67 คะแนน

ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับเจตคติต่อการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ด

(n = 225)		
ระดับเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับดี	63	28.00
ระดับปานกลาง	103	45.78
ระดับไม่ดี	59	26.22

$\bar{X} = 31.65$ S.D. = 5.94 ต่ำสุด = 15 สูงสุด = 48

จากตารางที่ 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.78 รองลงมา มีเจตคติในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 28.00 และมีเจตคติในระดับไม่ดี คิดเป็นร้อยละ 26.22

2. ปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด

ปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ตัวแปรนี้มีข้อคำถามจำนวน 13 ข้อ โดยมีค่าคะแนนระหว่าง 13 – 52 คะแนน ค่าพิสัยของคะแนนจริง เท่ากับ 20 – 51 คะแนน ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 34.53 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 5.76 และค่าระดับคะแนนการได้รับปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็นดังนี้

ได้รับปัจจัยเอื้อระดับมาก	คะแนนอยู่ในระหว่าง 37.42 – 51.00 คะแนน
ได้รับปัจจัยเอื้อระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ในระหว่าง 31.65 – 37.41 คะแนน
ได้รับปัจจัยเอื้อระดับน้อย	คะแนนอยู่ในระหว่าง 20.00 – 31.64 คะแนน

ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการได้รับปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

(n = 225)		
ระดับการได้รับปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับมาก	56	24.89
ระดับปานกลาง	105	46.67
ระดับน้อย	64	28.44

$\bar{X} = 34.53$ S.D. = 5.76 ค่าสุด = 20 สูงสุด = 51

จากตารางที่ 4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.67 รองลงมาได้รับปัจจัยเอื้อในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 28.44 และได้รับปัจจัยเอื้อในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 24.89

3. ปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด

ปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ตัวแปรนี้มีข้อความจำนวน 13 ข้อ โดยมีค่าคะแนนระหว่าง 13 – 52 คะแนน ค่าพิสัยของคะแนนจริง เท่ากับ 13 – 50 คะแนน ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 31.15 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 6.91 และค่าระดับคะแนนการได้รับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็นดังนี้

ได้รับปัจจัยเสริมระดับมาก คะแนนอยู่ในระหว่าง 34.61 – 50.00 คะแนน
 ได้รับปัจจัยเสริมระดับปานกลาง คะแนนอยู่ในระหว่าง 27.70 – 34.60 คะแนน
 ได้รับปัจจัยเสริมระดับน้อย คะแนนอยู่ในระหว่าง 13.00 – 27.69 คะแนน

ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการได้รับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

(n = 225)

ระดับการได้รับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรม กรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับมาก	75	33.33
ระดับปานกลาง	95	42.22
ระดับน้อย	55	24.45

\bar{X} = 31.15 S.D. = 6.91 ต่ำสุด = 13 สูงสุด = 50

จากตารางที่ 5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 42.22 รองลงมาได้รับปัจจัยเสริมในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 33.33 และได้รับปัจจัยเสริมในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 24.45

4. พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ตัวแปรนี้มีข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ โดยมีค่าคะแนนระหว่าง 12 – 48 คะแนน ค่าพิสัยของคะแนนจริง เท่ากับ 12 – 46 คะแนน ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 24.82 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 6.91 และค่าระดับคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็นดังนี้

มีพฤติกรรมระดับมาก	คะแนนอยู่ในระหว่าง 28.28 – 46.00 คะแนน
มีพฤติกรรมระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ในระหว่าง 21.37 – 28.27 คะแนน
มีพฤติกรรมระดับน้อย	คะแนนอยู่ในระหว่าง 12.00 – 21.36 คะแนน

ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

(n = 225)		
ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ระดับมาก	61	27.11
ระดับปานกลาง	89	39.56
ระดับน้อย	75	33.33

$\bar{X} = 24.82$ S.D. = 6.91 ค่าสุด = 12 สูงสุด = 46

จากตารางที่ 6 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 39.56 รองลงมาคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.33 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 27.11

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยที่ได้กำหนดไว้

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

สถิติที่นำมาวิเคราะห์ คือ สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้ากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยนำเข้า	พฤติกรรมการบริโภค	
	อาหารฟาสต์ฟู้ด	p-value
	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	
1. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	-.206**	.002
2. เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	-.503**	.000

**p < .01

จากตารางที่ 7 พบว่า ปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

สถิติที่นำมาวิเคราะห์ คือ สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

(n=225)

ปัจจัยเอื้อ	พฤติกรรมการบริโภค	
	อาหารพลาสติกฟู้ด	p-value
	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	
1. แหล่งจำหน่ายอาหารพลาสติกฟู้ด	.451**	.000
2. การบริการจัดส่งอาหารพลาสติกฟู้ดถึงมือลูกค้า	.432**	.000
3. ราคาของอาหารพลาสติกฟู้ด	.300**	.000

**p < .01

จากตารางที่ 8 พบว่า ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารพลาสติกฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารพลาสติกฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารพลาสติกฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 2

สมมติฐานที่ 3 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารพลาสติกฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

