



พฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม  
: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร

โดย  
นางสาววนิดา แก้วชะอุ่ม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพัฒนศึกษา  
ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
ปีการศึกษา 2552  
ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีใน จังหวัดนครปฐม  
: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร

โดย  
นางสาววนิดา แก้วชะอุ่ม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพัฒนศึกษา  
ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
ปีการศึกษา 2552  
ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

**JUNK FOOD CONSUMPTION OF BACHELOR DEGREE UNIVERSITY STUDENTS IN  
NAKHONPATHOM PROVINCE: CASE STUDY KASETSART UNIVERSITY AND  
SILPAKORN UNIVERSITY.**

**By**

**Wanida Kaewchaum**

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree**

**MASTER OF EDUCATION**

**Department of Education Foundations**

**Graduate School**

**SILPAKORN UNIVERSITY**

**2009**

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร อนุมัติให้วิทยานิพนธ์เรื่อง “พฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีใน จังหวัดนครปฐม:กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร” เสนอโดย นางสาววนิดา แก้วชะอุ่ม เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริชัย ชินะตั้งกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรินทร์ สังข์รักษา
2. รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย
3. อาจารย์ ดร.ธีรศักดิ์ อุ่่นอารมย์เลิศ

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(อาจารย์ ดร.ลุย วีระนาวิน)

...../...../.....

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธิกาญจน์ ไชยลาภ)

...../...../.....

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรินทร์ สังข์รักษา)

...../...../.....

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย)

...../...../.....

..... กรรมการ

(อาจารย์ ดร.ธีรศักดิ์ อุ่่นอารมย์เลิศ)

...../...../.....

50260308 : สาขาวิชาพัฒนศึกษา

คำสำคัญ : พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, อาหารขยะ, นักศึกษาระดับปริญญาตรี

นางสาววนิดา แก้วชะอุ่ม : พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม:

กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร. อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ผศ.ดร.นรินทร์ สังข์รักษา.

รศ.ดร.คณิต เขียววิชัย. อ.ดร.ธีรศักดิ์ อุ๋นอารมย์เลิศ. 139 หน้า.

การวิจัยเรื่องนี้ใช้วิธีการวิจัยแบบผสม (Mixed Methodology) ทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาทั้ง 2 มหาวิทยาลัยที่มีลักษณะส่วนบุคคล ที่แตกต่างกัน 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร คือ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสารและความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในการทำงานขององค์ประกอบแต่ละด้านและ โดยองค์รวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ จำนวนตัวอย่าง 391 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามและแบบสนทนากลุ่ม เกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยสนับสนุน พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักเรียน สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (frequency) ค่าร้อยละ (percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบค่าที (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (Oneway ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างในเชิงสถิติทำการเปรียบเทียบพหุคูณ (Multiple Comparison) ด้วยวิธีการของ Scheffe' (Scheffe's Method) การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) และ การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ผลการวิจัยพบว่า

1. การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.66$ ) เมื่อจำแนกเป็นรายชื่อ การเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.65$ ) รองลงมา คือ เมื่อต้องการความรวดเร็ว จะเลือกรับประทานอาหารที่สำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า) อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.44$ ) น้อยที่สุด คือ การดื่มกาแฟแทนอาหารเช้าอยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X} = 1.82$ )

2. การวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ เมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ช่วงอายุ ชั้นปี การศึกษา คณะวิชา มหาวิทยาลัย รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ความพอเพียงของรายได้ และภูมิลำเนา ที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะไม่แตกต่างกัน ส่วน เพศ และที่อยู่ปัจจุบัน ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) เป็นตัวแปรที่มีประสิทธิภาพในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ได้ร้อยละ 38.7 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่า t-test เท่ากับ 9.116 ส่วนความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะได้ ร้อยละ 41.5 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่า t-test เท่ากับ 4.293 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ปัจจัยสนับสนุนบางประการสามารถทำนาย พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดย การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และ ความเชื่อในการบริโภคอาหารมีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ร้อยละ 41.5 มีค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ .165 และสามารถเขียนเป็นสมการการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในรูปคะแนนดิบ  $\hat{Y} = .269 + .501(X_4) + .279(X_5)$  และในรูปคะแนนมาตรฐาน  $\hat{Z} = .474 Z_{(x4)} + .223 Z_{(x5)}$

ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2552

ลายมือชื่อนักศึกษา .....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ 1. .... 2. .... 3. ....

50260308 : MAJOR : DEVELOPMENT OF EDUCATION

KEY WORDS : FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS/ JUNK FOOD/ BACHELOR DEGREE UNIVERSITY STUDENTS

WANIDA KAEWCHAAUM: JUNK FOOD CONSUMPTION OF BACHELOR DEGREE UNIVERSITY STUDENTS IN NAKHONPATHOM PROVINCE: CASE STUDY KASETSART UNIVERSITY AND SILPAKORN UNIVERSITY: THESIS ADVISORS. ASST. PROF. NARIN SUNGRUKSA, ASSOC. PROF. KANIT KHEOVICHAI AND THIRASAK UNAROMLERT , PH.D. , ED.D. 139 pp.

Based on both of the integrated research methodologies as to quantitative and qualitative methods, this research were 1) knowledge level of the junk food consumption behaviors 2) to compare the junk food consumption behaviors of 2 bachelor degree university students different personal factors and 3) to study the food consumption factor were awareness of the food consumption behaviors , the social support of the food consumption behaviors , ability food consumption ,awareness information and belief in the food consumption influencing in the junk food consumption behaviors This research made a study of a sample of 391 bachelor degree university students by Stratified Random Sampling. The data-gathering instruments used in the research were a questionnaire and focus group with personal factors , the support factors and junk food consumption behavior's students. The data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test, one-way ANOVA, multiple comparison by scheffe's method , stepwise multiple regression analysis and content analysis.

The research findings were as follows:

1) The junk food consumption behavior levels of students was at a moderate level ( $\bar{X} = 2.66$ ) in over all but considering in each item found that go to the mini mart eg. 7-11, family mart in everyday at a high level ( $\bar{X} = 3.65$ ) associated need to quickly ,to select semi-cooked foods (joke mama) at a high level ( $\bar{X} = 3.44$ ) the chosen items which had the lowest scores was coffee instead of breakfast. ( $\bar{X} = 1.82$ )

2) The learning the junk food consumption behaviors with different personal factors were found that expressed no differences in age ,class year , faculty , university , occupations and region with statistical significance at the level of .05 Considering with sex and currents address held differences with statistical significance at the level of .05

3) The support factors influencing in the junk food consumption behavior levels of bachelor degree university students were found that awareness information ( $X_4$ ) was selected by ranking no.1 and belief in the food consumption ( $X_3$ ) was selected by ranking no.2 can be predicted to operation effectively in the junk food consumption behavior at 38.7% and 41.5% respectively with statistical significance at the level of .05 awareness information and belief in the food consumption can be predict predicted to operation effectively in the junk food consumption behavior at 41.5% as follows:

The predicting equation in raw scores:

$$\hat{Y} = .269 + .501(X_4) + .279(X_3)$$

The predicting equation in standard scores:

$$\hat{Z} = .474 Z_{(x4)} + .223 Z_{(x3)}$$

---

Department of Education Foundations

Graduate School, Silpakorn University

Academic Year 2009

Student's signature .....

Thesis Advisors' signature 1. .... 2. .... 3. ....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีอย่างยิ่งยวด ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรินทร์ สังข์รักษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย และ อาจารย์ ดร.ธีรศักดิ์ อุ่่นอารมณ์เลิศ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาและ คำแนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาที่วิจัย และเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.อุยง วีระนาวิน ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วย ศาสตราจารย์ ดร.สุธิกาญจน์ ไชยลาภ ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลือ และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนทำให้วิทยานิพนธ์นี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ ผู้เชี่ยวชาญที่กรุณาตรวจแก้ไขและให้คำแนะนำในการปรับปรุงเครื่องมือ ทำให้เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คุณพ่อแม่ที่สุุดประเสริฐ มิตรที่แท้จริง บุคคลที่ให้ความสำคัญยิ่งต่อผู้วิจัย ที่ให้ความช่วยเหลือ เป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยเสมอมา

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญแผนภูมิ.....	ญ
บทที่	
1. บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
ปัญหาการวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
ประโยชน์ที่จะได้รับ.....	7
2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	8
แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับอาหารขยะ.....	8
แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	11
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร.....	21
แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้.....	27
แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่อ.....	32
แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคนิยม.....	37
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ.....	42
3. วิธีดำเนินการวิจัย.....	50
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	50
ตัวแปรที่ศึกษา.....	52
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	52
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	53

บทที่	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	55
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	55
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล.....	58
ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนของนักศึกษา.....	62
ตอนที่ 3 การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ.....	70
ตอนที่ 4 การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะกับปัจจัยส่วนบุคคล	73
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรม	
การบริโภคอาหารขยะ.....	82
ตอนที่ 6 การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการ	
บริโภคอาหารขยะ.....	83
ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารของนักศึกษา.....	84
5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	90
สรุปผลการวิจัย.....	91
อภิปรายผลการวิจัย.....	93
ข้อเสนอแนะของการวิจัย.....	97
ข้อเสนอแนะของการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	98
บรรณานุกรม.....	99
ภาคผนวก.....	106
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	107
ภาคผนวก ข การตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถาม.....	109
ภาคผนวก ค แบบสอบถาม – แบบสนทนากลุ่ม ที่ใช้ในงานวิจัย.....	117
ภาคผนวก ง หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและ	
หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	127
ภาคผนวก จ ผู้ทรงคุณวุฒิ.....	137
ประวัติผู้วิจัย.....	139

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. จำนวนนักศึกษาระดับปริญญาตรี.....	51
2. จำนวนตัวอย่างของนักศึกษาปริญญาตรี.....	52
3. แสดงจำนวนและร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคล.....	58
4. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของปัจจัยสนับสนุนด้านการรับรู้ เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร.....	62
5. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของปัจจัยสนับสนุนด้านแรง สนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร.....	64
6. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของปัจจัยสนับสนุนด้าน ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร.....	65
7. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของปัจจัยสนับสนุน ด้านการรับรู้	66
8. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของปัจจัยสนับสนุน ด้านความเชื่อ ในการบริโภคอาหาร.....	68
9. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมพฤติกรรมการ บริโภคอาหารขยะ.....	70
10. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบตัวแปรเพศกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test).....	73
11. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ โดยจำแนกตามช่วงอายุ.....	74
12. แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามช่วงอายุ.....	74
13. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ โดยจำแนกตามชั้นปีการศึกษา.....	75
14. แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามชั้นปี การศึกษา.....	75
15. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ โดยจำแนกตามคณะวิชา.....	76
16. แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามคณะวิชา.....	76

ตารางที่	หน้า
17. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบมหาวิทยาลัยกับ พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test)	77
18. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ โดยจำแนกตามรายได้ต่อเดือน.....	77
19. แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามรายได้ต่อ เดือน.....	78
20. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบความพอใจเพียงของรายได้ กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยใช้การทดสอบค่าที.....	78
21. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ โดยจำแนกตามภูมิลำเนา.....	79
22. แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามภูมิลำเนา.....	79
23. แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ โดยจำแนกตามที่อยู่ปัจจุบัน.....	80
24. แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามภูมิลำเนา.....	80
25. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ จำแนก ตามที่อยู่ปัจจุบัน เป็นรายคู่ ด้วยวิธี Scheffe'.....	81
26. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ปัจจัยสนับสนุน พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ขยะ.....	82
27. แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรมกรรมการบริโภค อาหารขยะ.....	83
28. แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับของข้อเสนอแนะต่อการเลือกซื้ออาหารใน ชีวิตประจำวัน.....	84
29. แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อร้านอาหารที่เลือก.....	85
30. แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารขยะ	86
31. แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อคุณภาพประโยชน์ของอาหารขยะ..	86
32. แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อโทษของอาหารขยะ.....	87

## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดการพัฒนาเทคโนโลยีเพื่อปรับพฤติกรรมทางโภชนาการ.....	18
2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมโภชนาการ.....	20
3 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	21
4 แสดงขอบนการรับรู้.....	30
5 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	49
6 พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.....	88
7 พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร.....	89

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นไปอย่างรวดเร็ว ประเทศไทยได้รับเอา ค่านิยมและวัฒนธรรมของชาวตะวันตกเพิ่มมากขึ้น ประกอบกับการได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณา ต่างๆทำให้วัยรุ่นเกิดทัศนคติและค่านิยมในการบริโภคอาหารที่แตกต่างไปจากเดิมโดยเฉพาะ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้เข้ามามีบทบาทอย่างมากในสังคมเมือง ส่งผลกระทบต่อ ภาวะโภชนาการของวัยรุ่นอย่างกว้างขวาง และมีแนวโน้มเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆดังคำกล่าว ของ มันทนา ประทีปะเสน (2537: 3) ที่ว่าสาเหตุของปัญหาด้านการบริโภคในสังคมเมืองส่วนใหญ่ เกิดจากการรับวัฒนธรรมของสังคมประเทศตะวันตกมาใช้โดยขาดความรู้ ขาดการกลั่นกรอง หรือ ขอมรับวัฒนธรรมเหล่านั้นโดยไม่มีทางเลือก เนื่องมาจากสภาพสังคมที่เร่งรีบ และแก่งแย่งแข่งขัน กันเป็นตัวบังคับร่วมไปกับอิทธิพลของการโฆษณาที่มีการลงทุนและใช้เทคนิคการสร้างแรงจูงใจ

ปัจจุบันแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (2550 – 2554) ได้กำหนด วิสัยทัศน์ประเทศไทย มุ่งพัฒนาประเทศไปสู่ “สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน (Green and Happiness Society) คนไทยมีคุณธรรมนำความรอบรู้ รู้เท่าทันโลก ครอบครัวยั่งยืน ชุมชนเข้มแข็ง สังคมสันติ สุข เศรษฐกิจมีคุณภาพเสถียรภาพ และเป็นธรรม สิ่งแวดล้อมมีคุณภาพและทรัพยากร ธรรมชาติ ยั่งยืนอยู่ภายใต้ระบบบริหารจัดการประเทศที่มีธรรมาภิบาลดำรงไว้ซึ่งระบอบประชาธิปไตยที่ พระมหากษัตริย์เป็นประมุข และอยู่ในประชาคมโลกได้อย่างมีศักดิ์ศรี” จึงเห็นได้ว่าในทางปฏิบัติ สังคมการบริโภคของไทยนั้น ยังคงมีการบริโภคที่ผิด ที่มุ่งตามความทันสมัยของยุคการพัฒนาที่ไม่ ถูกทางและไม่ยั่งยืนนำไปสู่การบริโภคนิยม

การบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องอาจก่อให้เกิดปัญหาทุพโภชนาการ (malnutrition) ทั้งในด้าน ภาวะการขาดสารอาหาร (undernutrition) และภาวะโภชนาการเกิน (overnutrition) ได้ไม่ถูกหลัก โภชนาการในการได้รับสารอาหารทั้ง 5 หมู่ ได้แก่ 1.สารอาหารจำพวกโปรตีน 2.สารอาหารจำพวก ไขมัน 3.สารอาหารจำพวกคาร์โบไฮเดรต 4.สารอาหารจำพวกวิตามินและเกลือแร่ 5.สารอาหาร จำพวกใยอาหาร สำหรับประเทศไทย จากผลการสำรวจภาวะโภชนาการ กรมอนามัย พบว่า ภาวะการขาดสารอาหารที่ยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุข ได้แก่ โรคขาดโปรตีนและพลังงาน โรค

ขาดสารไอโอดีน โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก โรคขาดวิตามินเอ (จารุวรรณ เจริญผล 2539:53) ส่วนภาวะโภชนาการเกินเกิดขึ้นเนื่องจากการนิยมบริโภคอาหารจานด่วน (Fast Food) ซึ่งส่วนหนึ่งได้รับอิทธิพลของวัฒนธรรมการบริโภคอาหารจากชาวตะวันตกเป็นการเปลี่ยนวิถีชีวิตและการบริโภคอาหารของคนไทย โดยเฉพาะคนในเขตเมือง

ปัญหาโภชนาการอันเนื่องมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่เหมาะสม ได้แก่การบริโภคอาหารที่ให้พลังงานและไขมันในปริมาณสูง รวมทั้งอาหารสำเร็จรูปต่างๆ การรับประทานอาหารที่มีการปนเปื้อนจากมลพิษและสิ่งแวดล้อม หรือใช้สารบางอย่างที่เป็นอันตรายในการประกอบอาหาร การรับประทานอาหารที่ปรุงอย่างขาดสุขนิสัย มีการปนเปื้อนของจุลินทรีย์จากการผลิตหรือการเก็บอาหารที่ปรุงแล้วไม่ดีพอ หรือการรับประทานอาหารที่ไม่ได้มาตรฐาน การบริโภคอาหารที่ไม่ปลอดภัยต่อสุขภาพ และไม่ถูกสัดส่วนมีผลทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆซึ่งเชื่อว่ามีสาเหตุส่วนหนึ่งมาจากการรับประทานอาหาร ได้แก่ โรคอุจจาระร่วง โรคบิด อาหารเป็นพิษ เนื่องจากเชื้อแบคทีเรีย พิษจากยาฆ่าแมลงต่างๆ โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ เป็นต้น กระทรวงสาธารณสุขได้ตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้น จึงได้กำหนดเป้าหมายของการพัฒนาสาธารณสุข เมื่อสิ้นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 พ.ศ. 2540-2544 ในส่วนนี้ไว้คือ ลดอัตราการตายของโรคหัวใจและหลอดเลือด และอุบัติเหตุให้เหลือไม่เกิน 50 ต่อประชากรแสนคน ลดอัตราการตายของโรคมะเร็งให้เหลือไม่เกิน 40 ต่อประชากรแสนคน โดยยุทธศาสตร์คือการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อการควบคุมและป้องกันโรค ส่งเสริมสุขภาพ เสริมสร้างและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอนามัยให้เหมาะสม รวมทั้งพัฒนาการคุ้มครองผู้บริโภคด้านบริการและผลิตภัณฑ์สุขภาพ (กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข 2539:15-20)

เนื่องจากโรคที่เกิดจากการบริโภคอาหารปรากฏอาการไม่ชัดเจน แต่เป็นการสะสมสารพิษทีละน้อยโดยไม่รู้ตัวจึงไม่ได้รับความสนใจจากผู้บริโภคเท่าที่ควรดังจะเห็นได้จาก สถานการณ์ด้านสุขภาพอนามัย ด้านภาวะการณ้ตายของประชาชนในปี พ.ศ. 2540 สาเหตุและอัตราการตายที่สำคัญ ได้แก่ โรคหัวใจ 72.1 มะเร็งทุกชนิด 43.8 ความดันโลหิตสูง 13.5 ต่อประชากรหนึ่งแสนคนตามลำดับ และด้านภาวะการณ้เจ็บป่วยของประชากร สาเหตุและอัตราการป่วยที่สำคัญของผู้ป่วยนอกที่มารับบริการ ในสถานบริการสาธารณสุข สังกัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงอื่น ทบวงมหาวิทยาลัยและเอกชนในปี 2540 ได้แก่ โรคระบบย่อยอาหาร อัตรา 208.1 ต่อประชากรพันคน โรคติดเชื้อและปรสิต อัตรา 90.0 ต่อประชากรพันคน พบเป็นอันดับที่ 2 และ 7 ตามลำดับสำหรับผู้ป่วยใน และโรคติดเชื้ออื่นๆของลำไส้ อัตรา 502.0 ต่อประชากรหนึ่งแสนคน โรคติดเชื้อและปรสิตอื่นๆอัตรา 234.9 ต่อประชากรหนึ่งแสนคน พบในอันดับที่ 3 และ 8 ตามลำดับ ด้านภาวะการณ้ป่วยและตายด้วยโรคไม่ติดต่อ พบปัญหาโรคไม่ติดต่อที่สำคัญในปัจจุบันอยู่ในอันดับต้น

ของสาเหตุการป่วยและการตายของประชากร เช่น โรคหัวใจ และ โรคมะเร็ง โดยจะเห็นได้ว่า โรคมะเร็งทุกชนิดอัตราตายได้เพิ่มจาก 39.3 ต่อประชากรหนึ่งแสนคนในปีพ.ศ. 2533 เป็น 43.8 ต่อประชากรหนึ่งแสนคน ในปี 2540 และด้านพฤติกรรมสุขภาพ พบว่าประชาชนนิยมบริโภคอาหารสำเร็จรูปโดยหาซื้อจากหาบเร่ แผงลอย หรือร้านอาหารริมถนน ซึ่งมีการปนเปื้อนจากมลพิษ และสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้อาหารหลายชนิดรวมทั้งขนมเด็ก มีคุณภาพไม่ได้มาตรฐาน หรือใช้สารบางชนิดที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ในการประกอบอาหาร เช่น สีข้อมผ้า สารบอแรกซ์ ผงเปียย ดินประสิ้ว ฯลฯ และยังพบว่าความครอบคลุมของเจ้าหน้าที่ในการตรวจสอบร้านอาหารทั่วไปและตลาดสดที่ไม่ได้มาตรฐานยังมีจำนวนน้อย (กระทรวงสาธารณสุข 2540:26-34)

พฤติกรรมบริโภคอาหารเป็นสิ่งสำคัญ ในการเปลี่ยนแปลงของจังหวัดนครปฐม ซึ่งเป็นจังหวัดปริมณฑลห่างจากกรุงเทพมหานครเพียง 53 กิโลเมตร ประชาชนมักเดินทางไปทำงานในกรุงเทพมหานครแบบเช้าไปเย็นกลับ มีสภาพความเจริญแบบตะวันตก มีโรงงานอุตสาหกรรมจำนวนมาก มีการคมนาคมที่สะดวก มีรายได้ค่อนข้างสูง รวมถึงการมีห้างสรรพสินค้าแบบการค้าสมัยใหม่ (Modern Trade) ทั้งแม็กโคร บิ๊กซี โลตัส เซเว่นอีเลฟเว่น ฯลฯ จึงเป็นการกระตุ้นให้ประชาชนในจังหวัดนครปฐมมีวิถีชีวิตไม่แตกต่างจากกรุงเทพมหานคร มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแบบสมัยใหม่ ตามแบบตะวันตก สิ่งเหล่านี้คือ อารยธรรมแห่งความเจริญที่เป็นตัวกระตุ้นวัฒนธรรมหรือลัทธิการบริโภคนิยม (Consumerism) (นรินทร์ สังข์รักษา และคณะ 2552 : 3)

จังหวัดนครปฐมเป็นจังหวัดปริมณฑล หนึ่ง ซึ่งมีอาณาเขตติดต่อกับกรุงเทพมหานคร วิถีชีวิตของคนนครปฐมส่วนใหญ่มีความใกล้เคียงกับคนในกรุงเทพมหานคร เช่น วัฒนธรรมการรับประทานอาหารของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่นิยมรับประทานอาหารประเภทจานด่วน ขาดการออกกำลังกายเนื่องจากมีสิ่งอำนวยความสะดวกและใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการดูทีวีและเล่นเกมส้อมพิวเตอร์ และเมื่อพิจารณาถึงอาชีพหลักของชาวนครปฐมแล้วพบว่าการประกอบอาชีพเลี้ยงสัตว์เป็นส่วนมาก สัตว์ที่เลี้ยง ได้แก่ สุกร เป็ด ไก่ โค เป็นต้น ดังนั้น จึงทำให้ชาวนครปฐมมีความอุดมสมบูรณ์ในเรื่องอาหารการกิน โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่มีไขมันสูงเป็นส่วนประกอบ เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวหมูแดง ไต้อะจิ้น เป็นต้น ซึ่งนับเป็นอาหารที่มีชื่อของนครปฐม การรับประทานอาหารประเภทนี้มากๆ แล้วขาดการออกกำลังกายจะเป็นสาเหตุของความเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ เช่น โรคระบบไหลเวียนโลหิต โรคระบบย่อยอาหาร ซึ่งเป็นสาเหตุการตายอันดับแรกๆของคนในจังหวัดนครปฐม(กลุ่มงานยุทธศาสตร์สาธารณสุข 2547 : 3)

จากการวิจัยของนรินทร์ สังข์รักษา และคณะ ปีงบประมาณ 2552 (2552 : บทคัดย่อ) ในเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชน ในเขตจังหวัดนครปฐม พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ในเรื่องการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ( $\bar{x} = 2.78$  ,

S.D. = 1.415) รองลงมาคือ การรับประทานผลไม้ดอง ผลไม้แช่อิ่ม เป็นอาหารว่างทุกวัน ( $\bar{x} = 2.84, S.D. = 1.421$ )

ผู้วิจัยในฐานะนักศึกษาพัฒนาศึกษา ที่สาขาวิชามุ่งเน้นการใช้การศึกษาเป็นเครื่องมือในการพัฒนา ดังนั้นการบริโภคอาหารที่ถูกต้องของนักศึกษาในฐานะที่เป็นเยาวชนกลุ่มสำคัญที่จะเป็นมันสมองและกำลังในการพัฒนาในอนาคต เพื่อได้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ สามารถหาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพและลดค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ไม่มีประโยชน์ และมีราคาแพง และสามารถใช้เป็นแนวทางในรูปแบบการบริโภคอาหารที่ถูกต้องต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการรับรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาทั้ง 2 มหาวิทยาลัยที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี คณะ มหาวิทยาลัย รายได้ ความพอเพียงของรายได้ ภูมิลำเนา และที่อยู่ปัจจุบันที่แตกต่างกัน

3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร คือ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในการทำนายองค์ประกอบแต่ละด้านและ โดยองค์รวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ

### ปัญหาการวิจัย

1. การรับรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี อยู่ในระดับใด

2. นักศึกษาที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี คณะ มหาวิทยาลัย รายได้ ความพอเพียงของรายได้ ภูมิลำเนา และที่อยู่ปัจจุบัน แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะที่แตกต่างกันหรือไม่

3. องค์ประกอบในแต่ละด้านของ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในการทำนาย องค์ประกอบแต่ละด้านและ โดยองค์รวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ หรือไม่

### สมมติฐานการวิจัย

1. นักศึกษาทั้ง 2 มหาวิทยาลัย ที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี คณะ มหาวิทยาลัย รายได้ ความพอเพียงของรายได้ ภูมิฐานะ และที่อยู่ปัจจุบัน แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคที่แตกต่างกัน

2. องค์ประกอบในแต่ละด้านของ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในการทำนาย องค์ประกอบแต่ละด้านและโดยองค์รวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ

### ขอบเขตการวิจัย

#### 1. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน และนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ระดับปริญญาตรี จำนวนรวมทั้งสิ้น 17,035 คน (ที่มา หน่วยทะเบียนและวัดผลของมหาวิทยาลัย, 2552)

#### 2. ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง

ตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน และนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ระดับปริญญาตรี จำนวน 391 คน โดยการใช้สูตรของยามานะ และสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling)

#### 3. ขอบเขตด้านตัวแปร ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีดังนี้

3.1 ลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี คณะ มหาวิทยาลัย ความพอเพียงของรายได้ ภูมิฐานะ และที่อยู่ปัจจุบัน

#### 3.2 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ได้แก่ เพื่อน ผู้ปกครอง และมหาวิทยาลัย

ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

ความเชื่อในการบริโภคอาหาร

#### 3.3 ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ

### นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

**พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ** หมายถึง การกระทำของบุคคลที่แสดงออกเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ ส่วนใหญ่ประกอบด้วย แป้ง ไขมัน น้ำตาล เกลือ แต่โปรตีน วิตามิน เกลือแร่ เส้นใยน้อย อันเป็นพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

**ชั้นปี** หมายถึง ชั้นปีการศึกษาของนักศึกษา

**รายได้** หมายถึง จำนวนเงินรายได้เป็นบาทของนักศึกษาโดยยังไม่หักค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น

**ภูมิลำเนา** หมายถึง ที่อยู่ตามบัตรประชาชน

**ที่อยู่ปัจจุบัน** หมายถึง ที่พักอาศัยปัจจุบันขณะศึกษา

**การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร** หมายถึง ความเข้าใจ ความสามารถในการอธิบายถึงการรับประทานอาหาร และสามารถอธิบายถึงการเลือกซื้ออาหาร ที่เป็นประโยชน์และครบ 5 หมู่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

**แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร** หมายถึง การที่ได้รับการช่วยเหลือไม่ว่าจะเป็นด้านข้อมูล ข่าวสาร วัสดุสิ่งของ หรือทางด้านจิตใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจากผู้ให้การสนับสนุนซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือกลุ่ม ได้แก่ เพื่อน ผู้ปกครอง และมหาวิทยาลัย ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

**ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร** หมายถึง การที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถตนเองที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

**การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร** หมายถึง กระบวนการในการแปลความหมายที่เกิดขึ้นภายหลังร่างกายเกิดการรับสัมผัสจากสิ่งเร้าทั้งหลาย ในการแปลความหมายของสมองจะถูกต้อง ละเอียด และชัดเจนมากน้อยเพียงใด จะขึ้นอยู่กับประสบการณ์เดิม ความรู้ที่สะสมไว้ ความจำ ความเชื่อทัศนคติ และค่านิยมซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

**ความเชื่อในการบริโภคอาหาร** หมายถึง การยอมรับในลักษณะและรูปแบบของการรับประทานอาหาร ตามความเชื่อของนักศึกษา

### ประโยชน์ที่จะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงระดับการรับรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา
2. ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร
3. ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร เช่น การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหาร ว่าเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในการทำนายองค์ประกอบแต่ละด้านและโดยองค์รวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ
4. นำผลการวิจัยที่ได้นำมากำหนดข้อเสนอแนวทางในการแก้ไขปัญหาการบริโภคอาหารขยะ รวมถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร

## บทที่ 2

### วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ คณะวิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานอีกทั้งยังเป็นแนวทางในการวิจัย โดยแบ่งออกเป็น ประเด็น ดังนี้

1. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับอาหารขยะ
2. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร
4. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้
5. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่อ
6. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการบริโภคนิยม
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ส่วนที่ 1 แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับอาหารขยะ

##### 1.1 ความหมายของอาหารขยะ

อาหารขยะ (junk food) คือ อาหารที่ทีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ อาหารขยะส่วนใหญ่ประกอบด้วย แป้ง ไขมัน น้ำตาล เกลือ แต่มีปริมาณโปรตีน วิตามิน เกลือแร่ เส้นใยอยู่น้อย ตัวอย่างเช่น มันฝรั่งทอด (French fries) น้ำอัดลม (soft drink) อาหารว่างหรือขนมขบเคี้ยว (snack) ข้าวโพดคั่ว (pop corn) แฮมเบอร์เกอร์ (hamburger) ซึ่งทุกวันนี้สังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปมาก ทำให้วิถีชีวิตและพฤติกรรมของคนเมืองเปลี่ยนไป ต้องฝากท้องกับอาหารสำเร็จรูป ซึ่งส่วนใหญ่มาในรูปแบบอาหารตะวันตกประเภทสะดวก เร็ว อิ่ม ทำให้ร้านสะดวกซื้อมีเพิ่มมากขึ้น เพราะซื้อหาได้ทั่วไป ถูกปาก คนรุ่นใหม่ พกพาไปได้สะดวก (อารี ชูวิสิฐกุลและคณะ 2551: 1-2)

อาหารขยะ หมายถึง อาหารที่ให้ประโยชน์ทางโภชนาการน้อย และถ้ากินมากหรือกินเป็นประจำจะเป็นโทษต่อร่างกาย อาหารขยะส่วนใหญ่ประกอบด้วย น้ำตาล ไขมัน และแป้ง แต่มีส่วนประกอบของโปรตีน วิตามิน และเกลือแร่น้อยมาก เช่น ลูกอม น้ำอัดลม อาหารจานด่วนบางชนิด ขนมขบเคี้ยว บะหมี่ซอง อาหารกลุ่มนี้ส่วนใหญ่เป็นแป้งที่ขัดสีเอาเส้นใยและวิตามินออกหมด ใช้น้ำตาลที่ผ่านการฟอกขาว แล้วเติมด้วยสารแต่งสี/กลิ่น ผงชูรส ตามด้วยกระบวนการทอดเป็นต้น (กนิษฐา อินทร์ประสิทธิ์ 2552)

อาหารขยะ หมายถึง อาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ ประกอบด้วย เกลือ น้ำตาล ไขมัน หรือแคลอรีในปริมาณสูง (นภาวรณ ศรีงาม 2552)

คณิตา ภาณุจรัส.(2545) ได้ให้ความหมาย คำว่า Junk Food เป็นศัพท์แสลงของอาหารที่มีสารอาหารจำกัด หรือที่เรียกกันว่า อาหารขยะ อาหารไร้ประโยชน์ อาหารที่นักโภชนาการไม่เคยแนะนำ อะไรทำนองนี้ แต่ขึ้นชื่อว่า Junk Food จะต้องประกอบด้วยสารอาหารที่ให้พลังงานเป็นส่วนใหญ่ เช่น น้ำตาล ไขมัน แป้ง และมีส่วนประกอบโปรตีน วิตามิน เกลือแร่ น้อยมาก ตัวอย่างเช่น ขนมขบเคี้ยวรสเค็ม รสหวาน ลูกอม หมากฝรั่ง ขนมหวานทุกชนิด อาหารทอด อาหารจานด่วนบางชนิด น้ำอัดลม หรือมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า Empty Calorie มีความหมายว่า ไม่มีอะไรที่เป็นประโยชน์เลย เทียบกับอาหารไทยโดยพื้นฐานแล้วในหนึ่งจานให้คุณค่าหลากหลาย ไขมันต่ำ อุดด้วยสมุนไพรที่เป็นคุณต่อสุขภาพ แต่ด้วยความเร่งรัดของวิถีชีวิต ทำให้คนไม่มีเวลาเลือกหา และไม่ยอมเสียเวลาปรุงอาหารรับประทานเอง อย่างน้อยหนึ่งมื้อในหนึ่งวันของใครหลายคนจึงเลือก Junk Food เป็นทางออก ขณะเดียวกันก็ยอมเสียสตางค์แพงๆเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารมาเติมเต็มทดแทนส่วนที่ขาดหายไป

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า อาหารขยะ หมายถึง อาหารที่ร่างกายรับประทานเข้าไปแล้ว ได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่ต่ำ และเมื่อได้รับอาหารประเภทนี้เข้าไปในร่างกายมากๆจะทำให้เกิดโรคต่างๆตามมา

## 1.2 อันตรายและโรคที่มาจากอาหารขยะ

อาหารขยะนอกจากมีปริมาณแป้ง ไขมัน น้ำตาลและเกลือสูงแล้ว ยังมีวัตถุเจือปนอาหาร (food additives) เช่น ผงชูรส สารกันบูด สีผสมอาหาร ทำให้มีผลต่อสุขภาพของร่างกาย ดังนั้นอันตรายหรือภัยมืดที่เกิดจากการรับประทานอาหารขยะ โดยไม่ได้รับประทานอาหารที่มีสารอาหารสมดุลและครบถ้วน อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย ดังนี้

1. อาหารขยะบางชนิดใช้น้ำมันในการประกอบอาหาร ทำให้ผู้บริโภคที่ชอบรับประทานอาหารขยะประเภทนั้นๆได้รับไขมันเข้าสู่ร่างกายคนที่ชอบรับประทานอาหารประเภทไขมันสูงอาจเสี่ยงต่ออันตรายที่เกิดจากไขมันได้ เนื่องจากไขมันอิ่มตัวและคอเลสเตอรอล ที่ได้จากอาหารจะทำให้ผู้บริโภคเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ ในปัจจุบันยังพบว่า ไขมันชนิดทรานส์ (trans fat) ยังเป็นต้นเหตุหนึ่งของการเกิดโรคหัวใจเช่นเดียวกับไขมันอิ่มตัว คอเลสเตอรอลและไขมันชนิดทรานส์จะเพิ่มปริมาณ แอลดีแอลคอเลสเตอรอล หรือ คอเลสเตอรอลชนิดไม่ดี (bad cholesterol) ในร่างกายทำให้เกิดภาวะเส้นเลือดอุดตัน มีผลทำให้เป็นโรคหัวใจสำหรับคอเลสเตอรอลและไขมันอิ่มตัวคนส่วนใหญ่จะรู้จักและเฝ้าระวังกันอยู่แล้ว แต่สำหรับไขมันชนิด

ทรานส์นั้น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาของประเทศสหรัฐอเมริกาได้ประกาศให้ระบุไว้ในฉลากโภชนาการเมื่อวันที่ 1 มกราคม 2549 ดังนั้น ไขมันชนิดทรานส์ พบในไขมันพืชแข็งหรือเนยขาว (hydrogenated vegetable shortening) ทำจากน้ำมันพืชที่ผ่านกระบวนการอัดแก๊สไฮโดรเจนภายใต้ความดันที่มีนิเกิลเป็นตัวเร่งปฏิกิริยา ยิ่งผ่านการอัดแก๊สไฮโดรเจนมาก ไขมันก็จะยิ่งแข็งขึ้น ไขมันพืชแข็ง ไขมันพืชแข็งในอุตสาหกรรมอาหารจะใช้ในผลิตภัณฑ์ที่อบหรือทอด เช่น มัfriงทอด เค้ก คุกกี้