สถิติที่นำมาวิเคราะห์ คือ สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

(n=225)

ปัจจัยเสริม	พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	
	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	p-value
1. การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ คนในครอบครัว	.456**	.000
2. การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	.451**	.000
3. การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่าย อาหารฟาสต์ฟู้ด	.565**	.000

**p < .01

จากตารางที่ 9 พบว่า ปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานที่ 4 ตัวแปรจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิต วิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ได้ดีกว่าการทำนายด้วยตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งเพียงอย่างเดียว

ตัวแปรที่ใช้ในการทำนายทั้งหมด 8 ตัว ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด สถิติที่นำมาวิเคราะห์ คือ สถิติวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise Method ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตารางที่ 10 – 11

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ วิธี Stepwise Method ในการทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

(n=225)

ลำดับ ที่	ตัวแปรทำนาย	R	R ²	Adjusted R ²	R ² Change	F
1	การส่งเสริมการขายของร้าน จำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด	.565	.319	.316	.319	104.621**
2	เจตคติต่อการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ด	.624	.389	.384	.070	70.695**
3	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ คนในครอบครัว	.642	.412	.404	.023	51.711**
4	การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ ฟู้ด ถึงมือลูกค้า	.652	.424	.414	.012	40.562**

**p < .01

จากตารางที่ 10 พบว่า มีตัวแปร 4 ตัว ได้แก่ การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว และการบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 42.40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจเท่ากับ .424 ($R^2 = .424$) โดยตัวแปรทั้ง 4 ตัว สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างได้ดังนี้

ตัวแปรทำนายลำดับที่ 1 คือ การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นตัวแปรทำนายที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด มีค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจเท่ากับ .319 ($R^2 = .319$) สามารถทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 31.90 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตัวแปรทำนายลำดับที่ 2 ได้แก่ เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เมื่อเข้าสู่สมการ ทำให้ได้ค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจเพิ่มขึ้นอีก .070 (R^2 Change = .070) สามารถทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างร่วมกับตัวแปรทำนายลำดับที่ 1 ได้ร้อยละ 38.90 อย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตัวแปรทำนายลำดับที่ 3 ได้แก่ การบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว เมื่อ เข้าสู่สมการทำให้ได้ค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจเพิ่มขึ้นอีก .023 (R^2 Change = .023) สามารถ ทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างร่วมกับตัวแปรทำนายลำดับที่ 1 และ ตัวแปรทำนายลำดับที่ 2 ได้ร้อยละ 41.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตัวแปรทำนายลำดับที่ 4 ได้แก่ การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า เมื่อเข้าสู่ สมการทำให้ได้ค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจเพิ่มขึ้นอีก .012 (R^2 Change = .012) สามารถทำนาย พฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างร่วมกับตัวแปรทำนายลำดับที่ 1 ตัวแปร ทำนายลำดับที่ 2 และตัวแปรทำนายลำดับที่ 3 ได้ร้อยละ 42.40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 11 ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรทำนายพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ กลุ่มตัวอย่างในรูปคะแนนดิบ (b) และในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta)

(n=225)

ตัวแปรทำนาย	b	SEb	Beta	t
การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่าย				
อาหารฟาสต์ฟู้ด	.692	.158	.295	4.374**
เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	-.303	.069	-.260	-4.385**
การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนใน				
ครอบครัว	.364	.146	.154	2.493*
การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือ				
ลูกค้า	.373	.174	.130	2.143*
ค่าคงที่ (Constant)	18.182	3.706	-	4.906**

*p < .05 **p < .01

จากตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์ความสามารถในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว และการบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า มีความสัมพันธ์แบบพหุกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณ พบว่า การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้สูงที่สุดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนดิบ (b) เท่ากับ .692 และมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) เท่ากับ .295 รองลงมาคือ เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนดิบ (b) เท่ากับ -.303 และมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) เท่ากับ -.260 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนดิบ (b) เท่ากับ .364 และมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) เท่ากับ .154 และการบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนดิบ (b) เท่ากับ .373 และมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) เท่ากับ .130

สามารถเขียนสมการถดถอยได้ดังนี้

1. สมการถดถอยในรูปคะแนนดิบ

^

$$\begin{aligned} \text{พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด} = & 18.182 + .692 (\text{การส่งเสริมการขายของ} \\ & \text{ร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด}) \\ & - .303 (\text{เจตคติต่อการบริโภคอาหาร} \\ & \text{ฟาสต์ฟู้ด}) + .364 (\text{การบริโภคอาหาร} \\ & \text{ฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว}) \\ & + .373 (\text{การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ด} \\ & \text{ถึงมือลูกค้า}) \end{aligned}$$

2. สมการถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน

^

$$\begin{aligned} \text{พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด} = & .295 (\text{การส่งเสริมการขายของร้าน} \\ & \text{จำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด}) - .260 (\text{เจตคติ} \\ & \text{ต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด}) \\ & + .154 (\text{การบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของ} \\ & \text{คนในครอบครัว}) + .130 (\text{การบริการ} \\ & \text{จัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า}) \end{aligned}$$

สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 4 ได้ว่า ตัวแปรจากปัจจัยนำเข้า ได้แก่ เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ตัวแปรจากปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และตัวแปรจากปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างได้ ร้อยละ 42.40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งทำนายได้ดีกว่าตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งเพียงตัวแปรเดียว ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 4

วิจารณ์

จากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ได้ข้อค้นพบและนำมาเป็นข้อวิจารณ์ โดยมีสาระสำคัญดังนี้

1. ปัจจัยนำเข้าที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ปัจจัยนำเข้า ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

1.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จากการศึกษาค้นพบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 44.00 มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

แสดงว่าเมื่อนักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อย ในขณะที่นักเรียนที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดน้อยจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสนทนา (2544) ที่ศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร รวมทั้งเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร จำนวน 325 คน พบว่า นักเรียนที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของประทุม (2550) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 306 คน พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น การดำเนินงานทางด้านโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน จะต้องดำเนินการให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการและการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้อง เพื่อป้องกันไม่ให้นักเรียนมีปัญหาทางด้านภาวะโภชนาการ ซึ่งทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน โรงเรียน ชุมชน และครอบครัวจะต้องดำเนินการร่วมกันอย่างจริงจังและต่อเนื่อง

1.2 เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จากการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.78 มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าเมื่อนักเรียนมีเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดดีจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อย ในขณะที่นักเรียนที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่ดีจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสนทนา (2544) ที่ศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร รวมทั้งเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร จำนวน 325 คน พบว่า นักเรียนที่มีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของประทุม (2550) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 306 คน พบว่า ทศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น จึงเห็นได้ว่าการสร้างทัศนคติหรือเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ดีให้แก่ นักเรียน เป็นส่วนสำคัญต่อการดำเนินงานทางด้านโภชนาการและพฤติกรรมการ

บริโภคอาหารของนักเรียน ซึ่งนักเรียนจะต้องได้รับการปลูกฝังเจตคติต่อการบริโภคอาหารที่ดี ตั้งแต่ยังอยู่ในวัยเด็กต่อเนื่องไปจนถึงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ จึงจะมีเจตคติต่อการบริโภคอาหารที่ดีได้

2. ปัจจัยเอื้อที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ปัจจัยเอื้อ ประกอบด้วย แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด

2.1 แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด จากการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.67 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าเมื่อนักเรียนมีแหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดที่สามารถหาซื้อได้ง่ายและสะดวกมาก จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมากตามไปด้วย ในขณะที่เมื่อนักเรียนมีแหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดที่สามารถหาซื้อได้ง่ายและสะดวกน้อย จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อยด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวิธิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่าทำเลที่ตั้งของร้านจำหน่ายอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในปัจจุบันจะพบว่าร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่จะตั้งอยู่ในห้างสรรพสินค้า เมื่อนักเรียนเข้าไปในห้างสรรพสินค้าก็ทำให้มีโอกาที่จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้มากขึ้น ดังนั้น ผู้ปกครอง ครู และผู้เกี่ยวข้อง จึงควรดูแลและชี้แนะไม่ให้นักเรียนเข้าห้างสรรพสินค้าบ่อยครั้งเกินความจำเป็น รวมทั้งให้ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง เพื่อลดโอกาสการบริโภคฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนให้น้อยลง

2.2 การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า จากการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.67 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าเมื่อนักเรียนใช้บริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้ามาก จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมากตามไปด้วย ในขณะที่เมื่อนักเรียนใช้บริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้าน้อย จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อยด้วย

เช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวิธิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า การมีบริการที่สะดวกรวดเร็วมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในปัจจุบันจะพบว่าร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่มีบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้าซึ่งเป็นบริการที่สะดวกรวดเร็ว โดยลูกค้าจะต้องสั่งซื้ออาหารฟาสต์ฟู้ดทางโทรศัพท์ และในปัจจุบันก็พบว่านักเรียนส่วนใหญ่จะพกโทรศัพท์มือถือ จึงทำให้มีโอกาสที่จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้มากขึ้น ดังนั้น ผู้ปกครอง ครู และผู้เกี่ยวข้อง จึงควรดูแลและชี้แนะการใช้โทรศัพท์มือถือของนักเรียนรวมทั้งให้ความรู้เกี่ยวกับกรบริโภคอาหารที่ถูกต้อง เพื่อลดโอกาสการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนให้น้อยลง

2.3 ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด จากการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.67 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าเมื่อนักเรียนคิดว่าราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความเหมาะสมมาก จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมากตามไปด้วย ในขณะที่เมื่อนักเรียนคิดว่าราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความเหมาะสมน้อย จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อยด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวิธิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในปัจจุบันจะพบอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่มีราคาค่อนข้างสูง แต่มีนักเรียนบางส่วนกลับคิดว่าเป็นราคาที่เหมาะสม ดังนั้น ผู้ปกครอง ครู และผู้เกี่ยวข้องจึงควรดูแลและชี้แนะให้นักเรียนได้รู้และเข้าใจถึงการสูญเสียทางเศรษฐกิจหากบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำ เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการใช้จ่ายเงินที่ถูกต้อง

3. ปัจจัยเสริมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ปัจจัยเสริม ประกอบด้วย การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด

3.1 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว จากการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 42.22 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าเมื่อคนในครอบครัวบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด นักเรียนก็จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสว่างเดือน (2549) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 10-15 ปี จำนวน 400 คน พบว่า แรงสนับสนุนจากครอบครัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น เพื่อให้ นักเรียนมีภาวะโภชนาการที่ดี และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง จึงต้องเริ่มตั้งแต่ในครอบครัวของนักเรียน โดยพ่อแม่ ผู้ปกครอง และญาติพี่น้องจะต้องมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องเพื่อเป็นตัวอย่าง หรือแบบอย่างที่ดี รวมทั้งคอยดูแลและชี้แนะให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง

3.2 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน จากการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 42.22 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าเมื่อเพื่อนบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด นักเรียนก็จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวิธิ (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลของเพื่อน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของสว่างเดือน (2549) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 10-15 ปี จำนวน 400 คน พบว่า แรงสนับสนุนจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น การที่นักเรียนจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องหรือไม่ เพื่อนจะมีส่วนสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ถ้าเพื่อนที่คบส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดถูกต้อง นักเรียนก็จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องด้วย ในทางตรงกันข้ามถ้าเพื่อนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ไม่ถูกต้อง นักเรียนก็มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ไม่ถูกต้องตามไปด้วย ผู้ปกครอง ครู และผู้เกี่ยวข้อง จึงต้องชี้แนะให้นักเรียนรู้จักเลือกคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง และสามารถชี้แนะเพื่อนๆ ให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องด้วย

3.3 การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด จากการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 42.22 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดมีส่วนทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของวิธี (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลของสื่อโฆษณาและการจูงใจ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในปัจจุบันร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่จะมีกลยุทธ์ในการดึงดูดลูกค้ามากมาย อาทิ การมีโปรโมชั่น การมีของแถม การมีเมนูใหม่ๆ ออกมาเสมอๆ การรับสมัครสมาชิก หรือการจัดเป็นชุดสุดประหยัด เป็นต้น ดังนั้น ผู้ปกครอง ครู และผู้เกี่ยวข้องจะต้องคอยดูแลและชี้แนะให้นักเรียนรู้เท่าทันกลยุทธ์ต่างๆ ในการดึงดูดลูกค้าของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้อง

4. ตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

จากการศึกษาพบว่า ตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนได้ มีจำนวน 4 ตัวแปร ได้แก่ การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว และการบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 42.40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวิธี (2541) ที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลของสื่อโฆษณาและการจูงใจ เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และการมีบริการที่รวดเร็วทันใจ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การศึกษาของสว่างเดือน (2549) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 10-15 ปี จำนวน 400 คน พบว่า แรงสนับสนุนจากครอบครัว สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของประทุม (2550) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์

จังหวัดนนทบุรี จำนวน 306 คน พบว่าทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาจะเห็นได้ว่า การดำเนินงานด้านโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนนั้น จะต้องดำเนินการแบบบูรณาการของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน โรงเรียน และครอบครัว อีกทั้งจะต้องดำเนินการในหลายๆ ด้านประกอบกันทั้ง ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมที่มีผลต่อการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องของนักเรียน โดยต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องและจริงจัง การดำเนินงานจึงจะเกิดประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และความยั่งยืน

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุป

การศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาฯ จังหวัดนนทบุรี เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาฯ จังหวัดนนทบุรี เพื่อทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และทราบตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาฯ จังหวัดนนทบุรี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาฯ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2551 จำนวน 225 คน ได้มาจากการเลือกตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และในแต่ละชั้นทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยการตรวจสอบหาความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน หลังจากนั้นนำไปทดลองใช้ (Tryout) กับนักเรียนกลุ่มอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อนำไปตรวจสอบหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีการหาสัมประสิทธิ์อัลฟาของ Cronbach (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .75 แบบสอบถามเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .86 แบบสอบถามปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .82 แบบสอบถามปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .88 และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .88 เริ่มดำเนินการวิจัยตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2551 ถึงเดือนมกราคม 2552

สามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังนี้

1. สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์รวม

วัตถุประสงค์รวมของการวิจัย คือ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี คือ ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด และปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด

2. สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์หลัก

2.1 เพื่อทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 39.56 รองลงมาคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.33 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 27.11

2.2 เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ฟาสต์ฟู้ด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.3 เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.4 เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.5 เพื่อทราบตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี

ผลการวิจัย พบว่า มีมีตัวแปร 4 ตัว ได้แก่ การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว และการบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียน โพนินิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ได้ร้อยละ 42.40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การส่งเสริมการขายของร้าน

จำหน่ายอาหารพลาสติกฟู้ด เป็นตัวแปรทำนายที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรีมากที่สุด โดยสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ได้ร้อยละ 31.90 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ซึ่งจากผลการวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 39.56 รองลงมามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.33 จึงควรดำเนินการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ด อยู่ในระดับน้อยให้สูงขึ้น โดยดำเนินการแบบบูรณาการร่วมกันทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน เพื่อป้องกันการเกิดปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนอันจะส่งผลเสียทั้งต่อตัวนักเรียน ต่อครอบครัว ต่อสังคม และต่อประเทศชาติ

2. จากผลการวิจัยพบว่า ทั้งปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ด และเจตคติต่อการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ด ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ แหล่งจำหน่ายอาหารพลาสติกฟู้ด การบริการจัดส่งอาหารพลาสติกฟู้ดถึงมือลูกค้า และราคาของอาหารพลาสติกฟู้ด และปัจจัยเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของคนในครอบครัว การบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของเพื่อน และการส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารพลาสติกฟู้ด ล้วนแต่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น การจะดำเนินงานทางด้านโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนจะต้องดำเนินการในทุกด้านควบคู่กันไปทั้งปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม การดำเนินงานจึงจะเกิดประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และความยั่งยืน

3. จากผลการศึกษาพบว่า การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นตัวแปรทำนายที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี มากที่สุด ดังนั้น กลวิธีหนึ่งในการดำเนินงานแก้ปัญหาการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่ง ก็คือการสร้างเสริมให้นักเรียนมีภูมิคุ้มกันกลยุทธ์การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะในปัจจุบันร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดต่างๆ ล้วนแต่แข่งขันกลยุทธ์การส่งเสริมการขายกันอย่างมากมาย ซึ่งถ้านักเรียนตามไม่ทันกลยุทธ์เหล่านี้ก็มีโอกาสที่จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกันมากตามไปด้วย

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรการทำวิจัยในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย นักเรียนนักศึกษาในระดับอาชีววะ หรือนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีบริบทหลากหลายมากยิ่งขึ้น
2. ควรทำการวิจัยกึ่งทดลอง โดยนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปทดลองจัดโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อสร้างเสริมภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องให้แก่ นักเรียนต่อไป
3. ควรทำการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่สามารถอธิบายและศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

- กมลดา วัฒนา ยิ่งเจริญชัย. 2541. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กประถมศึกษา อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- กongsuksika กระทรวงสาธารณสุข. 2542. แนวคิด ทฤษฎีและการนำไปใช้ในการดำเนินงาน สุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. โรงพิมพ์กองสุศึกษา กระทรวงสาธารณสุข, นนทบุรี.
- กัลยา วานิชย์บัญชา. 2550. สถิติสำหรับงานวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 3. ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์- มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- กัลยา ศรีมหันต์. 2541. ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียน ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จันทรา เจณณวาสน. 2540. โรคมะเร็งกับวิถีทางการดำรงชีวิตของคนเรา. นิตยสารใกล้หมอ 21(2): 88-89.
- จันทร์เพ็ญ สุทชนะ. 2547. พฤติกรรมการจัดการกับภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนกลุ่มสหวิทยากรุงเทพ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จूरिพร จิตจำรูญ, ครรชิต จุฑประสงค์ และเอกราช เกตวัลห์. 2535. คุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ด : สารอาหารหลัก. วารสารอาหาร 22(3): 31-36.
- เฉลิมพล ตันสกุล. 2541. พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข. ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. พิมพ์ครั้งที่ 2. ห้างหุ้นส่วนสามัญนิติบุคคล สหประชาพานิชย์, กรุงเทพฯ.