2. โรคอ้วนเป็นอีกโรคหนึ่งที่เกิดกับคนที่บริโภคอาหารขยะ เพราะอาหารขยะบางชนิดมีส่วนผสมของน้ำตาลในปริมาณสูง ทำให้ผู้บริโภคได้รับพลังงานสูงกว่าความต้องการของร่างกาย จึงทำให้เป็นโรคอ้วนได้

3. อาหารขยะบางประเภทมีเกลือในปริมาณสูงมาก ซึ่งมีปริมาณสูงมาก ซึ่งถ้าบริโภคในปริมาณมากจะทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง และอาจส่งผลกระทบต่อการทำงานของไตได้ด้วย

4. วัตถุเจือปนในอาหารขยะ เช่น

สีผสมอาหาร ถ้าเป็นสีสังเคราะห์อาหาร ถ้าเป็นสีสังเคราะห์และผู้ผลิตใช้ในปริมาณที่ไม่เป็นไปตามกฎหมายกำหนด อาจมีผลเสียต่อสุขภาพของผู้บริโภคได้

ผงชูรส หรือ โมโนโซเดียมกลูตาเมต (monosodium glutamate) ซึ่งจะมีปริมาณมากในอาหารขยะอาจเป็นสารก่อภูมิแพ้ (allergen) ได้สำหรับผู้บริโภคบางคน

สารกันเสีย (preservative) เช่น โซเดียมเบนโซเอต (sodium benzoate) ถ้าปริมาณที่ใช้ในอาหารไม่เป็นไปตามกฎหมายกำหนดอาจก่ออันตรายต่อผู้บริโภคได้

ตามที่ได้กล่าวมาแล้วถึงภัยมืดจากอาหารขยะ ดังนั้นการหลีกเลี่ยงอาหารขยะควรปฏิบัติดังนี้(อารี ชวติษฐกุลและคณะ 2551: 1-2)

- 1.อย่าให้เด็กคุ้นเคยหรือติดนิสัยชอบรับประทานอาหารขยะ
- 2.ควรให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารขยะแก่เยาวชน
- 3.ควรบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน
- 4.การคำนึงถึงสุขภาพที่แข็งแรง จะทำให้รู้จักเลือกบริโภคอาหารที่มีผลดีต่อสุขภาพ
- 5.ควรเลือกบริโภคอาหารที่ปรุงด้วยไขมันไม่อิ่มตัวชนิดเชิงเดี่ยวและเชิงซ้อน ได้แก่ น้ำมันมะกอก น้ำมันจากถั่ว น้ำมันดอกคาฝอย

กรมวิทยาศาสตร์บริการได้จัดการอบรมเกี่ยวกับระบบความปลอดภัยของอาหารตามหลักเกณฑ์วิธีการที่ดีในการผลิตอาหาร (GMP) และการวิเคราะห์อันตรายและการควบคุมจุดวิกฤตในการผลิตผลิตภัณฑ์อาหาร (HACCP) ซึ่งเกี่ยวกับความปลอดภัยของอาหาร (food safety) อาหาร

ขยะอาจก่อให้เกิดอันตรายทางเคมี ถ้าปริมาณสารบางชนิดในอาหารขยะที่กล่าวถึงข้างต้น ได้แก่ สีสผสมอาหาร สารกันเสีย มีปริมาณสูงกว่าที่กฎหมายกำหนดอาจเกิดอันตรายแก่ผู้บริโภคได้หรือถ้าผู้บริโภครับประทานอาหารขยะในปริมาณมาก ทำให้ปริมาณสารเข้าสู่ร่างกายในปริมาณเกินกว่าที่ร่างกายจะรับได้ อาจมีผลเสียต่อร่างกาย (อารี ชูวิสิฐกุลและคณะ 2551: 1-2)

จากที่ได้กล่าวมาผู้วิจัยได้สรุป อาหารขยะเป็นอาหารที่ให้อันตรายต่อร่างกายมากกว่าประโยชน์ ซึ่งสามารถนำไปสู่การเป็นโรคที่อันตรายต่อร่างกายอย่างมาก เช่น เบาหวาน ความดันโลหิต โรคอ้วน เป็นต้น

## ส่วนที่ 2 แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภคอาหาร

### 2.1 ความหมายของพฤติกรรมผู้บริโภค

แมททิวและคณะ(1962) ให้ความหมายของพฤติกรรมผู้บริโภคว่า หมายถึง กระบวนการที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลจะทำการตัดสินใจว่าจะซื้อสินค้าและบริการอะไร มีวิธีการอย่างไรในการซื้อ

โซโลมอน (1976) ให้ความหมายของพฤติกรรมผู้บริโภคว่า หมายถึง การศึกษากระบวนการต่างๆที่บุคคลหรือบุคคลไปเกี่ยวข้องเพื่อเลือกสรรการซื้อ การใช้ หรือการบริโภคที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์ ความคิด บริการ หรือประสบการณ์ เพื่อตอบสนองความต้องการ

ธงชัย สันติวงษ์ (2540) กล่าวถึงพฤติกรรมผู้บริโภคว่า เป็นเรื่องของการปฏิบัติของบุคคลซึ่งเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจซื้อสินค้าหรือบริการการตัดสินใจดังกล่าวจะประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ ทั้งทางใจและทางกายที่จำเป็นสำหรับการตัดสินใจ และพฤติกรรมผู้บริโภคจะเน้นการซื้อของเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง

จากแนวคิดต่างๆของผู้ให้ความหมายของการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค ดังกล่าว ผู้วิจัยพอจะสรุปได้ว่า พฤติกรรมผู้บริโภคเป็นการศึกษาถึงกระบวนการตัดสินใจของผู้บริโภคแต่ละคนว่าจะทำการซื้อสินค้าและบริการอย่างไร จึงจะเหมาะสมและสร้างความพึงพอใจในการซื้อให้กับตนเองมากที่สุด ซึ่งกระบวนการนี้จะเกี่ยวข้องกับการรับรู้ และเสาะหาข่าวสาร และการประเมินทางเลือกในสินค้าและบริการต่างๆที่สนใจ

พฤติกรรมผู้บริโภคเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาผู้บริโภค ซึ่งต่างก็ต้องจัดหาสิ่งจำเป็นสำหรับความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน คือ สินค้าและบริการจากระบบเศรษฐกิจมาตอบสนองความต้องการของตน ในเวลาเดียวกันกิจกรรมทางการตลาดก็เป็นส่วนสำคัญที่เกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการของมนุษย์ในสังคม ดังนั้น การศึกษากระบวนการตัดสินใจซื้อก็เป็นแนวคิดหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้บริโภค

## 2.2 กระบวนการตัดสินใจของผู้บริโภค (Consumer Decision Process)

อดุลย์ จาตุรงค์กุล (2534) กระบวนการตัดสินใจของผู้บริโภคอาจแบ่งพิจารณาออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. การเล็งเห็นปัญหาหรือการตระหนักถึงความต้องการ (problem or need recognition) เป็นกระบวนการที่ผู้บริโภคเห็นภาพความแตกต่างระหว่างสถานะที่ปรารถนา (the desired state of affairs) และสถานการณ์ที่เป็นจริง (the actual situation) ความแตกต่างนั้นมากพอที่จะเร้าและ “จุดระเบิด” กระบวนการตัดสินใจ

2. การเสาะแสวงหาข่าวสาร (search for information) ผู้บริโภคเสาะหาข่าวสารจากที่เก็บไว้ในความทรงจำ (การเสาะแสวงหาภายในความนึกคิด) หรือหาข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจจากสิ่งแวดล้อม (การเสาะแสวงหาจากแหล่งภายนอก)

3. การประเมินค่าทางเลือก (alternative evaluation) ผู้บริโภคทำการประเมินค่าทางเลือกในแง่ของคุณประโยชน์ที่คาดหมายไว้ และทำให้การเลือกแคบลงจนกระทั่งได้ทางเลือกที่ตนชอบที่สุด

4. การซื้อ ผู้บริโภคซื้อทางเลือกที่ตนชอบที่สุดหรือถ้าจำเป็นก็จะซื้อสิ่งที่ตนยอมรับว่าทดแทนกันได้

5. ผลที่ตามมา ผู้บริโภคทำการประเมินว่าทางเลือกที่เราเลือกมาแล้วนั้น ตอบสนองความต้องการและความคาดหมายหรือไม่ทันทีที่มีการใช้หรือบริโภคทางเลือก

สรุปได้ว่า การตัดสินใจของผู้บริโภค ประกอบด้วย การเล็งเห็นปัญหาหรือความต้องการ การเสาะแสวงหาข้อมูล การประเมินคุณค่า การตัดสินใจซื้อ ผลที่ตามมา

## 2.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการตัดสินใจซื้อ

1. ปัจจัยทางด้านสังคม เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมผู้บริโภค พอสรุปได้ดังนี้

1.1 อิทธิพลของกลุ่มอ้างอิง (reference group) คือกลุ่มบุคคลซึ่งผู้อื่นยึดถือแนวความคิดหรือค่านิยมของพวกเขามาใช้เป็นแนวทางในการแสดงพฤติกรรม แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม

กลุ่มอ้างอิงโดยตรง ได้แก่ กลุ่มบุคคลซึ่งเป็นสมาชิกโดยตรงในลักษณะเผชิญหน้ากัน

กลุ่มอ้างอิงโดยอ้อม ได้แก่ กลุ่มบุคคลที่ไม่ได้เป็นสมาชิกโดยตรงแต่อยากจะร่วมเป็นสมาชิกในอนาคตหรือเป็นกลุ่มบุคคลไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยว

อิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อของผู้บริโภค 3 แนวทาง คือ อิทธิพลทางข้อมูล อิทธิพลทางด้านบรรทัดฐาน และอิทธิพลทางด้านเป็นต้นแบบ (คานา ทิปะปาล 2542) การใช้กลุ่มอ้างอิงที่มีผลต่อก็คัดสินใจบริโภค

1.2 ครอบครัว (family) คือ กลุ่มคนที่ประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป และมีความเกี่ยวข้องกันทางสายโลหิต การสมรส หรือการรับเอาไว้ ครอบครัวจะมีหน้าที่ที่มีผลต่อสมาชิกในครอบครัว ได้แก่ สร้างความอยู่ดีกินดีให้แก่สมาชิก สร้างความอบอุ่นทางด้านอารมณ์ กำหนดรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมให้ครอบครัว

ครอบครัวเป็นปัจจัยทางสังคมอย่างหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมผู้บริโภคมากที่สุด เพราะสมาชิกในครอบครัวมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด นับตั้งแต่เยาว์วัย มีพ่อแม่ จะทำหน้าที่อบรมสั่งสอนแบบการดำเนินชีวิตให้บุตร และเป็นต้นแบบทางพฤติกรรมผู้บริโภคให้แก่ลูกๆ รูปแบบพฤติกรรมผู้บริโภคที่ได้รับจากครอบครัวจะติดตัวไปตลอดชีวิต (คานา ทิปะปาล 2542)

1.3 ชั้นของสังคม (social class) ลักษณะของกลุ่มชั้นทางสังคม จะแตกต่างกัน ทั้งทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ อันจะบอกถึงลักษณะกิจกรรมทัศนคติ และนิสัยในการบริโภคที่แตกต่างกัน ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างชนชั้นทางสังคมกับพฤติกรรมผู้บริโภคในแต่ละระดับจะมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันโดยตรง ชั้นของสังคมที่ต่างกันจะมีพฤติกรรมเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ที่จะซื้อ ร้านค้า ระดับราคาจะมีความแตกต่างกัน ซึ่งชั้นของสังคมอาจแบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ๆ คือ ระดับชนชั้นสูง (upper class) ระดับชนชั้นกลาง (middle class) และระดับชนชั้นล่าง (lower class)

1.4 วัฒนธรรมและวัฒนธรรมย่อย (culture and subculture) ในความหมายของพฤติกรรมผู้บริโภค (คานา ทิปะปาล 2542) วัฒนธรรมอาจหมายถึง ผลรวมทั้งหมดของความเชื่ออันเกิดจากการเรียนรู้ ค่านิยมและขนบธรรมเนียมประเพณี ซึ่งเป็นสิ่งที่นำมาใช้เพื่อควบคุมกำกับพฤติกรรมผู้บริโภค วัฒนธรรมจะเป็นตัวกำหนดเพื่อให้สังคมหรือผู้บริโภคยึดถือเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อให้พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นที่ยอมรับของสังคม วัฒนธรรมจึงเป็นตัวควบคุมพฤติกรรมของผู้บริโภค

## 2. ปัจจัยทางด้านความพยายามของตลาดและธุรกิจ

การตลาด (marketing) หมายถึง กระบวนการการวางแผน และการบริหารแนวความคิด การกำหนดราคา การส่งเสริมการตลาด และการจัดจำหน่ายความคิด สินค้าและบริการเพื่อสร้างให้เกิดการแลกเปลี่ยนที่สนองความพึงพอใจของแต่ละบุคคล และบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร (ศิริวรรณ เสรีรัตน์ 2538) ดังนั้นกิจกรรมทางการตลาดจึงมีส่วนสำคัญต่อพฤติกรรมผู้บริโภคเพราะจะเข้าถึงความต้องการของผู้บริโภคให้เกิดความพึงพอใจ

การดำเนินกลยุทธ์ทางการตลาดที่สามารถตอบสนองความพึงพอใจแก่ผู้บริโภค นั้น ประกอบด้วย ผลิตภัณฑ์ (product) ราคา (price) การจัดสถานที่จำหน่าย (place) และการส่งเสริมการตลาด (promotion) โดยมีรายละเอียดดังนี้ (ศิริวรรณ เสรีรัตน์ 2538)

2.1 ผลิตภัณฑ์ (product) หมายถึง สิ่งที่น่าเสนอกับตลาดเพื่อความสนใจ (attention) ความอยากได้ (acquisition) การใช้ (using) หรือการบริโภค (consumption) ซึ่งสามารถตอบสนองความต้องการหรือความจำเป็นของผู้บริโภค

2.2 ราคา (price) หมายถึง จำนวนเงินหรือสิ่งอื่นที่จำเป็นต้องใช้เพื่อให้ได้มาซึ่งผลิตภัณฑ์และบริการ (ศิริวรรณ เสรีรัตน์ 2538) การกำหนดราคาผลิตภัณฑ์และบริการมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะราคาเป็นปัจจัยตัวเดียวที่ทำให้เกิดรายได้ การตัดสินใจเรื่องราคาจะต้องคำนึงถึง พฤติกรรมผู้บริโภคอย่างมาก ราคาคือตัวกำหนดความต้องการในตลาดเป้าหมาย

2.3 การจัดสถานที่จำหน่าย (place) หมายถึง สถานที่ ส่วนประกอบของกิจกรรม และสถาบันการตลาดที่น่าผลิตภัณฑ์หรือบริการที่ถูกต้อง ไปยังลูกค้า การจัดจำหน่ายเจ้าของผลิตภัณฑ์ต้องพิจารณาตัดสินใจที่จะนำผลิตภัณฑ์และบริการไปวางจำหน่ายให้เป็นที่สนใจและสอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มผู้บริโภค

2.4 การส่งเสริมการตลาด (promotion) หมายถึง การสื่อสารข้อมูลระหว่างผู้ขายกับผู้ซื้อเพื่อสร้างทัศนคติและพฤติกรรมการซื้อ การจัดกิจกรรมส่งเสริมการตลาด เป็นการสื่อสารแบบโน้มน้าวผู้รับสาร ให้ผู้รับสารยอมรับกิจกรรมในการสื่อสารนั้นมีหลายชนิด ได้แก่ ประชาสัมพันธ์ การขายตรง การส่งเสริมการขายและการสื่อสารแบบเผชิญหน้า ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

2.4.1 การโฆษณา (advertising) หมายถึง ในทางการตลาดทางธุรกิจเป็นการเสนอหรือส่งเสริมแนวความคิด สินค้าหรือบริการโดยจ่ายเงินผ่านสื่อเป็นการซื้อเวลาหรือเนื้อที่เพื่อส่งสารออก ผู้รับสารจะเป็นใครก็ได้ในสังคมการโฆษณาไม่ใช่เป็นการสื่อสารระหว่างบุคคล แต่เป็นการสื่อสารในลักษณะการสื่อสารมวลชน โดยระบุผู้อุปถัมภ์ในการโฆษณาไว้ด้วย จุดที่โฆษณาแตกต่างจากรูปแบบการประชาสัมพันธ์ หรือการสื่อสารอื่น คือ จะต้องมีจ่ายเงินผ่านสื่อ ได้แก่ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร โทรทัศน์ วิทยุ ป้ายประกาศ โปสเตอร์ ในทางการตลาดทางสังคมการโฆษณามีข้อจำกัดที่จะนำมาใช้โดยตรงในการโฆษณาทางการค้า เป็นต้นว่าการเข้าถึงอย่างกว้างขวาง ความถี่ของสารที่ได้รับ และศักยภาพต่อการที่จะทำให้เกิดผลกระทบตามมา ดังนั้น จึงควรใช้การโฆษณาบริการสาธารณชน เป็นองค์ประกอบหนึ่งในการสื่อสารให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น การโฆษณามีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมผู้บริโภค

2.4.2 การประชาสัมพันธ์ (public relation) การประชาสัมพันธ์มีความหมายอยู่ 3 ประการด้วยกัน คือ เผยแพร่ข่าวสารความรู้ให้ประชาชนทราบ ชักชวนให้ประชาชนมีส่วนร่วมสนับสนุนต่อความมุ่งหมาย และการดำเนินงานของสถาบันและช่วยดำเนินการปรับความคิดเห็นของประชาชน และสถาบันให้มีความสอดคล้องในทิศทางเดียวกัน และความเข้าใจที่ถูกต้อง (วิรัช ลภีรัตนกุล 2540) การดำเนินงานประชาสัมพันธ์ให้บรรลุวัตถุประสงค์ต้องมีการอาศัยสื่อหรือช่องทางในการนำสารไปยังผู้รับ ซึ่งแต่ละชนิดจะแตกต่างกัน และอาจต้องใช้หลายสื่อผสมผสานกัน สื่อต่างๆ เพื่อการประชาสัมพันธ์ ได้แก่ สื่อบุคคล วิทยุกระจายเสียง โทรทัศน์ สิ่งพิมพ์ วิทยุเทป การจัดกิจกรรมพิเศษในโอกาสต่างๆ

2.4.3 การตลาดตรง (direct marketing) กิจกรรมการขายตรงหรือการตลาดตรงจะมุ่งไปยังกลุ่มเป้าหมาย โดยผ่านสื่อเพื่อการตอบสนองต่อสินค้าหรือบริการ วิธีการโดยใช้โทรศัพท์ จดหมาย หรือการเยี่ยมโดยบุคคล จดหมายสั่งซื้อ การตอบรับโฆษณา กลยุทธ์การตลาดตรงมีประโยชน์สำหรับการเข้าถึงในตลาดที่แคบ

2.4.4 การส่งเสริมการขาย (sale promotion) ในการสื่อสารการตลาด การส่งเสริมการขาย ถูกนำมาใช้เพื่อส่งเสริมเทคนิคการสื่อสารอื่นๆ เพื่อกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม (activating behavior) ตัวอย่างกิจกรรม การส่งเสริมการขาย ได้แก่ การเสนอสินค้าตัวอย่าง ชื่อ 1 แดม 1 การแข่งขันชิงรางวัล การจัดสาธิตวัตถุประสงค์การส่งเสริมการขายเพื่อแนะนำ ชักชวนผู้บริโภคและกลุ่มเป้าหมายให้เกิดการซื้อ การตัดสินใจหวนกลับมาซื้อสินค้าหรือบริการ

2.4.5 การสื่อสารแบบเผชิญหน้า (face to face communication) ขอบเขตสุดท้ายของการสื่อสารการตลาด คือ การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลหรือการสื่อสารแบบเผชิญหน้า วิธีการนี้เป็นการสื่อสารที่ตรงที่สุดเป็นการข้อมูลข่าวสารและการชักชวน ได้ข้อมูลย้อนกลับของกลุ่มเป้าหมาย เพื่อนำมาปรับปรุงให้ดีขึ้น (สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข 2542)

### 3. ปัจจัยทางด้านจิตวิทยา มีอิทธิพลต่อกระบวนการตัดสินใจซื้อ

3.1 การจูงใจ (motivation) เป็นปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของผู้บริโภคที่มองไม่เห็น การจูงใจเป็นกระบวนการอันเกิดจากกลไกภายในร่างกายได้รับการกระตุ้นจนกลายเป็นเหตุผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา โดยมีทิศทางมุ่งไปสู่เป้าหมาย

3.2 การเรียนรู้ของผู้บริโภค (consumer learning) การเรียนรู้ของผู้บริโภคเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากประสบการณ์ที่ได้รับในอดีตทั้งทางตรงและทางอ้อมอาจเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้อื่นได้ หรือเกิดขึ้นโดยบังเอิญได้

3.3 ทักษะ (attitude) คือแนวทางความคิด ความรู้สึก หรือการกระทำต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีทั้งทางบวกและทางลบ

ทัศนคติของผู้บริโภค คือ พฤติกรรมของผู้บริโภคเป็นพฤติกรรมที่ถูกจูงใจหรือกระตุ้นให้เกิดขึ้นอันอาจเป็นผลจากความต้องการหรือสิ่งเร้าภายในหรือเนื่องมาจากการปลุกเร้าความต้องการให้เกิดขึ้น โดยผู้ดำเนินการธุรกิจด้วยวิธีการต่างๆ พฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นย่อมสอดคล้องหรือแสดงถึงทัศนคติที่ผู้บริโภคมีอยู่ในขณะนั้น ดังนั้นการเลือกซื้อสินค้าชนิดใดชนิดหนึ่งหรือยี่ห้อใดจึงเป็นการแสดงออกถึงทัศนคติหรือความเชื่อของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์ว่าจะตอบสนองความต้องการของตนได้ดีที่สุด ทั้งนี้อาจจะโดยการถูกชักจูงโดยผู้จำหน่ายให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อสินค้านั้นๆ และพร้อมที่จะซื้อผลิตภัณฑ์นั้นๆ ทันทีเมื่อมีความจำเป็นหรือความต้องการขึ้น เมื่อพิจารณาในแง่นี้จะเห็นว่าการเกิดหรือการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์หรือบริการชนิดใดชนิดหนึ่ง บริษัท บุคคล ความคิดหรือสิ่งใดก็ตามนั้นเป็นผลมาจากการเรียนรู้ของผู้บริโภคซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญ ดังนี้

3.3.1 จากประสบการณ์โดยตรงของผู้บริโภค เช่น การได้ใช้ผลิตภัณฑ์ การได้รับข้อมูลข่าวสาร ซึ่งผู้บริโภคเก็บสะสมไว้เป็นเวลานาน ประสบการณ์เหล่านี้มีส่วนในการกำหนดทิศทางและความเข้มข้นของทัศนคติของผู้บริโภคเป็นอย่างยิ่ง การที่ทัศนคติจะเปลี่ยนไปในรูปแบบใดขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการ คือ

ความต้องการของบุคคล

ประสิทธิภาพในการจูงใจของข้อมูลข่าวสาร

สิ่งจูงใจ เช่น การโฆษณา รายการส่งเสริมการขายต่างๆ เป็นต้น

บุคลิกภาพและภาพพจน์ที่ผู้บริโภคมิต่อตนเองและผลิตภัณฑ์

3.3.2 อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น ค่านิยมของสังคมที่ผู้บริโภคสังกัดเป็นสมาชิกอยู่

3.4 บุคลิกภาพ (personality) เป็นลักษณะเฉพาะตัวที่ทำให้คนมีลักษณะแตกต่างกันและมีการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง บุคลิกภาพเป็นปัจจัยทางจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมผู้บริโภค ซึ่งผู้บริโภคส่วนใหญ่จะซื้อผลิตภัณฑ์เพื่อป้องกันความ เป็นเอกลักษณ์ของตนเองเสมอ เช่น ผู้บริโภคซื้อสินค้ามาใช้ในราคาที่แพงเกินจำเป็น ก็อาจมีจุดมุ่งหมายเพื่อเสริมภาพลักษณ์ หรือศักดิ์ศรีของตนเอง (คารา ทีปะปาล 2542)

## 2.4 กรอบแนวคิดการพัฒนาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

การที่จะวางแผนพัฒนาเทคโนโลยีเพื่อปรับพฤติกรรมนั้น จะต้องเริ่มจากการวิเคราะห์สถานการณ์และแนวโน้มที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและโภชนาการของคนไทย ซึ่งนอกจากสภาวะอาหารและโภชนาการของคนไทย มีปัจจัยสรุปได้ดังนี้ (วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์ 2541 : 112-114)

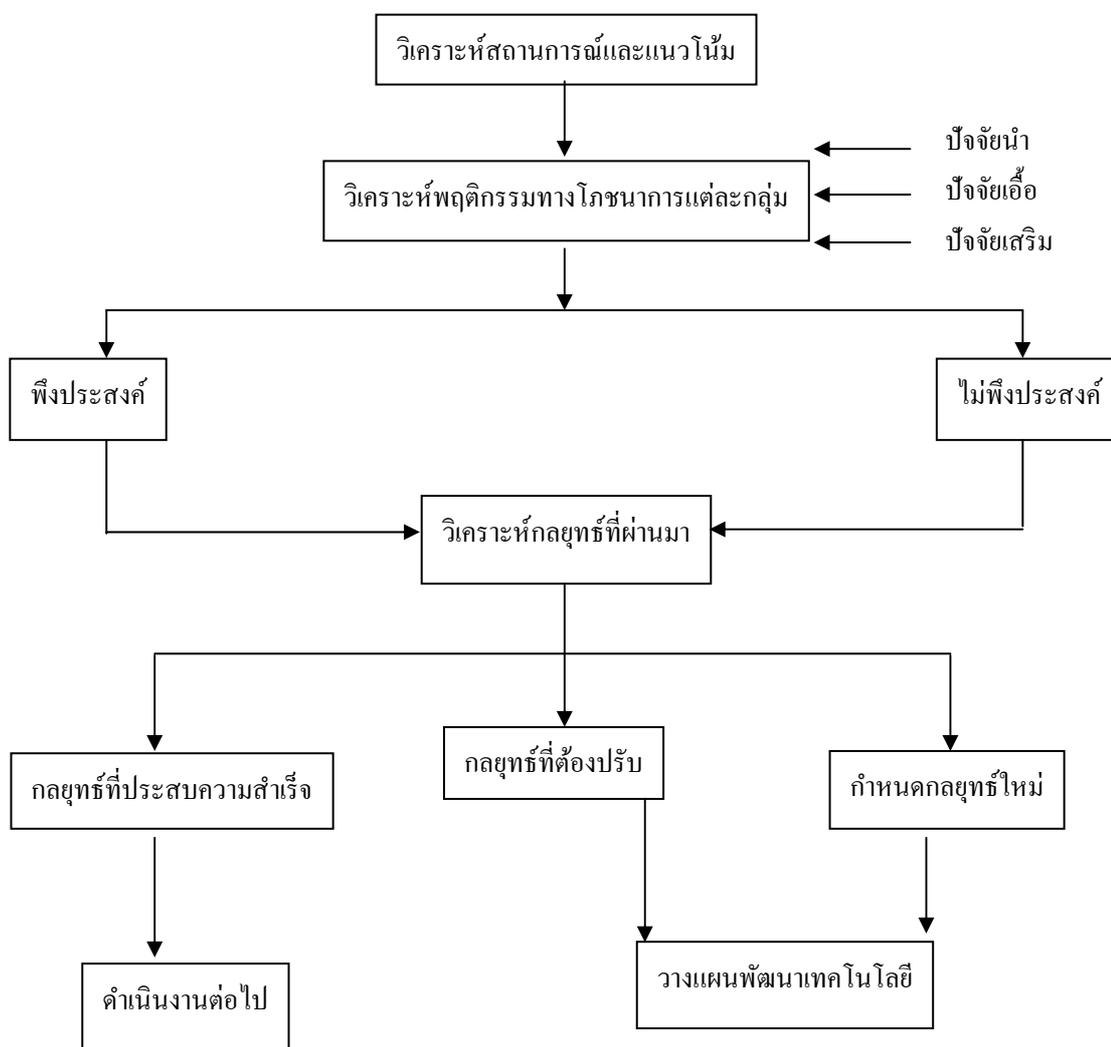
1. การขยายตัวด้านเศรษฐกิจ มีผลทำให้รายได้เฉลี่ยต่อหัวสูงขึ้น แต่การกระจายรายได้ยังไม่ดีพอ จึงมีผลทำให้ประชาชนผู้ด้อยโอกาสมีอำนาจการซื้ออาหารมาบริโภคต่ำตามไปด้วย ย่อมมีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของประชาชนไทยในภาพรวม

2. การขยายตัวด้านอุตสาหกรรมเข้ามาทดแทนด้านการเกษตรมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ อันมีผลกระทบต่อการผลิตอาหารน้อยลง การได้มาซึ่งอาหารเปลี่ยนจากแหล่งธรรมชาติมาเป็นจากตลาดและร้านค้า การพึ่งพาตนเองลดลง ราคาอาหารสูงขึ้น

3. การอพยพเคลื่อนย้ายจากชนบทเข้าสู่เขตเมืองทวีความรุนแรงขึ้น ก่อให้เกิดปัญหาด้านสังคมตามมา อาทิ ชุมชนแออัด มลพิษ การจราจร เป็นต้น ล้วนมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตและภาวะโภชนาการทั้งสิ้น การเคลื่อนย้ายดังกล่าวนี้ หากมองให้ลึกคือ การเคลื่อนย้ายปัญหาโภชนาการจากเขตชนบทเข้าสู่เขตเมืองไปในตัวด้วย

4. โครงสร้างของกลุ่มประชากรเปลี่ยนแปลงไปโดยวัยเด็กลดลง แต่ประชากรวัยหนุ่มสาววัยกลางคน และวัยสูงอายุเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะวัยสูงอายุ ปัญหาโภชนาการจะเพิ่มขนาดของปัญหาที่ชัดเจน

5. ประเทศไทยเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ หรือยุคแห่งการสื่อสารไร้พรมแดน ย่อมมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตด้านการบริโภคอาหารของคนไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่พ้น พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารจะเปลี่ยนเป็นการบริโภคอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น ความเสี่ยงต่อการบริโภคอาหารให้ถูกหลักโภชนาการตลอดจนถูกหลักก่อนามัยอาหารย่อมสูงขึ้น เสี่ยงต่อการมีภาวะโภชนาการเกิน โรคขาดสารอาหารและพิษภัยจากอาหาร



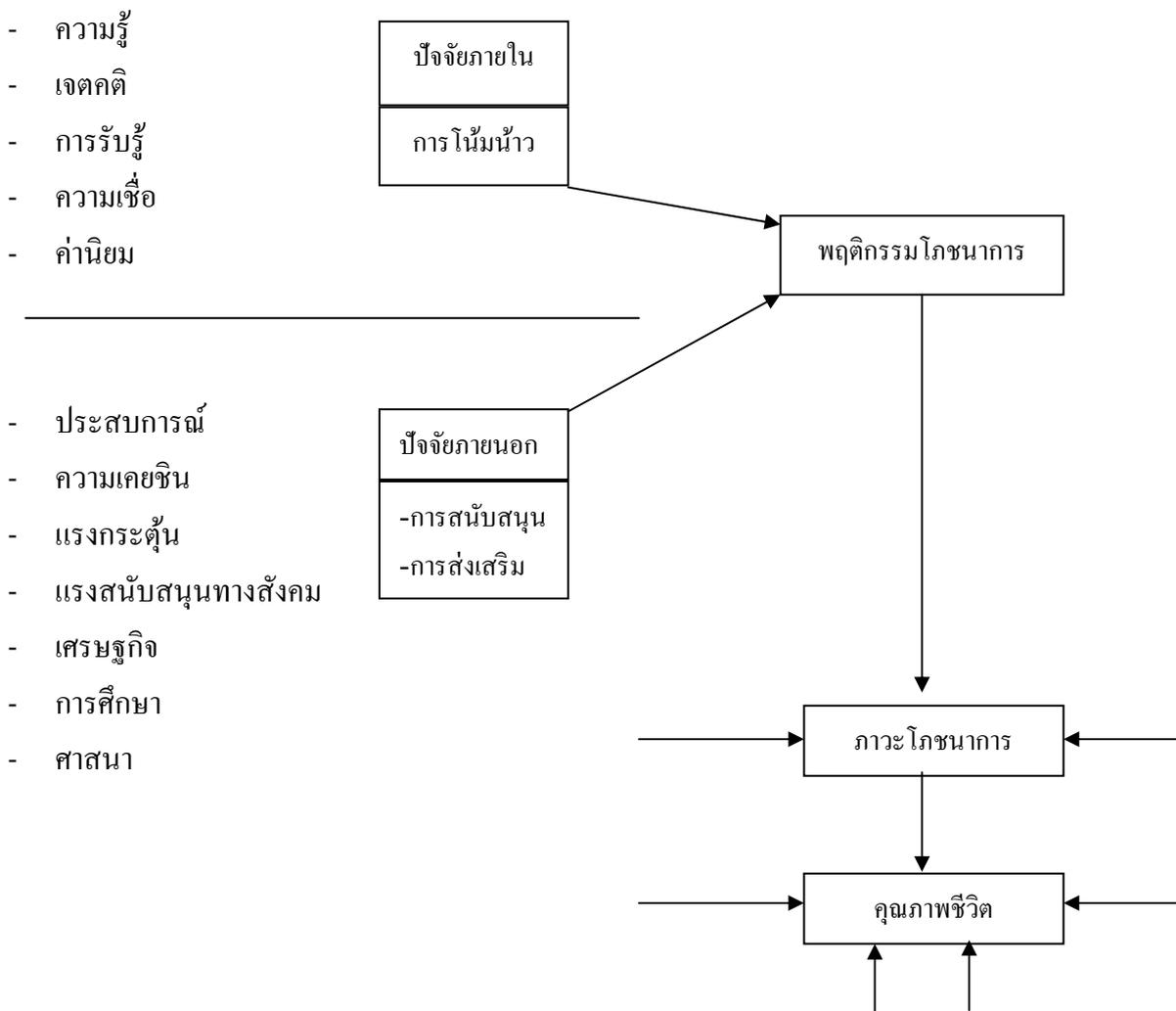
แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดการพัฒนาเทคโนโลยีเพื่อปรับพฤติกรรมทางโภชนาการ

ที่มา : วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์,พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ทบทวนองค์ความรู้สถานการณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืน.(นนทบุรี : สำนักพัฒนาวิชาการแพทย์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข,2541),114.

การกำหนดกลยุทธ์ที่เหมาะสมต่อการปรับเปลี่ยนต่อไป ซึ่งได้นำเอากรอบแนวคิดของ Lawence W.Green โดยใช้ PRECEDE MODEL มาประยุกต์ใช้เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยในยุคปัจจุบัน อันมีปัจจัยสำคัญ 2 ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมโภชนาการ ดังนี้ (วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์ 2541 : 115-116)

1. ปัจจัยภายใน หรือปัจจัยโน้มน้าว (Predisposing Factors) ซึ่งเกิดภายในตัวของบุคคลนั้นๆ ที่นำไปสู่การกระทำหรือการบริโภคอาหาร ได้แก่ การมีความรู้สึกเรื่องอาหารและโภชนาการ อันมีผลเอื้อต่อการมีความเชื่อ มีเจตคติและค่านิยมให้เกิดแรงจูงใจโน้มน้าวที่จะบริโภคอาหารให้ถูกต้องหลักโภชนาการแต่การมีปัจจัยภายในเพียงอย่างเดียว ไม่อาจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคได้ ต้องขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอกอย่างอื่นด้วย

2. ปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย ปัจจัยสนับสนุน (Enabling Factors) และปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors) ปัจจัยสนับสนุนนั้นเกิดภายนอกตัวบุคคล กล่าวคือหลังจากที่บุคคลได้รับหรือมีปัจจัยภายในแล้ว แต่ถ้าได้มีการทดลองปฏิบัติให้สอดคล้องไปกับประสบการณ์ ที่มีอยู่จนเกิดทักษะในขณะเดียวกันก็ได้รับแรงสนับสนุนการกระตุ้นจากภายนอก ตลอดจนมีสภาพทางเศรษฐกิจสังคมที่เอื้ออำนวยต่อการเกิดการบริโภคอาหารที่พึงประสงค์ขึ้นได้ ดังแผนภูมิที่ 2



แผนภูมิที่ 2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมโภชนาการ

ที่มา : วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์,พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ทบทวนองค์ความรู้สถานการณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืน.(นนทบุรี : สำนักพัฒนาวิชาการแพทย์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข,2541),115.