- ชญาณิชฐ์ ธรรมวิชฐาน. 2543. พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จิตติพร เทียรณนิธิกุล. 2546. ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของครอบครัวกับภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนอนุบาลแพร่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ และวิชัย หฤทัยชนาสนันต์. 2537. โภชนาการเด็กวัยรุ่น. ใน รายงานการประชุมวิชาการประจำปี 2537 โภชนาการสร้างชาติ เด็กฉลาด ชาติเจริญ โรงธรรมเซ็นทรัลพลาซ่า. ประยูรวงศ์พรินต์ติ้งจำกัด, กรุงเทพฯ.
- ชนวรรณ อิมสมบูรณ์. 2546. พฤติกรรมสุขภาพและการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสุขภาพและการประชาสัมพันธ์งานสุขภาพ. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- นพดล เวชสวัสดิ์. 2529. ฟาสต์ฟู้ดภัยอันตรายที่แฝงเร้น. วารสารรู้รอบตัว 6(5): 22-31.
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. 2540. การวัดการประเมินผลการเรียนการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 2. บีแอนด์บี พับลิชชิ่ง, กรุงเทพฯ.
- บุญเยี่ยม ตระกูลวงษ์. 2538. จิตวิทยาสังคมกับการสาธารณสุข. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสังคมวิทยาการแพทย์. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การแพทย์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี. 650 น.
- ประคอง กรรณสูต. 2542. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 3. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- ประทุม จงอ่อนกลาง. 2550. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2534. พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา. ภาควิชาสุขศึกษาและ
พฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- ปรีชา แดงโรจน์. 2533. การโรงแรม: พจนานุกรมศัพท์อาหารและเครื่องดื่ม.
โรงพิมพ์ยูไนเต็ดโปรดักชั่น, กรุงเทพฯ.
- เพลินใจ ตังคะกุล, วิภา สุโรจนะเมธากุล, กรุณา วงศ์กระจ่าง และจันตรี บุญปิ่น. 2537.
การประเมินคุณค่าทางโภชนาการของฟาสต์ฟู้ดประเภทต่างๆ. วารสารอาหาร
24(3): 190-200.
- ยุพาพร หงษ์ชูเวช. 2540. การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
การบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดกรมสามัญ
ศึกษา เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รองริน วรรณชัย. 2532. แฮมเบอร์เกอร์ฟาสต์ฟู้ดที่เป็นปัญหา. สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์
6(9): 24-25.
- _____. 2533. อาหารที่ไร้คุณค่าทางโภชนาการ. สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์ 36(36): 24-25.
- ลลิตา แจ่มจรัส. 2545. สถิติวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษา
ตอนปลายที่มีภาวะโภชนาการเกินในจังหวัดกำแพงเพชร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท,
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วลัย อินทร์มพรรษ์. 2528. โภชนาการกับโรคเบาหวาน. ศูนย์การพิมพ์กรุงเทพมหานคร,
กรุงเทพฯ.
- _____. 2533. โภชนาการกับชีวิตมนุษย์, น.160-161. ใน เอกสารการสอนชุดวิชา โภชนาการ
กับชีวิตมนุษย์ หน่วยที่ 6-10. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.

วลัย อินทร์มพรรษ์. 2537. ผลกระทบทางโภชนาการในยุคโลกาภิวัตน์, น. 50-55.

อาหารไทยในกระแสโลกาภิวัตน์. ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.

วาสนา แซ่หลิว. 2541. ปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. ภาคนิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต
(พัฒนาสังคม), สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

วิธิ แจ่มระทึก. 2541. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วิชัย ต้นไฟจิตร. 2530. โภชนาการเพื่อสุขภาพ. โรงพิมพ์อักษรสมัย, กรุงเทพฯ.

ศิริลักษณ์ สิ้นชวลัย. 2533. การพัฒนาผลิตภัณฑ์ทางโภชนาการ. ภาควิชาพัฒนาผลิตภัณฑ์
คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.

สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2551. สถานการณ์โรค
อ้วนของประเทศไทย. วารสารอาหาร 38(1): 24-25.

สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. 2537. โภชนาการต้านโรค. กรุงเทพฯธุรกิจ
(14 กันยายน 2537): 12.

สนทยา มูอำห่มัด. 2544. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สมจิตต์ สุพรรณทัศน์. 2539. พฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลง. ใน เอกสารการสอนชุดวิชา
สุขศึกษา. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.

- สมทรง สวัสดิ์จุ่น และจूरิพร จิตจำรูญโชคไชย. 2534. ฟาสต์ฟู้ดค่านิยมในยุคนี้. วารสารหมอชาวบ้าน 13(147): 34-35.
- สว่างเดือน สวัสดิ์. 2549. พฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตพัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุชา จันทร์เอม. 2536. จิตวิทยาพัฒนาการ. โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, กรุงเทพฯ.
- สุภาวดี วิทชะประพันธ์. 2543. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎามนตรี. 2549. รายงานการสำรวจการบริโภคอาหารประเภทจานด่วนทั่วราชอาณาจักร พ.ศ. 2548. สำนักงานสถิติแห่งชาติ, กรุงเทพฯ.
- สำนักที่ปรึกษาทางเศรษฐกิจเครือเจริญโภคภัณฑ์. 2535. ธุรกิจฟาสต์ฟู้ด. สยามรัฐสุดสัปดาห์ (3 พฤษภาคม 2531): 8.
- _____. 2536. ฟาสต์ฟู้ด : อาหารของคนไทยยุคใหม่. สยามรัฐสุดสัปดาห์ (21 กุมภาพันธ์ 2536): 9.
- เสาวรศ มีกุล. 2541. ปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อัมพวัลย์ วิสวธีรานนท์. 2541. วิถีชีวิตของคนไทยรุ่นใหม่ : ศึกษากรณีพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. ภาคนิพนธ์ พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม), สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

อุดม นิยมคำ, วรรณฯ ศรีเพ็ชรพร และวรรณภรณ์ ชันชพัทธ์. 2548. การศึกษาปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาในเขตเทศบาลนครนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา วาสุกกรี.

Bloom, B.S. 1975. **Taxonomy of Education**. David McKay Company Inc., New York.

Brenmanm, A.J. 1990. The influence of health belief on eating behavior in children and adolescent. **Dissertation Abstracts International** 50: 2393-A.

Caplan, R.D. 1974. **Adhering to Medical Regimen**. In pilot experimental in patient education and social support. University of Michican, Ann Arbor, Michican.

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 Abstract International** 45: 2403-2410.

Gottlieb, B.H. 1985. Social network and social support : An overview of research, practice and policy implication. **Health Education Quarterly** 3(12): 5-22.

Green, L.W., M.W. Kreuter, S.G. Deeds and K.R. Partridge. 1980. **Health Education Planning : A Diagnostic Approach**. Mayfield Publishing Company, California.

Jillon, S.V. and H.T. Mark. 2000. **Eating and Body Image Concerns Among Obese and Average Weight Children**. University of Missouri, Columbia.

Kahn, R.H. 1979. **Aging and Social Support**. In aging from birth to death : Interdisciplinary prospective. Boulder, Westview Press, Colorado.

- Pilisuk, M. 1982. Delivery of social support : The social Inoculation. **American Journal Orthopsychiatry**, U.S.A.
- Resnicow, K. and J. Reinhardt. 1991. What do children know about fat, fiber and cholesterol? A survey of 5,166 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.
- Ward, S.E. 1991. Characterizing adolescent eating behaviors with bandura social learning theory. **Dissertation Abstracts International** 51 (6): 4043.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

1. คุณวิลาวัณย์ ประทีปแก้ว, วท.ม. นักวิชาการสาธารณสุข 8 ว.
หัวหน้างานควบคุมโรคไม่ติดต่อ
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี
สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
2. คุณสุริยา สุนทราศรี, วท.ม. นักวิชาการสาธารณสุข 8 ว.
หัวหน้ากลุ่มโรคไม่ติดต่อ
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 กรุงเทพฯ
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
3. ภก.วิวัตติ สุขลิ้ม, สม. เกษัษกร 8 วช.
หัวหน้ากลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภค
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี
สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
4. คุณอรวรรณ บำรุง, สค.ม. พยาบาลวิชาชีพ 7 วช.
กลุ่มโรคไม่ติดต่อ
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 กรุงเทพฯ
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
5. คุณสมหญิง ทิพย์มงคล, วท.ม. พยาบาลวิชาชีพ 7 วช.
ฝ่ายการพยาบาล
โรงพยาบาลตากสิน สำนักการแพทย์
กรุงเทพมหานคร

ภาคผนวก ข
แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม**เรื่อง**

**ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาคม จังหวัดนนทบุรี**

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วย 5 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 สอบถามปัจจัยทางชีวสังคมของนักเรียน

ส่วนที่ 2 สอบถามปัจจัยนำต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ส่วนที่ 3 สอบถามปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ส่วนที่ 4 สอบถามปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ส่วนที่ 5 สอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

2. แบบสอบถามชุดนี้ใช้สำหรับรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น ไม่มีผลใดๆ ต่อคะแนนการเรียนของนักเรียน จึงขอให้นักเรียนตอบคำถามให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

นางสาวจุฑามาศ รังศาสตร์
นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาสุขศึกษา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ส่วนที่ 1 ปัจจัยทางชีวสังคมของนักเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน และเติมข้อมูลลงใน..... ตามความเป็นจริง

1. เพศของนักเรียนคือเพศใด

ชาย

หญิง

2. ปัจจุบันนักเรียนมีอายุ.....ปี

3. ปัจจุบันนักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นการศึกษาใด

มัธยมศึกษาปีที่ 1

มัธยมศึกษาปีที่ 2

มัธยมศึกษาปีที่ 3

ส่วนที่ 2 ปัจจัยนำต่อพฤติกรรมกรบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

ตอนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง - ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่นักเรียนคิดว่าถูกต้อง

- อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง โดนัท แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า ไก่ทอด สอทอด แซนดวิช

และเฟรนช์ฟรายด์

ข้อ ที่	คำถาม	คำตอบ	
		ใช่	ไม่ใช่
1.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วน		
2.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ		
3.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน		
4.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูง		
5.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเกิดอาการท้องผูก		
6.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคไขมันในเลือดสูง		
7.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่		
8.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคไต		
9.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันต้านทานโรคให้แก่ร่างกาย		
10.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพได้		
11.	อาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่มีปริมาณไขมันที่สูงเกินความต้องการของร่างกาย		
12.	อาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่มีสารอาหารที่ไม่ครบถ้วนตามความต้องการของร่างกาย		
13.	เราไม่ควรรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดแทนข้าวเป็นประจำทุกมื้อ		
14.	อาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่มีปริมาณสารอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่น		
15.	อาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่แฝงไว้ด้วยอันตรายมากมาย		
16.	วัยรุ่นควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำ		

ตอนที่ 2 เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เข้ากับเพื่อนๆ ได้				
2.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เป็นคนที่คุณชื่นชม				
3.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ดูเท่ และ โดดเด่น				
4.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เป็นที่ยอมรับ ของเพื่อนๆ				
5.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นเรื่องปกติของวัยรุ่น				
6.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ดูดี มีเสน่ห์				
7.	อาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสำหรับใช้ในงานเลี้ยงสังสรรค์				
8.	ร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะที่จะเป็นจุดนัดพบ กับเพื่อนๆ				
9.	อาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสำหรับวัยรุ่นยุคใหม่				
10.	ร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะที่จะเป็นที่ทำ การบ้านหรืออ่านหนังสือ				
11.	เราสามารถรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดแทนข้าวได้ทุกมื้อ				
12.	อาหารฟาสต์ฟู้ดมีรสชาติที่ถูกต้องใจวัยรุ่น				