**ดัชนีมวลกาย (BMI : Body mass index)** เป็นค่าดัชนีที่คำนวณจากน้ำหนักและส่วนสูง เพื่อใช้เปรียบเทียบความสมดุลระหว่างน้ำหนักตัว ต่อความสูงของมนุษย์ ซึ่งคิดค้นโดย Adolphe Quetelet ชาวเบลเยียม ค่าดัชนีมวลกายหาได้โดยน้ำหนักตัวหารด้วยกำลังสองของส่วนสูงตนเอง

$$BMI = \frac{\text{น้ำหนัก(กก.)}}{\text{ส่วนสูง(ม.)}^2}$$

โดยปกติให้ใช้น้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัม และส่วนสูงเป็นเมตร จะได้หน่วยเป็นกก./ม.<sup>2</sup> ซึ่งมักจะละทิ้ง

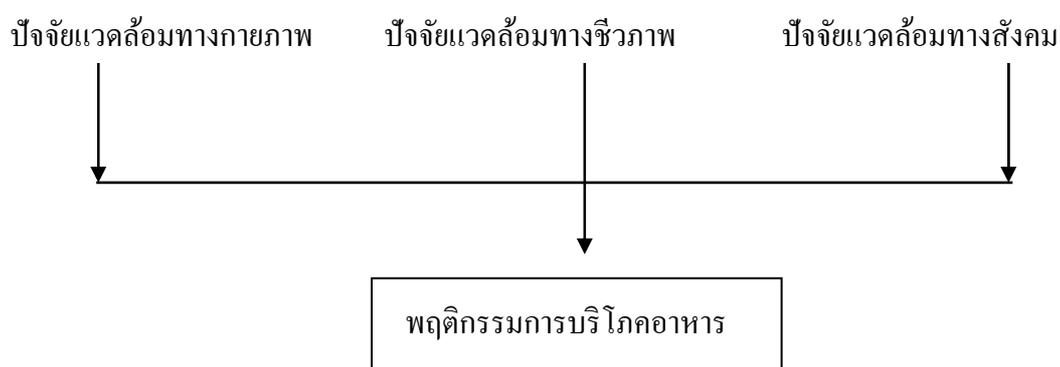
### การประมาณค่าดัชนีมวลกาย

เมื่อได้คำนวณค่าดัชนีมวลกายแล้ว ลองนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ดังนี้

ผอมเกินไป	น้อยกว่า 18.5
เหมาะสม	มากกว่าหรือเท่ากับ 18.5 แต่น้อยกว่า 25
น้ำหนักเกิน	มากกว่าหรือเท่ากับ 25 แต่น้อยกว่า 30
อ้วน	มากกว่าหรือเท่ากับ 30 แต่น้อยกว่า 40
อ้วนทรามาก	มากกว่าหรือเท่ากับ 40

### ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร

ได้มีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร โดยแบ่งได้เป็น 3 ปัจจัยต่างกัน ดังนี้ คือ ปัจจัยแวดล้อมทางกายภาพ ปัจจัยแวดล้อมทางชีวภาพ และปัจจัยแวดล้อมทางสังคม (วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์ 2542: 227)



แผนภูมิที่ 3 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

ที่มา : วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์, การประเมินภาวะโภชนาการทางมานุษยวิทยาและสังคมวิทยา.

ในเอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการสาธารณสุข, หน่วยที่ 4. (กรุงเทพมหานคร :

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2542), 27.

1. ปัจจัยแวดล้อมทางกายภาพ (Physical factor) ได้แก่ สภาพทางภูมิศาสตร์ของชุมชนจะเป็นตัวกำหนดชนิดอาหารที่สามารถผลิตหรือหาได้ในชุมชนนั้น เช่น ชุมชนที่อยู่ใกล้ทะเลจะหาอาหารได้จากการประมง เป็นต้น นอกจากนี้สภาพทางภูมิศาสตร์ เช่น ดิน น้ำ ภูมิอากาศ ยังเป็นตัวกำหนดชนิดของพืชที่จะสามารถเพาะปลูกได้ในแต่ละชุมชนชนิดของพืชและสัตว์ในแต่ละท้องถิ่นจะเป็นเครื่องกำหนดแบบแผนของลักษณะอาหารที่บริโภคของชุมชน ปัจจัยทางกายภาพมี

อิทธิพลโดยตรงต่อการกินอาหารของชุมชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งชุมชนที่มีเศรษฐศาสตร์เพียงแต่ยังชีพได้ ดังนั้นความแตกต่างของลักษณะทางกายภาพย่อมจะมีผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคของคนในท้องถิ่นนั้น ๆ

2. ปัจจัยแวดล้อมทางชีวภาพ (Biological factor) แต่ละคนจะมีความต้องการสารอาหารแต่ละชนิดเหมือนกัน จะแตกต่างกันก็เพียงปริมาณที่ต้องการไม่เท่ากัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ เพศ วัย สภาพร่างกาย กิจกรรมที่ทำ และสิ่งแวดล้อม (วลัย อินทร์พรชัย 2530 ข: 625) นอกจากนี้ วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์ (2542:228) ให้ความหมายของคำว่า ปัจจัยแวดล้อมทางชีวภาพ หมายถึง ชนิดและปริมาณของสารอาหารที่ร่างกายต้องการตามสภาวะของร่างกาย เช่น สภาวะการตั้งครรภ์ อายุ เพศ วัย ความเจ็บป่วย ชนิดของยาที่กิน การทำงานของอวัยวะในร่างกาย เช่น การย่อย การดูดซึมอาหาร กล่าวคือ อายุที่แตกต่างกันทำให้ความต้องการของสารอาหารแตกต่างกัน ผู้ชายจะมีความต้องการพลังงานจากอาหารและสารอาหารต่าง ๆ สูงกว่าผู้หญิงในช่วงอายุเท่ากัน ความต้องการอาหารของคนขึ้นอยู่กับความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ซึ่งเริ่มตั้งแต่เกิดเป็นทารกจนถึงวัยชราระยะที่ร่างกายเปลี่ยนแปลงเป็นสาเหตุที่คนเรามีความต้องการอาหารที่ต่างกัน

3. ปัจจัยทางสังคม (Social factor) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับ

### 3.1 ลักษณะของสังคมชนบทและสังคมเมือง

ในสังคมชนบทของไทยโดยทั่วไปเป็นแบบเครือญาติ โดยที่ครอบครัวหนึ่ง ๆ ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก และญาติพี่น้องอยู่ร่วมกันเป็นสมาชิกครอบครัว พ่อ แม่ เป็นศูนย์กลางของครอบครัว สมาชิกในครอบครัวจะมีการแบ่งงานกันทำ หมู่บ้านมีขนาดเล็กและอยู่กันกระจัดกระจาย ชาวชนบทส่วนใหญ่มีการศึกษาน้อย ในการทำอะไรก็มักจะมีการเลียนแบบกันและไม่ค่อยเปลี่ยนแปลงอะไรง่าย ๆ ซึ่งโดยทั่วไปสังคมในชนบทมักจะเอื้อเฟื้อ มีอะไรจะแลกเปลี่ยนกัน ส่วนในสังคมเมืองจะเป็นแบบครอบครัวเดี่ยว กล่าวคือ ครอบครัวหนึ่ง ๆ จะประกอบไปด้วยพ่อ แม่ ลูก โดยส่วนใหญ่มีสมาชิกไม่เกิน 5 คน บุคคลที่อยู่รอบ ๆ บ้านมักไม่คุ้นเคย ไม่ใช่เครือญาติ มีความสัมพันธ์กันเพียงแค่เพื่อนบ้านเท่านั้น พ่อแม่มีหน้าที่ต้องออกไปทำงานจึงไม่ค่อยมีเวลาอยู่บ้านกับลูก ไม่มีเวลาในการเตรียมอาหาร และมักเป็นการรับประทานอาหารนอกบ้าน หรือซื้ออาหารสำเร็จมารับประทาน บุคคลในชุมชนเมืองมีการศึกษาสูง รายได้สูง ค่าครองชีพและการแข่งขันสูง ไม่สนใจเรื่องของคนอื่นมากนักจึงทำให้ความเป็นอยู่ของบุคคลในชุมชนเมืองเร่งรีบ วุ่นวาย อาจไม่สามารถไ่ว่างใจกันได้

3.2 ด้านเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว มีการพิจารณาในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

### 3.2.1 รายได้ของครอบครัว

ฐานะทางเศรษฐกิจหรือรายได้ รวมถึงรายจ่ายในครอบครัว มีอิทธิพลต่อการเลือกซื้อ และการบริโภคอาหารในครอบครัว จากการสำรวจสถิติของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (พ.ศ. 2511-2512) พบว่า ครอบครัวผู้มีรายได้น้อยมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารเป็นร้อยละมากกว่าผู้ที่มียาได้มากและทุกระดับรายได้จะมีการใช้จ่ายเงินเป็นค่าอาหารมากกว่าค่าใช้จ่ายอื่น ๆ หมายความว่ารายจ่ายส่วนใหญ่ของครอบครัวเป็นเรื่องเกี่ยวกับอาหารการกิน ดังนั้นการเพิ่มหรือลดลงของรายได้อาจมีผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้วย เช่น ถ้ารายได้เพิ่มขึ้น การบริโภคเนื้อสัตว์ก็มีสูงขึ้น (สนอง อุณากุล 2528:26) ดังนั้น จะเห็นได้ว่ารายได้ของครอบครัวมีผลกระทบต่อความสามารถในการซื้ออาหารซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลด้วย

### 3.2.2 อาชีพของบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง

อาชีพของบิดา มารดาหรือผู้ปกครองเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อนิสัยการกิน จากการศึกษาของชูเกียรติ มณีธร (2529:115) ที่ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการกินของหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตรทารกก่อนวัยเรียนในชนบทภาคตะวันออกเฉียงของไทย พบว่า การที่เด็กมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ดี เนื่องจากมารดาของเด็กวัยก่อนเรียนไม่มีเวลาเลี้ยงดูเพราะต้องรีบออกไปทำงานปล่อยให้เด็กอยู่บ้านและหาอาหารการกินเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของเครือวัลย์ หุตานุวัตร (2529:178) ที่ศึกษาพฤติกรรมการกินของชาวชนบทอีสานตอนบน พบว่า การที่พ่อแม่ต้องทำงานรับจ้าง ทำให้มีเวลาเลี้ยงดูบุตรน้อยลงเด็กจึงถูกทอดทิ้งให้อยู่กันตามลำพังจึงมักกินอาหารสำเร็จรูปที่ด้อยคุณค่าทางโภชนาการ แต่จากการศึกษาของวิณี ชิดเชิดวงศ์ (2521: บทคัดย่อ) ที่จังหวัดนครราชสีมา และทัศนีย์ เมธาคุปต์ (2527: บทคัดย่อ) ที่จังหวัดราชบุรี พบว่า เด็กก่อนวัยเรียนที่มารดามีสภาพการทำงานต่างกัน มีบริโภคนิสัยที่ต่างกัน กล่าวคือ เด็กก่อนวัยเรียนที่มารดาออกไปทำงานนอกบ้านจะมีพฤติกรรมการบริโภคดีกว่าที่มารดาทำงานในบ้าน เนื่องจากการที่มารดาออกไปทำงานนอกบ้าน ทำให้ครอบครัวมีรายได้สูงขึ้นสามารถซื้อหาอาหารที่มีประโยชน์ให้เด็กกินได้บ่อย ๆ กว่าเด็กที่มารดาไม่ได้ทำงานนอกบ้าน

### 3.2.3 ระดับการศึกษาของบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง

ในเรื่องการศึกษาของบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง วศิณา จันทศิริ (2531:190) กล่าวว่า การศึกษาของพ่อแม่บ้าน แม่บ้านมีความสำคัญมากเกี่ยวกับปัญหาในเรื่องการกินอาหารของครอบครัว ถ้าพ่อแม่บ้านแม่บ้านมีการศึกษาดี ก็จะมีความรู้เรื่องการกินอาหารที่ถูกต้อง รู้ถึงคุณค่าทางโภชนาการ อาหารสิ่งใดที่มีประโยชน์ควรซื้อมาให้คนในครอบครัวบริโภค ทั้งยัง

สามารถอบรมสั่งสอนบุตรหลานให้รู้จักเลือกกิน เลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางโภชนาการ หรือในกรณีที่บิดามารดามีการศึกษาที่ดี แต่ไม่มีความรู้ทางด้านโภชนาการเลย ก็จะสามารถหาเอกสารตำราในเรื่องของโภชนาการมาอ่านถ่ายทอดความรู้และปฏิบัติแก่ตนเองและครอบครัวได้

### 3.2.4 ขนาดของครอบครัว

ขนาดของครอบครัวหรือจำนวนสมาชิกในครอบครัว มีผลกระทบต่อปริมาณและคุณภาพของอาหารที่คนในครอบครัวนั้นบริโภค ครอบครัวใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวหลายคน ค่าใช้จ่ายในเรื่องอาหารจะสูง แต่เมื่อเฉลี่ยต่อคนจะต่ำกว่ายิ่งถ้ารายได้คงที่ แต่ขนาดของครอบครัวใหญ่ขึ้น ปริมาณและคุณภาพของอาหารที่สมาชิกแต่ละบุคคลจะได้รับนั้นก็จะต้องลงไปด้วย ดังนั้นขนาดของครอบครัว จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการได้รับอาหารของสมาชิกในครอบครัว (วศินา จันทศิริ 2531:190)

### 3.2.5 การประกอบอาหารในครอบครัว

มารดาถือเป็นบุคคลในครอบครัวที่สำคัญมากในการปลูกฝังนิสัยการกินของบุคคลในครอบครัว เพราะเป็นผู้มีหน้าที่ประกอบอาหาร ซึ่งทำการประกอบอาหารไปตามลักษณะนิสัยการกินของแต่ละครอบครัว โดยแตกต่างกันไปตามความเคยชิน และความเชื่อต่าง ๆ ดังนั้นถ้าครอบครัวใดที่มีมารดาประกอบอาหารถูกหลักโภชนาการจะทำให้บุคคลในครอบครัวนั้นได้กินอาหารที่มีประโยชน์ และสามารถเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ด้วย (ชูเกียรติ มณีธร 2529:105)

ปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้แก่ ความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี ประสพการณ์ดั้งเดิม เป็นตัวกำหนดพื้นฐานในการเปลี่ยนแปลงหรือปรุงอาหารในท้องถิ่นจนถึงการถนอมอาหารไว้ในยามฤดูขาดแคลน นอกจากอาหารที่ผลิตได้เองแล้วยังอาจบริโภคอาหารจากแหล่งอื่นตามการกระจายด้านตลาด การโฆษณาสินค้า รายได้และอำนาจการซื้อของแต่ละบุคคล นอกจากนี้การเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียนมีส่วนช่วยคัดแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลได้และสถานบริการสาธารณสุขที่อยู่ในท้องถิ่นที่มีส่วนกำหนดความกลัวหรือความกลัวต่อการบริโภคอาหารชนิดต่าง ๆ

สาคร ธนมิตร (2529:206-208) ได้จำแนกพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยออกเป็น 3 แบบ กล่าวคือ พฤติกรรมที่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และพฤติกรรมแบบกลาง ๆ ธรรมดาที่ไม่ทำให้เกิดผลเสีย

พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่พึงประสงค์ มีสาเหตุเนื่องมาจาก

1. ขาดความรู้
2. ความเชื่อที่ผิด
3. ประสบการณ์สะสมที่ผิด
4. สิ่งแวดล้อม เช่น ขาดแหล่งอาหาร และภาวะจำยอม
5. ขาดบริการสาธารณสุข

พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่พึงประสงค์ จะเกิดขึ้นได้เมื่อเปลี่ยนการขาดความรู้มาเป็นการมีความรู้ เปลี่ยนความเชื่อที่ผิดให้ถูกต้อง ส่งเสริมสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการมีแหล่งอาหาร และลดภาวะจำยอม ปรับปรุงแบบการสาธารณสุข เพื่อให้มั่นใจต่อความปลอดภัยของชีวิต

สาเหตุและปัจจัยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่พึงประสงค์ มักจะเกิดร่วมกันไป และมีผลเชื่อมโยงกันและกัน เสริมความเชื่อที่ผิดต่าง ๆ ให้แน่นแฟ้นมากยิ่งขึ้น ส่วนความเชื่อที่ผิดที่แก้ไขยากที่สุด คือ ความเชื่อที่มีอิทธิพลมาจากวัฒนธรรมประเพณีสำหรับแหล่งอาหารจัดว่าเป็นสาเหตุสำคัญต่อการบริโภคไม่น้อยไปกว่าการเรียนรู้และบริการสาธารณสุข ส่วนปัจจัยด้านรายได้และอำนาจการซื้อจะมีผลต่อการได้มาซึ่งอาหารสำหรับการเลี้ยงสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มประชากรที่มีโช่เกษตรกร การเลือกซื้ออาหารอยู่ภายใต้อิทธิพลของการโฆษณา นอกจากนี้การบริการอาหารแบบส่งถึงบ้านนั้นมักจะมีวิธีการดึงดูดผู้ซื้อได้มากกว่า ดังนั้นการเลือกซื้ออาหารและการบริโภคอาหารจึงขึ้นอยู่กับความรู้ของผู้บริโภคเป็นสำคัญ

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของคนไทย มีดังนี้

1. การมีแหล่งอาหาร การผลิต การถนอมอาหาร การแปรรูป ตลอดจนการเตรียมและปรุงอาหาร
2. รายได้ อำนาจการซื้อ ซึ่งมีผลต่อการมีอาหาร แต่อยู่ภายใต้อิทธิพลของการโฆษณา
3. วัฒนธรรม ประเพณี และประสบการณ์ต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ การเตรียม การหาและการปรุงอาหาร
4. การบริการสาธารณสุข ทั้งทางด้านการรักษา ป้องกัน และส่งเสริมสุขภาพ
5. การเรียนรู้ทั้งในระบบและนอกระบบ

บริโภคนิสัยของมนุษย์นั้นมิได้เกิดขึ้นในระยะเวลาสั้น ๆ หากแต่สะสมอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่วัยเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ อาจมาจากประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมที่ได้รับซึ่งสิ่งที่เป็นปัจจัยต่อบริโภคนิสัยนั้น ประกอบด้วย

1. อาหารที่มีในท้องถิ่น หากท้องถิ่นใดมีอาหารสมบูรณ์ คนในท้องถิ่นนั้นย่อมมีโอกาสจะได้รับบริโภคอาหารที่มีคุณค่าเพียงพอแก่ความต้องการร่างกาย ท้องถิ่นใดขาดแคลนอาหาร คนในท้องถิ่นก็จำเป็นต้องกินอย่างจำกัด

2. ฐานะทางเศรษฐกิจ แต่ละครอบครัวจะสามารถซื้ออาหารที่มีขายในท้องตลาดมากินได้มากน้อยเพียงไร และซื้ออาหารจำพวกใดบ้างนั้นส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับรายได้ของครอบครัว

3. ความเคยชินในการกินของครอบครัว การกินของแต่ละครอบครัวนั้นบางครั้งมีเหตุผลเบื้องหลังที่เกี่ยวกับการเชื่อชาติ ศาสนา และขนบธรรมเนียมประจำชาติ หรือความเชื่อของครอบครัวนั้น ๆ รวมทั้งนิสัยที่สืบเนื่องกันมาหลายชั่วคน

4. ขนบธรรมเนียมประเพณี

5. ภาวะทางอารมณ์และจิตใจ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสุขหรืออึดอัด ความชอบหรือไม่ชอบอาหาร

6. อิทธิพลของการศึกษา ความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารอาจเป็นสาเหตุสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อ การที่บุคคลนิยมกินอาหารเพราะรู้คุณค่าของอาหารนั้น แสดงให้เห็นความสำคัญของการให้ความรู้ทางโภชนาการแก่ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่นอันเป็นวัยที่นิสัยในการกินกำลังจะเกิดขึ้น

เฟล็ค (Fleck 1981:203-205) กล่าวว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคของมนุษย์ซึ่งสอดคล้องจากที่กล่าวมาข้างต้น คือ ขนบธรรมเนียมประเพณี ครอบครัว อิทธิพลของการศึกษา ศาสนา ความต้องการอาหารของแต่ละบุคคลแตกต่างกันตามอายุ เพศ อาชีพ และภาวะต่าง ๆ ของร่างกายความสามารถในการรับรสสัมผัส นอกจากนี้ยังได้กล่าวเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภค ดังนี้

1. กลุ่มเพื่อน มีอิทธิพลต่อเด็กมาก และต่อผู้ใหญ่ด้วยเช่นกัน นักกีฬา หรือดารานิยมชอบอาหารประเภทนั้น ๆ เด็กหรือวัยรุ่นเหล่านั้นก็พยายามเลียนแบบอย่าง

2. สื่อมวลชน มีอิทธิพลต่อการเลือกซื้อสินค้า โดยเฉพาะเด็กจะนิยมซื้อสินค้าที่โฆษณาทางโทรทัศน์ นอกจากนี้สื่อมวลชนยังมีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัยด้วย

3. ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เป็นสิ่งสำคัญและมีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัย โดยเฉพาะอาหารที่ผลิตในท้องถิ่นที่มีราคาถูกกว่าอาหารที่นำมาจากทางไกล เพราะหาได้ง่ายกว่า แต่อาหารบางชนิด ผู้ผลิตอาจนำไปขายที่อื่นเพราะได้ราคาแพงกว่า ทำให้บุคคลในท้องถิ่นอาจไม่ได้รับประทานอาหารนั้นในราคาถูก

จากการศึกษาสาเหตุและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นที่กล่าวมาแล้วนั้น สามารถสรุปได้ว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารประกอบด้วยปัจจัย

แวดล้อมทางกายภาพ ปัจจัยแวดล้อมทางชีวภาพ และปัจจัยแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม ใน การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่งปัจจัยที่คาดว่าจะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ นักศึกษาออกเป็น 3 ปัจจัยได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยความรู้ด้าน อาหารและโภชนาการ

## ส่วนที่ 4 แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้

### 4.1 ความหมายของการรับรู้

การรับรู้เป็นกระบวนการที่มนุษย์จะเข้าใจสิ่งเร้าใดสิ่งเร้าหนึ่งที่ปรากฏกับประสาทสัมผัส ส่วนใดส่วนหนึ่งของเร การรับรู้เป็นสิ่งที่กำหนดความต้องการ แรงจูงใจ และการกระทำในทาง พฤติกรรมต่างๆ ให้เกิดขึ้น ทั้งนี้การรับรู้ก็ได้มีให้ความหมายของการรับรู้ไว้หลายท่าน ดังต่อไปนี้

จิตวิทยา สุขพลา (2548) ได้ให้ความหมายการรับรู้ว่าเป็นกระบวนการในการรับ ประมวลผล และตีความ ซึ่งเป็นอาการตอบสนอง (Response) ต่อสิ่งเร้า (Stimulus) ที่อยู่รอบตัว เพื่อประเมินค่าตัดสินใจและแสดงพฤติกรรมต่อสิ่งนั้นอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยการรับรู้เป็นเรื่องของ เจตบุคคล การรับรู้จะเป็นแนวกำหนดพฤติกรรมในการสื่อสารระหว่างกันของบุคคล

ยูดา รักไทย และคณะ (2543) กล่าวถึงการรับรู้ว่า เราจะไม่สามารถช่วยให้อีกฝ่ายรับมือ กับความจริง โดยเฉพาะความจริงที่ไม่น่าฟังได้ ถ้าเราไม่แสดงออกถึงการรับรู้ในความรู้สึกของเขา และผลกระทบที่เขาได้รับ การรับรู้ของเรานั้นจะช่วยลดความรุนแรงของผลกระทบจากคำพูดของ เราได้

รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548) กล่าวว่า การรับรู้ (Perception) เป็นกระบวนการซึ่งบุคคล มีการเลือกสรร (Select) จัดระเบียบ (Organize) และตีความ (Interpret) เกี่ยวกับสิ่งกระตุ้น (Stimulus) หรือข้อมูลที่ได้รับ โดยอาศัยประสาทสัมผัสทั้งห้า คือ (1) ได้เห็น (Sight) (2) ได้ยิน (Hearing) (3) ได้กลิ่น (Smell) (4) ได้ลิ้มรส (Taste) (5) ได้สัมผัส (Touch) หรือเป็น กระบวนการซึ่งบุคคลจัดระเบียบและตีความสิ่งที่สัมผัสเพื่อให้ความหมายของสภาพแวดล้อม

สุพัฒนา ชาติบัญชาชัย (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์) กล่าวถึงการรับรู้ (Perception) ว่าเรา สามารถรับรู้ได้โดยเริ่มจากประสาทสัมผัส (Sensation) ต่างๆ ได้แก่ การสัมผัส การได้ยิน การ มองเห็น ได้กลิ่น ลิ้มรส บางคนมีข้อจำกัดของการรับรู้ความรู้สึก เช่น สายตาสั้น สายตายาว หูตึง จมูกไม่สามารถรับกลิ่นจาง กลิ่นอ่อน ต้องมีกลิ่นแรงๆ บางคนคุ้นเคยกับบางกลิ่นจนเคยชิน นั่น คือ ประสาทสัมผัสในการรับกลิ่น ปรับตัวจนไม่รู้สึกรู้ว่ากลิ่นที่แปลกไปแต่อย่างไร เช่น ไม่ได้ กลิ่นตัวของตนเอง โดยปกติมนุษย์เราจะรับรู้สิ่งหนึ่งด้วยประสาทสัมผัสหลายอย่างพร้อมๆ กันได้ ดีกว่าวิธีเดียวกัน เช่นการชมภาพยนตร์ ที่มีเสียงและภาพประกอบ จะจำได้ดีกว่ามีแต่ภาพ แต่ไม่มี

เสียง เราสามารถจดจำอาหาร เมื่อได้ชิมพร้อมกันกับได้ดมกลิ่นมากกว่าการดูแลภาพของอาหาร เช่นเดียวกันกับการเรียนรู้ ถ้าเห็นของจริงมีการทำให้เห็นทดลองทำด้วยตนเอง ย่อมเกิดความเข้าใจได้ดีกว่าฟังด้วยหู หรืออ่านจากหนังสือเพียงอย่างเดียว

มนูญ ตนะวัตตนา (2531:18) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ว่าเน้นกระบวนการซึ่งสมองตีความหมายหรือแปลความหมายของข้อมูลที่ได้รับจากการสัมผัสของร่างกายกับสิ่งแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้า ทำให้ทราบว่าเป็นสิ่งเร้าหรือสิ่งแวดล้อมที่เราสัมผัสนั้นเป็นอะไร มีความหมายอะไร มีลักษณะอย่างไร ดังนั้น การที่คนเราจะรับรู้สิ่งเร้าที่มาสัมผัสได้นั้น จำต้องอาศัยประสบการณ์ที่ผ่านมานั้น เครื่องช่วยในการตีความหมายหรือแปลความ

สุปราณี สนธิรัตน์ และคณะ (2534:12) ได้กล่าวว่า การรับรู้ (Perception) หมายถึง การมีความรอบรู้ (Awareness) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสิ่งเร้าภายนอกที่ประสบเป็นประจำ เช่น วัตถุ สถานการณ์ต่างๆ ความสัมพันธ์ต่างๆ ซึ่งเป็นผลมาจากสิ่งเร้าดังกล่าวมาเร้าประสาทรับความรู้สึก

จำเนียร ช่างโชติ (2525:2-3) ได้สรุปความหมายของการรับรู้ว่าเป็นการแปลหรือตีความของการสัมผัสที่ได้รับออกเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่มีความหมายหรือเป็นที่รู้จักเข้าใจ ซึ่งการแปลหรือตีความนี้จำเป็นที่อินทรีย์ต้องใช้ประสบการณ์เดิมหรือความรู้เดิม ถ้าไม่มีความรู้เดิมหรือประสบการณ์ก็ไม่เป็นการรับรู้ เป็นเพียงแต่การสัมผัสเท่านั้น ดังนั้นกระบวนการรับรู้จะต้องประกอบด้วย การสัมผัสหรืออาการสัมผัสชนิดและธรรมชาติของสิ่งเร้า การแปลความหมายอาการสัมผัสแล้ว การใช้ความรู้เดิมหรือประสบการณ์เดิม

นอกจากนี้การรับรู้หรือการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กัน เป็นสิ่งที่เกิดควบคู่กันไปคือ มีการรับรู้ก่อนแล้วจึงเกิดการเรียนรู้หรือเพราะมีการเรียนแล้ว จึงทำให้เกิดการรับรู้ง่ายและรวดเร็วขึ้น และการรับรู้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ทั้งนี้เกิดจากองค์ประกอบ 2 ประการ คือสิ่งที่อยู่ภายในตัวบุคคลนั้น เช่น คุณสมบัติของรับรู้ คุณค่า ความสนใจและประสบการณ์ และสิ่งที่อยู่ภายนอกตัวบุคคลอันได้แก่ สังคม ซึ่งจะเป็นตัวกำหนดให้มีการรับรู้ เช่น ขนบธรรมเนียมประเพณีต่างๆ การรับรู้เป็นการแปลหรือตีความแห่งการสัมผัสที่ได้รับออกมาเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่มีความหมายโดยใช้ประสบการณ์เดิม หากคนเราไม่มีความรู้เดิมหรือสิ่งเร้าใดๆ ไปก็จะไม่มีการรับรู้สิ่งนั้นๆ จะไม่มีการสัมผัสกับสิ่งเร้านั้นๆ

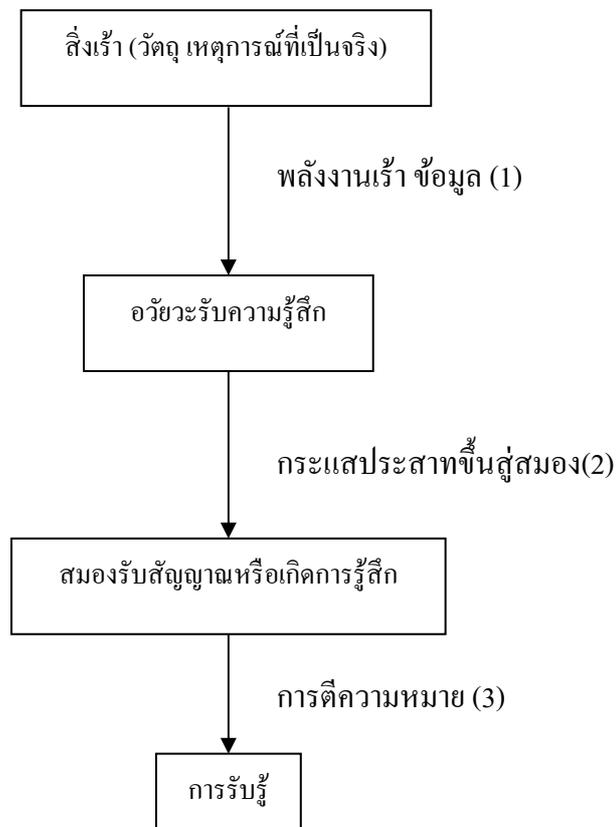
ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2534:76) ได้ให้ความหมายของการรับรู้ว่าการรับรู้คือความสัมพันธ์ที่มีความหมาย การรับรู้เป็นกระบวนการแห่งการแปลความหมายจากการสัมผัสที่ได้รับ ออกเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่มีความหมาย คนเราต้องใช้ความรู้เดิมหรือประสบการณ์เดิมที่มีมาก่อนจึงจะเกิดการรับรู้ ดังนั้น การรับรู้จึงเป็นกระบวนการที่เกิดแทรกระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง

สิ่งเร้า → การรับรู้ → การตอบสนอง

สรุปได้ว่า การรับรู้ หมายถึง กระบวนการในการแปลความหมายที่เกิดขึ้นภายหลังร่างกายเกิดการรับสัมผัสจากสิ่งเร้าทั้งหลาย ในการแปลความหมายของสมองจะถูกต้อง ละเอียด และชัดเจนมากน้อยเพียงใด จะขึ้นอยู่กับประสบการณ์เดิม ความรู้ที่สะสมไว้ ความจำ ความเชื่อ ทักษะคติ และค่านิยมซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

ในโลกมนุษย์ที่เราอยู่เต็มไปด้วย คน สัตว์ พืช วัตถุ และเหตุการณ์ต่างๆ การรับรู้สิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเรา จึงเปรียบเสมือนการมองผ่านกล้องที่เกิดภาพที่มีสีสันและมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา แต่กล้องนี้ก็ยังไม่สามารถช่วยให้เราเห็นสิ่งต่างๆ รอบตัวได้ทั้งหมด จะเห็นเฉพาะด้านที่เราหันกล้องไปเท่านั้น มนุษย์มีอวัยวะพิเศษที่ทำหน้าที่เหมือนกล้อง ทำให้เรารับรู้สิ่งต่างๆ รอบตัวเรา เรียกว่า อวัยวะรับความรู้สึก (Sense Organ) มีหน้าที่คอยรับข้อมูล อันได้แก่สิ่งเร้า และแปรเป็นกระแสประสาทขึ้นสู่สมอง

อวัยวะรับความรู้สึกมีหน้าที่รับความรู้สึกที่อยู่รอบตัวเรา ส่งผ่านเส้นประสาทขึ้นสู่สมอง ข้อมูลจะอยู่ในรูปของพลังงานต่างๆ เช่น ความร้อน แสง เสียง ฯลฯ อวัยวะรับความรู้สึกแต่ละชนิด จะรับพลังงานได้เฉพาะ เช่น ตาจับได้เฉพาะแสง หูรับเฉพาะเสียง ผิวหนังรับเฉพาะอุณหภูมิ สัมผัส ฯลฯ ข้อมูลจะเร้าอวัยวะความรู้สึกให้แปรพลังงานเหล่านี้เป็นกระแสประสาทเดินทางขึ้นสู่สมอง จะเกิดการรู้สึก เช่น มองเห็น ได้ยิน นั่นคือการรับรู้ถ้าไม่มีอวัยวะรับความรู้สึกจะเกิดการรับรู้ไม่ได้ และถ้ามีอวัยวะรับความรู้สึก แต่ไม่มีการตีความออกมาก็ไม่เกิดการรับรู้ขึ้น การที่เราจะบอกว่าสิ่งที่เห็นคือ เด็กนักเรียน เสียงดังเช่นนี้คือ เครื่องบิน จะต้องมีการรับรู้จักสิ่งเหล่านั้นมาก่อน ต้องรู้ว่าเด็กที่แต่งกายแบบนี้ ถือกระเป๋าสีหรือสะพายเป้ คือ เด็กนักเรียน เสียงที่ดังก็ก้องอยู่บนฟ้า คือ เสียงเครื่องบิน การตีความสิ่งที่เรารู้สึกจะต้องอาศัยประสบการณ์ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นๆ เข้ามาเกี่ยวข้องด้วย เช่น คนเราเวลาที่โกรธมักจะไมเกรงกลัวอะไรทั้งสิ้น ทำให้เราทำอะไรโดยปราศจากการยั้งคิดและเหตุผล ทั้งนี้เพราะการรับรู้ของเราตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของความโกรธ ทำให้การรับรู้ผิดไปจากความเป็นจริง การตีความนอกจากนี้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ อารมณ์แล้วยังขึ้นกับปัจจัยอื่นๆ อีก เช่น การเรียนรู้ แรงจูงใจ เจตคติ ฯลฯ นั่นคือมีปัจจัยทางจิตวิทยาเข้ามาเกี่ยวข้อง ขบวนการรับรู้อาจแสดงด้วยแผนภาพดังนี้



แผนภาพที่ 4 แสดงขบวนการรับรู้

การศึกษาการรู้สึก คือ การศึกษาขั้นที่ 1 และขั้นที่ 2 ในแผนภูมินั้นคือ ศึกษาเรื่องของพลังงานสิ่งเร้า ได้แก่ แสง เสียง กลิ่น รส การสัมผัสและอุณหภูมิ ศึกษาโครงสร้างของอวัยวะรับความรู้สึก ได้แก่ โครงสร้างนัยน์ตา โครงสร้างของหู โครงสร้างของจมูก โครงสร้างของลิ้น และโครงสร้างของผิวหนัง ศึกษาาระบบประสาทจากอวัยวะรับความรู้สึกขึ้นสู่สมอง ส่วนการศึกษาการรับรู้ คือการศึกษาขั้นที่ (1) ขั้นที่ (2) และขั้นที่ (3) ในแผนภูมินั้นคือ ศึกษาขบวนการรู้สึกและการตีความสิ่งที่ได้จากการรู้สึก การตีความสิ่งที่ได้จากการรู้สึกไม่ได้เกิดขึ้นอย่างตรงไปตรงมาหรือมีลักษณะเหมือนสิ่งเร้าทุกประการเช่นเดียวกับการลอกเลียนแบบ มีการหลง การบิดเบือน และการผิดพลาด เป็นต้น (รัจรี นพเกตุและคณะ 2547: 157 - 158)

กระบวนการรับรู้นั้นเกี่ยวพันกันกับพฤติกรรมและอุปนิสัยหรือบุคลิกภาพ ตัวอย่างเช่นบุคคลที่ปกติเป็นคนเข้มแข็ง เวลารับรู้ข่าวสารที่ดีหรือไม่ดีเกี่ยวกับตนหรือคนที่ตนรักชอบ ก็จะเกิดพฤติกรรมที่สงบและจัดการกับข่าวสารและเหตุการณ์ที่รับรู้ด้วยสติปัญญาได้ดีกว่า ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีบุคลิกภาพอ่อนแอ เวลาเจอเหตุการณ์ที่รุนแรงไม่ว่าจะแรงทางดีหรือไม่ดี ก็จะรับรู้

และจัดการกับเหตุการณ์ไม่ได้ดีเท่าที่ควร อาจะร้องไห้ มีอสุ้น ตัวสั่นจนทำอะไรไม่ถูก และการรับรู้ก็อาจจะถูกตีความผิดเพี้ยนไป นี่คือการสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ และพฤติกรรมในกระบวนการรับรู้ ดังนั้น กระบวนการรับรู้เกี่ยวกับบุคคลคือ สิ่งที่เรารับรู้เกี่ยวกับบุคคลหนึ่ง หมายถึง การรวบรวมคุณลักษณะต่างๆ ของบุคคลจนกลายเป็นภาพที่เรารับรู้ โดยที่บุคลิกภาพของผู้รับรู้อาจจะเข้ามามีส่วนกำหนดเจตคติและพฤติกรรมหลังการรับรู้ นี่เป็นเพียงส่วนเดียวของการรับรู้ แท้ที่จริงแล้วกระบวนการรับรู้เกี่ยวกับบุคคลเป็นเรื่องที่ซับซ้อนมาก ทั้งนี้นอกจากจะเกี่ยวกับบุคคลแล้วยังเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมและตัวแปรอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เพราะว่าบางครั้งเราอาจเจอพฤติกรรมที่ผิดคาด ด้วยเหตุที่ว่าตัวแปรของสิ่งแวดล้อมเข้ามาแทรกในกระบวนการตัดสินใจหลังการรับรู้ ดังนั้นบุคลิกภาพหรืออุปนิสัยอื่นๆ จึงยังไม่เพียงพอที่จะทำนายหรืออธิบายพฤติกรรมของคน คนที่ตัดสินใจทำสิ่งที่ไม่อยากทำนั้นมีไม่น้อยเลยทีเดียว คนที่ถูกสภาวะแวดล้อมกดดันจนต้องทำในสิ่งที่ไม่ได้ตั้งใจก็มีมาก (นพมาศ ชีรเวทิน 2542)

#### 4.2 ตัวแปรที่มีต่อการรับรู้

1 ตัวแปรความต้องการและแรงจูงใจ (Need and Motivation Factor) เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้อีกประการหนึ่ง คือความต้องการและแรงจูงใจ คนเรามักจะเลือกให้ความสำคัญต่อสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจหรือความต้องการของตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสิ่งที่ไม่ได้รับการตอบสนอง

2 ตัวแปรประสบการณ์เดิม (Early Experience) เป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่มีผลต่อการตีความหมายของสิ่งที่เรารับรู้ คือ ประสบการณ์เดิมและสิ่งเร้าที่เราสนใจ

อิทธิพลต่างๆ ที่มีต่อการรับรู้ จำแนกได้ 2 ประเภทคือ (จำเนียร ช่วงโชติ 2525)

1 คุณสมบัติภายในจิตใจของผู้รับรู้ ได้แก่ ความสนใจ ความต้องการ ทักษะและสติปัญญา เป็นต้น

2 คุณสมบัติของสิ่งเร้าภายนอกที่มีต่อความสนใจ คุณสมบัติของสิ่งเร้าภายนอกที่สำคัญมาก คือ

2.1 การเปลี่ยนแปลงสิ่งเร้า (Change of Stimulus) สิ่งเร้าที่มีการเปลี่ยนแปลงแบบทันทีทันใดหรือเปลี่ยนแปลงเพื่อดึงดูดความสนใจมากกว่าสิ่งเร้าที่อยู่กับที่ เช่น ภาพยนตร์

2.2 ขนาดของสิ่งเร้า (Size of Stimulus) วัตถุขนาดใหญ่หรือเล็กกว่าวัตถุธรรมดา ย่อมดึงดูดความสนใจได้มากกว่า เช่น ป้ายโฆษณาขนาดใหญ่

2.3 ความเคลื่อนไหวของสิ่งเร้า (Movement of Stimulus) สิ่งเร้าที่มีการเคลื่อนไหว ย่อมดึงดูดความสนใจของผู้รับมากกว่าสิ่งเร้าที่อยู่กับที่ เช่น ไฟวิ่งตามป้ายชื่อห้าง

2.4 การเกิดซ้ำๆกันของสิ่งเร้า (Repetition of Stimulus) สิ่งเร้าที่เกิดซ้ำๆ และบ่อยๆ ย่อมทำให้ผู้รับจดจำและสนใจต่อสิ่งเร้านั้น เช่น การโฆษณาทางวิทยุ โทรทัศน์

เสรี วงษ์มณฑา (2542) กล่าวว่า “การรับรู้เป็นกระบวนการตีความข่าวสารเพื่อให้เกิดเป็นความเข้าใจ” การรับรู้เป็นกระบวนการหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับข่าวสาร ในการแปลข่าวสาร และนำไปใช้ในแต่ละบุคคล ทั้งนี้บุคคลสองคนอาจเปิดรับข่าวสารจากสื่อสิ่งพิมพ์เดียวกัน ในสถานการณ์เดียวกัน แต่มีพฤติกรรมตอบสนองที่แตกต่างกันได้ เพราะแต่ละบุคคลมีกระบวนการทางด้านบริบท (Context) ทางสังคมแตกต่างกัน อีกทั้งยังแตกต่างกันไปในเรื่องของรับรู้ไม่ได้ขึ้นอยู่กับลักษณะของสิ่งเร้าที่มาในรูปแบบของข่าวสารเท่านั้น แต่ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์กับสิ่งเร้าภายนอกกับสิ่งแวดล้อมต่างๆ รอบตัว

จากความหมายของการรับรู้ที่ได้กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่า การรับรู้ Perception หมายถึงกระบวนการในการแปลความหมายที่เกิดขึ้นภายหลังร่างกายเกิดการรับสัมผัสจากสิ่งเร้าทั้งหลาย ในการแปลความหมายของสมองจะถูกต้อง ละเอียดย และชัดเจนมากขึ้นเพียงใด จะขึ้นอยู่กับประสบการณ์เดิม ความรู้ที่สะสมไว้ ความจำ ความเชื่อ ทักษะ และค่านิยมซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

## ส่วนที่ 5 แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่อ

### 5.1 ความหมายของความเชื่อ (Belief)

ความเชื่อเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งของกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น โดยไม่มีการระบุในแง่ดีหรือไม่ดี ไม่มีการประเมิน ซึ่งไม่ใช่ลักษณะของทัศนคติ (นีออน พิณประดิษฐ์ 2541 : 26) กล่าวได้ว่า ความเชื่อ เป็นความคิดและความเข้าใจที่มีอิทธิพลโดยตรงต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล แสดงว่า ความเชื่อมีผลต่อพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของคนคนนั้นด้วย

กรีน (Green 1980, อ้างถึงใน ประกิจ โพธิอาสน์ 2541 : 39) กล่าวว่า ความเชื่อ คือ ความมั่นใจในสิ่งต่างๆซึ่งอาจเป็นปรากฏการณ์หรือวัตถุว่าสิ่งนั้นๆเป็นสิ่งที่ถูกต้องเป็นจริงให้ความไว้วางใจ เช่น แบบแผนความเชื่อทางสุขภาพ (Health Belief Model)

ซูดา จิตพิทักษ์ (2525 : 60) ให้ความหมายว่า ความเชื่อ หมายถึง การที่บุคคลคิดว่า การกระทำบางอย่าง หรือปรากฏการณ์บางอย่าง หรือสิ่งของบางอย่าง หรือคุณสมบัติของสิ่งของหรือของบุคคล บางอย่าง มีอยู่จริงหรือเกิดขึ้นจริงๆ

จรรยา สุวรรณทัต (2527 : 5) ได้ให้ความหมายของความเชื่อ ว่า คือ ความนึกคิดหรือ ความเข้าใจของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งอาจจะมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลก็ได้ และจะทำให้มนุษย์มีความโน้มเอียงที่จะปฏิบัติตามแนวคิดและความเข้าใจนั้นๆ

เลื่อน สุริหาร (2527 : 34) กล่าวว่า ความเชื่อ เป็นการยอมรับเกี่ยวกับข้อเท็จจริงต่างๆซึ่งถือว่าเป็นความจริง เช่น เรื่องราวเกี่ยวกับศาสนา โขคลาภ ดวง เป็นต้น ความเชื่อเป็นเรื่องที่ห้ามกันไม่ได้ และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลมาก บุคคลมักจะประพฤติปฏิบัติไปตามความเชื่อของตนเป็นส่วนใหญ่

ธวัช ปุณ โณทก (2536 : 350) ได้กล่าวว่า ความเชื่อ คือ การยอมรับอันเกิดอยู่ในจิตสำนึกของมนุษย์ต่อพลังอำนาจเหนือธรรมชาติ ที่เป็นผลดีหรือผลร้ายต่อมนุษย์นั้นๆหรือสังคมมนุษย์นั้นๆแม้ว่าพลังอำนาจเหนือธรรมชาติเหล่านั้นไม่สามารถที่จะพิสูจน์ได้ว่าเป็นความจริง แต่มนุษย์ในสังคมหนึ่งยอมรับและให้ความเคารพเกรงกลัวสิ่งเหล่านี้ เรียกว่า ความเชื่อ

จำนง อติวัฒน์สิทธิ์ และคณะ (2532 : 24) ให้ความหมายของความเชื่อ ว่าหมายถึง ความคิดที่เป็นที่ยอมรับและยึดถือ

ราชบัณฑิตยสถาน (2532 : 42) ให้ความหมายเกี่ยวกับความเชื่อไว้ 2 นัยด้วยกันคือ

1) การยอมรับข้อเสนอดีข้อหนึ่งไว้ว่าเป็นจริง การยอมรับเช่นนี้โดนสารัตถะสำคัญแล้วเป็นการรับเชิงพุทธปัญญา แม้ว่าจะมีอารมณ์สะท้อนใจเข้ามาประกอบด้วยความเชื่อจะก่อให้เกิดภาวะทางจิตขึ้นในบุคคลซึ่งอาจจะเป็นพื้นฐาน สำหรับการกระทำโดยสมัครใจของบุคคล

2) การยอมรับข้อเสนอดีข้อหนึ่งว่าเป็นจริง โดยที่ยังมิได้พิสูจน์หรือไม่อาจพิสูจน์ได้ โดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์

สุพล รุจิพัฒน์ (2535 : 15) ได้ให้ความหมายว่า ความเชื่อ หมายถึง การยอมรับข้อเสนอดีอย่างใดอย่างหนึ่งว่าเป็นความจริง ซึ่งการยอมรับนี้อาจเกิดจากสติปัญญา เหตุผล หรือความศรัทธาโดยไม่มีเหตุผลก็ได้ เมื่อบุคคลมีความเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็มักจะมีทัศนคติ ความตั้งใจหรือการกระทำเกิดพฤติกรรมตามความเชื่อนั้นๆเป็นความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

สมิทธิ์ สระอุบล (2534 : 53) ได้กล่าวว่า ความเชื่อ คือการยอมรับว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นความจริงหรือเป็นสิ่งที่เราไว้วางใจ ความจริงหรือความไว้วางใจที่เป็นรูปของความเชื่อ นั้นไม่จำเป็นว่าจะจำเป็นต้องเป็นความจริงที่ตรงตามหลักเหตุผลหรือหลักวิทยาศาสตร์ใดๆ

สุชา จันทร์เอม (2536 : 241-242) กล่าวว่า ความเชื่อ เป็นการยอมรับเกี่ยวกับข้อเท็จจริงต่างๆซึ่งถือว่าเป็นความจริง เช่น เรื่องราวเกี่ยวกับศาสนา ลัทธิ ตลอดจนเรื่องอื่นๆ

จารุวรรณ นิพานนท์ (2542 : 117) ได้ให้ความหมายว่า ความเชื่อ หมายถึง การยอมรับนับถือ หรือยึดมั่นในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทั้งที่ตัวตนหรือไม่ก็ตามว่าความจริงหรือมีอยู่จริง การยอมรับนับถือนี้อาจจะมีหลักฐานอย่างเพียงพอที่จะพิสูจน์ได้ หรืออาจไม่มีหลักฐานที่จะนำมาใช้พิสูจน์ให้เห็นจริงเกี่ยวกับสิ่งนั้นก็ได้

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ความเชื่อ หมายถึง การยอมรับสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าเป็นจริงทั้งที่สิ่งนั้นจะพิสูจน์ได้หรือไม่ก็ได้ก็ตาม ความเชื่อเป็นเรื่องที่ห้ามกันไม่ได้ แต่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลไม่ว่าโดยทางตรงหรือทางอ้อม เพราะพฤติกรรมบางอย่างจะเป็นไปตามความเชื่อ

### ประเภทของความเชื่อ

สมิทธี สระอุบล (2534 : 57-59) ได้แบ่งความเชื่อออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

1. ความเชื่อทั่วไป หรือความเชื่อธรรมดา (Beliefs) ซึ่งคนส่วนใหญ่จะมีอยู่ สามารถแบ่งออกไปได้ดังนี้

1.1 ความเชื่อปรากฏการณ์ธรรมชาติ ได้จากการที่มนุษย์ในสมัยโบราณต้องอาศัยธรรมชาติเป็นอยู่ เมื่อฝนตก ฟ้าร้องก็กลัว หรือเกิดฟ้าผ่าจนได้รับอันตรายก็เข้าใจว่าธรรมชาติลงโทษหรือเมื่อน้ำท่วมใหญ่หรือฝนแล้ง ก็ว่าพระเจ้าลงโทษ จึงหาวิธีการบไหว้อ้อนวอนมิให้ทำลงโทษ เป็นต้น

1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับยากกลางบ้าน ความเชื่อนี้เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์เจ็บป่วยไม่สามารถประกอบอาชีพ จะหายที่เป็นยาสมุนไพรรักษา หายบ้างไม่หายบ้าง เพราะยาออกฤทธิ์ช้า เช่น คนเป็นปากนกกระจะจอกก็เอาเปลือกแคมมาเคี้ยว เป็นตาแดงให้เคี้ยวกระเทียมเป่าที่ตา เป็นต้น

1.3 ความเชื่อเกี่ยวกับฤกษ์ยาม นิมิต ผืน การประกอบพิธีต่างๆ ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญเพื่อเป็นสิริมงคล แก่ตัวเองต่อไปข้างหน้า เช่น ซื้อมันใหม่ก็หาฤกษ์ยาม จะเดินทางไกลไปค้าขายก็หาฤกษ์ยามเดินทางไปทิศใดจึงจะดี ส่วนความฝันหรือนิมิตนั้นเชื่อว่ามีส่วนของความจริง ทำให้บางคนถือเอามาเป็นภาระในการกระทำต่างๆ ถ้าฝันดีก็หวังว่าจะโชคดีมีสุข หากฝันร้ายก็จะหาวิธีปิดเป่าโดยแก้ฝันตามแม่น้ำบ้าง ทางสี่แพร่งบ้าง ฯลฯ

1.4 ความเชื่อเกี่ยวกับลักษณะของคนและสัตว์ มนุษย์ได้คลุกคลีอยู่ด้วยกันเป็นเวลานานย่อมจะนำเอาลักษณะที่ดีของกันและกันมาพิจารณาแล้วสรุปว่า น่าจะเป็นอย่างนั้นน่าจะเป็นอย่างนั้นแล้วบอกเล่าสืบต่อกันมา เช่น บอกว่าคนที่หน้ากรือ คอสั้น ผมหยิก ห้ามคบ หรือหญิงที่เดินทางแขนหรือชายเป็นสตรี โทษ ห้ามแต่งงานด้วย กรณีเกี่ยวกับสัตว์ เช่น ควายที่จะนำมาใช้งานต้องดูขวัญว่า ที่ตัวที่ขวัญดำมีไม่ครบตามลักษณะที่กำหนดถือว่าไม่ดี เป็นต้น

1.5 ความเชื่ออันเนื่องมาแต่ศาสนา แต่ละศาสนาสอนให้คนเชื่อด้วยวิธีต่างๆ กัน แต่จุดหมายปลายทางคือ ความสุขในชีวิตเช่นเดียวกัน เช่น ศาสนาคริสต์ สอนให้รักเพื่อนมนุษย์ ผู้กระทำความผิดมีการสารภาพบาปต่อพระเจ้าจะหมดบาปได้ ศาสนาพุทธสอนให้เชื่อในการกระทำ และผลของการกระทำ เป็นต้น

1.6 ความเชื่อเกี่ยวกับการทำมาหากินและอาชีพ มนุษย์ต้องประกอบอาชีพเพื่อความอยู่รอด การเพาะปลูกต่างๆ จะได้ผลดีจึงมีทั้งข้อห้ามและข้อปฏิบัติ เช่น ห้ามยืมเวลาปลูกข้าวโพดจะทำให้ข้าวโพดมีเมล็ดห่าง เวลาต้นไม่มีดอกข้อห้ามซึ่งจะทำให้ผลเน่า ฯลฯ

1.7 ความเชื่อเกี่ยวกับประเพณี แต่ละภูมิภาคมีประเพณีมากมาย เพราะความเชื่อของแต่ละท้องถิ่นมีอย่างนั้น และมีการประกอบพิธีตามความเชื่อในประเพณีอยู่ด้วย เช่น ประเพณีชิงเปรตในภาคใต้ ประเพณีทำบุญคูณลานในภาคอีสาน ประเพณีสงกรานต์ในภาคเหนือ เป็นต้น

1.8 ความเชื่อเรื่องเคล็ดและแก้เคล็ด มนุษย์มีความเชื่อว่าสิ่งที่ไม่ดีจะกลายเป็นดีเมื่อได้แก้เคล็ดแล้ว เช่น เชื่อว่าอายุเท่านั้นเท่านั้นจะถึงฆาต ก็ทำพิธีสืบชะตาต่ออายุ เป็นต้น

1.9 ความเชื่อเกี่ยวกับนรก สวรรค์ ชาติ ภพ เป็นความเชื่อของมนุษย์ที่มีมานานแล้วว่า ถ้าทำไม่ดีจะตกนรกถูกขมบาลทรมาน ถ้าทำดีจะมีสุขขึ้นสวรรค์ เชื่อว่าตายแล้วไปเกิดในชาติหน้าต่อไป

1.10 ความเชื่อเกี่ยวกับเลขดี เลขร้าย วันดี วันร้าย ตัวเลขนับว่าเป็นสิ่งที่เชื่อว่าจะให้คุณให้โทษแก่มนุษย์ เช่น ชาวตะวันตกเชื่อว่าเลข 13 เป็นเลขอัปโชค ก็จะหลีกเลี่ยงการกระทำที่เกี่ยวกับเลขนี้ คนไทยเชื่อว่าเลข 9 ดี ทำอะไรจะก้าวหน้าก็จะประกอบพิธีในวันที่เป็นเลขเก้า

2. ความเชื่อแฝงไว้ด้วยความกลัว หรือความเชื่อทางไสยศาสตร์ (Superstition) เป็นความเชื่อที่พึ่งทางดีที่ให้คุณและทางร้ายที่ให้โทษ ความเชื่อที่แฝงไว้ด้วยความกลัว แบ่งได้ดังนี้

2.1 ความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ เป็นการใช้พลังหรืออำนาจเหนือธรรมชาติมาให้เกิดผลมีการใช้คาถาอาคมเสกเป่า เช่น การทำเสน่ห์ยาแฝดทำให้คนรัก คาถาปิดไล่ ทำให้คู่อริถึงแก่ความตาย หรือคาถากันผีไม่ให้มารบกวนทำอันตรายแก่คน ฯลฯ

2.2 ความเชื่อเรื่องโชคกลาง จะมีอยู่เสมอแล้วที่กตกเอาว่าเป็นความจริง เช่น ตาเขมนข้างซ้ายให้โชค ตาเขมนข้างขวาจะโชคร้าย ขณะเดินทางมีสัตว์ตกมาตายต่อหน้าจะเคราะห์ร้ายให้ระวังการเดินทาง ฯลฯ

2.3 ความเชื่อเรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยจะมีอำนาจลึกลับมากกระทำให้เป็นไปต่าง ๆ นานา เช่น เชื่อการเข้าทรง การแก้บน การเคารพกราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทำให้กำลังใจเข้มแข็งสามารถเผชิญและต่อสู้กับปัญหาหรืออันตรายที่จะมาถึงได้หรือถ้าไม่สบายก็สามารถจะหายได้โดยไม่ต้องกินยา

ส่วน อุดม บัวศรี (2541: 143) ได้จำแนกความเชื่อออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความเชื่อเรื่องศาสนา (Religious Belief) ได้แก่ ลัทธิความเชื่อ และมีการปฏิบัติตามพิธีกรรมที่ควรจะเป็นและตามความต้องการของผู้เชื่อถือศาสนานั้นๆ

2.ความเชื่อเรื่องประเพณี (Traditional Belief) ได้แก่ ความเชื่อถือเกี่ยวกับประเพณีต่างๆที่ปฏิบัติสืบต่อกันมา โดยคิดว่าเป็นสิริมงคลและเกิดผลดีแก่ชีวิต เช่น สาวฝ่ายเหนือที่เรียกว่า ล้านช้างมีประเพณีสืบเนื่องกันมาเรียกว่า “ฮิตสิบสองคลองสิบสี่” “ฮิต” มาจาก “ริต” คือ จารีตที่ปฏิบัติกันมาทุกเดือน นอกจากฮิตสิบสองแล้วยังมีประเพณีอื่นๆที่เกี่ยวกับชีวิตประจำวัน การเกิด การแต่งงาน การตาย การเกษตรกรรม ฯลฯ

3.ความเชื่อเหนือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (Supernatural Belief) หมายถึง ความเชื่อเรื่องวิญญาณ ผี อาารรพ์ โขกลางต่างๆ ซึ่งมีตั้งแต่ละเอียดยจนกระทั่งหายาบ และถ้าหายาบมากๆจนกลายเป็นไสยศาสตร์ ซึ่งส่งผลต่อความเชื่อแบบหลงมกมายไปในที่สุด

จะเห็นได้ว่า มีผู้แบ่งประเภทของความเชื่อไว้แตกต่างกันตามแนวคิดของนักวิชาการที่ศึกษา แต่มีส่วนของรายละเอียด ในประเภทความเชื่อคล้ายคลึงกัน ซึ่งความเชื่อในการรับประทานอาหารเป็นประเภทความเชื่อทั่วไปหรือความเชื่อธรรมดาของสมิทธิ สระอุบล (2534)

### 5.3 ความเชื่อที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

สภาวะร่างกายของบุคคลเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับอาหารและสิ่งต่างๆที่บุคคลรับประทาน อาหารการกินจึงเป็นรากฐานของสุขภาพส่วนบุคคล ซึ่งพบว่าในสังคมยังมีความเชื่อที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่มากมาย

1.ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารเนื้อสัตว์ต่างๆ เช่น ห้ามผู้หญิงคลอดบุตรใหม่กินไข่หรือเนื้อสัตว์ต่างๆต้องกินข้าวกับปลาแห้งหรือเกลือเท่านั้น ห้ามผู้หญิงมีครรภ์กินไข่ปลาที่มีมัน และห้ามกินเนื้อกระบือเพราะจะทำให้คลอดยาก ห้ามเด็กกินไข่เพราะจะทำให้ฟันผุ ห้ามเด็กกินเนื้อสัตว์และปลาจำนวนมาก เพราะจะทำให้เป็นตานขโมย พยาธิและโรคต่างๆ และเชื่อว่าไข่ดิบมีประโยชน์มากกว่าไข่ที่ต้มสุกแล้ว เป็นต้น

2.ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารประเภทข้าว เช่น เชื่อว่าทารกแรกเกิดควรให้ข้าวหรือข้าวกับกล้วย เพราะจะทำให้ไม่ร้องกวน ข้าวแดงหรือข้าวซ้อมมือเป็นอาหารของคนจน และราคาถูก อาหารผู้ป่วยควรให้ข้าวกับปลาเค็มหรือข้าวกับเกลือเท่านั้น และเชื่อว่ากินเผือกแล้วทำให้เป็นโรคเรื้อน เป็นต้น

3.ความเชื่อเกี่ยวกับผัก เช่น ห้ามผู้หญิงคลอดบุตรใหม่ๆกินผักชะอม ผักตำลึง และผักสะเดา เพราะจะทำให้วงเวียนศีรษะ ชัก และทำให้ถึงตายได้ ห้ามเด็กกินผัก เพราะจะทำให้ท้องอืดและห้ามเด็กกินมะนาวเพราะจะทำให้กระดูกเปาะ เป็นต้น

4.ความเชื่อเกี่ยวกับผลไม้ เช่น ห้ามคนไปกินผลไม้ทุกชนิด เพราะจะไปทำลายฤทธิ์ยา ห้ามหญิงมีครรภ์กินกล้วยเผ็ดเพราะจะทำให้เกิดลูกแฝด และห้ามคนที่มีแผลกินผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว เช่น ผลไม้ดอง เพราะจะทำให้แผลเป็นหนองและหายช้า เป็นต้น

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารมีหลายแบบ ซึ่งมีพื้นฐานมาจากความเชื่อประเภทต่างๆ เช่น ความเชื่อเรื่องการบริโภคเนื้อสัตว์ ข้าว ผัก และผลไม้ ต่อบุคคลต่างๆ

## ส่วนที่ 6 แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคนิยม

วัฒนธรรมบริโภคนิยมเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นภายใต้อุดมการณ์เศรษฐกิจแบบทุนนิยม (capitalism) โดยมีเป้าหมายของการผลิตก็เพื่อขายสินค้าที่ผลิตได้นั้นให้กับผู้คนในสังคม และในขณะที่เดียวกันก็พยายามที่จะผลิตและขายให้ได้กำไรมากที่สุดดังนั้นจึงทำให้ระบบทุนนิยมต้องอาศัยกลไกการผลิตแบบอุตสาหกรรมที่สามารถผลิตสินค้าได้ครั้งละมากๆ และผลิตได้อย่างรวดเร็ว (mass production) ปัญหาที่ตามมาก็คือ เกิดภาวะ ปริมาณของอุปทานล้นเกิน (oversupply) ซึ่งวิธีการที่ระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมเสรีนิยมและเทคโนโลยีสมัยใหม่ใช้จัดการแก้ปัญหานี้ก็คือ ยุทธศาสตร์การตลาดและการโฆษณาของบริษัทข้ามชาติใน โลกที่สาม ซึ่งส่งผลให้เกิดลัทธิบริโภคนิยมขึ้น บริษัทข้ามชาติเป็นผู้กำหนดว่าจะผลิตอะไร แล้วกระตุ้นให้เกิดความต้องการบริโภคสินค้านั้นทั้งใน โลกที่หนึ่งและ โลกที่สาม (พระสุหะ ขวัญเมือง 2546:3-4)

### 6.1 ความหมายของการบริโภคนิยม

อย่างไรก็ตามหากเราพิจารณาตามความหมายของ คำ Consumption มาจากรากศัพท์ภาษาละตินว่า Consumere เป็นคำที่บ่งบอกถึงการใช้สิ่งของที่เปลี่ยนได้เลื่อนได้ และทิ้งได้ ในสังคมชนบทยุโรป ในภาษาของพ่อค้าในสมัยกลางไม่ปรากฏคำว่าบริโภค คำๆนี้เริ่มมีบทบาทในการเก็บภาษีของพานิชย์นิยม (Mercantilism) ในปีค.ศ.1663 นักเทววิทยาอย่าง โยฮัน บาราชาร์ ชุப்ப (Johann Blathasar Schupp) ใช้คำว่า Consumieren ในความหมายของการได้ใช้สอยสิ่งของต่างๆ และการเก็บภาษีในราวศตวรรษที่ 18 ตอนต้น คำๆนี้หมายถึง การเก็บภาษี ดังนั้น ถ้า Consumption มีความหมายเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเก็บภาษีแล้วจึงทำให้ Consumption เป็นสิ่งจำเป็น เพราะภาษีเป็นสิ่งที่เลี่ยงไม่ได้ในการดำรงอยู่ในรัฐอะไรที่สามารถเก็บภาษีได้ไม่ว่าจะเป็นอาหาร เหล้า ฯลฯ ก็ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่จำเป็นที่อยู่ในรูปแบบของ Consumption

ในทางตรงกันข้าม Consumption นั้นมาจากคำว่า Cum Summa ที่ในทางคณิตศาสตร์หมายถึงการทำผลรวมการทำให้สมบูรณ์หรือจบสิ้น ในขณะที่รากศัพท์ของคำๆนี้ยังใช้คำว่า Consummate อันแสดงให้เห็นถึงความเข้าใจ ความตายและชีวิต หรือแสดงให้เห็นถึงการประสบ

ความสำเร็จท่ามกลางความหายนะ ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า รากฐานของคำว่า Consumption จึงมีลักษณะที่ขัดแย้งกันในตัวเอง (ชเนศ วงศ์ยานนาวา 2550:66-69) หากมองตามบริบทที่เกิดขึ้นในปรากฏการณ์ทางสังคมแล้วลัทธิบริโภคนิยมนั้น หมายถึง แบบแผนการบริโภคที่ได้รับอิทธิพลมาจากอุดมการณ์ทุนนิยม เราให้มีการบริโภคมามากขึ้นๆซึ่งเป็นการเผาผลาญทรัพยากรอย่างไร้เหตุผลทั้งหมดก็เพื่อ ส่งเสริมธุรกิจทุนนิยมที่มุ่งแสวงหาผลกำไรสูงสุด ลัทธินี้มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับ วัตถุนิยมและลัทธิบูชาความเจริญเติบโต (ปรีชา เปี่ยมพงษ์สาน์ 2539:181)

กล่าวในที่สุดแล้วเรื่องผลิตภาพและควมมีประสิทธิภาพของเศรษฐศาสตร์กระแสหลักเป็นเรื่องเกี่ยวกับควมมีเหตุผลทางเศรษฐกิจ ในลักษณะเมื่อจะต้องได้ให้มากที่สุด และเมื่อจะต้องเสียต้องเสียให้น้อยที่สุด ทั้งนี้เนื่องจากเศรษฐศาสตร์กระแสหลักเกิดขึ้นเพื่อวัตถุประสงค์ในการแก้ปัญหาความขาดแคลน(Scarcity) ทางวัตถุที่ไม่สามารถสนองความต้องการ (Demand) ที่ถูกกระตุ้นให้ขยายตัวอย่างไร้ขอบเขต ในขณะที่ทรัพยากรมีอยู่อย่างจำกัด (สุนทรารณณ์ เตชะพะ โลกุล 2534:134)

ฌอง โบคริญาร์ด (Jean Baudrillard) นักสังคมวิทยาชาวฝรั่งเศส ผลงานในช่วงต้นๆของเขาโดดเด่นอย่างมากในประเด็นเรื่อง โครงสร้างของสังคมบริโภคเกี่ยวกับ คุณค่า ความหมายและกิจกรรม โดยได้อิงอาศัยพื้นฐานของลัทธิมาร์กซ์และเศรษฐกิจการเมืองเป็นหลัก เขาได้เสนอแนวคิดทฤษฎีในเรื่องเกี่ยวกับวัตถุและสังคมบริโภคในปัจจุบันว่า การทำความเข้าใจแนวคิดการบริโภคในปัจจุบันนั้นไม่ได้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการอธิบายด้วยทฤษฎีอรรถประโยชน์ (Utility) หรือทฤษฎีความพึงพอใจ (Pleasure) อีกต่อไป (Baudrillard 1975) โบคริญาร์ด เสนอว่าควรที่จะศึกษาแนวคิดเรื่องการบริโภคผ่านรากฐานของการทำความเข้าใจในเรื่องของการสร้างคุณค่าและความหมายให้แก่ตัววัตถุที่เรียกว่า “การบริโภคเชิงสัญลักษณ์” ซึ่งได้สร้างการสื่อสารความหมายอันก่อให้เกิดการผลักดันให้มนุษย์นั้น เกิดการบริโภคได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ดังเห็นจากปรากฏการณ์ปัจจุบัน

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ลัทธิบริโภคนิยมนี้ หมายถึง แบบแผนการบริโภคที่ได้รับอิทธิพลมาจากอุดมการณ์ทุนนิยม เราให้มีการบริโภคมามากขึ้นๆซึ่งเป็นการเผาผลาญทรัพยากรอย่างไร้เหตุผล ทั้งหมดก็เพื่อ ส่งเสริมธุรกิจทุนนิยมที่มุ่งแสวงหาผลกำไรสูงสุด ลัทธินี้มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับ วัตถุนิยมและลัทธิบูชาความเจริญเติบโต

## 6.2 องค์ความรู้ของบริโภคนิยม

เนื่องจากปัญหาการทำงานของระบบเศรษฐกิจ และความรุนแรงของปัญหาที่เกิดควบคู่ไปกับการพัฒนาภายใต้กระบวนการของเศรษฐศาสตร์กระแสหลัก ได้ถูกหยิบยกขึ้นมาถกเถียงและ

วิพากษ์วิจารณ์กันอย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะในประเด็นที่เกี่ยวกับเรื่อง “คุณค่า” (value) ว่ามีการพิจารณาจากแง่มุมที่แคบ แม้ว่าจะกล่าวถึงเรื่องสวัสดิการและอรรถประโยชน์ ก็เป็นเพียงสิ่งซึ่งเกิดจากการบริโภคทางวัตถุเท่านั้น ขาดการคำนึงถึงเรื่องคุณค่าทางจิตใจ ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ ในฐานะที่เป็นปัจเจกบุคคล และสังคมมนุษย์โดยรวม เป็นเหตุให้องค์ความรู้ของกระบวนทัศน์นี้กลายเป็นสิ่งที่ว่าด้วยปริมาณล้วนๆที่มีผลให้มองข้ามประเด็นของคุณภาพชีวิต ซึ่งให้พื้นที่กว้างกว่าการเสพสุขทางวัตถุไป และมีผลต่อการทำลายหรือลดคุณค่าของความเป็นมนุษย์ ตลอดจนมีส่วนส่งเสริมให้เกิดการทำลายทรัพยากรธรรมชาติจนเสียหาย และมีผลที่เป็นอันตรายย้อนกลับสู่โลกและมนุษย์ในที่สุด กล่าวอีกแง่หนึ่งการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมตามกระบวนทัศน์นี้บรรลุเป้าหมายเพียงในด้านปริมาณหรือวัตถุธรรมเท่านั้น ส่วนในด้านคุณภาพหรือคุณค่า ซึ่งพิจารณากันที่ความเป็นมนุษย์หรือจิตสำนึกต่อส่วนรวม มิใช่มนุษย์ผู้มุ่งคั่งมีกินมีใช้กลับล้มเหลวอย่างสิ้นเชิง ดังนั้นเราจึงต้องหันกลับมาพิจารณาและศึกษาองค์ความรู้และปรัชญาการทำงานของกระบวนทัศน์นี้อย่างจริงจัง เพื่อการตัดสินใจต่อทิศทาง เป้าหมาย และสร้างแนวคิดพื้นฐานที่ชัดเจนต่อทิศทางการพัฒนาในอนาคต

ปัญหาการพัฒนาที่ทำลายคุณค่าของความเป็นมนุษย์มิใช่เพิ่งปรากฏผลในยุคสมัยนี้แต่มีอยู่เป็นเวลานานกว่าศตวรรษแล้ว นับแต่คาร์ล มาร์กซ์ ได้พยายามชี้ให้เห็นแล้วทำความเข้าใจต่อปัญหาหนี้ โดยการวิพากษ์วิจารณ์โครงสร้างที่เลวร้ายของระบบทุนนิยม ด้วยปัญหาความแปลกแยก (alienation) ของมนุษย์และปัญหาการเอารัดเอาเปรียบทางชนชั้นในแง่ที่มองไปยังอดีตที่เป็นประวัติศาสตร์สังคมของมนุษย์ แนวคิดของมาร์กซ์จึงปรากฏเห็นความหวังที่จะหลุดพ้นจากสภาพที่เลวร้ายนี้ไปสู่สภาพที่ดีกว่า (สุนทรภรณ์ เตชะพะ โลกุล 2534)

### 6.3 ตรรกวิทยาในการบริโภค

ตรรกวิทยาในการบริโภค (Logic of Consumption) (Baudrillard 1981) จัดแบ่งออกเป็น 4 ประเภท ด้วยกันเพื่อชี้ให้เห็นถึงความแตกต่างและการเข้าสู่การพิจารณาบนพื้นฐานของตรรกวิทยาของคุณค่าเชิงสัญลักษณ์ของสังคมใหม่ นั่นคือ

1.ตรรกวิทยาเชิงหน้าที่ของการใช้ (A Functional Logic of Use Value) ซึ่งก็คือตรรกวิทยาเชิงปฏิบัติของวัตถุหรือ Logic of Utility หมายถึงการนำวัตถุมาใช้ประโยชน์ในแง่เครื่องมือ เครื่องใช้ โดยพิจารณาถึงสิ่งที่ให้ความสำคัญต่อการแลกเปลี่ยนแล้ว ก็จะเอาที่มีค่าเปรียบเทียบกับราคาที่เราไปซื้อเพื่อแลกกับสิ่งที่คิดว่าคุ้มค่านั้นมา

2.ตรรกวิทยาเชิงเศรษฐศาสตร์ของการแลกเปลี่ยน (An Economic Logic of Exchange Value) ซึ่งก็คือตรรกวิทยาเชิงเปรียบเทียบ (Equivalence) หรือตรรกวิทยาเชิงวิทยา (Logic of Market) ที่จะนำวัตถุไปแลกเปลี่ยนกับสิ่งอื่น

3.ตรรกวิทยาของการแลกเปลี่ยนเชิงสัญลักษณ์ (A Logic of Symbolic Exchange) ซึ่งก็คือตรรกวิทยาของความหมายหลายนัย (Ambivalence) หรือ Logic of Gift เมื่อสถานะของวัตถุ นั้นถูกนำไปแลกเปลี่ยนในเชิงสัญลักษณ์กับสัญลักษณ์อื่นๆหรือเอาชุดสัญลักษณ์ของตนไปแลกเปลี่ยนกับชุดสัญลักษณ์ของผู้อื่น

4.ตรรกวิทยาของมูลค่าเชิงสัญลักษณ์ (A Logic of Sign Value) ซึ่งก็คือตรรกวิทยาของความแตกต่าง (Difference) หรือ Logic of Status เมื่อสถานะของวัตถุ นั้นเป็นตัวแทน ที่สร้างสัญลักษณ์อย่างใดอย่างหนึ่งให้แก่เจ้าของ โดยสัญลักษณ์ที่แฝงอยู่ดังกล่าว เป็นคุณค่าที่มีความหมายเชิงนามธรรมที่สามารถจับต้องได้ เช่น ความทันสมัย ความหวงใย ความแปลกใหม่ไม่ซ้ำใคร ไม่ค่อยมีใครใช้ เป็นต้น ซึ่งความหมายต่างๆเหล่านี้ได้ถูกแสดงออกผ่านสิ่งที่ป็นรูปธรรม สามารถจับต้องได้จริง กล่าวคือ ผ่านสินค้าและบริการ นั่นเอง

โบริยาร์ดเชื่อว่าแนวความคิดเรื่อง “การบริโภค” (Consumption) สินค้าและบริการ เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองต่อความต้องการตามธรรมชาติ และสร้างความพึงพอใจให้กับผู้บริโภค นั้น ในหลายๆส่วนได้ถูกกำหนดหรือสร้างขึ้นมาจากระบบทุนนิยมเอง ภายใต้ภาพของการตอบสนองความต้องการและการสร้างความพึงพอใจ บนภาพลวงตาของการแสวงหาความสุข (Hedonistic Illusion) ดังนั้นความต้องการจึงเป็นการทำงานของวาทกรรมของระบบทุนนิยมซึ่งถูกทำให้น่าเชื่อถือ (The Concept of Need is consecration) ในขณะที่ความต้องการนั้น ไม่ได้มีขึ้นอย่างแท้จริงในตัวมนุษย์ ความต้องการเกิดขึ้นได้ก็เพราะระบบทุนนิยม สร้างให้มีขึ้น (The System Needs His Needs) เพื่อแปรสภาพมนุษย์อยู่ให้อยู่ในสถานะของผู้บริโภคเพื่อรักษาให้วิถีการผลิตแบบทุนนิยมดำรงอยู่แผ่ขยายทั่วไป

#### 6.4 ผลกระทบของลัทธิบริโภคนิยมจากอดีตสู่ปัจจุบัน

ดังที่ เดเนียล มิลเลอร์ (Daniel Miller) นักมานุษยวิทยาท่านหนึ่งไว้ว่า ศีลธรรมและทฤษฎี กลับทำให้ผู้บริโภค ไม่มีความเป็นมนุษย์ ศีลธรรมทำให้ผู้บริโภคกลายเป็นคนหลงใหลในวัตถุ (Fetishism) และติดอยู่กับระบบของทุนนิยม การวิพากษ์ผู้บริโภคจึงเป็นเพียงเส้นทางของการวิพากษ์ระบบทุนนิยม (ชเนศ วงยานนาวา 2548)

### การบริโภคกับการสิ้นเปลือง

การบริโภคในสถานะที่ก่อให้เกิดความสิ้นเปลืองนี้จึงมิใช่กิจกรรมที่เป็นเครื่องมือ (Instruments) หรือวิถีทาง (Means) ที่จะนำไปสู่เป้าหมายของการตอบสนองความต้องการที่เกิดขึ้นภายในตัวมนุษย์ตามธรรมชาติอย่างที่เราเข้าใจกัน หากแต่ในระบบทุนนิยมได้ทำให้การบริโภคกลายเป็นกิจกรรมอันมีจุดมุ่งหมาย (Ends) ที่จำเป็นในตัวของมันเองไป การบริโภคในหลายๆส่วนไม่ได้มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกับคุณค่าในการใช้ (Use Value) หรือคุณค่าของการสนองตอบต่อความต้องการที่แท้จริงภายในตัวมนุษย์ (Alienated from our concrete real self) สินค้าและบริการที่ผลิตในปริมาณมากขึ้นในสังคมใหม่ในหลายๆส่วนจึงไม่มีคุณค่าในการบริโภคเพื่อเป้าหมายที่แท้จริง หากแต่ถูกผลิตขึ้นเพื่อสนองตอบต่อความต้องการเทียมที่ถูกกระตุ้นให้เกิดขึ้นอย่างไม่มีเจตจำนงใดๆรองรับ ความไม่มีเหตุผล (Irrationality) จึงเป็นรากฐานของกิจกรรมของมนุษย์ในระบบทุนนิยม ดังนั้นความแปลกแยก (Alienation) ภายในวิถีชีวิตของมนุษย์จึงเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในสังคมปัจจุบัน ทั้งในรูปแบบที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ (ในสถานะผู้บริโภค) (Alienated Consumption) ควบคู่ไปกับการยอมรับในสภาพของความแปลกแยกในการทำงาน (Alienated work) ของมนุษย์ในสถานะของแรงงานภายใต้กระบวนการผลิตแบบทุนนิยม (Edward 1972) ผลิตวัตถุสำหรับบริโภคตามหน้าที่ของตนเองขึ้นมาเท่านั้น หากแต่ยังได้ผลิตวิถีของการบริโภคด้วยตนเอง

ตัวผู้บริโภคเองแล้ว ความต้องการของเขา (Consumers' Need) ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของการควบคุมจัดการผ่านสื่อการโฆษณาของระบบสื่อสารมวลชนอันทันสมัยในสังคมของข่าวสารข้อมูล เพื่อเป็นหลักประกันว่าสินค้าและบริการที่ถูกผลิตขึ้นมาในระบบเศรษฐกิจจะต้องถูกบริโภค แม้ว่าสินค้าเหล่านั้นอาจจะไม่ได้ถูกนำมาใช้สอยให้เกิดค่าแห่งการใช้ (Use Value) ใดๆขึ้นเลยก็ตาม บริโภคนิยมจึงเป็นอุดมการณ์ที่มุ่งสร้างจิตสำนึกแห่งความอยากโดยครอบครองและควบคุมมวลชนไว้ภายใต้สัญญาแห่งเสรีภาพของการบริโภค เพราะในสังคมแห่งการเสรีภาพของการบริโภคเพราะในสังคมแห่งการบริโภคนี้กิจกรรมการบริโภคไม่ได้เป็นมรรคหรือหนทาง (Means) อันนำไปสู่เป้าหมาย (End) ที่มีคุณค่าใดๆในระดับขั้นที่สูงขึ้น หากแต่กลับกลายมาเป็นกิจกรรมที่สร้างจุดจบและเป้าหมายในตนเองต่อเนื่องไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

โดยรากฐานแล้วปัญหาของสังคมบริโภคนิยมในระบบทุนนิยมสมัยใหม่ที่เกิดขึ้นบนฐานของกระบวนการปลุกปั่นความต้องการของมวลชนผู้บริโภคนั้น ดำเนินไปด้วยความเข้าใจที่ผิดพลาดคลาดเคลื่อนตั้งแต่ต้นของมนุษยชาติที่เชื่อมั่นว่า มนุษย์เรามีอำนาจอันชอบธรรมและมีความสามารถที่จะเข้าไปควบคุมครอบครองและควบคุมเอาผลประโยชน์จากธรรมชาติได้ตามความต้องการ ด้วยท่าทีของมนุษย์ต่อธรรมชาติแบบทรราช (Despotic Position) ซึ่งมอบความสัมพันธ์

ระหว่างมนุษย์กับโลกธรรมชาติว่าเป็นเสมือนความสัมพันธ์ระหว่างเจ้า “ทรราช”(มนุษย์) กับ “บ่าว” (โลกธรรมชาติ) ในมิติที่มนุษย์มิได้มีหน้าที่ความรับผิดชอบต่อสถานะแวดล้อมทางธรรมชาติ (เนื่องน้อย บุญเนตร 2537 : 8) การจัดการกับปัญหาทางเศรษฐศาสตร์ของมนุษย์จึงออกมาในรูปของความพยายามจัดสรรทรัพยากรธรรมชาติอันมีอยู่อย่างจำกัด เพื่อนำมาตอบสนองกับความต้องการของมนุษย์ที่เชื่อว่าโดยธรรมชาติแล้วไม่จำกัด นั่นคือเป็นการมองที่แบ่งแยกตนเองออกจากธรรมชาติและตั้งเอาจริงให้เป็นที่ศูนย์กลางผลักดันให้เข้าไปเปลี่ยนแปลงแปรสภาพโลกธรรมชาติเพื่อมาตอบสนองต่อผลประโยชน์ในขณะเดียวกับที่มีความเชื่อว่าความต้องการของมนุษย์ที่มีอยู่อย่างไม่จำกัดนั้นเป็นไปตามธรรมชาติจึงไม่ใช่ปัญหาที่จะต้องทำการแก้ไขให้ลดน้อยลง แต่กลับมีแนวโน้มที่ถูกกระตุ้นให้มีการขยายตัวเพิ่มขึ้นในอัตราที่สูง ด้วยเหตุนี้ปัญหาของสังคมทุนนิยมในปัจจุบันจึงทวีความรุนแรงและซับซ้อนมากขึ้น

กล่าวโดยสรุปแล้ว ความคิด ความเชื่อมั่นของมนุษย์เศรษฐกิจอันเกิดจากการปฏิวัติวิทยาศาสตร์ได้กลายเป็นพลังอันมหาศาล ที่ผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสังคมโลก ส่งผลกระทบสะสมขึ้นมากกระทบต่อการดำรงอยู่ของมวลชีวิตและสิ่งแวดล้อมอย่างอเนกอนันต์ จากสังคมธรรมชาติมาเป็นสังคมวัตถุนิยมเครื่องยนต์กลไกและสิ่งแปลกปลอมแปลกแยก

## ส่วนที่ 7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

จากการศึกษาผลงานที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่ามีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

ฉวีวรรณ แจ่มกิจ (2537) ได้ทำการวิจัยเรื่อง รูปแบบการบริโภคอาหารและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบชนิดของอาหารมื้อหลัก อาหารว่าง จำนวนมื้อที่บริโภค สถานที่บริโภคอาหาร และคุณค่าทางโภชนาการของอาหารที่บริโภค กลุ่มตัวอย่าง คือวัยรุ่นที่มีอายุ 16-18 ปี ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร จำนวน 140 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่ามีรูปแบบอาหารที่บริโภคเป็นประจำในมื้อเช้าและมื้อมีกลางวัน คือ ข้าวสวยและกับข้าวสองอย่าง มื้อเย็นบริโภคข้าวสวยกับกับข้าวมากกว่าสองอย่าง ชนิดของอาหารมื้อเช้าและมื้อมีกลางวัน คือ ข้าวสวย แกงและเนื้อสัตว์ทอด มื้อเย็นคือข้าวสวย ผักและแกง อาหารว่างนิยมบริโภคน้ำอัดลม จำนวนมื้ออาหารที่บริโภคคือ 3 มื้อ สถานที่บริโภคในมื้อเช้า มื้อเย็นและอาหารว่างเป็นที่บ้าน ส่วนมื้อ

กลางวัน คือนอกบ้าน คุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารที่ได้รับ พบว่า ได้รับพลังงาน คาร์โบไฮเดรต และธาตุเหล็กมากที่สุด วัยรุ่นได้รับสารอาหารจากอาหารมือเย็นมากที่สุด

กุลวดี รัศมีวิจารณ์ (2539) ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 408 คน จากผลการศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ระดับนัยสำคัญ .05 พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ประเภทของอาหาร ความบ่อยในการบริโภค ช่วงเวลาที่บริโภค เวลาที่ใช้ในการบริโภค สถานที่รับประทาน และสถานที่จำหน่ายฟาสต์ฟู้ด รายได้มีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ประเภทของอาหาร รูปแบบการบริโภค สถานที่รับประทาน สภาพการอยู่อาศัยมีความสัมพันธ์กับช่วงเวลาที่บริโภค สถานที่รับประทานขนาดของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล

ณัฐสิตางค์ ทศบุตร (2539) ได้ทำการวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 382 คน เป็นชาย 179 คน และหญิง 203 คน ผลการวิจัยพบว่า ชายและหญิงมีความรู้และเจตคติในการบริโภคอาหารแตกต่างกัน ส่วนการปฏิบัติพบว่าไม่แตกต่างกัน ผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีอาชีพต่างกัน มีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน และนักเรียนที่มีแหล่งข้อมูลข่าวสารต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหารต่างกัน ส่วนความรู้เจตคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กันทางสถิติ

สุชาดา มะโนทัย (2539) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐาน และโรคอ้วนตามตัวแปรเพศ กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 800 คน เป็นชาย 400 คน และหญิง 400 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง นักเรียนหญิงมีความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยโดยรวมดีกว่านักเรียนชาย แต่ควรปรับปรุงในเรื่องความต้องการสารอาหารตามหลักโภชนาการใน 1 วัน จะรับประทานอาหารเฉพาะที่ชอบ อาหารที่มีไขมันสูง ขนมหวาน ไอศกรีม ลูกก็ รับประทานอาหารมือเย็นในปริมาณมากและดื่อกินไปบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารเกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ยุพาพร หงษ์ชูเวช (2540) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถของตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาซึ่งประยุกต์ใช้ในทฤษฎีความสามารถของตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ผู้ปกครอง และเพื่อน การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 39 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 46 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลดี และพฤติกรรมการบริโภคอาหารดีขึ้นกว่าก่อนทดลอง ระดับการศึกษาอาชีพของบิดามารดา และรายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

อัมพวัลย์ วิเศษธีรานนท์ (2540 , อ้างถึงใน ชนกนาถ ชูพยัคฆ์ 2544: 26) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง วิถีชีวิตของคนไทยรุ่นใหม่ ศึกษากรณีพฤติกรรมการบริโภค กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 220 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่มีสถานภาพทางสังคมระดับกลาง วัยรุ่นเกือบร้อยละ 90 มีหลักการเลือกบริโภคอาหารประเภทจานเดียวและอาหารว่างประเภทน้ำอัดลมหรือขนมหวานเป็นส่วนใหญ่ ส่วนรายได้และระดับการศึกษามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การเลือกรับข่าวสารจากโฆษณา สื่อโฆษณาทางโทรทัศน์เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนในการบริโภคอาหารมากที่สุด

ฉนิภาภรณ์ ธัญญาไพโรจน์ (2541) ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับวัตถุเจือปนและสิ่งปนเปื้อนในอาหารของวัยรุ่นตอนปลายในกรุงเทพมหานครกลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยปิดของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 450 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสอบถามและแบบทดสอบ ผลการวิจัย พบว่าวัยรุ่นตอนปลายส่วนใหญ่มีความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับวัตถุเจือปนและสิ่งปนเปื้อนในอาหารในระดับปานกลาง และพบว่าเพศ มีความสัมพันธ์กับความรู้และการปฏิบัติรายได้ของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์กับความรู้ และความรู้มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

วิธิ แจ่มบันทิก (2541) ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวน 1,391 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภค

อาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกรวดเร็วและอิทธิพลของเพื่อนมีส่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของกลุ่มตัวอย่าง

สุนีย์ โยคะกุล (2542) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต โดยใช้แบบสอบถามเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวน 391 คน เป็นชาย 165 คน และหญิง 226 คน ผลการวิจัยพบว่า นิสิตมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ ส่วนความรู้ที่อยู่ในระดับดี ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับอาหารที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค ส่วนความรู้ที่อยู่ในระดับที่ต้องปรับปรุงเป็นความรู้ที่เกี่ยวกับหมวดสารอาหารที่ให้โปรตีน วิตามินและเกลือแร่ นิสิตส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับพอใช้ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่าความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตในระดับต่ำ แลพบว่าลักษณะทั่วไปในการรับประทานอาหารของครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตในระดับปานกลาง

ชนกนาถ ชูพยัคฆ์ (2544) ได้ทำการศึกษาเรื่องความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา เปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยยึดหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2543 จำนวน 600 คน แบ่งเป็นหญิง 302 คน และชาย 298 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และมีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ส่วนการเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักเรียนที่ต่างเพศและบิดามีระดับการศึกษาต่างกัน มีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักเรียนที่บิดา มารดา มีระดับการศึกษาต่างกัน อาชีพของบิดา มารดา และรายได้ของผู้ปกครองต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการศึกษาความสัมพันธ์ พบว่าความรู้และทัศนคติต่อการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับปานกลาง และมีทัศนคติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

เฟลด์แมน (Feldman 1983) ทำการวิจัยเรื่อง ข่าวสารเรื่อง โภชนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาในเคนยา (Communication nutrition to high school students in Kenya) เพื่อศึกษาความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการและศึกษาเปรียบเทียบความรู้ ทักษะเกี่ยวกับโภชนาการของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 จำนวน 514 คน แบ่งเป็นชาย 254 คน หญิง 260 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจถูกต้องในเรื่อง โภชนาการแต่ยังมีความเข้าใจผิดในเรื่องของน้ำอัดลม โดยเชื่อว่าน้ำอัดลมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญทางอาหาร มีประโยชน์ต่อร่างกายโดยไม่ตระหนักถึงคุณค่าทางอาหารของผักและผลไม้ในท้องถิ่นรวมถึงความสำคัญของสีจากธรรมชาติ แต่มีความเชื่อว่าอาหารที่มีราคาแพงเป็นอาหารที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสุขภาพและยังพบว่ากลุ่มที่ได้รับข่าวสารด้าน โภชนาการจะมีความรู้ ทักษะเกี่ยวกับโภชนาการดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับข่าวสาร

อาร์มสตรอง (Armstrong 1985) ทำการวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อบริโภคนิสัยของชาวแอนติกันไนอินเดียนตะวันตก จำนวน 305 ครอบครัว พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและกลุ่มคนที่มีความคิดสมัยใหม่ มีความคิดเห็นด้าน โภชนาการและบริโภคนิสัยด้านบวก บุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีมีคะแนนของภาวะ โภชนาการดีกว่าบุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจปานกลางและยากจน

ฟิชแมน (Fishman 1985) ได้ศึกษาการสอนเด็กในเรื่องการเลือกซื้ออาหารและสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหาร การศึกษาสำรวจโดยการสอนเด็กให้รู้จักเลือกอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมและพยายามให้เด็กรู้จักกำหนดอาหารและพิจารณาอาหารเหล่านั้นด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 ที่อยู่อาศัยในเขตเมือง จำนวน 94 คน ใช้วิธีการสอนซึ่งประยุกต์จากพฤติกรรมก่อนการเลือกตั้งและทฤษฎีการเรียนรู้สังคม จากผลการศึกษาสรุปได้ว่า เด็กต้องการเรียนรู้เพิ่มขึ้นในการเลือกซื้ออาหารและสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหารและต้องการที่จะพัฒนาทักษะในเรื่องการพิจารณาและเลือกซื้ออาหาร

รูท (Root 1987 ,อ้างถึงใน สุนีย์ โยคะกุล 2542 : 31) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการ และรูปแบบการรับประทานอาหารของนักศึกษาปีที่ 2 และ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ (The relationship of nutrition knowledge to eating behavior patterns among Ohio sophomores and seniors) เพื่อศึกษาความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการกับรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 และ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ผลการศึกษา พบว่า ความรู้ทางด้าน โภชนาการ ไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เบรินแมน (Brenman 1990, อ้างถึงใน สุนีย์ โยคะกุล 2542 : 31) ทำการวิจัยเรื่อง อิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและวัยรุ่น (The influence of health belief on eating behavior in children and adolescents) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารว่างของเด็กวัยรุ่น เครื่องมือที่ใช้เป็น แบบทดสอบในเรื่องความเชื่อทางสุขภาพประกอบด้วย 4 เรื่อง ได้แก่ โอกาสและความรุนแรงในการเจ็บป่วย การติดต่อจากครอบครัว การติดต่อของโรคและความเข้าใจถึงประโยชน์ โดยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 จำนวน 344 คน ผลการวิจัย พบว่า รูปแบบความเชื่อทางสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้ว่า ความเชื่อทางสุขภาพของเด็กทั้ง 3 ระดับมีความแตกต่างกัน และพบว่า ความเชื่อทางสุขภาพ อิทธิพลมาจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน อารมณ์ ความรู้ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพ และค่านิยมทางสุขภาพ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและวัยรุ่น

เรสนิคอว์และเรินฮาร์ท (Resnicow and Reinhard 1991) ได้ทำการวิจัยเรื่องเด็กที่รู้จะไรเกี่ยวกับไขมัน โยอาหาร และโคเลสเตอรอล สํารวจ 5,116 โรงเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษา สํารวจนักเรียนอายุ 5-18 ปี จากนักเรียนเกรด 1- 12 ใน 5 รัฐของสหรัฐอเมริกา พบว่า นักเรียนทั่วไปทราบเกี่ยวกับสุขภาพในการรับประทานอาหารที่มีไขมัน โยอาหาร และโคเลสเตอรอล นักเรียนมีความรู้จำกัดเกี่ยวกับเรื่องโคเลสเตอรอลและโยอาหารในอาหารที่เฉพาะเจาะจง เช่น นักเรียนส่วนมากทราบว่า เนยมีโคเลสเตอรอล แต่ไม่ทราบว่านมสดมีโคเลสเตอรอลด้วยเช่นกัน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาทราบว่าอาหารที่มีโยอาหารมากที่สุด คือ ขนมปังที่ทำจากข้าวสาลี ไร่ข้าว และเมล็ดพืชต่างๆในกลุ่มตัวอย่างจาก โรงเรียนมัธยมศึกษา นักเรียนส่วนมากจะไม่ทราบว่าเมล็ดถั่วเป็นโยอาหาร ซึ่งข้อมูลเหล่านี้ได้เสนอแนะว่า เด็กอเมริกาขาดการได้รับข่าวสารที่จำเป็นในการที่จะให้ความรู้ในการเลือกอาหารทางด้านบวก

วอร์ด (1991 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา พฤติกรรมการบริโภคกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมมาอธิบายพฤติกรรมการบริโภคของเด็กวัยรุ่น มีตัวแปรที่ศึกษาที่ศึกษา คือ รายได้ที่ใช้จ่ายเกี่ยวกับการบริโภค การควบคุมการบริโภคของตนเองและความรู้ทางโภชนาการ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาทั้งเพศชายและเพศหญิง จำนวน 136 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการเลือกรับประทานอาหาร และแบบบันทึกรายการอาหารที่บริโภคใน 24 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า ความรู้ทางโภชนาการไม่มีผลต่อบริโภคนิสัย และพบว่าสามารถในการเลือกบริโภค สามารถทำนายตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภคอาหารวัยรุ่นได้ นอกจากนี้การเรียนรู้ทางสังคมยังช่วยหล่อหลอมลักษณะรูปแบบการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้

(Causatis 1995:Abstract) ได้ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยทางสังคม จิตวิทยา ที่มีผลต่อ พฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่น (Psychosocial Influences on Adolescent Eating Behavior) มี วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นกับพฤติกรรม ของบุคคลแวดล้อม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน 242 คน เป็นชาย 107 คน หญิง 135 คน ครอบครัวที่มีรายได้ต่ำถึงปานกลาง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม แบ่ง ออกเป็น 3 ด้าน คือ รูปแบบแนวทางการบริโภคอาหารในแต่ละวัน การบริโภคไขมัน และการ บริโภคน้ำตาล ผลการวิจัยพบว่านักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยที่ชอบรับประทาน อาหารมื้อหลักและอาหารว่างจากบ้าน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของตนเอง ความพร้อมของ ครอบครัวและจำนวนมื้ออาหารของครอบครัว โดยที่นักเรียนชายมีกิจกรรมการออกกำลังกายร่วม ด้วย ส่วนบริโภคนิสัยเกี่ยวกับไขมัน น้ำตาล และความถี่ในการบริโภคอาหารระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ไม่มีความแตกต่างกันนอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยที่แตกต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการ บริโภคอาหารของวัยรุ่นแตกต่างกันด้วย

จากแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ผู้วิจัยจึง สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ตามตัวแปรต้นและตัวแปรตาม ดังแผนภูมิที่ 5

กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)

ตัวแปรอิสระ (Independent variables)

ตัวแปรตาม (Dependent Variable)



แผนภูมิที่ 5 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสม (Mixed Methodology) ทั้งการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม : วิทยาลัยการศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

โดยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. ตัวแปรที่ศึกษา
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. วิธีการสร้างและการตรวจสอบเครื่องมือ
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน และนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ระดับปริญญาตรี จำนวนรวมทั้งสิ้น 17,035 คน ดังแสดงในตารางที่ 1 (ที่มา หน่วยทะเบียนและวัดผลของมหาวิทยาลัย)

ตารางที่ 1 จำนวนนักศึกษาระดับปริญญาตรี

มหาวิทยาลัย	จำนวนประชากร(คน)
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน	5,207
มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์	11,828
รวม	17,035

ที่มา หน่วยทะเบียนและวัดผลของมหาวิทยาลัย .(พฤศจิกายน ,2552)

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน และนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2552 โดยใช้สูตรของทาโรยามาเน่ (Taro Yamane 1967: 729) ในการคำนวณเพื่อกำหนดขนาดตัวอย่างของแต่ละมหาวิทยาลัย ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ยอมให้คลาดเคลื่อนร้อยละ 5 ดังสูตร

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งกำหนดค่าความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.05 หรือ 5%

$$\begin{aligned} \text{แทนค่า } n &= \frac{17,035}{1 + 17,035 (0.05)^2} \\ &= 391 \end{aligned}$$

โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยเริ่มต้นคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการคำนวณสูตรของยามาเน่ (Taro Yamane) เพื่อให้เป็นตัวแทนที่ดี โดยคำนวณได้จำนวน 391 คน และกำหนดตามสัดส่วน ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนตัวอย่างของนักศึกษาปริญญาตรี

มหาวิทยาลัย	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง(คน)
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน	120
มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์	271
รวม	391

### ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ผู้วิจัยใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย ตัวแปร 2 ประเภท คือ

1.ตัวแปรต้น (Independent Variables) ประกอบด้วย ลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี มหาวิทยาลัย ความพอเพียงของรายได้ ภูมิฐานะ และที่พักอาศัย และ ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ได้แก่ เพื่อน ผู้ปกครอง และมหาวิทยาลัย ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหารและการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

2.ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### ชนิดของเครื่องมือ

#### ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลการบริโภคและพฤติกรรมการบริโภค

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี มหาวิทยาลัย ความพอเพียงของรายได้ ภูมิฐานะ และที่อยู่ปัจจุบัน มีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นแบบสอบถามชนิด

มาตราส่วนประมาณค่า ( Rating Scale ) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert' s Rating Scale ) มี 5 ระดับ ได้แก่ การปฏิบัติมากที่สุด การปฏิบัติมาก การปฏิบัติปานกลาง การปฏิบัติน้อย และการปฏิบัติน้อยที่สุด

การปฏิบัติมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามากที่สุด
การปฏิบัติมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามาก
การปฏิบัติปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาปานกลาง
การปฏิบัติน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อย
การปฏิบัติน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า(Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert' s Rating Scale ) มี 5 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติมากที่สุด ปฏิบัติมาก ปานกลาง ปฏิบัติน้อย ไม่ปฏิบัติเลย

ปฏิบัติมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการปฏิบัติของนักศึกษามากที่สุด
ปฏิบัติมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการปฏิบัติของนักศึกษามาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการปฏิบัติของนักศึกษาปานกลาง
ปฏิบัติน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการปฏิบัติของนักศึกษาน้อย
ปฏิบัติน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับการปฏิบัติของนักศึกษาน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง เป็นคำถามปลายเปิด (Open End) ที่ได้จากข้อมูลเชิงคุณภาพ

## ส่วนที่ 2 การสนทนากลุ่ม

การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) ประกอบด้วย แนวทางการสนทนากลุ่มในประเด็นที่กำหนด

### วิธีการสร้างและตรวจสอบคุณภาพ

เพื่อให้การดำเนินการศึกษาครั้งนี้ สามารถตรวจสอบวัดได้ตรงตามกรอบแนวคิดของการศึกษา และบรรลุวัตถุประสงค์ที่วางไว้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือเป็นแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาจากเอกสาร ตำรา งานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง ปริญญาผู้เชี่ยวชาญ เกี่ยวกับข้อมูลในการสร้างเครื่องมือ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

ขั้นที่ 2 นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาประมวล เพื่อกำหนดเป็นโครงสร้างของเครื่องมือ และขอบเขตของเนื้อหา

ขั้นที่ 3 สร้างแบบสอบถามตามขอบเขตของเนื้อหา ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยและตามรายละเอียดของนิยามศัพท์เฉพาะของตัวแปร

ขั้นที่ 4 นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เสนออาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เพื่อพัฒนาความเที่ยงตรงด้านเนื้อหา (Content validity) โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence - IOC) โดยจะต้องมีค่าตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป นำแบบสอบถามที่ได้รับการพิจารณาตรวจสอบแก้ไขจากผู้เชี่ยวชาญมาทำการแก้ไขปรับปรุง และขอความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามที่ได้ไปการหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มทดลอง ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน

ขั้นที่ 6 นำแบบสอบถามทดสอบวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตามลักษณะของข้อกำหนด โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้สูตรหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$  - Coefficient) ซึ่งมีสูตรดังนี้ (ธีรศักดิ์ อุ่นอารมย์เลิศ 2548 : 69-70)

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s^2} \right]$$

$\alpha$	=	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค
K	=	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
$s_i^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
$s_p^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เท่ากับ .7718

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร เท่ากับ .7689

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร เท่ากับ .7020

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร เท่ากับ .8729

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความเชื่อในการบริโภคอาหารเท่ากับ .7002

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามพฤติกรรมพฤติกรรมการบริโภคอาหารขณะเท่ากับ .9243

ขั้นที่ 7 จัดทำเครื่องมือฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปเก็บข้อมูลต่อไป

### การตรวจสอบคุณภาพ

นำแนวทางการสนทนากลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เสนออาจารย์ผู้คุมวิทยานิพนธ์และผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความครอบคลุมครบถ้วนของเนื้อหาในประเด็นและสาระสำคัญตรงตามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขณะที่ต้องการวัด

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

#### การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ

1. ผู้วิจัยดำเนินการขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

2. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลและแจกแบบสอบถามเสนอต่อมหาวิทยาลัยศิลปากร

3. ผู้วิจัยดำเนินการแจกแบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง

4. นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบความถูกต้องก่อนการวิเคราะห์ข้อมูล

#### การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) การศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาปริญญาตรี โดยคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อสอบถามความคิดเห็น สรุปผลการประชุมโดยใช้การสนทนากลุ่ม จำนวน 10 คน โดยจะแบ่งนักศึกษา 2 กลุ่ม คือ นักศึกษาที่มีภาวะโภชนาการบกพร่อง เช่น ภาวะโภชนาการเกิน (โรคอ้วน) และ นักศึกษาที่มีลักษณะสุขภาพปกติตามดัชนีมวลกาย

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ของสังคมศาสตร์ และการวิเคราะห์เนื้อหา

1. วิเคราะห์ลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้ค่าความถี่ (frequency) และ ค่าร้อยละ (percentage)

2. การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหารและการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้เกณฑ์การประเมินตามเกณฑ์ของเบส (Best 1981 : 179 - 187) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.50 – 5.00	หมายถึง การปฏิบัติในระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.50 – 4.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย 2.50 – 3.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.50 – 2.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับน้อยที่สุด

3. การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้เกณฑ์การประเมินตามเกณฑ์ของเบส (Best 1981 : 179 - 187) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.50 – 5.00	หมายถึง การปฏิบัติในระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.50 – 4.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย 2.50 – 3.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.50 – 2.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.49	หมายถึง การปฏิบัติในระดับน้อยที่สุด

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะส่วนบุคคล ใช้การทดสอบค่าที t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way – ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ้ (Scheffe' )

5. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร ที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

6.การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สำหรับการวิจัยเรื่องนี้ “พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร” เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามได้รับคืน จำนวน 391 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ตารางประกอบคำบรรยายจำนวน 7 ตอน มีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร เมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ตอนที่ 6 การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

**ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม:  
กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร**

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 391 คน โดยจำแนกตาม เพศ อายุ ชั้นปี คณะ มหาวิทยาลัย รายได้ต่อเดือน ความพอเพียงของรายได้ ภูมิภาค และที่อยู่ปัจจุบัน ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ซึ่งเสนอผลการวิเคราะห์ปรากฏรายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
<b>1.เพศ</b>			
ชาย		123	31.46
หญิง		268	68.54
	รวม	391	100.00
<b>2.อายุ</b>			
ต่ำกว่า 18 ปี		54	13.81
19 – 20 ปี		228	58.31
21 – 22 ปี		87	22.25
23 ปีขึ้นไป		22	5.63
	รวม	391	100.00
<b>3.ชั้นปีที่ศึกษา</b>			
ชั้นปีที่ 1		136	34.78
ชั้นปีที่ 2		103	26.34
ชั้นปีที่ 3		76	19.44
ชั้นปีที่ 4 ขึ้นไป		76	19.44
	รวม	391	100.00

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
<b>4.คณะ</b>		
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์		
คณะเกษตร	30	7.67
คณะวิศวกรรมศาสตร์	23	5.88
คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์	23	5.88
คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนาศาสตร์	21	5.37
คณะสัตวแพทยศาสตร์	10	2.56
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา	13	3.33
มหาวิทยาลัยศิลปากร		
คณะอักษรศาสตร์	58	14.83
คณะศึกษาศาสตร์	58	14.83
คณะวิทยาศาสตร์	58	14.83
คณะวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี	60	15.35
อุตสาหกรรม		
คณะเภสัชศาสตร์	37	9.46
รวม	391	100.00
<b>5.มหาวิทยาลัย</b>		
1.เกษตรศาสตร์	120	30.69
2.มหาวิทยาลัยศิลปากร	271	69.31
รวม	391	100.00
<b>6.รายได้ต่อเดือน</b>		
1.ต่ำกว่า 2,500 บาท	20	5.11
2.2,501 – 5,000 บาท	221	56.52
3.5,001 – 7,500 บาท	80	20.46
4.7,501 – 10,000 บาท	55	14.07
5.10,000 บาทขึ้นไป	15	3.84
รวม	391	100.00

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
7.ความพอเพียงของรายได้		
พอเพียง	309	79.03
ไม่พอเพียง	82	20.97
รวม	391	100.00
8.ภูมิลำเนา		
1.ภาคกลาง	247	63.17
2.ภาคตะวันออก	25	6.39
3.ภาคตะวันตก	28	7.16
4.ภาคใต้	28	7.16
5.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	38	9.72
6.ภาคเหนือ	25	6.39
รวม	391	100.00
9.ที่อยู่ปัจจุบัน		
1.หอพักของมหาวิทยาลัย	162	41.43
2.หอพักเอกชน	122	31.20
3.บ้านเช่า	18	4.60
4.บ้านของผู้ปกครอง	68	17.39
5.แฟลต/คอนโดมิเนียม	21	5.37
รวม	391	100.00

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีดังนี้ พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เป็นเพศ หญิง จำนวน 268 คน คิดเป็นร้อยละ 31.46 เพศชาย 123 คน คิดเป็นร้อยละ 68.54 อายุ พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 19 – 20 ปี จำนวน 228 คน คิดเป็นร้อยละ 58.31 รองลงมาคือ อายุ 21 – 22 ปี จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 22.25 อายุต่ำกว่า 18 ปี จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 13.81 และ อายุ 23 ปีขึ้นไป จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 5.63 ชั้นปีที่ศึกษา พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่อยู่ในชั้นปีที่ 1 จำนวน 136 คน คิดเป็นร้อยละ 34.78 รองลงมา คือ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 26.34

และ ชั้นปีที่ 3 และ 4 ขึ้นไป จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 19.44 คณะวิชา พบว่า คณะวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยีอุตสาหกรรม ของมหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 15.36 รองลงมา คือ คณะอักษรศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และ คณะวิทยาศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวนคณะละ 58 คน คิดเป็นร้อยละ 14.83 มหาวิทยาลัย พบว่า มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 30.69 และมหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 271 คน คิดเป็นร้อยละ 69.31 รายได้ต่อเดือน พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 2,500 – 5,000 บาท จำนวน 221 คน คิดเป็นร้อยละ 56.52 รองลงมาคือ 3,501 – 7,500 บาท จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 20.46 และ รายได้ 7,501 – 10,000 บาท จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 14.07 ความพอเพียงของรายได้ พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่มีความพอเพียงของรายได้ จำนวน 309 คน คิดเป็นร้อยละ 79.03 และ ไม่พอเพียง จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 20.97 ภูมิลำเนา พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนา อยู่ภาคกลาง จำนวน 247 คน คิดเป็นร้อยละ 63.17 รองลงมาคือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 9.72 และ ภาคตะวันตก และภาคใต้ จำนวนภาคละ 28 คน คิดเป็นร้อยละ 7.16 ที่อยู่ปัจจุบัน พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 41.43 รองลงมา คือ หอพักเอกชน จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 31.20 และ บ้านของผู้ปกครอง จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 17.39

## ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม:

### กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร ใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของปัจจัยสนับสนุนด้านการรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ด้านการรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
1. ควรกินอาหารที่สะอาดและปราศจากสารปนเปื้อน	4.77	.438	มากที่สุด	1
2. ขนมอบรรทุกมีปริมาณโซเดียม(เกลือ)สูง	3.86	.876	มาก	17
3. ควรอ่านฉลากทางโภชนาการก่อนการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารนั้น	4.41	.637	มาก	9
4. ก่อนการซื้ออาหารควรดูวันที่หมดอายุ	4.71	.543	มากที่สุด	4
5. สารปรุงแต่งในอาหารบางชนิดมีอันตรายต่อร่างกาย	4.39	.707	มาก	11
6. อาหารประเภทฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า มันฝรั่งทอด เป็นอาหารขยะ	4.14	.787	มาก	15
7. การบริโภคอาหารประเภทแป้งและน้ำตาลมากจะทำให้เกิดโรคอ้วนๆได้	4.41	.695	มาก	9
8. ผัก ผลไม้ มีกากใยที่เป็นประโยชน์ต่อการขับถ่าย	4.77	.517	มากที่สุด	1
9. ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่	4.72	.509	มากที่สุด	3
10. ควรดื่มน้ำอย่างน้อย 6-8 แก้วต่อวัน	4.61	.642	มากที่สุด	5
11. อาหารหมักดองเป็นอันตรายต่อร่างกาย	3.81	.858	มาก	18
12. สารเร่งเนื้อแดงในเนื้อสัตว์ก่อให้เกิดมะเร็งได้	4.30	.781	มาก	13
12. ควรล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	4.54	.548	มากที่สุด	6
14. การรับประทานอาหารกับผู้อื่นควรใช้ช้อนกลาง	4.37	.700	มาก	12
15. การเลือกร้านอาหารที่สะอาดและถูกสุขอนามัย	4.49	.577	มาก	8
16. อาหารขยะมักจะมีผงชูรสมาก	4.06	.862	มาก	16
17. สารบอแรกซ์ที่ใส่ในอาหารเป็นอันตรายต่อร่างกาย	4.50	.620	มากที่สุด	7
18. อาหารขยะไม่ดีต่อสุขภาพ	4.25	.772	มาก	14
รวมเฉลี่ย	4.39	.345	มาก	-

จากตารางที่ 4 พบว่า การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.39$  , S.D = .345) เมื่อจำแนกรายชื่อ นักศึกษาคิดว่าควรกินอาหารที่สะอาดและปราศจากสารปนเปื้อน และผัก ผลไม้ มีกากใยที่เป็นประโยชน์ต่อการขับถ่าย อยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.77$  , S.D = .438 , S.D. = .517 ตามลำดับ ) รองลงมา คือ ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ อยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.72$  , S.D = .509)

จากการสนทนากลุ่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา เรื่องอันตรายของอาหารขยะ เรื่องการทำให้เกิดโรคต่างๆ และคอเลสเตอรอลสูง การใส่สารปนเปื้อน เช่น สารปรอท สังกะสี เป็นต้น โภชนาการต่ำ ดังที่ผู้ร่วมสนทนาได้กล่าวว่า

...อาหารขยะไม่ดี ทำให้เกิดโรคอ้วน ไขมันในเส้นเลือดสูง...

(เอ,นามสมมติ 2553)

...ผลร้ายของขยะที่ตามมา หลังจากการบริโภคอาหารขยะไปแล้ว เกิดผลร้ายตามมาที่หลังอย่างเจ็บๆ...(ซี,นามสมมติ 2553)

...ทานไปอ้วนนะ แต่มันไม่มีประโยชน์ ไขมันเยอะ ส่วนมากใช้น้ำมันในการทอด...(เจ,นามสมมติ 2553)

...อาหารขยะเป็นอาหารที่มีประโยชน์ในทางโภชนาการต่ำ เป็นอาหารทอด ให้พลังงานสูง ส่วนใหญ่เป็นอาหารจำพวกแป้งมีคอเลสเตอรอลสูง ไขมันสูง ได้สารอาหารไม่ครบถ้วน ทานอาหารขยะมากๆอาจทำให้เกิดโรคอ้วนแก่ผู้บริโภค ... (ลา,นามสมมติ 2553)

...เป็นอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพจะเห็นผลในระยะยาวเพราะกินมากขึ้นไปเรื่อยๆจะส่งผลต่อร่างกาย อาหารที่มีไขมันมากจะทำให้ร่างกายสะสมไขมันเยอะและจะเป็นพิษต่อร่างกาย...(ญ,นามสมมติ 2553)

...ส่วนใหญ่อาหารที่รู้จักจะเป็นอาหารไขมันสูงส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ง่ายต่อการบริโภค...(โม,นามสมมติ 2553)

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของปัจจัยสนับสนุนด้านแรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร

ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
1. ท่านมักจะบริโภคอาหารตามที่คุณต้องการแนะนำ	3.51	.853	มาก	5
2. ท่านรับประทานอาหารเช้าเดียวกับเพื่อน	3.47	.700	ปานกลาง	6
3. ท่านต้องรับประทานอาหารเช้าพร้อมกับเพื่อนเสมอ	3.66	.935	มาก	4
4. ท่านมักรับประทานอาหารเช้าตามคำชักชวนของเพื่อน	3.31	.811	ปานกลาง	7
5. ท่านมักจะรับประทานอาหารเช้าในร้านค้าที่มหาวิทยาลัยจัดให้	3.97	.860	มาก	2
6. ผู้ปกครองจะคอยเตือนท่านเรื่องการรับประทานอาหารเช้าที่มีประโยชน์	3.71	1.171	มาก	3
7. มหาวิทยาลัยมักจัดโครงการรณรงค์เรื่องการบริโภคอาหาร	3.08	.912	ปานกลาง	9
8. ท่านรับประทานอาหารเช้าจากการโฆษณาต่างๆ	3.12	.742	ปานกลาง	8
9. ท่านรับประทานอาหารเช้า ผัก ผลไม้ ตามฤดูกาล	3.99	.758	มาก	1
10. ท่านเลือกซื้ออาหารที่ราคาแพงเพราะอาหารนั้นมีคุณภาพดีกว่าราคาถูก	2.86	.891	ปานกลาง	10
รวมเฉลี่ย	3.47	.438	ปานกลาง	-

จากตารางที่ 5 พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.47$  , S.D = .438) เมื่อจำแนกรายข้อ ท่านรับประทานอาหารเช้า ผัก ผลไม้ ตามฤดูกาล , ท่านมักจะรับประทานอาหารเช้าในร้านค้าที่มหาวิทยาลัยจัดให้ และผู้ปกครองจะคอยเตือนท่านเรื่องการรับประทานอาหารเช้าที่มีประโยชน์ อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.99$  , S.D = .758  $\bar{X} = 3.97$  , S.D = .860 และ  $\bar{X} = 3.71$  , S.D = 1.171 ตามลำดับ)

จากการสนทนากลุ่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหารจะ ร้านขายของในบริเวณมหาวิทยาลัยและใกล้เคียง เช่น ร้านสะดวกซื้อในมหาวิทยาลัย ห้างสรรพสินค้าบริเวณใกล้ๆ และที่สำคัญคือ การโฆษณาชวนเชื่อในปัจจุบัน ค่านิยมและวัฒนธรรมที่เราได้รับมา รูปแบบในชีวิตประจำวันที่เปลี่ยนไป ดังที่ผู้ร่วมสนทนาได้กล่าวไว้ว่า

...ส่วนใหญ่ร้านขายของขนาดเล็กก็มีอาหารขยะเยอะมาก  
 เพราะเด็กชอบกิน เช่น ขนม และห้างสรรพสินค้าก็มีส่วนอย่างมาก...  
 (บี, นามสมมติ 2553)

...ก็ร้านมินิมาร์ทส่วนมากก็มี Junk food ขายมากมาย  
อยู่แล้ว...(เอ,นามสมมติ 2553)

...โฆษณาทางทีวี จะโฆษณาอาหารชนิดต่างๆที่ผลิตขึ้นมาใหม่ให้  
เป็นที่รู้จักแล้วหาซื้อมารับประทาน... (เค,นามสมมติ 2553)

...เวลาของคนในสังคมส่วนใหญ่จะเร่งรีบ อาหารพวกนี้  
จะสะดวก ในการพกพา...(บอย,นามสมมติ 2553)

...การโฆษณา ค่านิยมต่างๆ เพื่อน สภาพแวดล้อม ค่านิยม  
ทางตะวันตก การขาดข้อมูลในการเลือกบริโภค...(อ้อ,นามสมมติ 2553)

...ทานง่าย บริการเสริมจูงใจเด็ก ราคา การโฆษณาทางการขาย  
ที่น่าสนใจ รายการอาหารแปลกใหม่มาเรื่อยๆ การอยากลองกินอาหาร  
รสชาติใหม่ๆ...(ดี,นามสมมติ 2553)

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของปัจจัยสนับสนุน  
ด้านความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร

ด้านความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
1.ส่วนใหญ่ท่านซื้ออาหารด้วยตนเอง	4.54	.685	มากที่สุด	1
2.ท่านเลือกซื้ออาหารโดยไม่ต้องคำนึงถึงรายได้	3.07	.995	ปานกลาง	7
3.ท่านเลือกซื้ออาหารตามความคิดของท่านเป็นส่วนใหญ่	4.19	.715	มาก	2
4.การรับประทานขนมหรืออาหารว่างสามารถทดแทนอาหารมื้อหลักได้	2.97	.955	ปานกลาง	8
5.ท่านมักรับประทานอาหารมื้อเย็นเมื่อนึกขึ้นได้	2.91	1.113	ปานกลาง	9
6.ท่านเลือกซื้ออาหารที่รสชาติอร่อย	4.16	.721	มาก	3
7.ท่านเลือกซื้ออาหารที่ราคาถูก	3.55	.786	มาก	5
8.ท่านเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ	4.02	.768	มาก	4
9.ท่านเลือกบริโภคอาหารเพราะรสชาติอร่อย	3.10	.892	ปานกลาง	6
รวมเฉลี่ย	3.61	.420	มาก	-

จากตารางที่ 6 พบว่าความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.61$  , S.D = .420) เมื่อจำแนกรายชื่อ ส่วนใหญ่ท่านซื้ออาหารด้วยตนเอง อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.54$  , S.D = .685) ท่านเลือกซื้ออาหารตามความคิดของท่านเป็นส่วนใหญ่ อยู่ในระดับมาก( $\bar{X} = 4.19$  , S.D = .715) และ ท่านเลือกซื้ออาหารที่รสชาติอร่อย อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.16$  , S.D = .721)

ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของปัจจัยสนับสนุนด้านการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

ด้านการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
1.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากสื่อโฆษณาต่างๆ	3.39	.815	ปานกลาง	2
2.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากบุคคลใกล้ชิด เช่น เพื่อน ผู้ปกครอง	3.36	.894	ปานกลาง	3
3.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะเพราะมีความชอบส่วนตัวอยู่แล้ว	3.27	.932	ปานกลาง	4
4.การบริโภคอาหารขยะทำให้คุณทันสมัย	2.52	.949	ปานกลาง	11
5.อาหารจานด่วนเป็นอาหารของคนรวย	2.37	1.022	น้อย	13
6.ท่านมีรายได้เพิ่มขึ้นกว่าเดิมท่านจะบริโภคอาหารขยะมากขึ้น	2.39	.974	น้อย	12
7.การบริโภคอาหารขยะทำให้มีหน้าตาทางสังคม	2.18	.977	น้อย	14
8.ในโอกาสต่างๆท่านจะจัดเลี้ยงที่ร้านฟาสต์ฟู้ด	2.55	1.066	ปานกลาง	10
9.การรับประทานหมูกระทะบุฟเฟต์ทำให้อ้วนและประหยัด	3.24	1.075	ปานกลาง	5
10.รับประทานอาหารอะไรก็ได้ที่อ้วนท้องและเพื่อนนิยมก็พอ	2.93	1.031	ปานกลาง	7
11.คนรุ่นใหม่ต้องรับประทานอาหารที่แปลกๆใหม่ๆตามโฆษณา	2.56	1.038	ปานกลาง	9
12.เมื่อดูหนังที่โรงภาพยนตร์สิ่งที่คุณไม่ได้คือขนมขบเคี้ยว	2.91	1.171	ปานกลาง	8
13.หากไม่บริโภคอาหารขยะจะทำให้เหลือเงินเก็บมากขึ้น	3.92	.984	มาก	1
14.ท่านซื้ออาหารบางอย่างเพราะอยากได้ของแถม	3.07	1.045	ปานกลาง	6
รวมเฉลี่ย	2.91	.615	ปานกลาง	-

จากตารางที่ 7 พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.91$ , S.D = .615) เมื่อจำแนกรายชื่อ ส่วนใหญ่หากไม่บริโภคอาหารขยะจะทำให้เหลือเงิน

เก็บมากขึ้น อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.92$  , S.D = .984) ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากสื่อโฆษณาต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.39$  , S.D = .815) ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากบุคคลใกล้ชิด เช่น เพื่อน ผู้ปกครอง อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.36$  , S.D = .894)

จากการสนทนากลุ่ม นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร การรับรู้ข้อมูลข่าวสารในการบริโภคอาหารขยะ จากผู้ปกครอง และสถานศึกษา การศึกษาเรื่องโภชนาการ ที่เกี่ยวกับอาหารที่บริโภค จากสื่อต่างๆ ในปัจจุบัน เช่น โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต การศึกษาเรื่องโภชนาการ ดังที่ผู้ร่วมสนทนาได้กล่าวว่า

...การรับรู้ตั้งแต่เด็กๆแล้วคะ พ่อแม่ก็บอก ที่โรงเรียนสอนเรื่องโภชนาการ...(ซี,นามสมมติ 2553)

...การเรียนการสอนและพ่อแม่สอนในการกินอาหารประเภทนี้ เพราะจะทำให้ร่างกายรับสารอาหารที่ไม่จำเป็นมากเกินไปและส่งผลเสียให้แก่อวัยวะ...(ซี,นามสมมติ 2553)

...ได้รับข้อมูลจากวารสารสุขภาพต่างๆและเมื่อซื้ออาหารมา จะสังเกตส่วนประกอบที่ข้างห่อ...(ฟา,นามสมมติ 2553)

...ทางสื่อสารสนเทศ เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร วิทยุ ป้ายโฆษณา...(ต้อ,นามสมมติ 2553)

...หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต...(ลา,นามสมมติ 2553)

...หนังสือเกี่ยวกับสุขภาพ ส่วนใหญ่จะเป็นข้อเสียของอาหารขยะ ที่มีแป้ง ไขมัน ผลชูรส...(บู,นามสมมติ 2553)

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของปัจจัยสนับสนุนด้านความเชื่อในการบริโภคอาหาร

ด้านความเชื่อในการบริโภคอาหาร	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
1. การรับประทานขนมที่มีน้ำตาลมาก ทำให้อารมณ์ดีขึ้น	3.56	.752	มาก	3
2. การดื่มน้ำอัดลมทำให้ร่างกายสดชื่น	3.25	.971	ปานกลาง	7
3. การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ดูทันสมัย	2.43	.987	น้อย	8
4. เมื่อมีอาหารรูปแบบใหม่ๆควรทดลองรับประทาน	3.28	.904	ปานกลาง	6
5. การปรุงอาหารรับประทานเองยุ่งยากหลายขั้นตอน	3.36	1.068	ปานกลาง	5
6. ท่านมักจะเลือกอาหารที่รสชาติอร่อยมากกว่าคุณค่าทางอาหาร	3.43	.844	ปานกลาง	4
7. การรับประทานอาหารเสริมจะบำรุงร่างกายและสมองให้ดีขึ้น	3.70	.915	มาก	2
8. การรับประทานอาหารประเภทถั่วสามารถทดแทนโปรตีนจากเนื้อสัตว์ได้	3.79	.846	มาก	1
รวมเฉลี่ย	3.35	.520	ปานกลาง	-

จากตารางที่ 8 พบว่าความเชื่อในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.35$ , S.D = .520) เมื่อจำแนกรายข้อ ส่วนใหญ่ การรับประทานอาหารประเภทถั่วสามารถทดแทนโปรตีนจากเนื้อสัตว์ได้ อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.79$ , S.D = .846) การรับประทานอาหารเสริมจะบำรุงร่างกายและสมองให้ดีขึ้น อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.70$ , S.D = .915) การรับประทานขนมที่มีน้ำตาลมาก ทำให้อารมณ์ดีขึ้น อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.56$ , S.D = .752)

จากการสนทนากลุ่ม พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร ความเชื่อในการบริโภคอาหารขยะ คุณค่าทางโภชนาการต่ำ เกิดอันตรายต่อร่างกาย ตอบสนองการใช้ชีวิตในปัจจุบัน รูปแบบการรับประทานที่สะดวกรวดเร็ว ดังที่ผู้ร่วมสนทนาได้กล่าวว่า

...ทานแล้วมีแต่พิษต่อร่างกาย ...(เคย,นามสมมติ 2553)

...เป็นอาหารที่ตอบสนองความต้องการที่ทันใจ แต่ขาดคุณค่าทางโภชนาการ...(อาท,นามสมมติ 2553)

...คิดว่าเป็นอาหารที่รับประทานอาหารเล่นๆไม่มีประโยชน์

ไร้สาระ ราคาแพง...(จิบ,นามสมมติ 2553)

...ทานมากๆต่อกันเป็นประจำ มือต่อมือ ทำให้ร่างกายขาดสาร  
อาหารที่มีประโยชน์...(สา,นามสมมติ 2553)

...อาหารง่ายต่อการกิน แต่มีราคาที่สูงกว่าอาหารทั่วไป...  
(บู,นามสมมติ 2553)

### ตอนที่ 3 การวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัด

#### นครปฐม: วิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

การวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัด

นครปฐม: วิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร ใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: วิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
1. ท่านดื่มน้ำอัดลมทุกวัน	2.40	1.251	น้อย	21
2. ท่านรับประทานขนมหวาน เช่น ไอศกรีม ลูกก๊วย ขนมหักทุกวัน	2.68	1.053	ปานกลาง	16
3. ท่านรับประทานขนมกรุบกรอบทุกวัน	2.64	1.079	ปานกลาง	18
4. ท่านรับประทานผัก ผลไม้แช่เย็นทุกวัน	2.18	1.124	น้อย	24
5. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมแอลกอฮอล์	2.02	1.218	น้อย	28
6. ท่านรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์เป็นประจำ	2.18	1.041	น้อย	24
7. ท่านจะสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จัดส่งถึงที่พัก	1.91	1.125	น้อย	29
8. ท่านเลือกรับประทานขนมที่มีสีสังเคราะห์	2.17	1.002	น้อย	26
9. ท่านรับประทานอาหารประเภททอดหรืออาหารมันจัด	2.75	1.095	ปานกลาง	14
10. ท่านชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น ไก่ทอด เฟรนช์ฟราย	3.03	1.219	ปานกลาง	6
11. ท่านรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะสะดวกและสะอาด	2.87	1.090	ปานกลาง	11
12. ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน	3.65	1.158	มาก	1
13. ท่านมักหลงในโอกาสต่างๆกับเพื่อนๆที่ร้านฟาสต์ฟู้ด	2.49	1.109	น้อย	20
14. ท่านใช้บริการร้านฟาสต์ฟู้ดในห้างสรรพสินค้า	2.86	1.126	ปานกลาง	12
15. เมื่อต้องการความรวดเร็วท่านจะเลือกรับประทานอาหารสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า)	3.44	1.126	ปานกลาง	2
16. ท่านชื่นชอบรับประทานมันฝรั่งทอดกรอบบรรจุซองตามร้านสะดวกซื้อ	3.05	1.154	ปานกลาง	5
17. ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวประเภทปลาเส้น/ปลาหมึกปรุงรส	2.95	1.126	ปานกลาง	8
18. ท่านดื่มกาแฟแทนอาหารเช้า	1.82	1.164	น้อย	30

ตารางที่ 9 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะ	ค่าสถิติ		ระดับ	ลำดับ
	( $\bar{X}$ )	(S.D.)		
19.ท่านรับประทานไข่ดาว หมูแฮมในมือเช้า	2.06	1.177	น้อย	27
20.ท่านนิยมดื่มน้ำผักผลไม้กระป๋อง	2.65	1.268	ปานกลาง	17
21.ท่านรับประทานอาหารบรรจุกระป๋อง	2.24	1.072	น้อย	23
22.ท่านดื่มเครื่องดื่มเกลือแร่หรือเครื่องดื่มบำรุงกำลัง	2.26	1.223	น้อย	22
23.ท่านอดอาหารเช้าเพื่อรีบเข้าเรียนให้ทัน	3.32	1.400	ปานกลาง	3
24.ท่านชอบรับประทานอาหารปิ้งย่าง	3.17	1.084	ปานกลาง	4
25.ท่านชอบรับประทานอาหารสไลด์ตะวันตก	2.82	1.156	ปานกลาง	13
26.ท่านมักจะใส่ชีส(เนย)ในปริมาณมากในพิซซ่าที่รับประทาน	2.69	1.336	ปานกลาง	15
27.ท่านรับประทานน้ำอัดลมคู่กับอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.97	1.342	ปานกลาง	7
28.ท่านนิยมรับประทานอาหารแบบบุฟเฟต์	2.93	1.124	ปานกลาง	10
29.ท่านดื่มน้ำที่มีรสหวานแทนน้ำเปล่า	2.61	1.140	ปานกลาง	19
30.ท่านรับประทานอาหารเฉพาะร้านค้าในมหาวิทยาลัยจัดให้เท่านั้น	2.95	1.099	ปานกลาง	8
รวมเฉลี่ย	2.66	.650	ปานกลาง	-

จากตารางที่ 9 พบว่า พฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม : กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ( $\bar{X} = 2.66$  , S.D = .650) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.65$  , S.D = 1.158) เมื่อต้องการความรวดเร็ว ท่านจะเลือกรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า) อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.44$  , S.D = 1.126) ท่านอดอาหารเช้าเพื่อรีบเข้าเรียนให้ทัน อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.32$  , S.D = 1.400)

จากการสนทนากลุ่ม นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร พฤติกรรมบริโภคอาหารที่ถูกต้อง การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ครบ 3 มื้อต่อวัน ควรรับประทานอาหารกากใย เช่น ผัก ผลไม้ คุณค่าทางโภชนาการและงดอาหารพวกไขมัน ดังที่ผู้ร่วมสนทนาได้กล่าวไว้

...รับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่ เน้นผัก ผลไม้ ไม่ควร  
รับประทานไขมันมากเกินไป ควรดื่มนมวันละแก้ว ดื่มน้ำ 8 แก้ว/วัน  
ไม่ควรทานขนมกรุบกรอบ ทานอาหาร 3 มื้อ/วัน ...(ชื่อนามสมมติ 2553)

...ควรดูคุณค่าทางอาหารที่จะได้รับต่อหนึ่งหน่วยบริโภค  
บริโภคเท่าที่ต้องการ การออกกำลังกาย...(ฟา,นามสมมติ)

...ทานอาหารครบทุกมื้อตรงเวลา เช้า กลางวัน เย็น ทานอาหาร  
ที่มีคุณค่าทางโภชนาการ สารอาหารครบ 5 หมู่ เลือกอาหารที่มีประโยชน์  
ต่อร่างกาย ไม่ทานอาหารจนอึดเกินไปพอดี ไม่ปล่อยให้หิวจนเกินไป ...  
(อ้อ,นามสมมติ 2553)

นักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร พฤติกรรมบริโภคอาหารที่  
ไม่ถูกต้อง อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ไขมันสูง การปฏิบัติตนไม่ถูกต้อง การรับประทาน  
อาหารไม่ครบ 3 มื้อต่อวัน ดังที่ผู้ร่วมสนทนาได้กล่าวว่า

...อาหารไขมันมาก ของไม่มีประโยชน์ ทานไม่ครบ  
5 หมู่...(เคย์,นามสมมติ 2553)

...ทานแล้วไม่ออกกำลังกาย ไม่ศึกษาคุณค่าทางอาหาร...  
(เค,นามสมมติ 2553)

...ทานอาหารขยะทุกวัน ทานอาหารชนิดเดียวกันตลอดโดยไม่เปลี่ยน  
ทานวันละหลายๆ...(ญา,นามสมมติ 2553)

...กินอาหารที่มันจัด กินอาหารมากเกินไป...(ภู,นามสมมติ 2553)

**ตอนที่ 4 การวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากรเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล**

การวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากรเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ มหาวิทยาลัย รายได้ต่อเดือน ความพอเพียงของรายได้ ภูมิลำเนา และ ที่อยู่ปัจจุบัน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และ One - way ANOVA ดังตารางที่ 10 ถึงตารางที่ 25

ตารางที่ 10 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการเปรียบเทียบตัวแปรเพศกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test)

เพศ	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
ชาย	2.80	.759	2.752*	.003
หญิง	2.59	.583		

\*มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 10 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปรเพศกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี แตกต่างกัน โดยนักศึกษาเพศชายมีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะมากกว่านักเรียนเพศหญิง ( $\bar{X} = 2.80$  และ  $\bar{X} = 2.59$  ตามลำดับ) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ตารางที่ 11 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามช่วงอายุ

ช่วงอายุ	n	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ต่ำกว่า 18 ปี	54	2.62	.572	ปานกลาง
19 – 20 ปี	228	2.66	.633	ปานกลาง
21 – 22 ปี	87	2.64	.634	ปานกลาง
23 ปีขึ้นไป	22	2.74	1.015	ปานกลาง

จากตารางที่ 11 แสดงว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามช่วงอายุ พบว่า ทุกช่วงอายุมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.62$ ,  $\bar{X} = 2.66$ ,  $\bar{X} = 2.64$  และ  $\bar{X} = 2.74$  ตามลำดับ)

ตารางที่ 12 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามช่วงอายุ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	3	.254	.085	.199	.897
ภายในกลุ่ม	387	164.596	.425		
รวม	390	164.850			

จากตารางที่ 12 พบว่า เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา จำแนกตามช่วงอายุ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 13 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามชั้นปีการศึกษา

ชั้นปี	n	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ปีที่ 1	136	2.64	.684	ปานกลาง
ปีที่ 2	103	2.65	.597	ปานกลาง
ปีที่ 3	76	2.73	.548	ปานกลาง
ปีที่ 4 ขึ้นไป	76	2.62	.751	ปานกลาง

จากตารางที่ 13 แสดงว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา พบว่า ทุกชั้นปีที่ศึกษามีพฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารขยะ อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.64$ ,  $\bar{X} = 2.65$ ,  $\bar{X} = 2.73$  และ  $\bar{X} = 2.62$  ตามลำดับ)

ตารางที่ 14 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามชั้นปีการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	3	.466	.155	.366	.778
ภายในกลุ่ม	387	164.383	.425		
รวม	390	164.850			

จากตารางที่ 14 พบว่า เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา จำแนกตามชั้นปีการศึกษา พฤติกรรมกรรการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 15 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามคณะวิชาของม.เกษตรศาสตร์และม.ศิลปากร

คณะ	n	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
คณะเกษตร	30	2.69	.592	ปานกลาง
คณะวิศวกรรมศาสตร์	23	2.61	.676	ปานกลาง
คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์	23	2.67	.681	ปานกลาง
คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนาศาสตร์	21	2.76	.666	ปานกลาง
คณะสัตวแพทยศาสตร์	10	2.82	.696	ปานกลาง
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา	13	2.91	.572	ปานกลาง
คณะอักษรศาสตร์	58	2.74	.511	ปานกลาง
คณะศึกษาศาสตร์	58	2.61	.761	ปานกลาง
คณะวิทยาศาสตร์	58	2.62	.663	ปานกลาง
คณะวิศวกรรมศาสตร์และ เทคโนโลยีอุตสาหกรรม	60	2.71	.589	ปานกลาง
คณะเภสัชศาสตร์	37	2.40	.731	ปานกลาง

จากตารางที่ 15 แสดงว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามคณะ พบว่า เมื่อจำแนกตามคณะวิชา มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะสัตวแพทยศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์และพัฒนาศาสตร์ อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.91$ ,  $\bar{X} = 2.82$  และ  $\bar{X} = 2.76$  ตามลำดับ)

ตารางที่ 16 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามคณะวิชาของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	10	4.607	.461	1.093	.367
ภายในกลุ่ม	380	160.243	.422		
รวม	390	164.850			

จากตารางที่ 16 พบว่า เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา จำแนกตามคณะวิชา พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 17 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการเปรียบเทียบมหาวิทยาลัยกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test)

มหาวิทยาลัย	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	2.72	.639	1.245	.214
มหาวิทยาลัยศิลปากร	2.63	.654		

จากตารางที่ 17 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างมหาวิทยาลัยกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 18 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้	n	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ต่ำกว่า 2,500 บาท	20	2.65	.625	ปานกลาง
2,501 – 5,000 บาท	221	2.59	.630	ปานกลาง
5,001 – 7,500 บาท	80	2.71	.644	ปานกลาง
7,501 – 10,000 บาท	55	2.79	.768	ปานกลาง
10,000 บาทขึ้นไป	15	2.92	.404	ปานกลาง

จากตารางที่ 18 แสดงว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 10,000 บาทขึ้นไป รายได้ 7,501 – 10,000 บาท และ รายได้ต่อเดือน 5,001 – 7,500 บาท มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.92$ ,  $\bar{X} = 2.79$  และ  $\bar{X} = 2.71$  ตามลำดับ)

ตารางที่ 19 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามรายได้ต่อเดือน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	4	3.225	.806	1.925	.105
ภายในกลุ่ม	386	161.625	.419		
รวม	390	164.850			

จากตารางที่ 19 พบว่า เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 20 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการเปรียบเทียบความพอเพียงของรายได้กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาโดยใช้การทดสอบค่าที

ความพอเพียง	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
พอเพียง	2.65	.649	-.287	.774
ไม่พอเพียง	2.68	.658		

จากตารางที่ 20 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างความพอเพียงของรายได้กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 21 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมกร  
 บริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามภูมิภาค

ภูมิภาค	n	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ภาคกลาง	247	2.68	.638	ปานกลาง
ภาคตะวันออก	25	2.70	.845	ปานกลาง
ภาคตะวันตก	28	2.45	.615	ปานกลาง
ภาคใต้	28	2.79	.608	ปานกลาง
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	38	2.57	.674	ปานกลาง
ภาคเหนือ	25	2.63	.591	ปานกลาง

จากตารางที่ 21 แสดงว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตาม  
 ภูมิภาค พบว่า นักศึกษาที่มีภูมิภาค ภาคใต้, ภาคตะวันออก และ ภาคกลางมีพฤติกรรมกร  
 บริโภคอาหารขยะอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.79$ ,  $\bar{X} = 2.70$  และ  $\bar{X} = 2.68$  ตามลำดับ)

ตารางที่ 22 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามภูมิภาค

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	5	2.174	.435	1.029	.400
ภายในกลุ่ม	385	162.676	.423		
รวม	390	164.850			

จากตารางที่ 22 พบว่า เปรียบเทียบพฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา  
 จำแนกตามภูมิภาค มีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับ  
 นัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 23 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามที่อยู่ปัจจุบัน

ที่อยู่	n	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
หอพักของมหาวิทยาลัย	162	2.57	.613	ปานกลาง
หอพักเอกชน	122	2.73	.631	ปานกลาง
บ้านเช่า	18	3.10	1.046	ปานกลาง
บ้านของผู้ปกครอง	68	2.68	.600	ปานกลาง
แฟลต/คอนโดมิเนียม	21	2.47	.596	ปานกลาง

จากตารางที่ 23 แสดงว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะโดยจำแนกตามที่อยู่ปัจจุบัน พบว่า นักศึกษาที่อยู่ บ้านเช่า, หอพักเอกชน และบ้านผู้ปกครอง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.10$ ,  $\bar{X} = 2.73$  และ  $\bar{X} = 2.68$  ตามลำดับ)

ตารางที่ 24 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยจำแนกตามที่อยู่ปัจจุบัน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	4	6.332	1.583	3.855*	.004
ภายในกลุ่ม	386	158.518	.411		
รวม	390	164.850			

\* ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

จากตารางที่ 24 พบว่า เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาจำแนกตามที่อยู่ปัจจุบัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 โดยจำแนกรายคู่ ด้วยวิธี Scheffe' ดังตารางที่ 25

ตารางที่ 25 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา  
จำแนกตามที่อยู่ปัจจุบัน เป็นรายคู่ ด้วยวิธี Scheffe'

ที่อยู่	หอพักของ มหาวิทยาลัย ( $\bar{X}$ =2.57)	หอพักเอกชน ( $\bar{X}$ =2.73).	บ้านเช่า ( $\bar{X}$ =3.10)	บ้านของ ผู้ปกครอง ( $\bar{X}$ =2.68)	แฟลต/ คอนโดมี เนียม ( $\bar{X}$ =2.47)
หอพักของ มหาวิทยาลัย ( $\bar{X}$ =2.57)	-				
หอพักเอกชน ( $\bar{X}$ =2.73)	-0.1655	-			
บ้านเช่า ( $\bar{X}$ =3.10)	-0.5351*	-0.3696	-		
บ้านของผู้ปกครอง ( $\bar{X}$ =2.68)	-0.1083	0.0572	0.4267	-	
แฟลต/คอนโดมีเนียม ( $\bar{X}$ =2.47)	0.0972	0.2627	0.6323	0.2055	-

\*ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

จากตารางที่ 25 พบว่า ที่อยู่ปัจจุบันของนักศึกษาที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ แตกต่างกัน คือ นักศึกษาที่อยู่บ้านเช่ามีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะสูงกว่านักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ( $\bar{X}$  =3.10 และ  $\bar{X}$  = 2.57 ตามลำดับ)

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุนกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ  
ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุน ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ( $X_1$ ) แรงสนับสนุนทางสังคม ( $X_2$ ) ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร ( $X_3$ ) การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) และความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ( $Y$ ) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product moment Correlation Coefficient) ปรากฏดังตารางที่ 26

ตารางที่ 26 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร  
ขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม (n = 391)

ตัวแปร	$X_1$	$X_2$	$X_3$	$X_4$	$X_5$	Y
$X_1$	1	.115*	.121*	-.029	.005	-.087
$X_2$		1	.407**	.352**	.244**	.187**
$X_3$			1	.322**	.347**	.253**
$X_4$				1	.664**	.622**
$X_5$					1	.538**
Y						1

\* ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

\*\* ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

จากตารางที่ 26 พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .187 ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .253 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .622 และความเชื่อในการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .538

ตอนที่ 6 การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของ  
นักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
และ มหาวิทยาลัยศิลปากร

การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุน ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ( $X_1$ ) แรงสนับสนุนทางสังคม ( $X_2$ ) ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร ( $X_3$ ) การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) และความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) ที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ( $Y$ ) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบลำดับขั้น (Stepwise Multiple Regression Analysis) ปรากฏดังตารางที่ 27

ตารางที่ 27 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร  
ขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม

ตัวแปรทำนาย	R	R <sup>2</sup>	Adj R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> change	b	B	t
การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ )	.622	.387	.385	.387	.501	.474	9.116*
ความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ )	.644	.415	.412	.028	.279	.223	4.293*
Constant(a) = .269		S.E. = .165				Over all F = 137.418*	

\* ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 27 แสดงให้เห็นว่า ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณตามลำดับความสำคัญของตัวแปรที่นำเข้ามาสมการ พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) เป็นตัวแปรที่มีประสิทธิภาพในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) ได้รับคัดเลือกเข้ามาสมการเป็นลำดับที่ 1 สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะได้ร้อยละ 38.7 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่า t-test เท่ากับ 9.116 ส่วนความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) เป็นตัวแปรที่ได้รับคัดเลือกเข้ามาสมการเป็นลำดับที่ 2 สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะได้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 2.8 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่า t-test เท่ากับ 4.293 โดยการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และ ความเชื่อในการบริโภคอาหารมีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารร้อยละ 41.5 มีค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ .165 และสามารถเขียนเป็นสมการการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐานได้ ดังนี้

ในรูปคะแนนดิบ

$$\hat{Y} = .269 + .501(X_4) + .279(X_5)$$

ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = .474 Z_{(x4)} + .223 Z_{(x3)}$$

ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม:

กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยการวิเคราะห์  
เนื้อหา (Content Analysis)

การวิเคราะห์เนื้อหาของข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้ค่าความถี่ (Frequency) และ  
ค่าร้อยละ (Percentage) ซึ่งเสนอผลการวิเคราะห์ปรากฏรายละเอียดดังตารางที่ 28

ตารางที่ 28 แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับของข้อเสนอแนะต่อการเลือกซื้ออาหารใน  
ชีวิตประจำวัน

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ	ลำดับ
1.ความสะอาดของอาหาร	28	28.00	1
2.ความปลอดภัย	5	5.00	5
3.ปริมาณของอาหารที่มาก	5	5.00	5
4.รสชาติอาหารที่อร่อย	13	13.00	4
5.ราคาอาหารถูก	16	16.00	3
6.ประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ	28	28.00	1
7.รูปแบบร้านอาหารที่ดี	2	2.00	7
8.อาหารตามฤดูกาล	2	2.00	7
9.ตามความชอบส่วนตัว	1	1.00	9
รวม	100	100.00	-

จากตารางที่ 28 พบว่า ข้อเสนอแนะการเลือกซื้ออาหารในชีวิตประจำวัน นักศึกษาผู้ตอบทั้งสิ้น 100 คน เลือกความสะดวกของอาหาร และ ประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ มากที่สุด จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 28.00 รองลงมาคือ ราคาอาหารถูก จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 16.00 รสชาติอาหารที่อร่อย จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 13.00

ตารางที่ 29 แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อร้านอาหารที่เลือก

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ	ลำดับ
1.รสชาติอาหารอร่อย	3	5.17	5
2.บริการดี/เป็นกันเอง/มารยาทของผู้ขาย	6	10.34	3
3.ร้านที่สะอาด ถูกหลักอนามัย	34	58.62	1
4.บรรยากาศร้านดี/อากาศถ่ายเท	4	6.90	4
5.ราคาอาหารถูก	7	12.07	2
6.ความรวดเร็ว	3	5.17	5
7.ร้านอาหารของมหาวิทยาลัย	1	1.72	7
รวม	58	100.00	-

จากตารางที่ 29 พบว่า ข้อเสนอแนะต่อร้านอาหารที่เลือก นักศึกษาตอบจำนวน 58 คน เลือก สะอาด ถูกหลักอนามัย มากที่สุด จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 58.62 รองลงมาคือ ราคาถูก จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 12.07 และ บริการดี/เป็นกันเอง/มารยาทผู้ขาย จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 10.34

ตารางที่ 30 แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารขยะ

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ	ลำดับ
1.ค่าใช้จ่ายน้อย	8	53.33	1
2.10% ของค่าใช้จ่าย	1	6.67	3
3.ค่าใช้จ่ายมาก	2	13.33	2
4.200 บาทขึ้นไป/ครั้ง	1	6.67	3
5.150 บาท/ครั้ง	1	6.67	3
6.100 บาท/ครั้ง	1	6.67	3
7.200 – 300 บาท/ครั้ง	1	6.67	3
รวม	15	100.00	-

จากตารางที่ 30 พบว่า ข้อเสนอแนะต่อค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารขยะ นักศึกษาตอบจำนวน 15 คน เลือก ค่าใช้จ่ายน้อย มากที่สุด จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 53.33 รองลงมาคือ ค่าใช้จ่ายมาก จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 13.33

ตารางที่ 31 แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อคุณภาพของอาหารขยะ

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ	ลำดับ
1.ความเพิดเพลินขณะรับประทาน	3	5.45	6
2.รสชาติอร่อย	12	21.82	2
3.อิม	6	10.91	3
4.ความสะดวก/รวดเร็ว	20	36.36	1
5.ความสะอาด	5	9.09	4
6.ทำให้ดูดี/รู้สึกทันสมัย	2	3.64	7
7.มีความสุขขณะรับประทาน	4	7.27	5
8.บรรยากาศร้านดี	1	1.82	9
9.หาได้ง่ายในห้างสรรพสินค้า	2	3.63	7
รวม	55	100.00	-

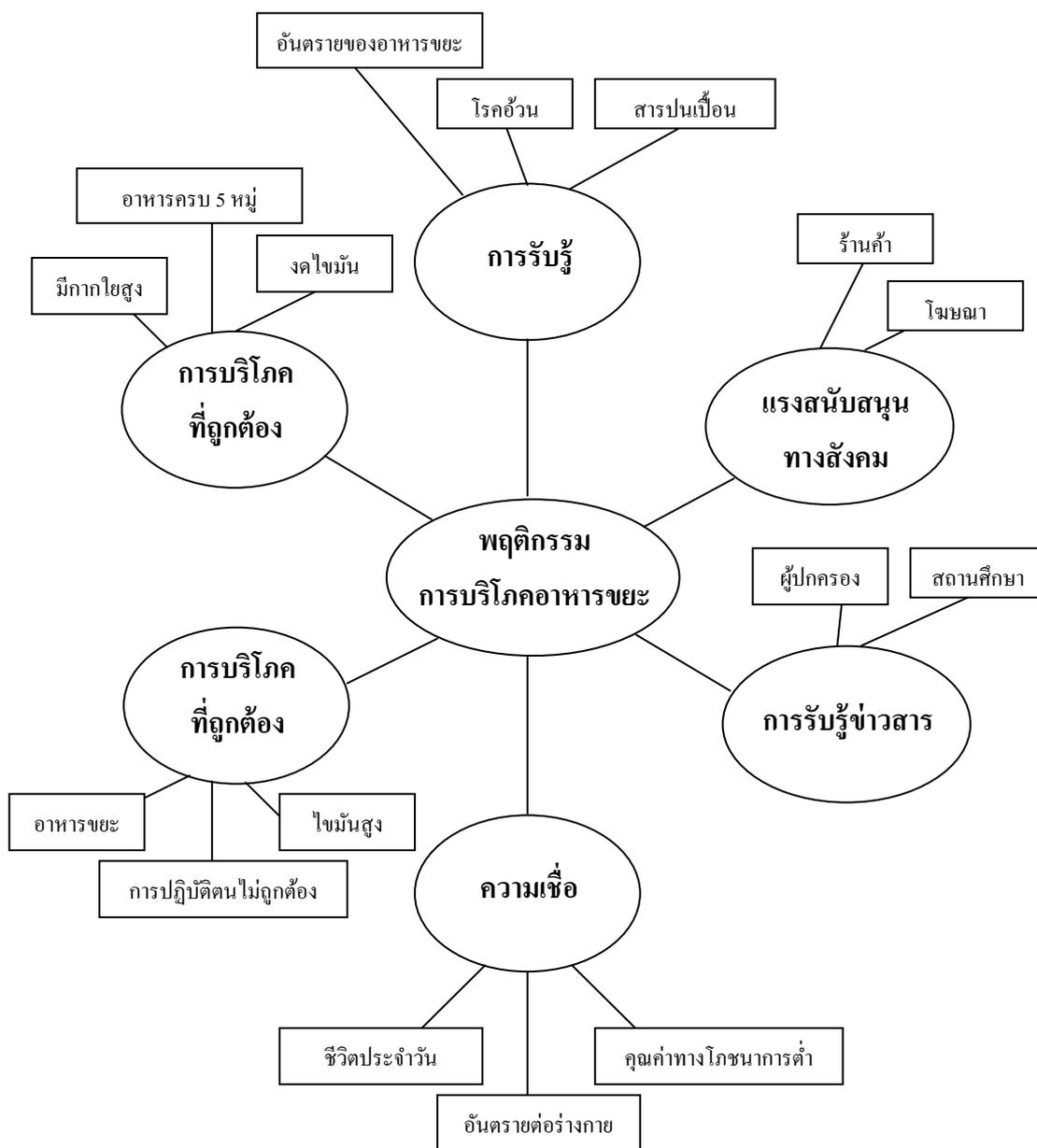
จากตารางที่ 31 พบว่า ข้อเสนอแนะต่อคุณภาพของอาหารขยะ นักศึกษาตอบจำนวน 55 คน เลือกร้อยละมากที่สุด จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 36.36 รองลงมาคือ รสชาติ อร่อย จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 21.82 และ อิ่ม จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 10.91

ตารางที่ 32 แสดงจำนวน ร้อยละ และลำดับ ของข้อเสนอแนะต่อโทษของอาหารขยะ

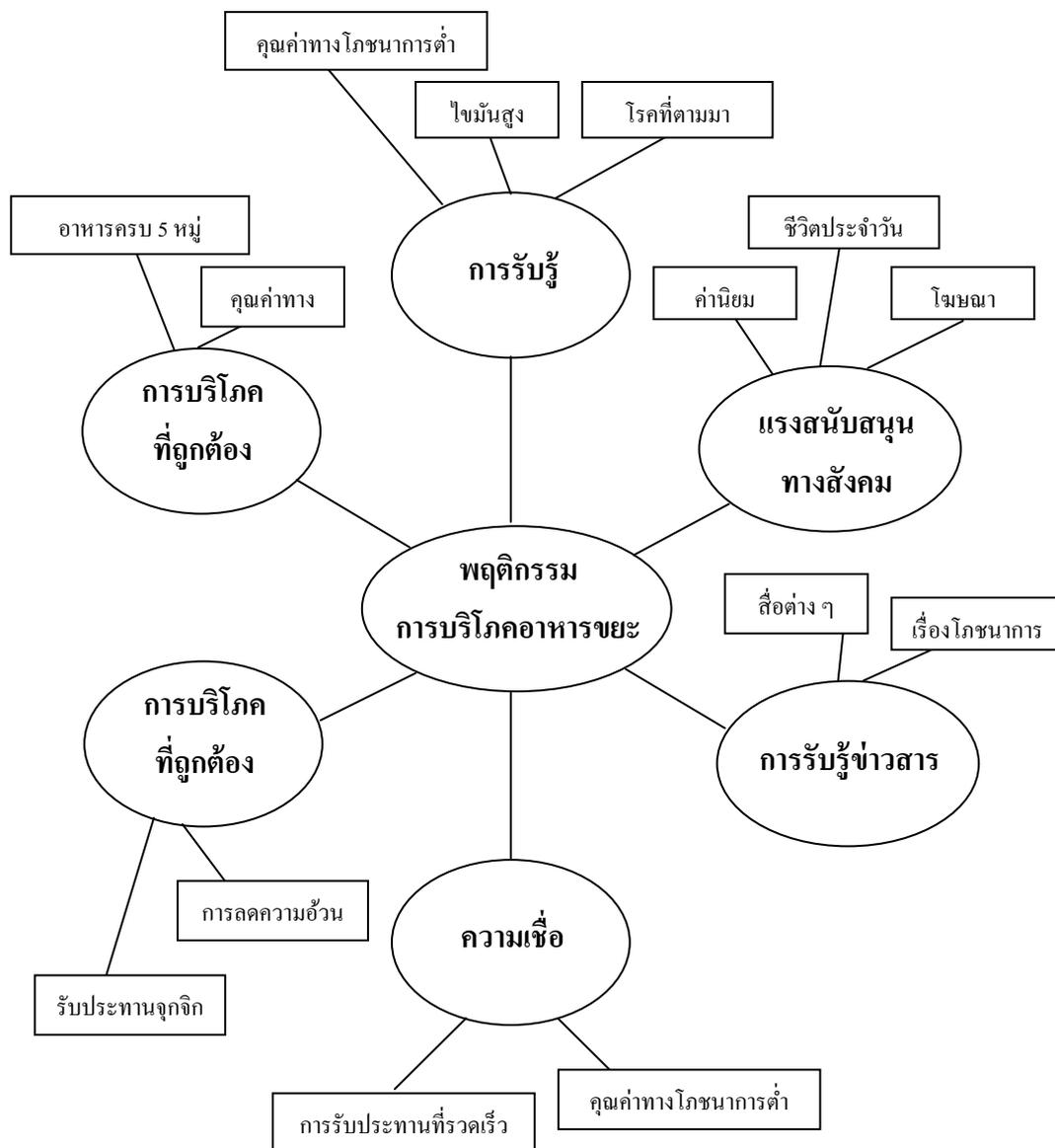
ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ	ลำดับ
1.ราคาแพง/สิ้นเปลืองเงิน	16	18.60	3
2.ไม่ดีต่อสุขภาพ/ทำให้เกิดโรค	27	31.40	2
3.ทำให้เกิดโรคอ้วน/คอเลสเตอรอลสูง	28	32.56	1
4.ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ	8	9.30	4
5.มีสารปนเปื้อน/สารปรุงแต่ง/ผงชูรส	5	5.81	5
6.ทำให้เกิดโรคมะเร็ง	2	2.33	6
รวม	86	100.00	-

จากตารางที่ 32 พบว่า ข้อเสนอแนะต่อโทษของอาหารขยะ นักศึกษาตอบจำนวน 86 คน เลือกร้อยละมากที่สุด จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 32.56 รองลงมาคือ ไม่ดีต่อสุขภาพ/ทำให้เกิดโรค จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 31.40 และ ราคาแพง/สิ้นเปลืองเงิน จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 18.60

จากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้สังเคราะห์เปรียบเทียบผลการวิจัย ทั้งมหาวิทยาลัย  
เกษตรศาสตร์และมหาวิทยาลัยศิลปากร ดังนี้



แผนภูมิที่ 6 พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



แผนภูมิที่ 7 พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม : กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร” มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาทั้ง 2 มหาวิทยาลัยที่มีลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี มหาวิทยาลัย รายได้ ความพอเพียงของรายได้ ภูมิสำเนา และที่อยู่ปัจจุบันที่แตกต่างกัน 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร คือ การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แรงสนับสนุนทางสังคม ในการบริโภคอาหาร ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหาร เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในการทำนายขององค์ประกอบแต่ละด้านและโดยองค์รวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ 4) เพื่อศึกษาแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องของนักศึกษาทั้ง 2 มหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยในจังหวัดนครปฐม กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร การปีการศึกษา 2552 จำนวน 391 คน โดยใช้วิธีสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (frequency) และค่าร้อยละ (percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่าที (t-test Independent samples) การใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (one way – ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างในเชิงสถิติทำการเปรียบเทียบพหุคูณ (Multiple Comparison) ด้วยวิธีการของเชฟเฟ้ (Scheffe's Method) หาค่าความสัมพันธ์โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน โพรดักต์โมเมนต์ (Pearson's product – moment Correlation Coefficient) และการถดถอยพหุคูณแบบลำดับขั้น (Stepwise Multiple Regression Analysis)

## สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ของผู้ตอบแบบสอบถามพบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศ หญิง คิดเป็นร้อยละ 31.46 อายุ ระหว่าง 19 – 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 58.31 ในชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 34.78 คณะวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยีอุตสาหกรรม ของมหาวิทยาลัยศิลปากร คิดเป็นร้อยละ 15.36 มหาวิทยาลัยศิลปากร คิดเป็นร้อยละ 69.31 รายได้ต่อเดือน 2,500 – 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 56.52 ความพอเพียงของรายได้ คิดเป็นร้อยละ 79.03 อยู่ภาคกลาง คิดเป็นร้อยละ 63.17 อาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 41.43

2. การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนการบริโภคอาหารของนักศึกษา พบว่า การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักศึกษา โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.39$ ) แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหารของนักศึกษา โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.47$ ) ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.61$ ) การรับรู้ข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.91$ ) และความเชื่อในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.35$ )

3. การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ( $\bar{X} = 2.66$ ) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.65$ ) รองลงมา คือ เมื่อต้องการความรวดเร็วท่านจะเลือกรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า) อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.44$ ) น้อยที่สุด คือ ท่านดื่มกาแฟแทนอาหารเช้าอยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X} = 1.82$ )

4. การวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ช่วงอายุ ชั้นปีการศึกษา คณะวิชา มหาวิทยาลัย รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ความพอเพียงของรายได้ และภูมิลำเนา ที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมบริโภคอาหารขยะไม่แตกต่างกัน ส่วน เพศ ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่ เพศชายมีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะมากกว่าเพศหญิง และที่อยู่ปัจจุบัน ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อาศัยอยู่บ้านเช่ามีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะสูงกว่านักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร มีความแตกต่างเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

5. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม ( $X_2$ ) ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร ( $X_3$ ) การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) และความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ( $Y$ ) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .187 , .253 , .622 และ .538 ตามลำดับ

6. การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) เป็นตัวแปรที่มีประสิทธิภาพในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ได้ร้อยละ 38.7 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่า t-test เท่ากับ 9.116 ส่วนความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะได้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 2.8 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่า t-test เท่ากับ 4.293 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่มาปัจจัยสนับสนุนบางประการสามารถทำนาย พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และความเชื่อในการบริโภคอาหารมีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ร้อยละ 41.5 มีค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ .165 และสามารถเขียนเป็นสมการการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ในรูปคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐานได้ ดังนี้

$$\hat{Y} = .269 + .501(X_4) + .279(X_5)$$

$$\hat{Z} = .474 Z_{(x4)} + .223 Z_{(x3)}$$

7. ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) พบว่า ข้อเสนอแนะการเลือกซื้ออาหารในชีวิตประจำวัน นักศึกษาเลือกความสะอาดของอาหาร และ ประโยชน์ และคุณค่าทางโภชนาการ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 28.00 ตามความชอบ

ส่วนตัว น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.00 ส่วนข้อเสนอแนะต่อร้านอาหารที่เลือก ร้านที่สะอาด ถูกหลักอนามัย คิดเป็นร้อยละ 58.62 ร้านอาหารของมหาวิทยาลัย น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.72 ข้อเสนอแนะต่อค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารมีค่าใช้จ่ายน้อย มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 ข้อเสนอแนะต่อคุณภาพประโยชน์ของอาหารขยะ ความสะดวก/รวดเร็ว มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.36 บรรยากาศร้านดี น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.82 ข้อเสนอแนะต่อโทษของอาหารขยะ ทำให้เกิดโรค อ้วน/คอเลสเตอรอลสูง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 32.56 ทำให้เกิดโรคมะเร็ง น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.33

## อภิปรายผล

จากการสรุปผลการวิจัย สามารถนำมาอภิปรายตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานของการวิจัยได้ดังรายละเอียด

1.การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนการบริโภคอาหารของนักศึกษา พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักศึกษา อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.39$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนีย์ โยคะกุล (2542) พบว่า นิสิตมีความรู้ที่อยู่ในระดับดี ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับอาหารที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค สอดคล้องกับ อารี ชูวิสิฐกุลและคณะ 1).อย่าให้เด็กคุ้นเคยหรือติดนิสัยชอบรับประทานอาหารขยะ 2).ควรให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารขยะแก่เยาวชน 3).ควรบริโภคอาหารที่มีคุณค่าที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน 4).การคำนึงถึงสุขภาพที่แข็งแรง จะทำให้รู้จักเลือกบริโภคอาหารที่มีผลดีต่อสุขภาพ 5).ควรเลือกบริโภคอาหารที่ปรุงด้วยไขมันไม่อิ่มตัวชนิดเชิงเดี่ยวและเชิงซ้อน ได้แก่ น้ำมันมะกอก น้ำมันจากถั่ว น้ำมันดอกคาฝอย

2.การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ( $\bar{X} = 2.66$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ สุชาดา มะโนทัย (2539) ที่ศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรู้ ทักษะคติ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุนีย์ โยคะกุล (2542) ที่ศึกษาพบว่า นิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ นิสิตมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ และ สอดคล้อง ชนกนาด ชูพยัคฆ์ (2544) พบว่า นักเรียนมีความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง พฤติกรรมบริโภคอาหารขยะ ข้อที่สูงที่สุด คือ ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน ( $\bar{X} = 3.65$ ) รองลงมา 3 ลำดับ คือ เมื่อต้องการความรวดเร็วท่านจะเลือกรับประทานอาหารสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า) ( $\bar{X} = 3.44$ ) ท่านอดอาหารเข้าเพื่อ

รับเข้าเรียนให้ทัน ( $\bar{X} = 3.32$ ) และ ท่านชอบรับประทานอาหารปิ้งย่าง ( $\bar{X} = 3.17$ ) ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจาก รูปแบบการใช้ชีวิตประจำวัน และมีแนวโน้มการบริโภคอาหารเกินขนาด (Over size) แบบการใช้ชีวิตที่ได้มาจากวัฒนธรรมต่างชาติที่เข้ามาในประเทศไทยอย่างขาดการขัดเกลา จึงทำให้รูปแบบการบริโภคที่ต้องให้ความเร่งรีบ รวดเร็ว แข่งกับการพัฒนา และสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปแบบสังคมสมัยใหม่ ที่มุ่งเน้นการบริโภคนิยม

3. การวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ มหาวิทยาลัย รายได้ต่อเดือน ความพอเพียงของรายได้ ภูมิภาค และ ที่อยู่ปัจจุบัน พบว่า ช่วงอายุ ชั้นปีการศึกษา คณะวิชา มหาวิทยาลัย รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ความพอเพียงของรายได้ และภูมิภาค ที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมบริโภคอาหารขยะไม่แตกต่างกัน

ส่วน เพศ ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่ เพศชายมีระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะมากกว่าเพศหญิง สอดคล้องกับ ฌฐิติตังค์ ทศบุตร (2539) ผลการวิจัยพบว่า ชายและหญิงมีความรู้และเจตคติในการบริโภคอาหารแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์ (2542) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร ด้านชีวภาพ ที่ผู้ชายจะมีความต้องการพลังงานจากอาหารและสารอาหารต่างๆสูงกว่าผู้หญิงในช่วงอายุเท่ากัน

ที่อยู่ปัจจุบัน ที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อาศัยอยู่บ้านเช่ามีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะสูงกว่านักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความแตกต่างเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสนับสนุนกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม ( $X_2$ ) ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร ( $X_3$ ) การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ( $X_4$ ) และความเชื่อในการบริโภคอาหาร ( $X_5$ ) มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ (Y) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .187, .253, .622 และ .538 ตามลำดับ

4. การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และ ความเชื่อในการบริโภคอาหารมีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ร้อยละ 41.5 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ทั้งนี้ สามารถอธิบายได้ว่า การรับรู้ข่าวสาร มีความสำคัญกับนักศึกษา มากเป็นปัจจัยที่สนับสนุนพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ เพราะนักศึกษามีการรับรู้ข่าวสาร ซึ่งสอดคล้องกับ อัมพวัลย์ วิศวีรานนท์ (2540) ได้ทำการวิจัยเรื่อง วิถีชีวิตของคนไทยรุ่นใหม่ ศึกษากรณีพฤติกรรมการบริโภค ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่มีสถานภาพทางสังคมระดับกลาง วัยรุ่นเกือบร้อยละ 90 มีหลักการเลือกบริโภคอาหารประเภทจานเดียวและอาหารว่างประเภทน้ำอัดลมหรือขนมหวานเป็นส่วนใหญ่ ส่วนรายได้และระดับการศึกษา มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การเลือกรับข่าวสารจากโฆษณา สื่อโฆษณาทางโทรทัศน์ เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนในการบริโภคอาหารมากที่สุด เบรินแมน (Brenman 1990 อ้างถึงใน สุนีย์ โยคะกุล 2542 : 31) ทำการวิจัยเรื่อง อิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและวัยรุ่น (The influence of health belief on eating behavior in children and adolescents) ผลการวิจัย พบว่า รูปแบบความเชื่อทางสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้ว่า ความเชื่อทางสุขภาพของเด็กทั้ง 3 ระดับมีความแตกต่างกัน และพบว่า ความเชื่อทางสุขภาพ อิทธิพลมาจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน อารมณ์ ความรู้ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพ และ ค่านิยมทางสุขภาพ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและวัยรุ่น สอดคล้องกับ วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์ (2541 : 112-114) ประเทศไทยเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ หรือยุคแห่งการสื่อสารไร้พรมแดน ย่อมมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตด้านการบริโภคอาหารของคนไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่พ้น พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารจะเปลี่ยนเป็นการบริโภคอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น ความเสี่ยงต่อการบริโภคอาหารให้ถูกหลักโภชนาการตลอดจนถูกหลักอนามัยอาหารย่อมสูงขึ้น เสี่ยงต่อการมีภาวะโภชนาการเกิน โรคขาดสารอาหารและพิษภัยจากอาหาร โดยปัญหาของสังคมบริโภคนิยมในระบบทุนนิยมสมัยใหม่ที่เกิดขึ้นบนฐานของกระบวนการปลูกปั่นความต้องการของมวลชนผู้บริโภคนั้น ดำเนินไปด้วยความเข้าใจที่ผิดพลาดคลาดเคลื่อนตั้งแต่ต้นของมนุษยชาติที่เชื่อมั่นว่า มนุษย์เรามีอำนาจอันชอบธรรมและมีความสามารถที่จะเข้าไปควบคุมครอบครองและดูดซับเอาผลประโยชน์จากธรรมชาติได้ตามความต้องการ

5. ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร จากการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) พบว่า ข้อเสนอแนะการเลือกซื้ออาหารในชีวิตประจำวัน นักศึกษาเลือก ความสะอาดของอาหาร และ ประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 28.00 ตามความชอบ

ส่วนตัว น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.00 ส่วนข้อเสนอแนะต่อร้านอาหารที่เลือก ร้านที่สะอาด ถูกหลักอนามัย คิดเป็นร้อยละ 58.62 ร้านอาหารของมหาวิทยาลัย น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.72 ข้อเสนอแนะต่อค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหาร ค่าใช้จ่ายน้อย ตอบมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 ข้อเสนอแนะต่อคุณภาพประโยชน์ของอาหารขยะ ความสะดวก/รวดเร็ว มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.36 บรรยากาศร้านดี น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.82 ข้อเสนอแนะต่อโทษของอาหารขยะ ทำให้เกิดโรคอ้วน/คอเลสเตอรอลสูง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 32.56 ทำให้เกิดโรคมะเร็ง น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.33 สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุชาดา มะโนทัย (2539) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง จะรับประทานอาหารเฉพาะที่ชอบ อาหารที่มีไขมันสูง ขนมหวาน ไอศกรีม ลูกก็ รับประทานอาหารมื่อเย็นในปริมาณมากและดึกเกินไป บริโภคนิสัยในการบริโภคอาหารเกี่ยวกับปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน มีความสัมพันธ์กัน ซึ่งสอดคล้องกับการบริโภคในสถานะที่ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงนี้จึงมิใช่กิจกรรมที่เป็นเครื่องมือ (Instruments) หรือวิถีทาง (Means) ที่จะนำไปสู่เป้าหมายของการตอบสนองความต้องการที่เกิดขึ้นภายในตัวมนุษย์ตามธรรมชาติ หากแต่ในระบบทุนนิยมในปัจจุบันได้ทำให้การบริโภคกลายเป็นกิจกรรมอันมีจุดมุ่งหมาย (Ends) ที่จำเป็นในตัวเองไป การบริโภคต่างๆ ไม่ได้มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับคุณค่าในการใช้ (Use Value) หรือคุณค่าของการสนองตอบต่อความต้องการอย่างแท้จริงภายในตัวตนของมนุษย์เอง (Alienated from our concrete real self) สินค้าและบริการต่างๆ ที่ผลิตในปริมาณมากขึ้นในสังคมปัจจุบันจึงไม่มีคุณค่าในการบริโภคเพื่อเป้าหมายที่แท้จริง หากแต่ถูกผลิตขึ้นเพื่อตอบสนองต่อความต้องการเทียม (want) ที่ถูกกระตุ้นให้เกิดขึ้นอย่างไม่มีความจำเป็นใดๆ รองรับ ความไม่มีเหตุผล (Irrationality) นี้จึงเป็นรากฐานของกิจกรรมของมนุษย์ในระบบทุนนิยม ดังนั้นความแปลกแยก (Alienation) ภายในวิถีชีวิตของมนุษย์จึงเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในสังคมปัจจุบัน

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะของการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอแนวทางข้อเสนอแนะขึ้นดังต่อไปนี้

#### ด้านนโยบาย

1. จากผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยภาพรวม อยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อพิจารณารายชื่อ พบว่า ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน อยู่ในระดับมาก เมื่อต้องการความรวดเร็วท่านจะเลือกรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า) อยู่ในระดับปานกลาง ท่านอดอาหารเช้าเพื่อรีบเข้าเรียนให้ทัน อยู่ในระดับปานกลาง สถานศึกษา ควรให้ความรู้นักศึกษา เรื่องการใช้ชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องต่อการบริโภคอาหารให้ถูกสุขลักษณะมากกว่าเดิม

2. สถานศึกษาควรมี การปลูกฝังค่านิยมที่ถูกต้องที่ส่งผลดีต่อสุขภาพแก่นักศึกษา

3. การวิเคราะห์ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลหรือทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษา พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และ ความเชื่อในการบริโภคอาหารมีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ควรมีการควบคุมการโฆษณาอาหารขยะ และการตลาดของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด

#### ด้านการนำไปใช้

1. การวิเคราะห์เนื้อหา พบว่า ส่วนข้อเสนอแนะต่อร้านอาหารที่เลือก ร้านที่สะอาด ถูกหลักอนามัย มากที่สุด ร้านค้าจัดทำร้านให้ สะอาด ถูกหลัก และควรขอมาตรฐานจากกระทรวงสาธารณสุข เพื่อความเชื่อมั่นในการเลือกใช้บริการ

2. การวิเคราะห์เนื้อหา พบว่า ข้อเสนอแนะต่อคุณภาพประโยชน์ของอาหารขยะ สะดวก/รวดเร็ว มากที่สุด ทำให้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดคงอยู่ได้ถึงปัจจุบัน จึงควรปรับรูปแบบการประกอบอาหารใหม่ให้รวดเร็ว และยังมีคุณค่าทางโภชนาการดังเดิม

### ข้อเสนอแนะของการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการบริโภคอาหารขยะ กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น นักเรียนประถมศึกษา หรือนักเรียนมัธยมศึกษา ในพื้นที่จังหวัด หรือภูมิภาคอื่น
2. ศึกษารูปแบบการสร้างพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ถูกต้อง ของนักศึกษาในระดับต่างๆ
3. ควรมีการวิจัยและพัฒนา โดยเฉพาะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของนักศึกษา (PAR)
4. ควรทำการศึกษาปัจจัยด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านจิตวิทยา ที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะ เพื่อให้ทราบข้อมูลที่จะอธิบายถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมกรบริโภคอาหารขยะ ได้กว้างขึ้น
5. ศึกษาวัฒนธรรมกรบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษา ประชาชน ในพื้นที่ต่างๆ

## บรรณานุกรม

### ภาษาไทย

- กลุ่มงานยุทธศาสตร์สาธารณสุข.รายงานผลการปฏิบัติงานในรอบปีที่ผ่านมาและในไตรมาสที่ 1 ของปีงบประมาณ 2547.นครปฐม : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม,2547.
- กรรณิกา นิตติภยธรรม. “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.” ปรินญาณีพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเกษตรกรรมศาสตรศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,2547.
- กุลวดี รัศมีวิจารณ์. “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2539.
- ขนิษฐา อินทร์ประสิทธิ์.อาหารขยะ.[Online].Accessed 24 October 2009 Available from <http://www.vcharkarn.com/varticle/39132>
- จรรยา สุวรรณทัต, ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนึก. พฤติกรรมศาสตร์ เล่ม 1 พื้นฐานความเข้าใจทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2521.
- \_\_\_\_\_ . “ความเชื่อเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก.”ในเอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการและการเลี้ยงดู,110. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. กรุงเทพฯ: อักษรไทย,2527.
- ฉวีวรรณ แจ่มกิจ. “รูปแบบการบริโภคอาหารและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2537.
- ชนกนาด ชูพยัคฆ์. รายงานการวิจัยเรื่อง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2544.
- ชลธิชา แก้วสว่าง. “พฤติกรรมผู้บริโภคในการใช้เครื่องสำอางสมุนไพร : กรณีศึกษาอำเภอเมืองจังหวัดนครราชสีมา.” วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการตลาด บัณฑิตมหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล,2547.
- ชูดา จิตพิทักษ์.พฤติกรรมศาสตร์เบื้องต้น.กรุงเทพฯ:สารมวลชน,2525.

- จิรนุช อมาตยกุล. “พฤติกรรมการตัดสินใจเลือกใช้บริการร้านอาหารของผู้บริโภคในเขตพัฒนา กรุงเทพมหานคร.” ภาคนิพนธ์ หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการตลาด บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต, 2547.
- ณรงค์ ลินสวัสดิ์. จิตวิทยาการเมือง. พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร : วัชรินทร์การพิมพ์, 2539.
- ณัฐติงศ์ ทักบุตร. “พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร.” ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539.
- ณิภาภรณ์ ชาญไพโรจน์. “ความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับวัตถุเจือปนและสิ่งปนเปื้อนในอาหารของวัยรุ่นตอนปลายในกรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2541.
- คณิดา ภาณุจรุส. Junk Food หรือ อาหารขยะ. [Online]. Accessed 24 October 2009 Available from <http://www.pharm.su.ac.th/thai/organization/DIS/Articles/health027.asp>
- ดารา ทีปะปาล. พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด รุ่งเรืองสานัสการพิมพ์, 2542.
- คุณฉวี สุทธปรียาศรี. “การเฝ้าระวังทางโภชนาการ.” ในเอกสารการสอนชุดวิชาโภชนศาสตร์ สาธารณสุข, หน่วยที่ 5, 277-367. พิมพ์ครั้งที่ 15. นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2542.
- ธีรศักดิ์ อุ่นอารมย์เลิศ. เครื่องมือวิจัยทางการศึกษา : การสร้างและการพัฒนา. นครปฐม มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2548.
- ธงชัย สันติวงษ์. พฤติกรรมผู้บริโภคทางการตลาด. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิช จำกัด, 2540.
- ชนากร ทองประยูร. “พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยรัฐ : ศึกษากรณีเฉพาะกรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต คณะกรรมการเพื่อพัฒนาชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2546.
- ชนกฤต ชนะประกอบภรณ์. “พฤติกรรมการบริโภคสุราไทยและสุราต่างประเทศของประชาชนในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.” ปรินิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2546.
- นพมาศ ธีรเวคิน. จิตวิทยาสังคมกับชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2542.

นภาพรรณ ศรีงาม.อาหารขยะ.[Online].Accessed 24 October 2009 Available from

<http://school.net.th/library/create-web/10000/technology/10000-5879.html>

นรินทร์ สังข์รักษาและคณะ.รายงานการวิจัยเรื่องพฤติกรรมผู้บริโภคอาหารของประชาชนในเขต

จังหวัดนครปฐม ปี 2552.นครปฐม:สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม,2552.

เนืองน้อย บุญยบุตร.จริยศาสตร์สภาวะแวดล้อม : โลกทัศน์ในพุทธปรัชญาและปรัชญาตะวันตก.

กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2537.

ประยงค์ ลิ่มตระกูล และชะลอศรี จันทรประชุม. บริโภคนิสัยของมารดาที่มีผลกระทบต่อ

ภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนในชนบท จังหวัดเชียงใหม่, 2523.

.....รายงานการวิจัยความเชื่อแผนโบราณและพฤติกรรมการรักษาเยียวยาแบบ

พื้นบ้านของชาวบ้าน บ้านห้วยสะแพท อำเภोजอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ :

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,2536.

ปราณี จันทศรี. “วัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวไทยมุสลิม อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล.”

ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาไทยคดีศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ  
,2547.

ปริญ ลักษิตานนท์. Psychology & Consumer Behavior : จิตวิทยาและพฤติกรรมผู้บริโภค พิมพ์ครั้งที่

ที่ 3 กรุงเทพฯ : เจริญบุญการพิมพ์,2544.

พระขวัญเมือง สุหะ. “พุทธศาสนากับลัทธิบริโภคนิยม การศึกษาเปรียบเทียบเศรษฐศาสตร์แนว

พุทธกับเศรษฐศาสตร์กระแสหลัก.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิตไม่ได้รับการ  
ตีพิมพ์,มหาวิทยาลัยมหิดล,2546

พิบูล ทีปะपाल. การโฆษณาและการส่งเสริมการขาย. กรุงเทพมหานคร : อมรการพิมพ์, 2536.

..... การบริหารการตลาด กรุงเทพฯ : อมรการพิมพ์,2537.

มหาวิทยาลัยศิลปากร.ฐานข้อมูลมหาวิทยาลัยศิลปากร.[Online]. Accessed 10 November 2009

Available from <http://www.su.ac.th/>.

มันทนา ประทีปะเสน.มิติใหม่ทางโภชนาการเพื่อสุขภาพในเอกสารประกอบการประชุมวิชาการ.

กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาโภชนวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหิดล,2537.

มิลินทร์ วีระรัตน์โรจน์. “การทำนายเจตนาและพฤติกรรมซื้อสินค้าที่ซูเปอร์มาร์เก็ตของ

นักศึกษาวิทยาลัยครู ตามแนวทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล.” วิทยานิพนธ์ปริญญา  
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น,2537.

รัจรี นพเกตุและคณะ.จิตวิทยาทั่วไป เรื่องการรับรู้. กรุงเทพฯ : ประกายพริก, 2547.

- วนิดา สิทธิธรรณสิทธิ. อาหารเป็นปัจจัยหลักของชีวิต : เอกสารประกอบการจัดงานวันอาหารโลก.  
นครปฐม : มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2525.
- วราภรณ์ พงศ์พุทธิพูน. “พฤติกรรมผู้บริโภคใจใฝ่ของพนักงานบริษัท จีเอฟพีที จำกัด (มหาชน).”  
ภาคนิพนธ์ หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการจัดการทั่วไป บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต, 2548.
- วลัย อินทร์พรรษ์. โภชนาบำบัด. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : แสงทวีการพิมพ์, 2530.
- วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์. “การประเมินภาวะโภชนาการทางมานุษยวิทยาและสังคมวิทยา”. ใน  
เอกสารการสอนชุดวิชา โภชนาการสาธารณสุข, หน่วยที่ 4. กรุงเทพมหานคร :  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2542.
- วิธิ แจ่มจันทิก. “ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน  
มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.”  
ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2541.
- วิรัช ฤทธิรัตนกุล. การประชาสัมพันธ์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ทบทวนองค์ความรู้ สถานการณ์  
และปัจจัยที่เกี่ยวข้องภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืน.  
นนทบุรี : สำนักพัฒนาวิชาการแพทย์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2541.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา, 2538.
- \_\_\_\_\_. พฤติกรรมผู้บริโภค ฉบับสมบูรณ์. กรุงเทพฯ : ดวงกมลสมัย, 2539.
- \_\_\_\_\_. การโฆษณาและการส่งเสริมการตลาด. กรุงเทพฯ : ดวงกมลสมัย, 2541.
- สนอง อุณาภูฏ. เพื่อสุขภาพ-อาหารและโภชนาการ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เลียงเชียง, 2528.
- สมยศ นาวิการ. พฤติกรรมองค์กร. กรุงเทพมหานคร : บรรณกิจ, 2524.
- สมฤดี วีระพงษ์. “พฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5  
โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.” ปริญญาานิพนธ์ การศึกษา  
มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.
- สาคร ธนमितต์. “สาเหตุและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของคนไทยและแนวความคิด  
กรอบนโยบายการแก้ปัญหาบริโภคนิสัย.” ในรายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการ  
เรื่องสาเหตุและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของคนไทย, 206-208.  
ม.ป.ท., 2529.

- สุชา จันทร์เอม. จิตวิทยาเด็ก. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2536.
- สุชาดา มะโนทัย. “การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา  
ตอนต้น กรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2539.
- สุธิชา คำพันธ์. “ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตของสมาชิกชมรมชีวิตใจใน  
กรุงเทพมหานคร.” ปริญญานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2547.
- สุนีย์ โยคะกุล. “ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน.” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหา  
บัณฑิต. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.
- เสรี วงษ์มณฑา. การวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพฯ : บริษัท ชีระฟิล์มและโซเท็กส์, 2542.
- สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กองสุขศึกษา. แนวคิด ทฤษฎีและการนำไปใช้ในการ  
ดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรม. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข, 2542.
- อดุลย์ จาตุรงค์กุล. พฤติกรรมผู้บริโภค. โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ, 2534.
- อัญชนิ วิชาภัย บุนนาค. “การแสวงหาข่าวสาร ทักษะคิดและพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เพื่อ  
สุขภาพของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพ.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศาสตรมหา  
บัณฑิต สาขาวิชานิติศาสตร์พัฒนาการ คณะนิติศาสตร์ จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2540.
- อารี ชูวิสิฐกุล, ขนิษฐา อินทร์ประสิทธิ์. “เรื่องภัยมีดของอาหารขยะ.” ใน วารสารกรม  
วิทยาศาสตร์บริการ ที่ 56 , 176 (มกราคม 2551) : 1-2, 2551.
- เอี่ยมพร ทองกระจาย, สมทรง สุขศิลป์, จิระภา ศิริวัฒนเมธานนท์, ปราโมทย์ ทองกระจาย,  
บุศรา กาญจนบัตร และเป็รื่องจิต มารรัสมิ. ปัจจัยทางเศรษฐกิจสังคมและ  
สาธารณสุขที่มีผลต่อพฤติกรรมจัดการโรคท้องร่วงในภาค  
ตะวันออกเฉียงเหนือ ประเทศไทย. ขอนแก่น : คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2530.

## ภาษาต่างประเทศ

- Armstrong, Jill E. "Factors influencing food habits in Antigua W.I.(West Indies)." Dissertation Abstracts International.,1991.
- Baudrillard, J. The Mirror of The Product, Translated by Mark Poster, St. Loise: Teros, 1975.
- Bingham, S. and J.H. Cumming. "Sources and Intakes of Dietary Fiber in Man" In G.A. Spiller and R.M. Key. Medical Aspects of Dietary Fiber. New York : Plenum, 1980.
- Bremen, A.J. "The Influence of Health Belief on Eating Behavior in children and Adolescents." Dissertation Abstracts International. 50(February 1900):111-113.
- Coatis, D.C. "Psychosocial Influences on Adolescent Eating Behavior." Dissertation Abstracts International. 55(March 1995): 184-185.
- Feldman, Robert H. L. "Communicating nutrition to high school students in Kenya." The Journal of School Health 53, 2 (February 1983): 140-143.
- Fishman, Paula Blumia. "Teaching children about food purchasing and ecology : An exploratory study." Dissertation Abstracts International. 45(February 1985):45-47.
- Fleck, Henrietta. Introduction to nutrition. 4 th ed. New York: Macmillan, 1981.
- Good, C.V. Dictionary of Education. New York: McGraw-Hill book Company, 1973.
- Green, L.W. and Kreuter, M.W. Health Promotion Planning : An Education and Ecological Approach. 3<sup>rd</sup>. Mayfield Publishing company, 1999.
- Johns, Edward B., Wilfred C. Sutton, and Barbara A. Cooley. Health for effective living : A basic health education book for college student and the consumer public. 6 th ed. New York : Mc Graw-Hill, 1975.
- Matthews, J.B., R.D. Buzzell, T. Levitt and R.E. Frank. Market: An Introductory Analysis. New York: McGraw – Hill Book Company, 1962.
- Resnicoc, Ken and Jayne Reinhardt. "What do children know about fat, fiber and cholesterol? A survey of 5,116 Primary and Secondary school students." The Journal of Nutrition Education 23,2 (March-Aprill 1991): 65-70.
- Root, D.B. "The Relationship of Nutrition Knowledge to Eating Behavior Patterns among OHIO Sophomores and Seniors." Dissertation Abstracts International. 48(September 1987): 18-19.

- Solomon, M.R. Consumer Behavior. New Jersey : Prentice – Hall International, 1962.
- Ward,S.E. “Charecterzing Adolescent Eating Behaviors with Bandura’s Social Learning.”  
Dissertation Abstracts International, 23(March-Aprill 1991): 36-37.
- Yamane T.Statistic : An Introduction Analysis. 3<sup>rd</sup> ed.Tokyo:Harper International  
Education,1967.
- Zimbardo,Philip.and Ebbe B. Ebbesen. Influencing attitudes and changing behavior : A basic  
introduction to relevant methodology,theory,and applications.Reading,Mass :  
Addison-Wesley,1969.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

### รายชื่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน มีดังนี้

1. ชื่อผู้เชี่ยวชาญ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไชยยศ ไพวิทยศิริธรรม  
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์  
สังกัด : สาขาวิชาการศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
2. ชื่อผู้เชี่ยวชาญ : นางพัชรพร เย็นบำรุง  
ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ  
สังกัด : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม
3. ชื่อผู้เชี่ยวชาญ : นาง ฉัชชา มณีวงศ์  
ตำแหน่ง นักวิชาการศึกษา 6  
สังกัด : งานวิชาการ สำนักงานเลขานุการคณะ  
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ภาคผนวก ข

การตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถาม

### Index of Item Objective Congruence

ตารางที่ 33 ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามการรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ข้อความ	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
1. ควรกินอาหารที่สะอาดและปราศจากสารปนเปื้อน	1	1	1	1
2. ขนمبرบกรอบมีปริมาณโซเดียม(เกลือ)สูง	1	1	1	1
3. ควรอ่านฉลากทางโภชนาการก่อนการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารนั้น	1	1	1	1
4. ก่อนการซื้ออาหารควรดูวันที่หมดอายุ	1	1	1	1
5. สารปรุงแต่งในอาหารบางชนิดมีอันตรายต่อร่างกาย	1	1	1	1
6. อาหารประเภทฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า มันฝรั่งทอด เป็นอาหารขยะ	1	1	1	1
7. การบริโภคอาหารประเภทแป้งและน้ำตาลมากจะทำให้เกิดโรคอ้วนได้	1	1	1	1
8. ผัก ผลไม้ มีกากใยที่เป็นประโยชน์ต่อการขับถ่าย	1	1	1	1
9. ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่	1	1	1	1
10. ควรดื่มน้ำอย่างน้อย 6-8 แก้วต่อวัน	1	1	1	1
11. อาหารหมักดองเป็นอันตรายต่อร่างกาย	1	1	1	1
12. สารเร่งเนื้อแดงในเนื้อสัตว์ก่อให้เกิดมะเร็งได้	1	1	1	1
13. ควรล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	1	1	1	1
14. การรับประทานอาหารกับผู้อื่นควรใช้ช้อนกลาง	1	1	1	1
15. การเลือกร้านอาหารที่สะอาดและถูกสุขอนามัย	1	1	1	1
16. อาหารขยะมักจะมีผงชูรสมาก	1	1	1	1
17. สารบอแรกซ์ที่ใส่ในอาหารเป็นอันตรายต่อร่างกาย	1	1	1	1
18. อาหารขยะไม่ดีต่อสุขภาพ	1	1	1	1

ตารางที่ 34 ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมในการ  
บริโภคอาหาร

ข้อความ	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
1.ท่านมักจะบริโภคอาหารตามที่คุณป้าแนะนำ	0	1	1	.66
2.ท่านรับประทานอาหารเช่นเดียวกับเพื่อน	0	1	1	.66
3.ท่านต้องรับประทานอาหารพร้อมกับเพื่อนเสมอ	0	1	1	.66
4.ท่านมักรับประทานอาหารตามคำชักชวนของเพื่อน	0	1	1	.66
5.ท่านมักจะรับประทานอาหารในร้านค้าที่มหาวิทยาลัยจัดให้	1	1	1	1
6.ผู้ปกครองจะคอยเตือนท่านเรื่องการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์	1	1	1	1
7.มหาวิทยาลัยมักจัดโครงการณรงค์เรื่องการบริโภคอาหาร	1	1	1	1
8.ท่านรับประทานอาหารจากการโฆษณาต่างๆ	1	1	1	1
9.ท่านรับประทานอาหาร ผัก ผลไม้ ตามฤดูกาล	1	1	1	1
10.ท่านเลือกซื้ออาหารที่ราคาแพงเพราะอาหารนั้นมีคุณภาพดีกว่าราคาถูก	0	1	1	.66

ตารางที่ 35 ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามความสามารถของตนเองในการ  
บริโภคอาหาร

ข้อคำถาม	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
1.ส่วนใหญ่ท่านซื้ออาหารด้วยตนเอง	0	1	1	.66
2.ท่านเลือกซื้ออาหารโดยไม่ต้องคำนึงถึงรายได้	0	1	1	.66
3.ท่านเลือกซื้ออาหารตามความคิดของท่านเป็นส่วนใหญ่	0	1	1	.66
4.การรับประทานขนมหรืออาหารว่างสามารถทดแทนอาหารมื้อหลัก ได้	1	1	1	1
5.ท่านมักรับประทานอาหารมือเย็นเมื่อนึกขึ้นได้	1	0	1	.66
6.ท่านเลือกซื้ออาหารที่รสชาติอร่อย	1	1	1	1
7.ท่านเลือกซื้ออาหารที่ราคาถูก	1	1	1	1
8.ท่านเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ	1	1	1	1
9.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะเพราะรสชาติอร่อย	1	1	1	1

ตารางที่ 36 ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

ข้อความ	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
1.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากสื่อโฆษณาต่างๆ	1	1	1	1
2.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากบุคคลใกล้ชิด เช่น เพื่อน ผู้ปกครอง	1	1	1	1
3.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะเพราะมีความชอบส่วนตัวอยู่แล้ว	1	1	1	1
4.การบริโภคอาหารขยะทำให้คุณทันสมัย	1	1	1	1
5.อาหารจานด่วนเป็นอาหารของคนรวย	1	0	1	.66
6.หากท่านมีรายได้เพิ่มขึ้นกว่าเดิมท่านจะบริโภคอาหารขยะมากขึ้น	1	1	1	1
7.การบริโภคอาหารขยะทำให้มีหน้าตาทางสังคม	1	1	1	1
8.ในโอกาสต่างๆท่านจะจัดเลี้ยงที่ร้านฟาสต์ฟู้ด	1	1	1	1
9.การรับประทานหมูกระทะบุฟเฟ่ต์ทำให้อึดและประหยัด	1	1	1	1
10.รับประทานอาหารอะไรก็ได้ที่อึดท้องและเพื่อนนิยมก็พอ	1	1	1	1
11.คนรุ่นใหม่ต้องรับประทานอาหารที่แปลกๆใหม่ๆตามโฆษณา	1	1	1	1
12.เมื่อคุณนั่งที่โรงภาพยนตร์สิ่งที่คุณไม่ได้ซื้อขนมขบเคี้ยว	1	1	1	1
13.หากไม่บริโภคอาหารขยะจะทำให้เสียเงินเก็บมากขึ้น	1	1	1	1
14.ท่านซื้ออาหารบางอย่างเพราะอยากได้ของแถม	1	1	1	1

ตารางที่ 37 ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามความเชื่อในการบริโภคอาหาร

ข้อความ	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
1.การรับประทานขนมที่มีน้ำตาลมาก ทำให้อารมณ์ดีขึ้น	1	1	1	1
2.การดื่มน้ำอัดลมทำให้ร่างกายสดชื่น	1	1	1	1
3.การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ดูทันสมัย	1	1	1	1
4.เมื่อมีอาหารรูปแบบใหม่ๆควรทดลองรับประทาน	1	1	1	1
5.การปรุงอาหารรับประทานเองยุ่งยากหลายขั้นตอน	1	1	1	1
6.ท่านมักจะเลือกอาหารที่รสชาติอร่อยมากกว่าคุณค่าทางอาหาร	1	1	1	1
7.การรับประทานอาหารเสริมจะบำรุงร่างกายและสมองให้ดีขึ้น	1	1	1	1
8.การรับประทานอาหารประเภทถั่วสามารถทดแทนโปรตีนจากเนื้อสัตว์ได้	1	0	1	.66

ตารางที่ 38 ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภค  
อาหารขยะ

ข้อคำถาม	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
1. ท่านดื่มน้ำอัดลมทุกวัน	1	1	1	1
2. ท่านรับประทานขนมหวาน เช่น ไอศกรีม ลูกก๊ี้ ขนมเค้กทุกวัน	1	1	1	1
3. ท่านรับประทานขนมกรุบกรอบทุกวัน	1	1	1	1
4. ท่านรับประทานผัก ผลไม้แช่อิ่มทุกวัน	1	1	1	1
5. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมแอลกอฮอล์	1	1	1	1
6. ท่านรับประทานอาหารฟาสต์ฟูด เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์เป็นประจำ	1	1	1	1
7. ท่านจะสั่งอาหารฟาสต์ฟูดที่จัดส่งถึงที่พัก	1	1	1	1
8. ท่านเลือกรับประทานขนมที่มีสีสังเคราะห์	1	0	1	.66
9. ท่านรับประทานอาหารประเภททอดหรืออาหารมันจัด	1	1	1	1
10. ท่านชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟูด เช่น ไก่ทอด เฟรนฟราย	1	1	1	1
11. ท่านรับประทานอาหารฟาสต์ฟูดเพราะสะดวกและสะอาด	1	1	1	1
12. ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน	1	1	1	1
13. ท่านมักหลงในโอกาสต่างๆกับเพื่อนๆที่ร้านฟาสต์ฟูด	1	1	1	1
14. ท่านเข้าใช้บริการร้านฟาสต์ฟูดในห้างสรรพสินค้า	1	1	1	1
15. เมื่อต้องการความรวดเร็วท่านจะเลือกรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า)	1	1	1	1
16. ท่านชื่นชอบรับประทานมันฝรั่งทอดกรอบบรรจุซองตามร้านสะดวกซื้อ	1	1	1	1
17. ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวประเภทปลาเส้น/ปลาหมึกปรุงรส	1	1	1	1
18. ท่านดื่มกาแฟแทนอาหารเช้า	1	1	1	1
19. ท่านรับประทานไข่ดาว หมูแฮมในมือเช้า	1	1	1	1

ตารางที่ 38 (ต่อ)

ข้อความ	ผู้ทรงคุณวุฒิ ที่			IOC
	1	2	3	
20.ท่านนิยมดื่มน้ำผักผลไม้กระป๋อง	1	1	1	1
21.ท่านรับประทานอาหารบรรจุกระป๋อง	1	1	1	1
22.ท่านดื่มเครื่องดื่มเกลือแร่หรือเครื่องดื่มบำรุงกำลัง	1	1	1	1
23.ท่านอดอาหารเข้าเพื่อรีบเข้าเรียนให้ทัน	1	1	1	1
24.ท่านชอบรับประทานอาหารปิ้งย่าง	1	1	1	1
25.ท่านชอบรับประทานอาหารสไลด์ตะวันตก	1	1	1	1
26.ท่านมักจะใส่ชีส(เนย)ในปริมาณที่มาก ขณะรับประทานพิซซ่า	1	1	1	1
27.ท่านดื่มน้ำอัดลมคู่กับอาหารฟาสต์ฟู้ด	1	1	1	1
28.ท่านนิยมรับประทานอาหารแบบบุฟเฟ่ต์	1	1	1	1
29.ท่านดื่มน้ำที่มีรสหวานแทนน้ำเปล่า	1	1	1	1
30.ท่านรับประทานอาหารเฉพาะร้านค้าในมหาวิทยาลัยจัดให้เท่านั้น	0	1	1	.66

ภาคผนวก ค  
แบบสอบถาม – แบบสนทนากลุ่ม ที่ใช้ในงานวิจัย

### แบบสอบถาม

เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม  
: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร  
.....

### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามชุดนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร
2. แบบสอบถามนี้ใช้เก็บข้อมูลจากนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐมในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร ประกอบด้วยเนื้อหา 4 ส่วน คือ

- |           |  |
|-----------|--|
| ส่วนที่ 1 | ปัจจัยส่วนบุคคล จำนวน 6 ข้อ                      |
| ส่วนที่ 2 | ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร จำนวน 63 ข้อ      |
| ส่วนที่ 3 | พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ จำนวน 30 ข้อ           |
| ส่วนที่ 4 | ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง จำนวน 4 ข้อ |

ขอความกรุณาท่านได้โปรดพิจารณาข้อความแล้วโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

นางสาววนิดา แก้วชะอุ่ม  
นักศึกษาปริญญาโท สาขาพัฒนศึกษา  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร 2552

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล เมื่อนักศึกษาอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง  ของคำตอบให้ตรงกับความเป็นจริง

1.1 เพศ

1. ชาย  2. หญิง

1.2 อายุ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_ ปี

1.3 ชั้นปีที่กำลังศึกษา \_\_\_\_\_ คณะ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_  
มหาวิทยาลัย  เกษตรศาสตร์  ศิลปากร

1.4 รายได้ \_\_\_\_\_ บาท/เดือน

1.4.1 ความพอเพียงของรายได้

1. เพียงพอ  2. ไม่เพียงพอ

1.5 ภูมิลำเนาเดิมของท่านอยู่ในพื้นที่ใด

- ภาคกลาง  ภาคตะวันออก  ภาคตะวันตก  
 ภาคใต้  ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ  ภาคเหนือ  
 อื่นๆ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_

1.6 ปัจจุบันท่านพักอาศัยอยู่ที่ใด

- หอพักของมหาวิทยาลัย  หอพักเอกชน  บ้านเช่า  
 บ้านของผู้ปกครอง  แฟลต/คอนโดมิเนียม  
 อื่นๆ (โปรดระบุ) \_\_\_\_\_

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง  ของคำตอบให้ตรงกับความเป็นจริง

2.1 การรับรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 18 ข้อ

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	จริงมากที่สุด	จริงมาก	ปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. ควรกินอาหารที่สะอาดและปราศจากสารปนเปื้อน					
2. ขนมหกรูบกรอบมีปริมาณโซเดียม(เกลือ)สูง					
3. ควรอ่านฉลากทางโภชนาการก่อนการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารนั้น					
4. ก่อนการซื้ออาหารควรดูวันที่หมดอายุ					
5. สารปรุงแต่งในอาหารบางชนิดมีอันตรายต่อร่างกาย					
6. อาหารประเภทฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า มันฝรั่งทอด เป็นอาหารขยะ					
8. การบริโภคอาหารประเภทแป้งและน้ำตาลมากจะทำให้เกิดโรคอ้วนๆได้					
9. ผัก ผลไม้ มีกากใยที่เป็นประโยชน์ต่อการขับถ่าย					
10. ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่					
11. ควรดื่มน้ำอย่างน้อย 6-8 แก้วต่อวัน					
12. อาหารหมักดองเป็นอันตรายต่อร่างกาย					
13. สารเร่งเนื้อแดงในเนื้อสัตว์ก่อให้เกิดมะเร็งได้					
13. ควรล้างมือก่อนรับประทานอาหาร					
14. การรับประทานอาหารกับผู้อื่นควรใช้ช้อนกลาง					
15. การเลือกร้านอาหารที่สะอาดและถูกสุขอนามัย					
16. อาหารขยะมักจะมีผงชูรสมาก					
17. สารบอแรกซ์ที่ใส่ในอาหารเป็นอันตรายต่อร่างกาย					
18. อาหารขยะไม่ดีต่อสุขภาพ					

## 2.2 แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	จริงมากที่สุด	จริงมาก	ปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. ท่านมักจะบริโภคอาหารตามที่คุณป้าหรือคุณย่าแนะนำ					
2. ท่านรับประทานอาหารเช้าเหมือนกับเพื่อน					
3. ท่านต้องรับประทานอาหารเช้าพร้อมกับเพื่อนเสมอ					
4. ท่านมักรับประทานอาหารเช้าตามคำชักชวนของเพื่อน					
5. ท่านมักจะรับประทานอาหารเช้าในร้านกาแฟที่มหาวิทยาลัยจัดให้					
6. ผู้ปกครองจะคอยเตือนท่านเรื่องการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์					
7. มหาวิทยาลัยมักจัดโครงการรณรงค์เรื่องการบริโภคอาหาร					
8. ท่านรับประทานอาหารเช้าจากการโฆษณาต่างๆ					
9. ท่านรับประทานอาหารเช้า ผัก ผลไม้ ตามฤดูกาล					
10. ท่านเลือกซื้ออาหารที่ราคาแพงเพราะอาหารนั้นมีคุณภาพดีกว่าราคาถูก					

## 2.3 ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	จริงมากที่สุด	จริงมาก	ปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1. ส่วนใหญ่ท่านซื้ออาหารด้วยตนเอง					
2. ท่านเลือกซื้ออาหารโดยไม่ต้องคำนึงถึงรายได้					
3. ท่านเลือกซื้ออาหารตามความคิดของท่านเป็นส่วนใหญ่					
4. การรับประทานขนมหรืออาหารว่างสามารถทดแทนอาหารมื้อหลักได้					
5. ท่านมักรับประทานอาหารเช้าเย็นเมื่อนึกขึ้นได้					
6. ท่านเลือกซื้ออาหารที่รสชาติอร่อย					
7. ท่านเลือกซื้ออาหารที่ราคาถูก					
8. ท่านเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ					
9. ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะเพราะรสชาติอร่อย					

## 2.4 การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

ข้อความ	ระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร				
	จริงมากที่สุด	จริงมาก	ปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากสื่อโฆษณาต่างๆ					
2.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะจากบุคคลใกล้ชิด เช่น เพื่อน ผู้ปกครอง					
3.ท่านเลือกบริโภคอาหารขยะเพราะมีความชอบส่วนตัวอยู่แล้ว					
4.การบริโภคอาหารขยะทำให้คุณทันสมัย					
5.อาหารจานด่วนเป็นอาหารของคนรวย					
6.ท่านมีรายได้เพิ่มขึ้นกว่าเดิมท่านจะบริโภคอาหารขยะมากขึ้น					
7.การบริโภคอาหารขยะทำให้มีหน้าตาทางสังคม					
8.ในโอกาสต่างๆท่านจะจัดเลี้ยงที่ร้านฟาสต์ฟู้ด					
9.การรับประทานหมูกระทะบุฟเฟ่ต์ทำให้อ้วนและประหยัด					
10.รับประทานอาหารอะไรก็ได้ที่อิมท้องและเพื่อนนิยมก็พอ					
11.คนรุ่นใหม่ต้องรับประทานอาหารที่แปลกๆใหม่ๆตามโฆษณา					
12.เมื่อดูหนังที่โรงภาพยนตร์สิ่งที่ขาดไม่ได้คือขนมขบเคี้ยว					
13.หากไม่บริโภคอาหารขยะจะทำให้เหลือเงินเก็บมากขึ้น					
14.ท่านซื้ออาหารบางอย่างเพราะอยากได้ของแถม					

## 2.5 ความเชื่อ ในการบริโภคอาหาร

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	จริงมากที่สุด	จริงมาก	ปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1.การรับประทานขนมที่มีน้ำตาลมาก ทำให้อ้วนผิวดำขึ้น					
2.การดื่มน้ำอัดลมทำให้ร่างกายสดชื่น					
3.การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้คุณทันสมัย					
4.เมื่อมีอาหารรูปแบบใหม่ๆควรทดลองรับประทาน					

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	จริงมากที่สุด	จริงมาก	ปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
5.การปรุงอาหารรับประทานเองยุ่งยากหลายขั้นตอน					
6.ท่านมักจะเลือกอาหารที่รสชาติอร่อยมากกว่าคุณค่าทางอาหาร					
7.การรับประทานอาหารเสริมจะบำรุงร่างกายและสมองให้ดีขึ้น					
9.การรับประทานอาหารประเภทถั่วสามารถทดแทนโปรตีนจากเนื้อสัตว์ได้					

### ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย  ในช่อง  ของคำตอบให้ตรงกับความเป็นจริง

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	ปฏิบัติมากที่สุด	ปฏิบัติมาก	ปฏิบัติปานกลาง	ปฏิบัติน้อย	ปฏิบัติน้อยที่สุด
1. ท่านดื่มน้ำอัดลมทุกวัน					
2.ท่านรับประทานขนมหวาน เช่น ไอศกรีม คุกกี้ ขนมเค้กทุกวัน					
3.ท่านรับประทานขนมกรุบกรอบทุกวัน					
4.ท่านรับประทานผัก ผลไม้แช่เย็นทุกวัน					
5.ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมแอลกอฮอล์					
6.ท่านรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์เป็นประจำ					
7.ท่านจะสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จัดส่งถึงที่พัก					
8.ท่านเลือกรับประทานขนมที่มีสีสังเคราะห์					
9.ท่านรับประทานอาหารประเภททอดหรืออาหารมันจัด					
10.ท่านชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น ไก่ทอด เฟรนช์ฟราย					
11.ท่านรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะสะดวกและสะอาด					
12.ท่านเข้าร้านสะดวกซื้อ เช่น 7-eleven, family mart เป็นประจำทุกวัน					

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ				
	ปฏิบัติมากที่สุด	ปฏิบัติมาก	ปฏิบัติปานกลาง	ปฏิบัติน้อย	ปฏิบัติน้อยที่สุด
13.ท่านมักทดลองใน โอกาสต่างๆกับเพื่อนๆที่ร้านฟาสต์ฟูด					
14.ท่านเข้าใช้บริการร้านฟาสต์ฟูดในห้างสรรพสินค้า					
15.เมื่อต้องการความรวดเร็วท่านจะเลือกรับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูป (โจ๊ก มาม่า)					
16.ท่านชื่นชอบรับประทานมันฝรั่งทอดกรอบบรรจุซองตามร้านสะดวกซื้อ					
17.ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวประเภทปลาเส้น/ปลาหมึกปรุงรส					
18.ท่านดื่มกาแฟแทนอาหารเช้า					
19.ท่านรับประทาน ไข่ดาว หมูแฮมในมือเช้า					
20.ท่านนิยมดื่มน้ำผักผลไม้กระป๋อง					
21.ท่านรับประทานอาหารบรรจุกระป๋อง					
22.ท่านดื่มเครื่องดื่มเกลือแร่หรือเครื่องดื่มบำรุงกำลัง					
23.ท่านอดอาหารเช้าเพื่อรีบเข้าเรียนให้ทัน					
24.ท่านชอบรับประทานอาหารปิ้งย่าง					
25.ท่านชอบรับประทานอาหารสไลด์ตะวันตก					
26.ท่านมักจะใส่ชีส(เนย)ในปริมาณมากในพิซซ่าที่รับประทาน					
27.ท่านรับประทานน้ำอัดลมคู่กับอาหารฟาสต์ฟูด					
28.ท่านนิยมรับประทานอาหารแบบบุฟเฟต์					
29.ท่านดื่มน้ำที่มีรสหวานแทนน้ำเปล่า					
30.ท่านรับประทานอาหารเฉพาะร้านค้าในมหาวิทยาลัยจัดให้เท่านั้น					

**ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง**

**คำชี้แจง** ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง

การเลือกซื้ออาหารในชีวิตประจำวัน

.....

.....

.....

.....

.....

ร้านอาหารที่เลือก

.....

.....

.....

.....

.....

ค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารขยะ

.....

.....

.....

.....

.....

คุณและโทษของอาหารขยะ

.....

.....

.....

.....

.....

### แบบสนทนากลุ่ม

1. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ขยะเป็นอย่างไรบ้าง
2. แรงสนับสนุนทางสังคมในการบริโภคอาหาร ขยะมีอะไรที่สำคัญบ้าง
3. ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร ขยะเป็นอย่างไรบ้าง
4. การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ในการบริโภคอาหารขยะเป็นอย่างไร รับรู้จากไหน อย่างไร
5. ความเชื่อในการบริโภคอาหารขยะเป็นอย่างไรบ้าง
6. พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะเป็นอย่างไรบ้าง
  - รูปแบบการบริโภคอาหารในแต่ละวันเป็นอย่างไร
  - 6.1 พฤติกรรมบริโภคอาหารที่ถูกต้องมีอะไรบ้าง
  - 6.2 พฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องมีอะไรบ้าง

**ภาคผนวก ง**

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและหนังสือขอความอนุเคราะห์  
ในการเก็บรวบรวมข้อมูล





ที่ ศธ 0520.107 (นฐ) / 5012

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
พระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม 73000

25 ธันวาคม 2552

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน นางพัชราพร เย็นบำรุง

ด้วย นางสาวนิตา แก้วชะอุ่ม นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานการศึกษาบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร” มีความประสงค์จะขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัย เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษา ดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

๐๗๗ ๑๗๖

(รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย ชินะตั้งกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร. 0-3421-8788 , 0-3424-3435



ที่ ศธ 0520.107 (นฐ) / 5011

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
พระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม 73000

25 ธันวาคม 2552

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน นางณัชชา มณีวงศ์

ด้วย นางสาวนิตา แก้วชะอุ่ม นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร” มีความประสงค์จะขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัย เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษา ดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

ณฐ ๑๗๖

(รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย ชินะตั้งกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร. 0-3421-8788 , 0-3424-3435





ที่ ศธ 0520.107 (นฐ) / 332

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
พระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม 73000

6 มกราคม 2553

เรื่อง ขอตกลงเครื่องมือวิจัย

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ด้วย นางสาวนิตา แก้วชะอุ่ม นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชา  
พื้นฐานทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง“พฤติกรรม  
การบริโภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร” มีความประสงค์จะขอตกลงเครื่องมือวิจัย  
กับ นักศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ในการนี้บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร ใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดให้ความอนุเคราะห์ในการ  
ขอตกลงเครื่องมือวิจัยกับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย ชินะตั้งกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร. 0-3421-8788 , 0-3424-3435

ปณิธานของบัณฑิตวิทยาลัย “มุ่งส่งเสริม สนับสนุน เพื่อพัฒนาคุณภาพบัณฑิตศึกษา”





ที่ ศธ 0520.107 (นฐ) / 517

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
พระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม 73000

13 มกราคม 2553

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ด้วย นางสาวนิตา แก้วชะอุ่ม นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง“พฤติกรรมกรบรี โภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร” มีความประสงค์จะขอเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์โปรดแจ้งนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของท่านทราบเพื่อขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามให้นักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย ชินะตั้งกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร. 0-3421-8788 , 0-3424-3435

ปณิธานของบัณฑิตวิทยาลัย “มุ่งส่งเสริม สนับสนุน เพื่อพัฒนาคุณภาพบัณฑิตศึกษา”





ที่ ศธ 0520.107 (นฐ) / 520

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร  
พระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม 73000

13 มกราคม 2553

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการสนทนากลุ่ม

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ด้วย นางสาวนิตา แก้วชะอุ่ม นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง“พฤติกรรมกรบรี โภคอาหารขยะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยศิลปากร” มีความประสงค์จะขอสนทนากลุ่มกับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์โปรดแจ้งนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของท่านทราบ เพื่อขอความร่วมมือในการสนทนากลุ่มกับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย ชินะตั้งกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร. 0-3421-8788 , 0-3424-3435

ปณิธานของบัณฑิตวิทยาลัย “มุ่งส่งเสริม สนับสนุน เพื่อพัฒนาคุณภาพบัณฑิตศึกษา”

ภาคผนวก จ

ผู้ทรงคุณวุฒิ

### ผู้ทรงคุณวุฒิ

ชื่อ-สกุล	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธิกาญจน์ ไชยลาภ
ตำแหน่ง	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำภาควิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์
สถานที่ทำงาน	ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ 131/5 ถนนขาว แขวงวชิระ เขตคูสิต กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	
ปีพุทธศักราช 2527	อนุปริญญาพยาบาลอนามัยและผดุงครรภ์ วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์
ปีพุทธศักราช 2528	พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์
ปีพุทธศักราช 2534	สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต (จิตเวช) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ปีพุทธศักราช 2543	ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (สังคมศาสตร์ศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข เอก สาขาจิตวิทยาสุขภาพและสังคมวิทยาสุขภาพ) มหาวิทยาลัยมหิดล

### ผลงานวิจัย

บทความเรื่อง สุขภาพจิตสตรี : ทักษะเชิงระบาดวิทยาสังคม

บทความเรื่อง ภาวะช็อกเศร้าและการฆ่าตัวตาย : บทบาทของพยาบาลและข้อเสนอแนะทางนโยบายและการวิจัย

รายงานประชุมวิชาการของเครือข่ายอุดมศึกษาเขตภาคกลาง การพัฒนาอุดมคติบัณฑิตไทย  
ทางรอดของสังคมไทย

งานวิจัย เรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการใฝ่รู้ และความเชื่อมั่นในตน ของนักศึกษาพยาบาล  
วิทยาลัยเกื้อการุณย์ในการเรียนแบบใช้ปัญหาเป็นหลัก

งานวิจัย เรื่อง การสร้างเสริมความฉลาดทางอารมณ์และทักษะการแก้ปัญหาในเด็กวัยเรียน  
โดยใช้โปรแกรมการเรียนรู้ด้วยจินตคณิต

งานวิจัย เรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเรียนรู้ทางสังคมด้านการแก้ปัญหาความเครียด  
ด้วยตนเอง