ส่วนที่ 3 ปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	แหล่งจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด				
1.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมีร้านจำหน่ายที่นักเรียนสามารถไปซื้อได้อย่างสะดวกอยู่ใกล้โรงเรียน				
2.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมีร้านจำหน่ายที่นักเรียนสามารถไปซื้อได้อย่างสะดวกอยู่ใกล้บ้าน				
3.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะร้านจำหน่ายมีการตกแต่งที่สวยงามและน่าเข้าไปใช้บริการ				
4.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะพนักงานขายบริการดี และพุดจาไพอเราะ				
5.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะร้านจำหน่ายมีหลายสาขาให้เลือกตามใจชอบ				

ส่วนที่ 3 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	การบริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงมือลูกค้า				
6.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมีบริการจัดส่งจนถึงมือลูกค้า (เดลิฟเวอรี)				
7.	นักเรียนมักจะรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยใช้บริการจัดส่งจนถึงมือลูกค้ามากกว่าไปที่ร้าน				
8.	การมีบริการจัดส่งจนถึงมือลูกค้า ทำให้นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยครั้งขึ้น				
9.	การมีบริการจัดส่งจนถึงมือลูกค้า ทำให้นักเรียนชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
	ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด				
10.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะอาหารฟาสต์ฟู้ดมีราคาที่ไม่แพงเกินไป				
11.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะราคาอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความเหมาะสมและคุ้มค่าเงินที่ซื้อ				
12.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมี “เมนูชุดประหยัด” หรือ “เมนูชุดสุดคุ้ม”				
13.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมีให้เลือกหลายราคาตามใจชอบ				

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนในครอบครัว				
1.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะคุณพ่อ ก็รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
2.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะคุณแม่ก็ รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
3.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะพี่น้องก็ รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
4.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะ ผู้ปกครองก็รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน				
5.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะเพื่อนๆ ที่โรงเรียนส่วนมากก็รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
6.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะเพื่อนๆ ที่บ้านส่วนใหญ่ก็รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
7.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะเพื่อนๆ มักจะชวนนักเรียนไปรับประทาน				
8.	นักเรียนจะไม่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ถ้าเพื่อนๆ ไม่ชวนนักเรียนไปรับประทาน				

ส่วนที่ 4 (ต่อ)

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	การส่งเสริมการขายของร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด				
9.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมักจะมีโปรโมชันหรือของแถม				
10.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะได้เห็นการโฆษณาผ่านทางสื่อต่างๆ				
11.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมักจะมีเมนูใหม่ๆ ออกมาเสมอ				
12.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมีดาราที่ชื่นชอบเป็นแบบในการโฆษณา				
13.	นักเรียนรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมีการรับสมัครเป็นสมาชิก ซึ่งจะได้รับสิทธิพิเศษต่างๆ				

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความจริงมากที่สุด

ปฏิบัติมากที่สุด	หมายถึง นักเรียนกระทำพฤติกรรมนั้นเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ
ปฏิบัติมาก	หมายถึง นักเรียนกระทำพฤติกรรมนั้นเป็นประจำแต่ไม่สม่ำเสมอ
ปฏิบัติน้อย	หมายถึง นักเรียนกระทำพฤติกรรมนั้นเป็นบางครั้ง
ปฏิบัติน้อยที่สุด	หมายถึง นักเรียนแทบจะไม่ได้กระทำพฤติกรรมนั้นเลย

ข้อ ที่	พฤติกรรม	ปฏิบัติ มาก ที่สุด	ปฏิบัติ มาก	ปฏิบัติ น้อย	ปฏิบัติ น้อย ที่สุด
1.	การชักชวนคนในครอบครัวไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
2.	การชักชวนเพื่อนๆ ไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
3.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อจัดงานเลี้ยงสังสรรค์				
4.	การใช้ร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นที่นัดพบหรือพูดคุยกับเพื่อนๆ				
5.	การเข้าไปร่วมรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เมื่อเห็นเพื่อนๆ กำลังรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด				
6.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เมื่อต้องรีบเร่ง				
7.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเมื่อมีเมนูใหม่ๆ ออกมา				
8.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดแทนข้าว				
9.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อให้ดูแลและทันสมัย				
10.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ				
11.	การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเมื่อเห็นการโฆษณา				
12.	การใช้ร้านจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นที่อ่านหนังสือหรือทำการบ้าน				

ประวัติการศึกษา และการทำงาน

ชื่อ-นามสกุล	นางสาวจุฑามาศ ริงศาสตร์
วัน เดือน ปี ที่เกิด	11 กรกฎาคม 2512
สถานที่เกิด	จังหวัดนนทบุรี
ประวัติการศึกษา	ศึกษาศาสตรบัณฑิต (สุขศึกษา) มหาวิทยาลัยรามคำแหง
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	เจ้าพนักงานเภสัชกรรม 6
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข