

ชื่อวิทยานิพนธ์ คำนิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

ผู้วิจัย นางมาลินี เก่งงาน **ปริญญา** คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต (การพัฒนาครอบครัวและสังคม)

อาจารย์ที่ปรึกษา (1) รองศาสตราจารย์อำไพรัตน์ อักษรพรหม (2) รองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนีย์ชาติไทย **ปีการศึกษา** 2546

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาคำนิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนอาชีวศึกษา (2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา (3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา และ (4) เพื่อศึกษาอิทธิพลของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพที่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2546 จำนวน 371 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า (1) ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ในด้านลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวโดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคโดยภาพรวมมีความเหมาะสมในระดับมาก และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวโดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก (2) พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก (3) ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 (4) ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี คิดเป็นร้อยละ 18.9 ได้แก่ ประเภทของอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

คำสำคัญ ค่านิยมการบริโภคอาหาร พฤติกรรมการบริโภคอาหาร นักเรียนอาชีวศึกษา ครอบครัว

Thesis title: Family Food Consumption Value Influence to Food Consumption Behavior of Vocational Education Student in Patumtani Province

Researcher: Mrs. Malinee Kengngan; **Degree:** Home Economics (Family and Society Development) **Thesis advisors:** (1) Ampairat Aksornprom, Associate Professor; (2) Dr. Tassanee Chathai Associate Professor; **Academic Year:** 2003

ABSTRACT

The objectives of this study were (1) to study the food consumption value of the families of vocational students; (2) to study the food consumption behavior of vocational students; (3) to study relationships between the food consumption value of the families and the food consumption behavior of vocational students; and (4) to study the influence of the food consumption value of the families on the food consumption behavior of vocational students.

Samples were 371 vocational students of the diploma program, living in the Patumtani Province, in the academic year of 2003. Research instrument was a questionnaire about the food consumption value of the families of vocational students and the food consumption behavior of vocational students. Statistics used to analyze the data were frequency, percentile, mean, standard deviation, Pearson's Product Moment correlation and multiple linear regression.

Research findings indicated that (1) the food consumption value of the families as (a) the way families consuming their food overall was highly appropriated, (b) the type of food families enjoying to consume overall was highly appropriated, and (c) the belief in the food consumption overall was highly appropriated; (2) the food consumption behavior of vocational students overall was highly appropriated; (3) the food consumption value of the families was related to the food consumption behavior of vocational students significantly at the 0.01 level; (4) the food consumption value of the families could forecast the variation of the food consumption behavior of vocational students by 18.9% which were the types of food consumption of the families, the way families consuming their food and the belief in food, consumption of the families.

Keywords: food consumption value, food consumption behavior, vocational students, family

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความเมตตากรุณาของ รองศาสตราจารย์อำไพรัตน์ อักษรพรหม อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนีย์ ชาดิไทย อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาเสียสละเวลาในการให้คำปรึกษา แนะนำ ตรวจสอบและให้ข้อเสนอแนะจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความเรียบร้อย ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบขอบพระคุณ

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่านที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่าในการตรวจสอบเครื่องมือ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการสร้างเครื่องมือที่ใช้สำหรับการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่าน ที่เสียสละเวลาเป็นกรรมการในการสอบวิทยานิพนธ์ และให้ข้อเสนอแนะกับผู้วิจัย ในการปรับแก้ข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์เพื่อให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณ เพื่อนๆ และผู้เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่คอยให้กำลังใจกับผู้วิจัยมาโดยตลอด คุณค่าและประโยชน์ที่ได้จากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้กับ คุณพ่อ คุณแม่ คณาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ จนผู้วิจัยสำเร็จการศึกษา

นางมาลินี เก่งงาน

กรกฎาคม 2547

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
กรอบแนวความคิดในการวิจัย.....	6
ประเด็นปัญหา.....	6
สมมติฐานการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
ขอบเขตการวิจัย.....	7
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	8
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	9
ค่านิยมการบริโภคอาหาร.....	9
พฤติกรรมการบริโภคอาหาร.....	14
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	26
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	32
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	32
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	33
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย.....	34
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	35
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว.....	40
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว.....	47

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี.....	50
ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี.....	52
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression) ระหว่างค่านิยมการบริโภค อาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี.....	54
ตอนที่ 6 ข้อมูลด้านอื่นๆ เกี่ยวกับเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อในการบริโภคอาหาร ของนักเรียน.....	55
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	58
สรุปผลการวิจัย.....	58
อภิปรายผล.....	62
ข้อเสนอแนะ.....	68
บรรณานุกรม.....	70
ภาคผนวก.....	74
ก หนังสือขอความอนุเคราะห์ทดลองเครื่องมือ.....	75
ข หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บเครื่องมือเพื่อการวิจัย.....	77
ค หนังสือเรียนเชิญผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือ.....	82
ง ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิ.....	88
จ แบบสอบถาม.....	94
ประวัติผู้วิจัย.....	105

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1.1	3
ตารางที่ 1.2	4
ตารางที่ 2.1	24
ตารางที่ 2.2	24
ตารางที่ 2.3	25
ตารางที่ 2.4	25
ตารางที่ 2.5	25
ตารางที่ 3.1	34
ตารางที่ 4.1	40
ตารางที่ 4.2	41
ตารางที่ 4.3	42
ตารางที่ 4.4	42
ตารางที่ 4.5	43
ตารางที่ 4.6	44
ตารางที่ 4.7	45

สารบัญตาราง (ต่อ)

หน้า

ตารางที่ 4.8	แสดงจำนวน ร้อยละ ของมือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานร่วมกัน ในวันธรรมดา มือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานอาหารร่วมกันใน วันหยุด.....	46
ตารางที่ 4.9	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การแปลความหมายของค่านิยมการบริโภค อาหารของครอบครัว จำแนกตามลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว.....	47
ตารางที่ 4.10	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว จำแนกตามประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค.....	48
ตารางที่ 4.11	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว จำแนกตามความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว.....	49
ตารางที่ 4.12	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ นักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี.....	50
ตารางที่ 4.13	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน.....	52
ตารางที่ 4.14	การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัด ปทุมธานี.....	54

ฉ

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย..... 6

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาที่รวดเร็วของสังคมโลก สังคมยุคโลกาภิวัตน์ สังคมเศรษฐกิจใหม่ สังคมข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยีสารสนเทศ ล้วนส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมทางด้านอาหารและโภชนาการของคนในสังคมไทย เนื่องจากอาหารเป็นหนึ่งในปัจจัย 4 ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์และเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อสุขภาพของบุคคล นอกจากนี้ยังมีคนในหลาย ๆ สังคมเชื่อว่าอาหารใช้เป็นสัญลักษณ์ของพิธีกรรมต่าง ๆ ได้ ซึ่งความเชื่อของคนในสังคมจะแตกต่างกันไปตามกฎเกณฑ์และข้อห้ามของแต่ละสังคม กลุ่มบุคคล อายุ ซึ่งความรุนแรงของข้อห้าม ขึ้นอยู่กับระดับความเชื่อของคนในสังคมนั้น ๆ หรือมีอิทธิพลสูงจนกลายเป็นค่านิยมได้ ดังนั้นค่านิยมจึงมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล ตลอดจนวิถีการดำเนินชีวิตของคนในสังคม (วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์ 2541: 1: 65-66)ซึ่งค่านิยมเกี่ยวกับอาหาร เกิดจากบุคคลอยู่ร่วมกันเป็นสมาชิกของชุมชนหรือสังคมเดียวกัน จนเป็นอาหารท้องถิ่นหรืออาหารประจำชาตินั้นๆ ซึ่งถูกถ่ายทอดมาช้านานจนเป็นความเชื่อ ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ค่านิยมในด้านอาหารของคนในสังคมไทย มีที่มาได้หลายทาง ได้แก่ ความอุดมสมบูรณ์ในท้องถิ่น ความพอใจในรสชาติ ความต้องการด้านสุขภาพและพลังงานจากอาหารประเภทนั้นๆ หรือเพื่อศักดิ์ศรีทางสังคม และเพื่อรักษาเอกลักษณ์ แต่ค่านิยมในเรื่องอาหารอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามเงื่อนไขในสภาพแวดล้อมของการดำรงชีวิต เมื่อเวลาเปลี่ยนไป(มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช 2539: 185)

สังคมไทยเป็นสังคมแห่งการพึ่งตนเองทางด้านอาหาร เพราะเป็นสังคมเกษตรกรรม มีการผลิตเพื่อบริโภคในครัวเรือนมาช้านาน จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างรวดเร็ว ตามกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก ส่งผลให้วิถีการดำเนินชีวิตของคนในสังคมไทยแปรเปลี่ยนไปจากสังคมเกษตรกรรมแบบครอบครัวขยายสู่สังคมอุตสาหกรรมแบบครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น จากสังคมชนบทสู่สังคมเมือง โดยมีแนวโน้มเป็นครอบครัวสมัยใหม่ตามแบบสังคมตะวันตกมากขึ้น เมื่อวิถีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไป พฤติกรรมการบริโภคอาหารของครอบครัวจึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสังคมนั้น ๆ (มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2545: 50-51) ซึ่งส่งผลให้วิถีชีวิตประจำวันของคนไทยทุกวันนี้ได้รับอิทธิพลจากวิถีชีวิตโลกาภิวัตน์ และการโฆษณา

เป็นอย่างมาก อาหารต่างชาติมากมายหลั่งไหลเข้าสู่สังคมไทย เช่น แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า สเต็ก และเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น รวมทั้งการนำมาปรุงแต่งเป็นรสชาติแบบไทยๆ ซึ่งอาหารเหล่านี้มีความสอดคล้องอย่างยิ่งกับวิถีชีวิตที่รีบเร่งเต็มไปด้วยการแข่งขันในสังคมปัจจุบัน แนวคิดนี้มาจากการใช้หลักการตลาดเข้ามากำหนด รูปแบบการผลิตและรสชาติอาหาร เป็นอาหารสายพานการผลิตแบบทุนนิยมซึ่งขาดศิลปะในการปรุงอาหาร เนื่องจากอาหารจะต้องประกอบด้วย “ศาสตร์” คือ สัดส่วน ปริมาณเครื่องปรุงที่พอดีกับ “ศิลป์” คือเอกลักษณ์เฉพาะตัว (ยุทธพร อิศสรชัช 2546) ที่ถูกสั่งสมกันมานานก่อให้เกิดประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อ ที่เกิดขึ้นเพื่อผลแห่งความอุดมสมบูรณ์ของ ทรัพยากรและองค์ความรู้ในการผลิตและปรุงแต่งอาหารไทย ซึ่งนับเป็นหนึ่งในรูปธรรมของ วัฒนธรรมไทยที่บรรพบุรุษได้สังเกต ทดลอง คัดสรรสิ่งที่เหมาะสมที่สุดต่อชีวิตและสภาพแวดล้อม ถ่ายทอดกันมาเป็นภูมิปัญญาถึงลูกหลานมาหลายชั่วอายุคน (สถาบันศิลปะและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยบูรพา 2545)

ครอบครัวจัดเป็นสังคมขั้นพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อพฤติกรรมของบุคคลในด้าน ลักษณะนิสัย บุคลิกภาพ ทักษะคติ ค่านิยม เนื่องจากครอบครัวสามารถถ่ายทอดการรับรู้สิ่งจูงใจ ให้แก่กันได้ตลอดเวลา (ธงชัย สันติวงษ์ 2539: 3-237) ดังนั้นครอบครัวซึ่งประกอบด้วยบุคคล วยต่าง ๆ ที่มีความต้องการสารอาหารที่แตกต่างกันไปทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพ โดยเฉพาะ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีกิจกรรมต่างๆ มากขึ้น นอกจากนั้นวัยรุ่นยังชอบความเป็นอิสระ มีการตัดสินใจ ด้วยตนเอง มีความกดดันทางการเรียนและความสัมพันธ์ในครอบครัว ยิ่งสังคมปัจจุบัน อิทธิพลของการโฆษณาที่มีบทบาทต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น เช่น การนิยมบริโภค อาหารประเภทฟาสต์ฟู้ด อาหารจังก์ฟู้ด งคอาหารบางมื้อ กินไม่เป็นเวลา กินตามใจตนเอง กินตามกระแสนิยม เป็นต้น อาหารมีความสำคัญสำหรับวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังเจริญ เติบโตทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม เพื่อเตรียมพร้อมที่จะเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพแข็งแรง จึงควรให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นเพื่อนำไปปฏิบัติได้ถูกต้องตามหลัก โภชนาการ (อบเชย วงษ์ทอง 2546: 88-89)

จากข้อจำกัดของปริมาณสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละเพศแต่ละวัย ตามหลัก โภชนาการ โดยปกติการบริโภคอาหารของคนไทยจะแบ่งอาหารมื้อหลัก ออกเป็น 3 มื้อใน 1 วัน ได้แก่ มื้อเช้า มื้อกลางวัน และมื้อเย็น ซึ่งในแต่ละมื้อควรได้รับอาหารครบ 5 หมู่ เพื่อให้ร่างกาย ได้รับปริมาณสารอาหารเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย (สิริพันธ์ จุลกรังคะ 2541: 3) แต่ เนื่องจากค่านิยมของวัยรุ่นในการตัดสินใจเลือกอาหารมาบริโภค ยังขาดความรู้ ความเข้าใจ และ ประสบการณ์ในการเลือกบริโภคอาหารที่มีคุณค่า ซึ่งจะส่งผลต่อการเจริญเติบโตในระยะยาว

(สมใจ วิชัยดิษฐ์ และวศินา จันทศิริ 2537: 71) ปัญหาด้านการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ยังคงมีภาวะทางด้านโภชนาการในส่วนของขาดสารอาหารและได้รับสารอาหารเกิน ซึ่งภาวะโรคขาดสารอาหารที่ยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุข ได้แก่ โรคขาดโปรตีนและพลังงาน โรคขาดสารไอโอดีน โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก โรคขาดวิตามินเอ บี 1 และ บี 2 จากรายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2538 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1.1 ภาวะขาดสารอาหารในคนไทยต่อพัน จำแนกตามกลุ่มอายุ

กลุ่มอายุ (ปี)	จำนวนทั้งหมด	ภาวะขาดไอโอดีน	ภาวะซีด	ภาวะขาดวิตามิน เอ	ภาวะขาดวิตามิน บี 2	ภาวะการขาดวิตามินอื่น ๆ
รวม	11,426	40.51	18.64	0.87	5.25	12.42
0 – 5	4,067	1.97	13.76	0	5.90	13.02
6 – 14	1,187	25.27	19.36	0	15.16	21.90
15 – 19	218	73.40	0	0	0	4.59
20 – 29	2,107	85.90	10.91	0.47	3.32	9.96
30 – 39	1,576	55.83	16.50	2.54	3.81	11.42
40 – 49	727	74.29	26.13	2.75	0	6.88
50 – 59	770	53.25	46.75	2.60	2.60	6.49
60+	774	58.14	38.76	1.29	3.88	16.80

ที่มา: อนามัย, กรม กระทรวงสาธารณสุข รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร กระทรวงสาธารณสุข 2538 หน้า 114

ส่วนการได้รับสารอาหารเกินนั้นเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว จากการเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิต ส่งผลให้พฤติกรรม การบริโภคของคนไทยโดยเฉพาะในเขตเมือง เกิดโรคต่างๆ เช่น โรคอ้วน โรคหัวใจขาดเลือด โรคโคเลสเตอรอลในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง จากรายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย พ.ศ. 2538 ดังแสดงในตารางที่ 1.2

ตารางที่ 1.2 ภาวะโภชนาการเด็กอายุ 15–19 ปี โดยใช้เกณฑ์น้ำหนักตามอายุ ส่วนสูงตามอายุ และ น้ำหนักตามส่วนสูง

ระดับ	น้ำหนักตามอายุ	ส่วนสูงตามอายุ	น้ำหนักตามส่วนสูง
ต่ำกว่ามาตรฐานระดับ 3	0.5	0.5	-
ต่ำกว่ามาตรฐานระดับ 2	1.8	1.4	-
ต่ำกว่ามาตรฐานระดับ 1	17.3	12.3	6.1
ปกติ	80.5	85.8	54.9
น้ำหนักเกิน	-	-	23.5
อ้วน	-	-	15.5

ที่มา: อนามัย, กรม กระทรวงสาธารณสุข รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร กระทรวงสาธารณสุข 2538 หน้า 102

จากค่านิยมและสังคมที่แปรเปลี่ยนไปสู่ผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภค โดยผู้ประกอบการยังให้ความสำคัญทางด้านคุณค่าทางโภชนาการน้อยมาก หรืออาจมาจากความสนใจความต้องการของผู้บริโภคเองที่ขาดแนวทางเพื่อเป็นข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสม (ไกรสิทธิ์ ดันติสิรินทร์และคณะ 2540 : 127) ซึ่งเป็นผลทำให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยทางการแพทย์ได้ทำการศึกษาว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้อ้วนได้อย่างไร และพบว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีแคลอรีมากเกินไปที่ร่างกายต้องการเนื่องจากอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดนั้นมีพลังงานที่แคลอรีสูงมากกว่าอาหารประจำชาติของประเทศอังกฤษถึง 1 ½ เท่าและมากกว่าแอฟริกัน 2 ½ เท่า ดังนั้นนักวิทยาศาสตร์ที่ทำการวิจัย พบว่า ร่างกายคนเราไม่ได้ออกแบบมาให้รับอาหารที่มีความหนาแน่นขนาดนั้น จึงทำให้คนตะวันตกที่นิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเสี่ยงต่อปัญหาโรคอ้วน นักวิทยาศาสตร์ผู้ทำการวิจัยหวังให้ผู้ประกอบการด้านการปรุงอาหารให้อาหารมีความหนาแน่นของพลังงานน้อยลงและหันมาบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย(วิทยาการเด็ก,ไทยรัฐ ฉบับวันอาทิตย์ที่ 26 ตุลาคม 2546 หน้า 13) และจากผลการวิจัยของทัศนีย์ วงษ์จักราชภูรี (2538) และ อัมพวัลย์ วิชาวธีรนนท์ (2541) ที่พบว่า วิัยรุ่นมีการบริโภคอาหารเข้าทุกวันเพียงร้อยละ 53.1 บริโภคอาหารเข้าบางวันร้อยละ 40.4 ไม่บริโภคอาหารเข้าร้อยละ 6.5 และวิถีการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร ยังมีการบริโภคอาหารโดยคำนึงถึงหลักโภชนาการ ร้อยละ 55.5 มีการบริโภคอาหารร่วมกันในครอบครัว 1 มี ร้อยละ 45.0 ส่วนงานวิจัยของนิภา นิรุตตกุล (2541) พบว่า ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ผู้บริโภคไปใช้บริการบ่อย ได้แก่ เคเอฟซี ประเภทอาหารฟาสต์ฟู้ดที่นิยม ได้แก่ อาหารประเภทไก่ทอด เครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมมากที่สุดได้แก่ น้ำอัดลม เหตุผล

ที่ไปใช้บริการเพราะต้องการใช้เป็นที่พักพิงในศูนย์การค้าหรือห้างสรรพสินค้า ใช้บริการ 3-4 ครั้ง ต่อเดือน ค่าอาหารโดยเฉลี่ยประมาณ 100 บาท หรือต่ำกว่า บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ เลือกร้าน คือ ตัวเอง ส่วนปัจจัยทางด้านการตลาดที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการ คือ รสชาติ อาหารถูกปาก ส่วนการโฆษณาและการส่งเสริมการขายมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจใช้บริการมากขึ้น ในระดับปานกลาง

ดังนั้นจากข้อมูลและผลงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น ส่งผลต่อค่านิยมในการบริโภคอาหาร ของวัยรุ่นและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในปัจจุบัน ผู้วิจัยเป็นผู้มีความรู้ด้านอาหาร และโภชนาการในสถาบันอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี อันเป็นสังคมแบบกึ่งเมืองกึ่งชนบท มีการผสมผสานระหว่างสังคมแบบเกษตรกรรมกับสังคมแบบอุตสาหกรรม ทำให้ครอบครัวของ นักเรียนดังกล่าวต้องปรับตัวอย่างรวดเร็วต่อการเปลี่ยนแปลงตามกระแสสังคม นักเรียนอาชีวศึกษาซึ่ง อยู่ในช่วงวัยรุ่นก็ต้องปรับตัวทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม เพื่อให้สอดคล้องกับการ เปลี่ยนแปลงดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการ ปรับเปลี่ยนค่านิยมของนักเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้มีสุขภาพร่างกายที่ดี เพื่อเป็นทรัพยากร บุคคลที่มีคุณค่าของสังคมต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

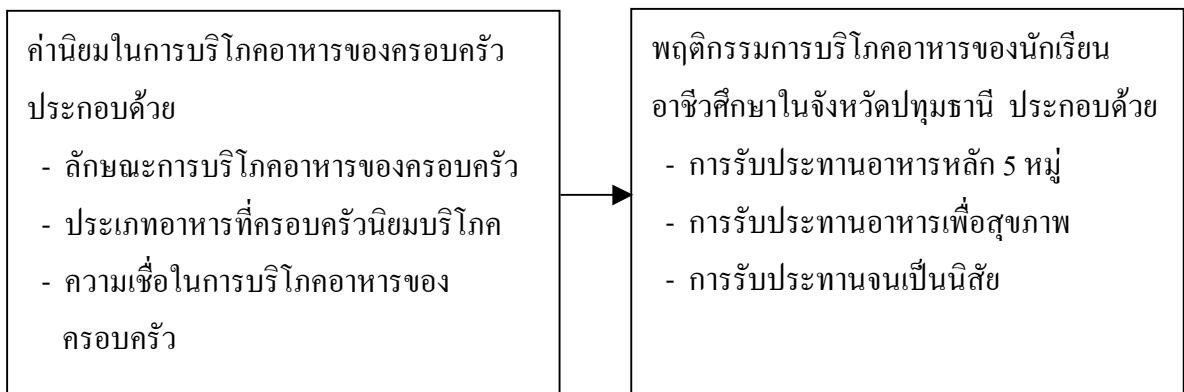
- 2.1 เพื่อศึกษาค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัด ปทุมธานี
- 2.2 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี
- 2.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี
- 2.4 เพื่อศึกษาอิทธิพลของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี

3. กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดจากงานวิจัยของ อัมพวัลย์ วิศวกรรมนท์ (2541) ที่ทำการวิจัยเกี่ยวกับ วิถีชีวิตของคนไทยรุ่นใหม่ : ศึกษากรณีพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดสำหรับการวิจัย ดังต่อไปนี้

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1.1 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

4. ประเด็นปัญหา

4.1 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี เป็นอย่างไร

4.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานีเป็นอย่างไร

4.3 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานีหรือไม่

5. สมมติฐานการวิจัย

5.1 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

5.2 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

6. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

6.1 ด้านวิชาการ เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนการสอน เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ในสังคมปัจจุบันในการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง

6.2 ด้านการประยุกต์ใช้ เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลในการบูรณาการกับหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นแนวทางแก้ไขปัญหาด้านพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องต่อไป

7. ขอบเขตในการวิจัย

7.1 ด้านประชากร

ประชากรที่ศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา และสำนักบริหารงาน การศึกษา เอกชน ในจังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2546 ประกอบด้วยวิทยาลัยเทคนิคปทุมธานี วิทยาลัยเทคนิคชัยบุรี โรงเรียนเทคโนโลยีปทุมธานี และโรงเรียนเทคโนโลยีแหลมทอง เฉพาะที่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดปทุมธานีเท่านั้น

7.2 ด้านเนื้อหา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ศึกษาเนื้อหาด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีที่พัฒนาขึ้นมา

7.3 ด้านเวลา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ศึกษาด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวและศึกษาพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของวัยรุ่นเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ปีการศึกษา 2546

7.4 ด้านตัวแปร

7.4.1 *ตัวแปรอิสระ* ได้แก่ ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ประกอบด้วย

- 1) ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว
- 2) ประเภทของอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค
- 3) ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว

7.4.2 *ตัวแปรตาม* ได้แก่ พฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ประกอบด้วย

- 1) การรับประทานอาหารหลัก 5 หมู่
- 2) การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
- 3) การรับประทานจนเป็นนิสัย

8. นวัตกรรมเฉพาะ

8.1 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว หมายถึง การยอมรับกันอย่างแพร่หลาย และการประพฤติปฏิบัติกันอย่างแพร่หลายในการกินอาหารของครอบครัวนั้นๆ ประกอบด้วย ลักษณะการบริโภคอาหาร ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค และความเชื่อในการบริโภคอาหาร

8.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน หมายถึง การกระทำจนเคยชินเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของนักเรียน ประกอบด้วย การรับประทานอาหารหลัก 5 หมู่ การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ และการรับประทานอาหารจนเป็นนิสัย

8.2.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบวก หมายถึง การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ การรับประทานอาหารหลัก 5 หมู่ของไทยในปริมาณที่เหมาะสม การรับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ

8.2.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านลบ หมายถึง การรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ รับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่ การรับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่ควรหลีกเลี่ยง

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ศึกษาจาก ตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการดำเนินงานวิจัย เรื่อง ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี โดยนำเสนอตามลำดับขั้นดังนี้

1. ค่านิยมการบริโภคอาหาร
2. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ค่านิยมการบริโภคอาหาร

1.1 แนวคิดทฤษฎีค่านิยม

โรคิช (Rokeach อ้างใน ประสิทธิ์ ทองอ่อน 2542: 27-28) ค่านิยมมีลักษณะเป็นความเชื่อว่าเป็นเป้าหมาย อุดมการณ์ หรือวิธีปฏิบัติบางอย่างเป็นสิ่งที่คนและสังคมเห็นว่าดี มีคุณค่า จะยึดถือเป็นแนวทางปฏิบัติและดำเนินชีวิต โดยใช้เกณฑ์มาตรฐานในการตัดสินถูกผิดหรือดีเลว เกณฑ์ในการตัดสินมนุษย์เรียนรู้จากสังคมที่ตนเองอยู่ และโรคิช ยังอธิบายว่า ความเชื่อของบุคคลอาจมีจำนวนหมื่น แต่เจตคติ (attitude) มีจำนวนพันส่วนค่านิยมจะมีจำนวนเพียงสิบ จึงสมควรพิจารณาถึงความแตกต่างระหว่างค่านิยมและเจตคติในด้านต่อไปนี้ (ประสิทธิ์ ทองอ่อน 2542 อ้างถึงใน สุนทร โคมิน 2538: 390-393)

1. ค่านิยมเป็นความเชื่อเดียว แต่เจตคติเป็นองค์รวมของหลายความเชื่อที่มีต่ออัตราเป้าหมาย
2. ค่านิยมแสดงออกต่อวัตถุเป้าหมายหลายอย่าง ส่วนเจตคติเป็นความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบต่อวัตถุเป้าหมายเฉพาะ
3. ค่านิยมเป็นเกณฑ์มาตรฐาน สำหรับประพฤติปฏิบัติ ส่วนเจตคติไม่ใช่เกณฑ์มาตรฐาน เป็นไปตามความพอใจหรือไม่พอใจของผู้ประเมิน
4. ค่านิยมมีจำนวนความเชื่อเดียวกับพฤติกรรมที่ตนปรารถนา และเป้าหมายแห่ง

ชีวิตตามที่บุคคลเรียนรู้มา แต่เจตคติได้จากการเรียนรู้ทั้งทางตรงและทางอ้อม

5. ค่านิยมเป็นแกนกลางของบุคลิกภาพ ค่านิยมจึงกำหนดเจตคติและพฤติกรรม ดังนั้นเจตคติเป็นการแสดงออกซึ่งค่านิยม

6. ค่านิยมเป็นแนวคิดที่เป็นพลวัต (dynamics) มากกว่าเจตคติ

สุนทรีย์ โคมิน และสนิท สมักรการ (อ้างถึงในเนาวรัตน์ เพชรชู 2543: 40)

อธิบายทฤษฎีค่านิยมของโรคิช ไว้ว่า ค่านิยมเป็นตัวแปรหลักในการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ เพราะค่านิยมเป็นแกนกลางก่อให้เกิดพฤติกรรมด้านแรงจูงใจ เจตคติ ความสนใจ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในทุกสาขา ตามแนวคิดของโรคิช มี 5 ประการคือ

1. จำนวน “ค่านิยม” แต่ละคนจะมีอยู่ไม่มากนักและอยู่ในข่ายที่จะนับและศึกษาได้
2. ความแตกต่างของ “ค่านิยม” จะแสดงออกทางระดับ (degree)
3. ค่านิยมต่างๆ สามารถจะนำมาจัดรวมกันเข้าเป็นระบบค่านิยมได้ (value systems)
4. มนุษย์สามารถใช้ค่านิยมพื้นฐานในการสืบเสาะวัฒนธรรม สังคม และสถาบัน

สังคมต่าง ๆ จนถึงบุคลิกภาพได้ อาจถือได้ว่าเป็นบ่อเกิดของค่านิยมผลที่ตามมาคือ “ค่านิยม” ของมนุษย์จะแสดงออกทางเจตคติและพฤติกรรมของมนุษย์ทุกรูปแบบที่นักสังคมศาสตร์ศึกษาวิเคราะห์

ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา (อ้างถึงใน เนาวรัตน์ เพชรชู 2543: 25) สรุปทฤษฎีเกี่ยวกับค่านิยมไว้ดังนี้

1. ค่านิยมเกิดจากความปรารถนาของบุคคลที่จะปรับตัวให้เข้ากับความเป็นและความต้องการในสภาพชีวิตของเขา คือ เมื่อมีประสบการณ์หรือปัญหา เช่น ความขัดแย้งระหว่างตัวเขากับสิ่งแวดล้อมสิ่งที่เขาเห็นคุณค่า ย่อมเป็นสิ่งสนองความต้องการให้เหมาะสมกับประโยชน์ใช้สอย

2. ค่านิยมก่อให้เกิดแรงกระตุ้น (vitalimpulse) สร้างเป้าหมายความมุ่งหวังถึงสิ่งที่นิยมนบุคคลจึงเกิดความต้องการและความสนใจที่จะแสวงหาวิธีการและหนทางให้ได้สิ่งที่ต้องการ

3. การให้ค่านิยมเป็นพฤติกรรมที่สามารถศึกษาได้ด้วยวิธีการเชิงวิทยาศาสตร์ (scientific study) ในรูปของการสังเกต การวิเคราะห์ การทดสอบ การพิสูจน์

4. การทำความเข้าใจกับค่านิยมได้อย่างแท้จริงขึ้นอยู่กับความสามารถวิเคราะห์ถึงความต้องการในปัจจุบันของบุคคลและคาดคะเนว่าเขาจะได้รับความพึงพอใจในสถานการณ์ได้ด้วยวิธีใด ต้องมีการวิเคราะห์ประเมินใหม่

อี. สปรองเกอร์ (E. Spranger) นักปรัชญาชาวเยอรมัน (อ้างถึงใน <http://mail.kku.ac.th/ajsorat/value-content.html/>) ได้อธิบายจำแนกลักษณะค่านิยมที่สำคัญของมนุษย์ว่ามี 6 ประเภท โดยที่คนส่วนมากจะมีค่านิยมหนึ่งหรือสองประเภทที่เด่นกว่าประเภทอื่น ๆ

1. ค่านิยมทางทฤษฎีหรือวิชาการ (theoretical value) ได้แก่ ความนิยมศึกษาหาความรู้ ความจริง เหตุผล และการรวบรวม จัดระบบความรู้
2. ค่านิยมทางเศรษฐกิจ (economic value) เป็นค่านิยมที่ทำให้บุคคลแสวงหาประโยชน์ ทรัพย์สิน และความมั่นคง
3. ค่านิยมทางสุนทรียภาพ (aesthetic value) เกี่ยวข้องกับความชื่นชม ฟังพอใจในความงาม รูปแบบ และความเหมาะสมกลมกลืนในลักษณะต่าง ๆ
4. ค่านิยมทางสังคม (social value) ได้แก่ ความรักเพื่อนมนุษย์ ความต้องการช่วยเหลือ ทำประโยชน์ให้เพื่อนมนุษย์
5. ค่านิยมทางการเมือง (political value) คือ ความนิยมอำนาจอิทธิพลและชื่อเสียง
6. ค่านิยมทางศาสนา (religious value) ได้แก่ ความเชื่อ และความยึดถือในศาสนาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือสิ่งมุ่งหมายอันสูงสุดในจักรวาล

1.2 ความหมายของค่านิยม

โคลด์ คลุกคอน (1962: 189 อ้างใน ทศนิยม ทองสว่าง 2537: 61) ให้ความหมายของค่านิยมคือ ความปรารถนาต่าง ๆ ที่มีความต้องการ ซึ่งมีความรู้สึกว่าคุณต้องและเป็นความต้องการของเราเองหรือผู้อื่น ส่วนโทมัส ฟอร์ด ฮอลท์ (1969: 120) ให้ความหมายค่านิยมว่าเป็นสิ่งที่กลุ่มคนในสังคมหนึ่งเห็นว่าเป็นสิ่งที่มีค่าควรแก่การกระทำ น่ากระทำ น่ายกย่อง หรือเห็นว่าถูกต้อง ส่วนเฮนรี เพท แฟร์ชาลด์ (1972: 3) ให้ความหมายว่า ค่านิยมคือความเชื่อในความสามารถของสิ่งของสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งเป็นที่พึงพอใจตามที่พึงปรารถนาของคุณภาพของสิ่งนั้น ทำให้เป็นที่สนใจของบุคคลหรือกลุ่มคน ราชบัณฑิตยสถาน (อ้างถึงใน ณรงค์ เส็งประภา 2544: 66) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ค่านิยมเป็นแบบอย่างหรือที่พึงปรารถนา โดยสังคมถือว่ามีคุณค่าแบบอย่างพฤติกรรมนี้จะเกี่ยวข้องกับวัตถุหรือไม่ใช้วัตถุก็ได้ ค่านิยมในสังคมต่างๆจะผิดแผกกันไป ส่วนอานนท์ อาภาภิรมย์ (2519: 106 อ้างถึงใน http://mail.kku.ac.th/ajsorat/value_content.html.) ค่านิยมมีความหมายเกี่ยวพันกับวัฒนธรรมอย่างใกล้ชิด และค่านิยมบางอย่างได้กลายมาเป็นแกนของวัฒนธรรม ในการศึกษาเกี่ยวกับวัฒนธรรมในแต่ละยุคแต่ละสมัยของแต่ละท้องถิ่น จึงจำเป็นอย่างมากในการศึกษาค่านิยม ซึ่งจะดูได้จากพฤติกรรมของคนในสังคมในยุคนั้นๆ ส่วนพิมพา หิรัญกิตติ (อ้างถึงใน www.bu.rit.ac.th/public_html.) ค่านิยม หมายถึง ลักษณะด้านสังคม ซึ่งมีความเชื่อถือกันอย่างกว้างขวาง ซึ่งเป็นแนวทางในการพิจารณาพฤติกรรมที่เหมาะสม มีการยอมรับอย่างแพร่หลายจากสมาชิกของสังคมหรือหมายถึงความเชื่อถือของส่วนรวมซึ่งมีมานาน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อการมีชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นความรู้สึกเกี่ยวกับกิจกรรมความสัมพันธ์กัน หรือจุดมุ่งหมายซึ่งมีความสำคัญต่อลักษณะ หรือความเป็นอยู่ของชุมชน สิ่งที่คนในชุมชนเห็นว่าอะไรก็ตามที่ตนในสังคม

ส่วนใหญ่ชอบปรารถนาหรือต้องการให้เป็นในทางสังคมวิทยา (อ้างถึงใน จ้านง อติวัฒน์สิทธิ์ 2543) ค่านิยม (values) หมายถึง สิ่งที่คุณกลุ่มหนึ่งเห็นว่าอะไรก็ตามที่คนในสังคมส่วนใหญ่ปรารถนาที่ ต้องการให้เป็นหรือกลายเป็นสิ่งที่ตนถือว่า ต้องทำต้องปฏิบัติเป็นสิ่งที่คนบูชา ยกย่องและมี ความสุขที่จะเห็น ได้ฟัง ได้เป็นเจ้าของ ค่านิยมรวมเอาเป้าหมายที่เป็นรูปธรรม ได้แก่อยากมีอยากได้ สิ่งที่ดีว่าเป็นค่านิยมของสังคมหรือไม่มันต้องมีลักษณะ ดังนี้

1. เป็นสิ่งที่ยอมรับโดยสมาชิกอย่างกว้างขวาง
2. สมาชิกยึดถือค่านิยมนั้นมานาน
3. การยึดถือมันได้มีการทำอย่างแน่นแฟ้น
4. ฐานะทางสังคมของสมาชิกของกลุ่มเป็นที่ยอมรับ

1.3 ค่านิยมกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของคนไทย

ปัจจุบันคนไทยมีค่านิยมชอบใช้ของจากต่างประเทศของเลียนแบบต่างประเทศ โดยรับเอาวัฒนธรรมต่างประเทศเข้ามามาก โดยลึมนึกถึงความเสียหายที่จะเกิดขึ้น ค่านิยมถือเป็น ปัจจัยภายนอก ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดของบุคคล เป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ หรือเป็นตัวกำกับหรือควบคุมพฤติกรรมของบุคคลในสังคมนั้น ๆ ได้แก่ ค่านิยมความร่ำรวยและ นิยมใช้ของจากต่างประเทศ ชอบทำตัวเองเป็นคนร่ำรวย จึงส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคของ บุคคล คือ ชอบใช้ของแพง ๆ ชอบรับประทานอาหารนอกบ้าน เช่น โรงแรม ภัตตาคาร และร้านอาหารที่มีชื่อเสียง เครื่องดื่ม ชอบเหล้านอก ไวน์จากประเทศฝรั่งเศส เป็นต้น ซึ่งส่วนใหญ่เป็น กลุ่มวัยรุ่นที่นิยมใช้ของจากต่างประเทศ

ค่านิยมสุขภาพดี เป็นบุคคลที่รักษาสุขภาพของตนเองและครอบครัว เพื่อจะได้มี ชีวิตยาวนาน พวกนี้มักเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่า มีประโยชน์ต่อร่างกาย มักรับประทานอาหารในบ้านเพราะเน้นความสะอาด อาหารที่นิยมบริโภค ได้แก่ อาหารมังสวิรัต อาหารเสริม เช่น แบรินด สก็อต นมที่มีแคลเซียมเพื่อเสริมกระดูก นมพว่องมันเนย โยเกิร์ต วิตามินต่างๆ ค่านิยม แบบนี้ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยกลางคน

ค่านิยมรักสนุก ชอบสังสรรค์ในหมู่ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง นิยมบริโภคอาหารทุก ชนิด เช่นอาหารกับแก้ม อาหารทำเองหรือไปทานนอกบ้าน เครื่องดื่มทุกชนิด เช่น น้ำอัดลม ผลไม้ต่าง ๆ ขนมขบเคี้ยวต่าง ๆ ดื่มนมสุรา กาแฟ ค่านิยมแบบนี้ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยรุ่น

ค่านิยมบริโภคนิยม มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยไม่คำนึงถึงสุขภาพ ชอบรับประทานอาหารนอกบ้าน สรรหาร้านอาหารที่อร่อยไม่ว่าจะอยู่ใกล้หรือไกล ถ้าขึ้นชื่อในระดับเซลล์ ชวนชิม แม่ซ้อยนางรำ และไม่ลองไม่รู้ ซึ่งมีใบรับประกัน ชอบจะลองไปชิมดูว่าอร่อยสมชื่อหรือ เปล่า ชอบร้านอาหารที่สะอาด สะดวกสบาย นิยมบริโภคอาหารทุกชนิด ร้านอาหารดัง ๆ อาหาร

Fast Food KFC McDonald ร้านอาหารญี่ปุ่น Oishi ฟุจิ ร้านไอศกรีม Swensens ขนมขบเคี้ยวต่าง ๆ เครื่องดื่มทุกชนิด สุรายี่ห้อต่าง ๆ ค่านิยมแบบนี้ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยกลางคน

ค่านิยมต่อการดำรงชีวิตอย่างง่ายและประหยัด ไม่นิยมรับประทานอาหารนอกบ้าน ถ้าเป็นครอบครัวใหญ่ ส่วนมากจะทำอาหารรับประทานเอง ถ้าเป็นครอบครัวเล็กจะซื้ออาหารสำเร็จรูปมารับประทาน ถ้าเจ็บป่วยก็จะซื้อยามาทานเอง ไม่ก่อกวนนิสัยให้กับตนเองและครอบครัว นิยมบริโภคอาหารสำเร็จรูป ร้านอาหารที่ราคาไม่แพงริมทางเท้าในตลาด ค่านิยมแบบนี้จะดำรงชีวิตอย่างเรียบง่ายและประหยัด(พิมพ์ หิรัญกิตติ อ้างถึงใน [http://www.google.co.th/search?=?=gcache:pu4_xnzmwh8\]:www2.bu.ac.th/public_html...3/8/46](http://www.google.co.th/search?=?=gcache:pu4_xnzmwh8]:www2.bu.ac.th/public_html...3/8/46))

1.4 แนวคิดค่านิยมในชุมชนยึดถือเกี่ยวกับอาหาร

ค่านิยมเรื่องอาหารในระดับชุมชนและสังคม ประกอบด้วย

1. ทรัพยากรท้องถิ่น อาหารหลักที่ชุมชนบริโภคนั้นมาจากปัจจัยด้านท้องถิ่น ที่มีปริมาณพอเพียงและความสะดวกสบายที่จะผลิตเพื่อการบริโภคอาหารชนิดนั้น
2. ความต้องการในรสชาติ ความพอใจในรสชาติอาหารถ่ายทอดมาหลายชั่วอายุคน จนกลายเป็นค่านิยมประจำชุมชน ความนิยมในรสชาติอาหารที่เคยชิน จนไม่ยอมเปลี่ยนค่านิยมในอาหารโดยความพอใจในรสชาติ
3. ความต้องการสุขภาพ การเลือกบริโภคอาหารด้วยเหตุผลทางด้านสุขภาพ ขึ้นอยู่กับความรู้ที่บุคคลหรือชุมชนมีสรรพคุณของอาหาร ซึ่งสืบทอดกันมาตามประเพณีไม่มีการพิสูจน์ทางวิทยาศาสตร์ อาศัยประสบการณ์ของชีวิตที่สอดคล้อง เช่น ความเชื่อในเรื่องอาหารแสดงต่างๆ ซึ่งไม่ใช่การทดลองทางวิทยาศาสตร์ นอกจากนั้นความรู้ที่ได้ศึกษาจากโรงเรียนสมัยใหม่หรือติดตามรายงานการวิจัยทางการแพทย์หรือวิทยาศาสตร์ เรื่องประโยชน์และโทษของอาหาร ช่วยในการตัดสินใจในการเลือกบริโภค ตามความรู้ใหม่ที่มาแทนที่ตามกาลเวลา ซึ่งบุคคลในชุมชนเหล่านี้ จึงใช้ค่านิยม ด้านสุขภาพอนามัยเป็นเกณฑ์ตัดสินใจในการเลือกบริโภคอาหาร ตามความต้องการของสุขภาพร่างกายเป็นสำคัญ
4. ศักดิ์ศรีทางสังคม อาหารราคาแพงเป็นการแสดงศักดิ์ศรีทางสังคมของผู้บริโภค ผู้มีฐานะทางสังคม จึงนิยมอาหารราคาแพงจากต่างประเทศเพราะสามารถแยกตนเองจากคนสามัญทั่วไป ดังนั้นเมื่อคนมีอาชีพมีรายได้สูงขึ้นการดำรงชีวิตอาจเปลี่ยนไป โดยซื้ออาหารราคาแพง หรือบริโภคอาหารจากต่างประเทศ
5. การรักษาประเพณีและเอกลักษณ์ของสังคม เมื่อสังคมเปลี่ยนไปคนในเมืองจะไม่พิถีพิถันอาหารประจำชาติ เพราะชอบอาหารนานาชาติในชีวิตประจำวัน แต่ในสังคมที่ไม่ได้มีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตความเป็นอยู่มากนัก ประเพณีและวิธีการเกี่ยวกับอาหารยังเป็นส่วนหนึ่ง

ของชีวิตประจำวัน จึงเป็นการรักษาประเพณีและเอกลักษณ์ของสังคมตามปกติวิสัย แต่ในสังคมสมัยใหม่ การจัดเลี้ยงอาหารไทยสมัยก่อนจะจัดเฉพาะโอกาสพิเศษเท่านั้น (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช 2539: 177-185)

2. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

2.1 ทฤษฎีความต้องการ

มาสโลว์ กล่าวว่า ความต้องการขั้นพื้นฐาน ซึ่งเป็นมูลเหตุแห่งพฤติกรรมมนุษย์ โดยมีสมมติฐานดังนี้ (อรุณ รัชธรรม 2527: 66-77 อ้างถึงใน ประสิทธิ์ ทองอุ่น 2542: 121-123)

1. มนุษย์ทุกคนมีความต้องการและความต้องการพื้นฐานนี้จะมีอยู่ตลอดเวลาไม่มีที่สิ้นสุด
2. ความต้องการได้รับการสนองแล้วก็จะไม่เป็นแรงจูงใจสำหรับพฤติกรรมนั้นต่อไปอีก ความต้องการที่ยังไม่ได้รับการสนองเท่านั้นจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์
3. ความต้องการของมนุษย์จะมีลักษณะเป็นลำดับขั้น ตามลำดับความสำคัญต่ำไปหาสูง โดยเมื่อความต้องการต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว

มาสโลว์ได้จัดความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามความสำคัญออกเป็น 5 ขั้น ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการความปลอดภัย ความต้องการทางสังคม ความต้องการที่จะได้รับการยกย่อง และความต้องการความสำเร็จ

2.2 ความเชื่อ

ความเชื่อ หมายถึง ความคิดที่เป็นที่ยอมรับและยึดถือ ซึ่งอาจเป็นความคิดที่เป็นสากล หรือเป็นที่ยอมรับของคนบางกลุ่ม หรือเป็นความจริงทั้งมวลที่อยู่รอบตัวเรา ความเชื่อจะช่วยอธิบายและติดตามเรื่องราวต่างๆ ความเชื่อเป็นสิ่งที่พิสูจน์ได้ว่าผิดหรือถูก แต่คำนิยามนี้อาจพิสูจน์ด้วยวิธีวิทยาศาสตร์ได้ (จันทน์ อติวัฒน์สิทธิ์และคณะ 2545 : 30)

2.3 ทฤษฎีการเรียนรู้

ทฤษฎีของ Paolov ใหม่ (Neo-Pavlovian Theory) กล่าวว่า ผู้บริโภคเป็นผู้ถูกมองว่าเป็นผู้ค้นหาข้อมูล โดยใช้ความสัมพันธ์ระหว่างหลักเหตุผลและการรับรู้ระหว่างเหตุการณ์ต่างๆ เกี่ยวกับแนวคิดของเขา ซึ่งกำหนดตัวตนใหม่ของโลกต่อการวางเงื่อนไขการเรียนรู้จากการเปิดรับข่าวสารระหว่างเหตุการณ์กับสิ่งแวดล้อม

การเรียนรู้ของผู้บริโภค (Consumer Learning) เป็นกระบวนการซึ่งแต่ละบุคคลได้รับความรู้และประสบการณ์ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องในอนาคต (Sehifman and Kanuk, 1994: 201 อ้างถึงใน ศิริวรรณ เสรีรัตน์ 2538: 151: 155-156)

2.4 แนวคิดทฤษฎีทางด้านทัศนคติ

ทัศนคติ (Attitude) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่มีต่อสิ่งใด ๆ อันเกิดจากประสบการณ์หรือการเรียนรู้และเป็นแนวโน้มที่จะแสดงออกซึ่งพฤติกรรมในทางสนับสนุนหรือต่อต้านสิ่งนั้น ๆ

แนวคิดของเทรนดิส จำแนกองค์ประกอบของทัศนคติออกเป็น 3 ประการ

1. องค์ประกอบด้านความเข้าใจหรือความเชื่อ (Cognitive or Belief) หมายถึง ความรู้ แนวคิดหรือความเชื่อที่บุคคลมีต่อสิ่งต่างๆที่มีอยู่เดิม เมื่อผสมกับการรับรู้จากประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับจะทำให้เกิดความรู้สึกและภาพพจน์ต่อสิ่งเหล่านั้น ซึ่งเป็นตัวกำหนดลักษณะและทิศทางของทัศนคติของแต่ละบุคคล ซึ่งองค์ประกอบด้านความรู้ความเข้าใจนี้มีผลต่อพฤติกรรมผู้บริโภค

2. องค์ประกอบด้านความรู้สึก อารมณ์ ความชอบ (Affective or Emotion or Feeling Component) อารมณ์ ความรู้สึก ความชอบ ความไม่ชอบของบุคคล เป็นสิ่งกำหนดลักษณะและทิศทางของทัศนคติบุคคล

3. องค์ประกอบด้านพฤติกรรมหรือการกระทำ (Behavioral or Action Component) พฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นสิ่งที่บอกลักษณะและทิศทางของทัศนคติของบุคคลที่แสดงออกต่อสิ่งเร้านั้นอย่างชัดเจนแน่นอน

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเกิดทัศนคติ ประกอบด้วย

1. วัฒนธรรม (Culture) วัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อชีวิตของบุคคลทุกคน ตั้งแต่เกิดจนตายวัฒนธรรมของชาติต่างๆ โดยเริ่มจากครอบครัว โรงเรียน สถาบันต่างๆ ในสังคม ตลอดจนสื่อมวลชน ต่างมีอิทธิพลต่อการสร้างทัศนคติ

2. ครอบครัว (Family) เป็นแหล่งแรกในการอบรมบุคคลได้เรียนรู้ จึงมีอิทธิพลมากที่สุดในการสร้างทัศนคติ

3. กลุ่มเพื่อนหรือกลุ่มสังคม (Social Groups) เนื่องจากมนุษย์มีความต้องการการยอมรับจากกลุ่มหรือต้องการเพื่อน

4. บุคลิกภาพ (Personality) มีความสัมพันธ์ต่อทัศนคติของบุคคลมาก

5. การตลาดทางตรง (Direct Marketing) เป็นการส่งข่าวสารข้อมูลไปยังผู้บริโภคโดยตรง

ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ มี 2 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีแห่งความสอดคล้อง และ ทฤษฎีแห่งการขัดกันของความเชื่อ

ดังนั้นเมื่อเกิดการขัดกันขึ้นมา บุคคลจะพยายามลดความขัดกันหรือหาทาง ประนีประนอม โดยแก้ปัญหาจากการให้ความสำคัญต่อทัศนคติ หรือความเชื่ออันดับต้น ๆ ก่อน

2.5 ครอบครัวยุคใหม่

เป็นหน่วยสังคมแรกที่มีอิทธิพลต่อบุคคลในครอบครัวยุคใหม่ คือ บิดามารดาเป็นผู้อบรม สั่งสอนจึงถือว่ามีความใกล้ชิดกับลูก ครอบครัวยุคใหม่จึงเป็นตัวกำหนดค่านิยมพื้นฐานและพฤติกรรมอัน เป็นนิสัยของบุคคล ครอบครัวยุคใหม่มีหน้าที่พื้นฐาน 4 ประการ

1. ทำหน้าที่ในการเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวยุคใหม่ กินดี อยู่ดี
2. ทำหน้าที่เสริมสร้างขวัญ กำลังใจ คือ การแก้ไขปัญหา การดูแลและให้ความ อบอุ่นแก่สมาชิกในครอบครัวยุคใหม่
3. ทำหน้าที่วางรูปแบบการดำรงชีวิตที่เหมาะสม
4. ทำหน้าที่สร้างให้เกิดกระบวนการทางสังคม การขัดเกลาของสมาชิกใน ครอบครัวยุคใหม่ เพื่อเตรียมตัวให้สมาชิกเข้าสู่สังคม (เสรี วงษ์มณฑา 2542: 157-158)

2.6 พฤติกรรมวัยรุ่น

วัยรุ่น อายุระหว่าง 13-20 ปี ต้องมีการปรับตัวเข้ากับสิ่งใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม วัยรุ่นจึงมีความสับสนในการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับวัย (สุธา จันทร์เอม 2540: 50) ความต้องการของวัยรุ่น มักเกิดขึ้นอยู่กับค่านิยมที่แต่ละคนยึดถือ ค่านิยมในกลุ่มที่ตนเข้า ร่วมด้วย ค่านิยมอาจเปลี่ยนแปลงได้ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป (สุพัตรา สุภาพ 2543: 43)

2.7 ค่านิยมการบริโภคอาหาร

ค่านิยมการบริโภคอาหาร เป็นการให้ค่าของคนในสังคมต่อสิ่งนั้นๆ ในเรื่องอาหาร ค่านิยมมีอิทธิพลสูงต่อพฤติกรรมการบริโภค ถึงแม้จะมีการปฏิบัติสืบทอดกันมาจนกลายเป็น วัฒนธรรมแต่ก็สามารถเปลี่ยนแปลงหรือลดหย่อนในด้านความคิด ความเคร่งครัดของวัฒนธรรม นั้นได้ ทั้งนี้เพราะค่านิยมมาจากกระแสของสังคมและความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ตลอดจน รูปแบบการดำเนินชีวิตของคนในสังคม แต่ปัจจุบันพฤติกรรมการบริโภคบางอย่างเปลี่ยนไปโดย ง่าย เพียงเพราะคนบางกลุ่ม มีค่านิยมว่าเป็นเรื่องโก้หรู เป็นอาหารของคนมีระดับ จึงส่งผลต่อ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องได้ง่าย (วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์ 2541: 65)

ค่านิยมในเรื่องอาหาร อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามปัจจัยที่มาเปลี่ยนเงื่อนไขและ สภาพแวดล้อมของการดำรงชีวิต เมื่อเวลาผ่านไปต้องมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนามากขึ้น เมื่อคนมี

การศึกษาฐานะทางเศรษฐกิจดีขึ้นก็มักมีการเปลี่ยนแปลงประเภทของอาหารและการบริโภคให้สอดคล้องตามกันไปความจริงบุคคลแต่ละคนชอบอะไรไม่ชอบอะไรในรสชาติของอาหารที่ตนกินเป็นค่านิยมส่วนบุคคลแต่ถ้าคนในชุมชนหรือสังคมเดียวกันมีค่านิยมเกี่ยวกับอาหารต่างกันคงไม่มีอาหารท้องถิ่นหรืออาหารประจำชาติ

ดังนั้นค่านิยมร่วมกันในอาหารแบบใดแบบหนึ่งที่ชุมชนหรือสังคมบริโภคเป็นประจำจนทำให้คนกลุ่มอื่น สังคมอื่นสังเกตและรู้จักได้ ถือเป็นความเคยชินจนเป็นสิ่งธรรมดา

จากแนวคิดทฤษฎีดังกล่าว ส่งผลให้มนุษย์แต่ละคนมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันไปบนพื้นฐานค่านิยมหลักของสังคม ค่านิยมจึงมีความสำคัญมากต่อพฤติกรรมของบุคคล (ดำรงศักดิ์ชัยสนิท และ ก่อเกียรติ วิริยะกิจพัฒนา 2543: 63) ค่านิยมจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมและวิถีของการจัดรูปแบบความประพฤติของบุคคลในสังคมและเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของบุคคล (दनัย ไชยโยธา 2546: 17)

2.8 ขนบธรรมเนียม ประเพณี ศาสนา และความเชื่อต่าง ๆ

ส่วนขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่นเป็นการประพฤติปฏิบัติของคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งเป็นแบบแผนสืบเนื่องกันมาจนเป็นลักษณะเฉพาะของกลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมทางวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีจึงเป็นสิ่งที่คนไทยในจังหวัดปทุมธานียอมรับปฏิบัติกันสืบมาได้แก่การกินอยู่ (คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ, วัฒนธรรม พัฒนาประวัติศาสตร์และภูมิปัญญาในจังหวัดปทุมธานี 2544: 105) พบว่าเมื่อผู้บริโภคอยู่ในสังคมที่มีขนบธรรมเนียมประเพณีอื่นพฤติกรรมการบริโภคจะเปลี่ยนแปลงไปได้ เพื่อจะได้ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่สังคมนั้นได้กำหนดไว้เพื่อการยอมรับในสังคม ความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในปัจจุบัน โดยเปลี่ยนมาบริโภคอาหารที่ผ่านกระบวนการแปรรูปมากขึ้น ดังนั้น การแปรรูปอาหารจะต้องรักษาคุณค่าทางโภชนาการและให้มีความปลอดภัยสะดวกในการบริโภคมากขึ้นได้มีการเผยแพร่ความรู้และข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการในสื่อต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ สิ่งพิมพ์ ทำให้ได้รับความสนใจและอาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภค ปัจจุบันผู้บริโภคได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการที่อาจไม่ถูกต้องหรือคลาดเคลื่อน เนื่องจากเกิดช่องว่างระหว่างนักวิทยาศาสตร์ แพทย์ นักโภชนาการ นักสาธารณสุขกับผู้ผลิตสื่อต่างๆ ที่เข้าถึงประชาชน ทำให้ไม่สามารถส่งต่อความรู้หรือผลงานวิจัยที่มีประโยชน์ ที่มีข้อมูลที่ยากหรือซับซ้อนไปสู่ผู้บริโภคได้ เนื่องจากผู้บริโภคปัจจุบันต้องการความรู้หรือข้อมูลที่ต้องการเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของอาหารต่อสุขภาพ ต้องการบริโภคอาหารที่ปลอดภัยและมีประโยชน์ต่อสุขภาพ

อาหารบางชนิดได้รับการยอมรับให้เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพราะเชื่อว่ามีผลดี ต่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลบางกลุ่มความเชื่อเกี่ยวกับอาหารมีมากมาย ซึ่งความเชื่ออาจไม่ถูกต้องตาม

หลักโภชนาการ แต่เชื่อเพราะบอกต่อกันมาจากอิทธิพลของการโฆษณา หรือจากการสร้างกระแสคำนิยมคนไทยควรยึดกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่เกี่ยวกับประโยชน์ของข้าวกล้องแทนความเชื่อในอดีต หันมาบริโภคข้าวกล้องเพื่อสุขภาพ ในยุคของข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยีสารสนเทศ สื่อต่าง ๆ มีอิทธิพลมากต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคของคนไทย (อ้างอิงใน <http://www.swu.ac.th/royd/book5gscot.html>.)

ข้อมูลจากกรมการค้าภายใน ปี พ.ศ. 2544 แสดงว่า พืชผักสำคัญของตลาดในประเทศ มีเพียง 8 ชนิด ได้แก่ ผักบุ้ง กระเทียม กะหล่ำปลี ดอกกะหล่ำ ผักกาดขาว กวางตุ้ง พริกชี้หนู แดงกวา ผักพื้นเมืองกลับกลายเป็นของหายาก คนไทยต้องรับประทานพืชผักซ้ำ ๆ ซึ่งจะทำให้ได้รับสารอาหารไม่หลากหลาย ครบถ้วน นอกจากนั้นยังอาจได้รับสารพิษจากพืชผักอย่างเร่งรัด ปัญหาใหม่ด้านภาวะอาหารและโภชนาการที่ประเทศไทยกำลังเผชิญอยู่คือ ภาวะโภชนาการหรือโรคอ้วน ซึ่งเป็นสภาวะที่ร่างกายมีน้ำหนักตัวมากกว่าปกติ โดยมีการสะสมไขมันใต้ผิวหนัง ผลของโรคอ้วนทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจตีบ เส้นเลือดอุดตัน เป็นต้น

จากการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2538 พบว่าอัตราโรคอ้วนสูงสุดในกลุ่มอายุ 40-49 มีร้อยละ 40.2 มีอัตราสูงกว่ากลุ่มอื่น ร้อยละ 19.1 พบแนวโน้มว่าคนไทยนิยมบริโภคไขมันเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะคนในเขตเมืองบริโภคไขมันมากกว่าในเขตชนบท พฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนไปของคนไทย โดยเฉพาะการรับเอาวัฒนธรรมการบริโภคจากโลกตะวันตกบริโภคเนื้อมากกว่าผัก ความนิยมในอาหารจานด่วน เช่น ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ รวมทั้งขาดการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเพียงพอ อาจเป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาเนื่องจากอาหารเป็นเรื่องที่เกี่ยวพันกับพฤติกรรมของคนโดยใกล้ชิดทั้งในฐานะผู้ผลิต ผู้จำหน่ายและผู้บริโภค (วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ปีที่ 25 ฉบับที่ 1 ม.ค. – มี.ค. 2545 อ้างใน <http://www.anamai.moph.go.th/factsheet/academic/251/25108.html>)

2.9 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจุบันพฤติกรรมการบริโภคเปลี่ยนแปลงไป มีการบริโภคอาหารชนิดต่าง ๆ มากขึ้น ตามการคมนาคมสะดวกรวดเร็ว มีหม้อหุงข้าวไฟฟ้าหรืออาหารสำเร็จรูปจากข้าวขายอยู่ทั่วไป ทำให้คนตะวันตกนิยมบริโภคข้าวมากขึ้น แต่คนเอเชียกับนิยมบริโภคขนมปังและขนมอบต่าง ๆ อุตสาหกรรมแปรรูปอาหารมีบทบาทสำคัญ ทำให้มีผลิตภัณฑ์อาหารกระจายไปยังชุมชนต่าง ๆ มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภค พบว่า รายได้เพิ่มขึ้น มีแนวโน้มที่จะบริโภคเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์จากสัตว์ น้ำตาล และไขมันเพิ่มมากขึ้น ขณะที่การบริโภคธัญพืชที่ไม่ผ่านการขัดสีน้อยลง เช่น คนในเมืองใหญ่นิยมบริโภคข้าวที่ขัดสีขาวมากกว่าข้าวซ้อมมือหรือข้าวกล้อง ซึ่งจะ

สัมพันธ์กับการมีโรคภัยไข้เจ็บบางชนิดตามมามากขึ้น เช่น โรคอ้วน ไขมันในเลือดสูง เบาหวาน มะเร็ง ปัจจุบันจึงได้รณรงค์ให้มีการบริโภคข้าวกล้องแทนข้าวขาวมากขึ้น เพราะมีประโยชน์ต่อสุขภาพ ให้คาร์โบไฮเดรต วิตามิน เกลือแร่ และใยอาหาร (พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร <http://www.swu.ac.th/roya/book5/b5c6t1.html> 03/08/46)

2.10 การบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ

การบริโภคอาหารนอกจากคำนึงถึงการบริโภคอาหารให้ได้สารอาหารถูกต้องครบตามความต้องการของร่างกายจึงจะมีสุขภาพที่ดีแล้วสิ่งที่ต้องคำนึง คือ อาหารที่บริโภคนั้นควรสะอาดและอยู่ในสภาพที่เหมาะสม ไม่มีสารปนเปื้อน เชื้อจุลินทรีย์ หรือ พยาธิ ตลอดจนการเจือปนของสารเคมีต่างๆ ตลอดจนขั้นตอนการผลิต การปรุงและการจำหน่าย ก่อให้เกิดพิษต่างๆ ที่เป็นอันตรายต่อร่างกายผู้บริโภค ดังนั้น การกินอาหารที่ถูกต้องจึงมีความสำคัญมากต่อสุขภาพ

2.11 ข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย

- 2.11.1 เป็นปริมาณที่สามารถรักษาสภาวะโภชนาการที่ดี
- 2.11.2 เป็นปริมาณที่สามารถครอบคลุมความต้องการที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล
- 2.11.3 เป็นค่าที่ปลอดภัยเพราะเป็นปริมาณที่สูงกว่าความต้องการที่ต่ำสุด เพื่อจะได้ปริมาณที่เหลือพอสำหรับความต้องการที่มากในบางสภาวะ เช่น ความเครียด
- 2.11.4 เป็นปริมาณที่ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตได้ตามปกติและอวัยวะทำหน้าที่ตามปกติ

2.12 อาหารหลัก 5 หมู่

ประเทศไทยได้มีการแบ่งอาหารหลักของคนไทยตามสารอาหารและลักษณะของอาหารออกเป็น 5 หมู่ โดยรวมสารอาหารชนิดเดียวกันมาไว้ในหมู่เดียวกัน

อาหารหมู่ที่ 1 เนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วเมล็ดแห้งต่าง ๆ อาหารหมู่นี้ประกอบด้วยสารอาหาร โปรตีน วิตามินและเกลือแร่ต่าง ๆ มีประโยชน์ คือ ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง มีภูมิคุ้มกันโรคและช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอแก่ร่างกาย ในการจัดอาหารร่างกายควรได้รับอาหารหมู่นี้ประมาณร้อยละ 10-15 ของพลังงานที่ควรได้รับในแต่ละวัน

อาหารหมู่ที่ 2 ข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน อาหารหมู่นี้ประกอบด้วยสารอาหาร คาร์โบไฮเดรต ซึ่งเป็นแหล่งสำคัญในการให้พลังงานแก่ร่างกาย ในการจัดอาหารร่างกายควรได้รับอาหารหมู่นี้ประมาณร้อยละ 55 ของพลังงานที่ควรได้รับในแต่ละวัน

อาหารหมู่ที่ 3 ผักต่าง ๆ อาหารหมู่นี้ประกอบด้วยสารอาหารประเภท วิตามิน เกลือแร่ และน้ำ ซึ่งช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง อวัยวะต่าง ๆ ทำงานอย่างปกติ ร่างกายควรได้รับอาหารหมู่นี้ประมาณร้อยละ 5 ของพลังงานที่ควรได้รับในแต่ละวัน

อาหารหมู่ที่ 4 ผลไม้ต่างๆ อาหารหมู่นี้ประกอบด้วยสารอาหารประเภท วิตามินเกลือแร่และน้ำ ซึ่งทำให้ร่างกายแข็งแรง อวัยวะต่าง ๆ ทำงานอย่างปกติ ร่างกายควรได้รับอาหารหมู่นี้ประมาณร้อยละ 3 ของพลังงานที่ควรได้รับในแต่ละวัน

อาหารหมู่ที่ 5 ไขมันและน้ำมัน จากพืชและสัตว์ ประกอบด้วยสารอาหารประเภทไขมันทำหน้าที่ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกายและการทำงานของอวัยวะภายในร่างกายควรได้รับอาหารหมู่นี้ประมาณร้อยละ 10 ของพลังงานที่ได้รับแต่ละวัน

คนไทยบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ครบถ้วน ตามสัดส่วนเหมาะสมกับความ ต้องการของร่างกายเป็นประจำทุกวัน ก็จะได้รับสารอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ทำให้ร่างกายมีสุขภาพที่ดี (สิริพันธ์ จุลกรังคะ 2541 : 1-7)

2.13 การบริโภคปริมาณสารอาหารที่จำเป็นแก่ร่างกาย

โปรตีน เป็นสารอาหารที่มีความสำคัญต่อสุขภาพจำเป็นสำหรับการเจริญเติบโต และซ่อมสร้างร่างกาย นอกจากนั้นยังเป็นแหล่งพลังงาน การกินโปรตีนมากเกินไปจะถูกเปลี่ยนเป็นไขมันสะสมไว้ในร่างกายทำให้อ้วนได้เกิดจากการกินโปรตีนที่ไม่ถูกต้อง คือ กินโปรตีนจากสัตว์ที่มีไขมันสูงเข้าไปมากเกินไปจนความจำเป็นจึงทำให้ได้รับไขมันปริมาณสูงตามไปด้วย

คาร์โบไฮเดรต เป็นแหล่งพลังงานที่สำคัญ และเป็นสารอาหารที่จำเป็นต่อการใช้โปรตีนและไขมันของร่างกาย ดังนั้นควรกินคาร์โบไฮเดรตที่ได้จากธรรมชาติและควรหลีกเลี่ยงคาร์โบไฮเดรตชนิดดัดแปลง เช่น ขนม น้ำอัดลม เพราะร่างกายจะหลั่งอินซูลินออกมามากเพื่อจับน้ำตาลที่ล้นเกินในกระแสเลือดให้เข้าไปอยู่ในเซลล์ ของร่างกายจึงทำให้เกิดภาวะน้ำตาลต่ำกว่าปกติ คนที่กินหวานมากๆจึงทำให้อ้วนๆ เวียนศีรษะ และเป็นลมง่าย

ไขมัน มีหน้าที่ควบคุมสารอาหารที่เข้าออกเซลล์ เป็นสารอาหารที่ร่างกายสามารถเก็บไว้ได้ อาหารแบบตะวันตกมีไขมันสูงเกินความต้องการของร่างกาย ดังนั้นเราควรใส่ใจงดเว้นอาหารแบบตะวันตก แต่ควรกินอาหารที่ใกล้เคียงธรรมชาติพวกเมล็ดพืช ผลไม้เปลือกแข็ง และผักสดให้มากจะช่วยส่งเสริมสุขภาพ ควรหลีกเลี่ยงไขมันสัตว์ นมเนย มายองเนส ซึ่งมีกรดไขมันและโคเลสเตอรอล

น้ำ ร่างกายมีน้ำเป็นส่วนประกอบที่สำคัญ ทำหน้าที่นำพาสารอาหารไปยังส่วนต่างๆของร่างกาย ความต้องการน้ำของร่างกายประมาณ 6-8 แก้ว จึงควรดื่มน้ำที่สะอาดปราศจากเชื้อโรคและสารปนเปื้อน

วิตามิน เป็นส่วนประกอบของเอ็นไซม์ ในร่างกายจำเป็นต่อการทำงานของร่างกายหากขาดวิตามินจะทำให้เกิดโรคหลายชนิด วิตามินเป็นสารที่เกิดจากธรรมชาติที่มีอยู่ในอาหารทั้งพืชและสัตว์ ความต้องการวิตามินชนิดสมัยใหม่เต็มไปด้วยความเครียด ความเร่งรีบ

ความต้องการวิตามินเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและเพื่อป้องกันตนเองจากสารพิษต่างๆรอบตัว รวมทั้งสารปนเปื้อนในอาหารที่กินเข้าไป

เกลือแร่ เป็นส่วนประกอบของเนื้อเยื่อจำเป็นต่อการทำงานของระบบประสาท กล้ามเนื้อและฮอร์โมน ดังนั้นร่างกายจำเป็นจะต้องได้รับสารอาหารแต่ละชนิดให้เพียงกับความ ต้องการของร่างกายโดยได้รับจากอาหารที่บริโภคเป็นประจำทุกมื้อทุกวัน เพื่อป้องกันโรคขาดสารอาหารและได้รับสารอาหารเกินความต้องการของร่างกาย เช่นกัน

อาหารประเภทเส้นใย อาหารประเภทเส้นใยส่วนใหญ่ได้จากพืชไม่อาจย่อยได้หมดในลำไส้เล็กมีความจำเป็นต่อการทำงานของลำไส้และจำเป็นต่อเมตาบอลิซึมของสารอาหารหลายอย่าง อาหารเส้นใยจะเคลื่อนผ่านลำไส้ปล่อยสารอาหารออกมาและเก็บของเสียและสารพิษติดไป จึงมีผลต่อการป้องกันพิษไม่ให้เข้าสู่ร่างกาย อาหารที่มีเส้นใยน้อยจะทำให้เกิดโรคและอาการที่เกี่ยวข้องกับการย่อยและการขับถ่าย อาหารประเภทเส้นใยที่ดีที่สุดน่าจะเป็นรำข้าว เพราะมีเส้นใยเข้มข้นมากกว่าอาหารประเภทอื่น นอกจากนั้นยังช่วยดูดซับสารที่มีอยู่ในน้ำหรือสารละลายได้มากกว่าเส้นใยอื่น นอกจากนั้นควรบริโภคพืชผักผลไม้อื่นที่มีเส้นใยสูงที่มีในธรรมชาติให้มาก

2.14 อาหารและเครื่องดื่มที่ควรหลีกเลี่ยง

อาหารไขมันสูง เพราะเป็นอันตรายอย่างยิ่งต่อการไหลเวียนของหลอดเลือดทำให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ หลอดเลือดแดงแข็งตัว มะเร็ง และโรคอื่นๆมากกว่า 60 ชนิด

อาหารหวานจัด คนสมัยใหม่บริโภคน้ำตาลปริมาณมาก อาหารสำเร็จรูปมีน้ำตาลอยู่ถึงร้อยละ 82 ได้แก่ ช็อกโกแลต เยลลี่ ขนมอบกรอบ รวมถึงผลิตภัณฑ์ประเภทน้ำอัดลม การบริโภคน้ำตาลมากเกินไปจะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง กระสับกระส่าย โรคจิต โรคประสาท โรคกังวล โรคอ้วน แผลในกระเพาะ เป็นต้น

อาหารสำเร็จรูป อาหารเหล่านี้ถูกทำลายคุณค่าไปหมดแล้ว อาหารสำเร็จรูปส่วนใหญ่จึงประกอบด้วย น้ำตาล เกลือ ไขมัน และคาร์โบไฮเดรต ที่ถูกขัดสีจนผิดธรรมชาติ

กาแฟ มีคาเฟอีนเป็นส่วนผสม มีผลกระตุ้นประสาทส่วนกลางหากดื่มมากเกินไปจะทำให้หัวใจเต้นผิดจังหวะ ความดันเลือดสูง

ชา มีคาเฟอีนน้อยกว่ากาแฟ แต่ชามีแทนนิน ซึ่งจะขัดขวางการดูดซึมเกลือแร่และวิตามินการเติมน้ำมะนาวหรือนมลงไปจะช่วยลดแทนนินลงได้

โกโก้และช็อกโกแลต มีคาเฟอีนเป็นส่วนผสมเหมือนการกินกาแฟ

แอลกอฮอล์ มีผลต่อประสาทส่วนกลาง สมออง หัวใจ และอวัยวะอื่นๆ การดื่มแอลกอฮอล์ จะทำให้ร่างกายขาดวิตามินและเกลือแร่ ทำลายเซลล์สมอง ทำให้เซลล์สมองใช้น้ำตาลไม่ได้ ทำให้ตับเสื่อม เมื่อตับเสื่อมก็ไม่อาจขจัดสารพิษ ออกจากเลือดได้หมด

โซเดียม อาหารสำเร็จรูปและอาหารตามร้าน ปัจจุบันมีเกลือโซเดียมอยู่มากเกินกว่ามาตรฐาน 10-50 เท่า หากกินโซเดียมมากจะทำให้ความดันเลือดสูง นอกจากนี้ยังมีผลต่อประสาท ระบบน้ำเหลือง การไหลเวียนของเลือดและหัวใจ

ดังนั้น สุขภาพที่ดีขึ้นอยู่กับหลายสาเหตุ ได้แก่ การกินอาหาร สภาพแวดล้อม กรรมพันธุ์และวิถีชีวิต อาหารถูกสัดส่วนมีคุณค่า จึงมีความสำคัญต่อสุขภาพมาก จึงควรบริโภคอาหารหลายประเภท เพื่อให้ได้สารอาหารครบตามที่ร่างกายต้องการ กินอาหารใหม่สด โดยเฉพาะผักผลไม้ กินอาหารประเภทเส้นใยให้มากและควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอด้วย (ไพบูลย์ จาตุรปัญญา 2538: 24-26)

2.15 ความสำคัญของอาหารวัยรุ่น

2.15.1 กินอาหารให้ครบ 5 หมู่ วัยรุ่นควรกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ในปริมาณที่เพียงพอเพื่อให้ร่างกายได้สารอาหารต่าง ๆ ครบถ้วน

2.15.2 กินอาหารให้ครบ 3 มื้อ การที่วัยรุ่นได้รับอาหารวันละ 3 มื้อ จะทำให้อวัยวะได้ปริมาณสารอาหารต่าง ๆ ในปริมาณเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย

2.15.3 เด็กวัยรุ่นที่ต้องการควบคุมน้ำหนักควรกินอาหารทุกมื้อและถูกต้องตามหลักของโภชนาการ ควรจำกัดอาหารที่ให้พลังงานมากและให้ประโยชน์น้อย ได้แก่ น้ำหวาน น้ำอัดลม ลูกอม ทอฟฟี่ ช็อกโกแลต ขนมหวาน การกินอาหารเหล่านี้มาก ๆ จะทำให้เกิดโรคอ้วนและฟันผุ ควรจำกัดอาหารที่ให้ไขมันมากด้วย (อบเชย วงษ์ทอง 2546: 91)

2.16 พฤติกรรมการกินของวัยรุ่น

พฤติกรรมการกินของวัยรุ่น (Food Behavior of Adolescence) มีดังนี้

1. กินตามแฟชั่นนิยม อาหารที่นิยมมากในวัยรุ่น ได้แก่ อาหารฟาสต์ฟู้ด จากการสำรวจกลุ่มคนที่ใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่า นักศึกษาอายุ 15-20 ปีและ 21-25 ปี เข้าร้านอาหารประเภทนี้ร้อยละ 51 และ 58 ตามลำดับ จากการศึกษาคุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดของสถาบันวิจัยโภชนาการเมื่อคิดเฉลี่ยต่อ 100 กรัม พบว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดให้คุณค่าสารอาหารหลัก คือ พลังงาน 232 กิโลแคลอรี โปรตีน 10.9 กรัม คาร์โบไฮเดรต 23.4 กรัม ไขมัน 13.8 กรัม ส่วนโคเลสเตอรอล มีค่าเฉลี่ย 72 มิลลิกรัม

นอกจากอาหารฟาสต์ฟู้ดซึ่งเป็นที่นิยมในวัยรุ่นแล้ว อาหารสำเร็จรูปและอาหารจังก์ฟู้ดก็เข้ามาเปลี่ยนบริโภคนิสัยของวัยรุ่นไทยค่อนข้างมากและรวดเร็วจากการวิเคราะห์ปริมาณสารอาหารหลักในอาหารสำเร็จรูปของฝ่ายอาหารเคมี สถาบันวิจัยโภชนาการ พบว่า ก๋วยเตี๋ยวและบะหมี่สำเร็จรูป 100 กรัม มีโปรตีนเฉลี่ย 8.2 กรัม ไขมัน 12.3 กรัม คาร์โบไฮเดรต 51 กรัม นอกจากนี้ อาหารจังก์ฟู้ดประเภทขนมอบกรอบ 100 กรัม มีโปรตีน 9.5 กรัม ไขมัน 26.4 กรัม พลังงาน 502 กิโลแคลอรี ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่สูง

2. งดอาหารบางมื้อ กินอาหารไม่เป็นเวลา เด็กวัยรุ่นหญิงงดอาหารบางมื้อเพราะกลัวอ้วนเพราะถ้าปฏิบัติเป็นประจำจะทำให้เกิดภาวะบกพร่องทางโภชนาการ นอกจากนั้นเด็กวัยรุ่นกินอาหารไม่เป็นเวลาตามมื้ออาหาร มักกินอาหารตามใจตนเอง อาหารไม่ถูกใจไม่กิน หันไปกินอาหารถูกใจแต่ไม่มีประโยชน์ (อบเชย วงษ์ทอง 2540: 88-91)

2.17 ลักษณะอาหารพื้นบ้านของจังหวัดปทุมธานี

การกินอยู่โดยทั่วไปของคนในจังหวัดปทุมธานีมีลักษณะเหมือนกับจังหวัดอื่นในแถบภาคกลางคือ มีพืชผักผลไม้ ข้าวปลาอาหารสารพัด ความอุดมสมบูรณ์ของแม่น้ำลำคลอง ทำให้มีปลาชุกชุม จึงทำให้อาหารพื้นบ้านเป็นประเภทปลาเป็นส่วนใหญ่ ข้าวเป็นพืชเศรษฐกิจที่ปลูกมากที่สุด นอกจากนี้ยังมีพืชผักผลไม้ที่หารายได้ให้แก่ครอบครัวซึ่งคิดเป็นร้อยละ 54 ของเนื้อที่การเพาะปลูกทั้งสิ้น (คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ วัฒนธรรมพัฒนาการทางประวัติศาสตร์เอกลักษณ์และภูมิปัญญาจังหวัดปทุมธานี 2544: 105-162)

ลักษณะอาหารพื้นบ้านส่วนใหญ่เป็นประเภทปลา ได้แก่ ปลาข้าว ปลาเจ้า ปลาเค็ม ปลาช่อน เป็นต้น ส่วนอาหารของชาวไทยบางกลุ่มที่แตกต่างกันไป เช่น ชาวมอญ ในจังหวัดปทุมธานีจะมีลักษณะอาหารที่แตกต่างกันไปทั้งส่วนประกอบและรสชาติ ได้แก่ แกงส้มมะตาด แกงลูกมะสัน แกงส้มกระเจี๊ยบ แกงวุ้นเส้นใส่กะทิ และอาหารที่มีชื่อเสียงของจังหวัดปทุมธานี ได้แก่ ก๋วยเตี๋ยวเรือ

ความเชื่อเกี่ยวกับการป้องกันโรคและการบำรุงสุขภาพ โดยกินอาหาร หรืองดอาหารบางอย่าง

- เป็นโรคลำไส้ให้กินใบฝรั่ง
- ผลมะเกลือ หรือ เม็ดมะขามแก้วช่วยถ่ายพยาธิ
- กินผักบุงแล้วตาหวาน
- เป็นฝีห้ามกินไข่
- มีประจำเดือนห้ามกินน้ำมะพร้าว
- กินพริกจะทำให้สายตาสั้น
- เป็นกามโรค ห้ามกินหูลลาม ปลากระเบน สาเก

อาหารที่เป็นอาหารของชาวมอญที่คนไทยรู้จักกันดี คือ คะนอมจิน หมายถึง ขนมจีนข้าวแช่ ซึ่งมักนิยมทำรับประทานกันในเทศกาลสำคัญของชาวมอญ (สมัย สุทธิธรรม 2543: 32)

2.18 จากระายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย พ.ศ. 2538

เกี่ยวกับมื้ออาหารที่บริโภคร่วมกันและการบริโภคอาหารครบทุกหมู่ จำแนกตามภาคและเขตอาศัย จากตารางที่ 2.1 สถานที่ที่ครัวเรือนซื้ออาหารกึ่งสำเร็จรูป จำแนกตามภาคและเขตอาศัย จากตารางที่ 2.2 สถานที่ที่ครัวเรือนซื้ออาหารปรุงเสร็จ จำแนกตามเขตอาศัย จากตารางที่

2.3 ค่าใช้จ่ายอาหารนอกบ้านตามภาคและเขตอาศัย ดูจากตารางที่ 2.4 และค่าใช้จ่ายอาหารที่บริโภค
ในบ้านตามภาคและเขตอาศัย ดูจากตารางที่ 2.5

ตารางที่ 2.1 ร้อยละของมื้ออาหารที่บริโภคร่วมกันและการบริโภคอาหารครบทุกหมู่
จำแนกตามภาคและเขตอาศัย

ภาค / เขตอาศัย	จำนวนครัวเรือน	มือเช้า		มือกลางวัน		มือเย็น		มืออื่น ๆ		ใน 1 วันกินครบทุกหมู่
		มือเช้ากินอาหารด้วยกัน	ครบทุกหมู่	มือกลางวันกินอาหารด้วยกัน	ครบทุกหมู่	มือเย็นกินอาหารด้วยกัน	ครบทุกหมู่	มืออื่น ๆ กินอาหารด้วยกัน	ครบทุกหมู่	
ภาคกลาง	823	88.3	29.0	77.0	24.8	97.2	28.7	7.7	0.2	60.5
เขตเมือง	170	87.6	23.5	74.1	20.0	95.9	29.4	10.6	0.6	62.4
เขตชนบท	653	88.5	30.5	77.8	26.0	97.5	28.5	6.9	0.2	60.0

ที่มา: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของ
ประเทศไทย ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร 2538 : 70

ตารางที่ 2.2 ร้อยละของสถานที่ที่ครัวเรือน ซื้ออาหารถึงสำเร็จรูป จำแนกตามภาคและเขตอาศัย

ภาค/เขตอาศัย	จำนวนครัวเรือน	ร้านค้า	ตลาดสด	ซูเปอร์	พ่อค้าเร่
ภาคกลาง	793	50.6	30.9	4.7	4.4
เขตเมือง	160	30.0	50.0	6.3	2.5
เขตชนบท	633	55.8	26.1	4.3	4.9

ที่มา: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของ
ประเทศไทย ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร 2538 : 64

ตารางที่ 2.3 ร้อยละของสถานที่ที่ครัวเรือน ใช้อาหารปรุงเสร็จ จำแนกตามภาคและเขตอาศัย

ภาค/เขตอาศัย	จำนวนครัวเรือน	ร้านค้า	ตลาดสด	ซูเปอร์	พ่อค้าเร่
ภาคกลาง	787	31.9	28.8	2.2	4.7
เขตเมือง	162	25.9	51.9	3.7	3.0
เขตชนบท	625	33.4	23.0	1.8	5.1

ที่มา: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของ
ประเทศไทย ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร 2538 : 65

ตารางที่ 2.4 ร้อยละของครัวเรือน จำแนกตามร้อยละ ค่าใช้จ่ายอาหารนอกบ้านตามภาคและเขตอาศัย

ภาค/เขตอาศัย	จำนวนครัวเรือน	≤ 20%	21-40%	41-60%	61-80%
ภาคกลาง	822	79.2	12.4	8.2	0.2
เขตเมือง	170	72.9	20.2	7.1	0.0
เขตชนบท	652	80.8	10.4	8.4	0.3

ตารางที่ 2.5 ร้อยละของครัวเรือน จำแนกตามร้อยละ ค่าใช้จ่ายอาหารที่บริโภคในบ้าน ตามภาคและ
เขตอาศัย

ภาค/เขตอาศัย	จำนวนครัวเรือน	≤ 20%	21-40%	41-60%	61-80%
ภาคกลาง	822	0.4	2.3	21.4	75.9
เขตเมือง	170	0.6	2.4	30.0	67.1
เขตชนบท	652	0.3	2.3	19.9	78.2

ที่มา: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของ
ประเทศไทย ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร 2538 : 40-41

จากการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย พ.ศ. 2538 จำแนกตามภาค
และเขตอาศัย พบว่า

ตารางที่ 2.1 มีอาหารที่บริโภคพร้อมกันมากที่สุด คือ มีเย็น ส่วนการบริโภคอาหาร
ครบทุกหมู่ น้อยมากในทุกมี

ตารางที่ 2.2 สถานที่ที่ครัวเรือนซื้ออาหารกึ่งสำเร็จรูปมากที่สุด เขตเมือง ได้แก่ ตลาดสดเทศบาล เขตชนบท ได้แก่ ร้านค้า

ตารางที่ 2.3 สถานที่ที่ครัวเรือนซื้ออาหารปรุงเสร็จมากที่สุด เขตเมือง ได้แก่ ตลาดสดเขตชนบท ได้แก่ ร้านค้า

ตารางที่ 2.4 ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารนอกบ้าน พบว่า เขตชนบทค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารนอกบ้านน้อยกว่าเขตเมือง

ตารางที่ 2.5 ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารในบ้าน พบว่า เขตชนบท ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารในบ้านมากกว่าเขตเมือง

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สมศรี เพชรโชติ (2540: ก- ข) ได้ศึกษาเรื่อง ค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า

1. นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหงมีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจัดอยู่ในระดับสูง

2. เปรียบเทียบค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

2.1 นักเรียนที่อาศัยอยู่กับผู้ปกครองแตกต่างกันมีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารด้านสุขนิสัยในการรับประทานอาหารแตกต่างกัน

2.2 นักเรียนที่ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของผู้ปกครอง จำนวนสมาชิกในครอบครัวต่างกันมีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

3. การหาความสัมพันธ์ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

3.1 ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารด้านสุขนิสัยในการรับประทานอาหารมีความสัมพันธ์กับผู้ปกครองที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยกันในปัจจุบันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์กับอาชีพของผู้ปกครองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 ค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารด้านการเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์ มีความสัมพันธ์กับอาชีพของผู้ปกครองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เนาวรัตน์ เพชรชู (2543) ได้ศึกษาเรื่อง ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเคหะชุมชนลาดกระบัง สังกัดสำนักงานเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร พบว่า

1. นักเรียนส่วนใหญ่มีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจัดอยู่ในระดับสูง

2. การเปรียบเทียบค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร พบว่า

2.1 นักเรียนที่มีเพศต่างกันมีค่านิยมด้านการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนหญิงมีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสูงกว่านักเรียนชาย

2.2 นักเรียนที่ผู้ปกครองมีรายได้ต่างกัน มีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารด้านการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 นักเรียนที่ผู้ปกครองมีระดับการศึกษา อาชีพ ต่างกันและจำนวนสมาชิกในครอบครัวต่างกัน มีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารทั้ง 5 ด้านไม่แตกต่างกัน

กุลวดี รัศมีวิจารณ์ (2539) ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟูดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร พบว่า

1. เพศมีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ประเภทของอาหาร ความบ่อยในการบริโภค เวลาที่ใช้ในการบริโภค ช่วยเวลาที่บริโภค เวลาที่ใช้ในการบริโภค สถานที่รับประทานและสถานที่จำหน่าย ฟาสต์ฟูด

2. รายได้มีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ประเภทอาหาร รูปแบบการบริโภค สถานที่รับประทาน

3. สภาพการอยู่อาศัยมีความสัมพันธ์กับช่วงเวลาที่บริโภค สถานที่รับประทาน

4. ขนาดของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมทางการตลาด พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมทางตลาดกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟูด ผลิตภัณฑ์มีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ประเภทของอาหารและค่าใช้จ่ายในการบริโภค สถานที่ มีความสัมพันธ์กับประเภทของอาหาร ช่วงเวลาที่บริโภคสถานที่จำหน่าย การส่งเสริมการจำหน่ายมีความสัมพันธ์กับแหล่งและประเภทของอาหาร

จารุวรรณ จันใส (2539) การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของครัวเรือนไทย พบว่าครัวเรือนในชนบทซึ่งเป็นกลุ่มครัวเรือน ส่วนใหญ่ที่มีรายได้น้อยที่สุด มีสัดส่วนการใช้จ่ายส่วนใหญ่ในการบริโภคข้าวและธัญพืชและรายการสินค้าอาหารอื่นๆสูงที่สุด โดยมีครัวเรือนในเขตสุขภาพและเทศบาล มีสัดส่วนการใช้จ่ายน้อยกว่าตามลำดับ ส่วนการคำนวณหาการตอบสนองของอุปสงค์ในการบริโภคอาหารต่อรายได้ครัวเรือน พบว่า ในหมวดสินค้าเนื้อสัตว์ ปลาและอาหารทะเล ผลไม้และผัก เขตเทศบาลมีความต้องการในการบริโภคต่อรายได้ที่สูงสุด ส่วนในหมวดนมและผลิตภัณฑ์นมและหมวดอื่น ๆ นอกจากอาหารนั้น เขตชนบทกลับมีความต้องการในการบริโภคต่อรายได้สูงสุดและเมื่อนำผลที่ได้ไปคาดการณ์แนวโน้มการตอบสนองของอุปสงค์ การบริโภคใน

อนาคตไปจนถึงปี พ.ศ. 2543 พบว่า เขตเทศบาลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ซึ่งเป็นภาคที่มีอัตราการเพิ่มรายได้เป็นอันดับหนึ่ง มีแนวโน้มการบริโภคอาหารทั้งหมดสูงที่สุดและสูงที่สุดในทุกหมวดสินค้าในทางกลับกันเขตชนบทในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีแนวโน้มความต้องการบริโภคนมและผลิตภัณฑ์นมสูงที่สุด

จิราพร กันทะธง (2544) ได้ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน พบว่า ลักษณะและการเลือกรับประทานอาหาร คือ อาหารหลัก 3 มื้อ นักเรียนส่วนใหญ่รับประทานอาหารเช้าบ้างวัน มื้อกลางวันและมื้อเย็นทุกวัน ประเภทอาหารที่เลือกรับประทานมื้อเช้า ได้แก่ เครื่องดื่มขนมปัง มื้อกลางวัน ได้แก่ ข้าวสวยกับกับข้าว อาหารจานเดียว มื้อเย็นเป็นข้าวและอาหารพื้นเมือง อาหารสมัยใหม่ที่ชอบรับประทาน ได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เฟรนฟรายด์ ไก่ทอด KFC บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป หมูกระทะ นมผสมไอศกรีม (มิลค์เชค) อาหารพื้นเมืองชอบรับประทานทุกประเภท ขนมขบเคี้ยว ชอบรับประทานทุกประเภท มูลเหตุจูงใจในการเลือกบริโภค คือ สถานที่จำหน่าย การโฆษณาทางวิทยุ โทรทัศน์ และจากการแนะนำของเพื่อน ปริมาณและความถี่ในการบริโภคแต่ละครั้ง ถ้าเป็นอาหารหลักปริมาณ 1 จานต่อครั้ง อาหารสมัยใหม่นิยมปีละ 8 – 10 ครั้ง นิัยการบริโภคอาหาร ใช้เวลาในการรับประทานอาหารแต่ละมื้อประมาณ 6 – 10 นาที การตัดสินใจเลือกรับประทานอาหาร เลือกตามความชอบของตนเองมากที่สุด มีการรับประทานอาหารระหว่างมื้อเป็นบางวัน ประเภทที่เลือกรับประทาน คือ ผลไม้ วิธีการปรุงอาหารที่ชอบมาก คือ การทอด ชอบรสชาติเปรี้ยว สีสีนของอาหารตามธรรมชาติ และชอบทดลองรับประทานอาหารแปลกใหม่ อาหารทุกชนิดจะต้องนำมาปรุงให้สุกก่อนรับประทาน เลือกรับประทานอาหารที่ไม่ทำให้อ้วน มีประโยชน์ต่อร่างกาย

สุนิมาศ โนรี และ เพ็ญจิตร กาพนณี (2540: ข) ได้ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบไทยและแบบตะวันตกของนักเรียนในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีอายุเฉลี่ย 16 ปี น้ำหนัก 50 กิโลกรัม สูง 162 เซนติเมตร ได้รับค่าใช้จ่ายสัปดาห์ละ 162 บาท ส่วนมากประกอบอาหารเป็นครั้งคราว การซื้ออาหารจานด่วนจะซื้อในชุมชนละแวกใกล้ที่พัก ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบไทยและแบบตะวันตก พบว่า นักเรียนบริโภคอาหารแบบไทยมื้อเช้าเป็นข้าวต้ม ข้าวผัดต่าง ๆ ร้อยละ 37.5 มื้อกลางวันประเภทบะหมี่ ก๋วยเตี๋ยวและข้าวแกงต่าง ๆ ร้อยละ 47.2 มื้อเย็นประเภทข้าวราดแกง ข้าวเหนียว กับข้าวพื้นเมือง หมูทอด น้ำพริก ร้อยละ 34.8 อาหารระหว่างมื้อประเภทลูกชิ้นปิ้งทอดร้อยละ 36.1 และนักเรียนส่วนใหญ่นิยมรับประทานอาหารจานด่วนแบบตะวันตกในมื้อเช้า ประเภทขนมปังทาเนยแยม แซนวิชไส้ต่าง ๆ ร้อยละ 32.4 มื้อกลางวันประเภท ไก่ทอด มันฝรั่งทอด ร้อยละ 42.1 มื้อเย็นประเภท มักโรนี หรือ สปาเก็ตตี้ น้ำผัด ร้อยละ 32.4 อาหารระหว่างมื้อประเภท ขนมปังไส้ต่าง ๆ

ได้กรอกทอด ร้อยละ 37.3 การรับประทานอาหารในแต่ละมื้อจะเป็นอาหารจานด่วนแบบไทย รับประทานมื้อละ 1 จาน และอาหารจานด่วนแบบตะวันตกมื้อละ 2 ชิ้น ส่วนมากนิยมไปร้านอาหารในวันหยุด เสาร์-อาทิตย์ ในช่วงเวลา 11.00-13.00 น. ค่าใช้จ่ายมื้อละ 20-50 บาท ใช้เวลารับประทานครั้งละ 21.30 นาที โดยส่วนมากไปรับประทานอาหารที่ร้านกับเพื่อน

สาเหตุที่ไปรับประทานอาหารที่ร้าน ได้แก่ ร้านมีอาหารให้เลือกหลากหลาย อาหารต้องการมีคุณค่าและราคาที่เหมาะสม มีรสชาติ สี สันของอาหารน่ารับประทาน สถานที่ตั้งร้านไปมาสะดวก มีบริการรวดเร็วทันใจ มีป้ายราคาติดไว้ชัดเจน เพื่อนฝูงชักจูงและแนะนำร้าน ทางร้านมีวัสดุ อุปกรณ์และตกแต่งสวยงาม เป็นสถานที่ที่เหมาะสมกับการนัดพบ มีภาพถ่ายของอาหารภายในร้านชวนให้น่ารับประทาน

สุนีย์ โยคะกุล (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ผลการวิจัยพบว่า นิสิตมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภค 17.1% ได้แก่ความรู้เกี่ยวกับอาหาร ที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค ความรู้ที่อยู่ในระดับต้องปรับปรุง เป็นความรู้ที่เกี่ยวกับหมวดสารอาหารที่ให้โปรตีน วิตามิน เกลือแร่ ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยส่วนรวมนิสิตมีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้ (71.9%) พฤติกรรมที่ดีของนิสิต เช่น การดื่มนมทุกวันเป็นประจำ การล้างผักผลไม้ก่อนการรับประทาน การรับประทานอาหารเช้าตรงตามเวลา สำหรับพฤติกรรมที่ต้องปรับปรุงเป็นเรื่องเกี่ยวกับสุขวิทยาส่วนบุคคล วิธีการรับประทานอาหารและการเลือกรับประทานอาหาร ได้แก่ การใช้แก้วน้ำร่วมกัน รับประทานอาหารโดยไม่ใช้ช้อนกลาง การรับประทานอาหารไม่ตรงเวลา การไม่รับประทานอาหารเช้า ดื่มน้ำอัดลม และการได้รับสารอาหาร โดยไม่คำนึงถึงสารอาหาร 5 หมู่

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต พบว่า ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ($r = .156$) นอกจากนี้ยังพบว่า ลักษณะทั่วไปในการรับประทานอาหารของครอบครัวนิสิตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ($r = .398$)

อัมพวัลย์ วิสวธีรานนท์ (2541) ได้ศึกษาเรื่องวิถีชีวิตของคนรุ่นใหม่: ศึกษากรณีพฤติกรรม การบริโภคอาหารของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ลักษณะส่วนบุคคลนักเรียนเพศชายและเพศหญิงมีอัตราใกล้เคียงกัน มีวิถีการดำเนินชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร คือในด้านบทบาทของผู้จัดเตรียมอาหารส่วนใหญ่เป็นแม่ รองลงมาปรุงด้วยตนเอง การเตรียมอาหารมีการคำนึงถึงหลักโภชนาการเพียงร้อยละ 55.5 ด้านการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่ในวันธรรมดาจะบริโภคอาหารร่วมกันเพียงวันละ 1 มื้อ วันหยุดจะบริโภคอาหารมื้อเย็นร่วมกันมากที่สุด หากจะไปบริโภคอาหารนอกบ้านก็จะไปเฉพาะโอกาสพิเศษหรือสัปดาห์ละครั้ง

การดำเนินชีวิตในสถาบันการศึกษา พบว่า 2 ใน 3 ของจำนวนทั้งหมดจะเลือกบริโภคอาหารประเภทจานเดียว และบริโภคอาหารว่างที่โรงเรียนด้วย ซึ่งอาหารว่างส่วนใหญ่จะเป็นขนมหวาน ขนมบรรจุถุงสำเร็จรูป หรือน้ำอัดลม บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารที่โรงเรียนได้แก่ เพื่อน หรือ ไม่ก็เลือกด้วยตนเองมากที่สุด วิธีการดำเนินชีวิตในสังคม พบว่า นักเรียนวัยรุ่นส่วนใหญ่จะใช้เวลาว่างอยู่บ้าน ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ หรือเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มากกว่าออกไปนอกบ้าน โทรทัศน์เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนวัยรุ่นในการบริโภคอาหารมากที่สุด นักเรียนวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมถูกหลักโภชนาการอยู่ในระดับต่างกันและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่ อายุ รายได้ สถานที่ศึกษา และระดับการศึกษา เป็นลักษณะส่วนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยรวมของนักเรียนวัยรุ่น ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 วิธีการได้มาของอาหาร หลักการเตรียมอาหารของผู้เตรียมอาหารและความถี่ของการบริโภคอาหารร่วมกันของครอบครัวเป็นวิธีการดำเนินชีวิตในครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยรวมของนักเรียนวัยรุ่น ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การเลือกสถานที่บริโภคอาหาร หลักการเลือกบริโภคอาหารระหว่างการใช้เวลาว่าง เป็นวิธีการดำเนินชีวิตในสังคม ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยรวมของนักเรียนวัยรุ่น ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การเลือกข่าวสารจากโฆษณา เป็นปัจจัยเสริมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยรวมของนักเรียนวัยรุ่น ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

นิภา นิรุตติกุล (2541) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร พบว่า ร้านฟาสต์ฟู้ดที่ผู้บริโภคไปใช้บริการบ่อย ได้แก่ เคเอฟซี ประเภทอาหารฟาสต์ฟู้ดที่นิยมคือไก่ เครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมมากที่สุดได้แก่ น้ำอัดลม เหตุผลที่ไปใช้บริการเพราะต้องการใช้เป็นที่นัดพบ โดยไปใช้บริการสาขาที่อยู่ในศูนย์การค้าหรือห้างสรรพสินค้า ผู้บริโภคส่วนใหญ่จะใช้บริการประมาณ 3-4 ครั้งต่อเดือน ไปใช้บริการตั้งแต่เวลา 11.00-15.00 น. ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง การสั่งอาหารจะนิยมไปสั่งซื้อที่ร้านและนั่งรับประทานที่ร้าน ค่าอาหารโดยเฉลี่ยต่อคนครั้งละประมาณ 100 บาทหรือต่ำกว่า บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกร้านคือตัวเอง ส่วนปัจจัยทางการตลาดที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการ ได้แก่ รสชาติอาหารที่ถูกปาก ส่วนความคิดเห็นที่มีต่อการส่งเสริมการตลาด โดยเฉพาะคิดว่าการโฆษณาและการส่งเสริมการขายมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจมาใช้บริการมากขึ้นในระดับปานกลาง สำหรับแนวทางการดำเนินธุรกิจฟาสต์ฟู้ด ผู้ดำเนินธุรกิจต้องให้ความสำคัญกับรสชาติอาหารและความหลากหลายของอาหาร การตั้งราคาสามารถตั้งได้ในราคาสูง การขยายสาขาควรตั้งในศูนย์การค้า ห้างสรรพสินค้า หรือสถาบันการศึกษา โดยทำเป็นสาขาย่อย นอกจากนี้แล้วต้องปรับปรุงการโฆษณาและกิจกรรม การส่งเสริมการขายให้น่าสนใจขึ้น

ฉวีวรรณ แจ่มกิจ (2537) ได้ศึกษารูปแบบการบริโภคอาหารและคุณค่าของโภชนาการของอาหารวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบอาหารที่บริโภคในมื้อเช้าและมื้อกลางวันเหมือนกัน คือ นิยมบริโภคข้าวสวยกับกับข้าว 2 ชนิด มื้อเย็นบริโภคข้าวสวยกับกับข้าวมากกว่า 2 ชนิด อาหารว่างนิยมบริโภคเครื่องดื่ม ชนิดของอาหารมื้อเช้าและมื้อกลางวันที่บริโภคเหมือนกันคือ ข้าวสวยกับแกงและเนื้อสัตว์ทอดหรืออบ มื้อเย็นบริโภคข้าวสวยกับผัดผัก ผัดเผ็ด แกงจืด อาหารว่างบริโภคนมสด จำนวนมื้ออาหารที่วัยรุ่นบริโภคมากที่สุด คือ 3 มื้อ ได้แก่ มื้อเช้า มื้อกลางวันและมื้อเย็น วัยรุ่นบริโภคอาหารมื้อเช้า นอกบ้านและในบ้านเท่า ๆ กับบริโภคอาหารกลางวันนอกบ้านทั้งหมด บริโภคอาหารมื้อเย็นและอาหารว่างในบ้านเป็นส่วนใหญ่ คุณค่าทางโภชนาการของอาหารแต่ละชนิด คำนวณเป็นพลังงาน โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต และธาตุเหล็ก วัยรุ่นได้รับสารอาหารมื้อเย็นมากที่สุด

จากการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสรุปได้ว่านักเรียนนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร ค่านิยมการบริโภคอาหาร ขึ้นอยู่กับกับอาชีพของผู้ปกครอง รายได้และจำนวนสมาชิกในครอบครัว ส่วนปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับอาหาร สารอาหาร และมีพฤติกรรมที่ดีคือ การดื่มนมทุกวัน ล้างผักผลไม้ก่อนรับประทาน รับประทานอาหารตรงเวลา และในบางครั้งมีพฤติกรรมที่ต้องปรับปรุงเกี่ยวกับสุขวิทยาส่วนบุคคล ได้แก่ วิธีการรับประทานอาหารและการเลือกรับประทานอาหาร ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาค่านิยมการบริโภคอาหารและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี เพราะเป็นจังหวัดที่อยู่ติดกับกรุงเทพมหานคร และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และเพื่อศึกษาเกี่ยวกับ ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี” เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ในจังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2546 จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ วิทยาลัยเทคนิคปทุมธานี วิทยาลัยเทคนิคชัยบุรี โรงเรียนเทคโนโลยีปทุมธานี และโรงเรียนเทคโนโลยีแหลมทอง รวมจำนวนประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 5,050 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง การวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างจากประชากรจำนวน 371 คน โดยกำหนดให้มีระดับความเชื่อมั่น 95% และให้ค่าความคลาดเคลื่อนไม่เกิน 5% ($\alpha = .05$) ขนาดของกลุ่มตัวอย่างคำนวณได้ดังนี้

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

n = จำนวนตัวอย่าง
N = จำนวนประชากร
e = ค่าความคลาดเคลื่อน

แทนค่า

$$n = \frac{5,050}{1 + (5,050)(0.05)^2} = 371$$

1.3 วิธีการสุ่มตัวอย่าง วิธีการสุ่มตัวอย่างเป็นแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) โดยมีระดับการแบ่งดังนี้ ระดับที่ 1 แบ่งตามระดับสถาบัน 4 แห่ง ระดับที่ 2 แบ่งตามระดับชั้น ระดับที่ 3 แบ่งแบบเจาะจง ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างแต่ละชั้นภูมิ จากสถาบันการศึกษาทั้ง 4 แห่งดังนี้

แทนค่า	$n_1 = \frac{nN_1}{N}$
n_1	= จำนวนตัวอย่างในแต่ละระดับสถาบัน
N	= จำนวนประชากร
n	= จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
N_1	= จำนวนประชากรในแต่ละชั้นภูมิ

ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างของแต่ละชั้นภูมิ ตามตาราง 3.1

ตารางที่ 3.1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสถานศึกษาและระดับชั้น

สถานศึกษา	ประชากร				กลุ่มตัวอย่าง			
	ปวช.1	ปวช.2	ปวช.3	รวม	ปวช.1	ปวช.2	ปวช.3	รวม
วิทยาลัยเทคนิคปทุมธานี	950	760	620	2,340	70	56	46	172
วิทยาลัยเทคนิคชัยบุรี	220	180	150	550	16	13	11	40
โรงเรียนเทคโนโลยีปทุมธานี	650	579	521	1,750	48	43	38	129
โรงเรียนเทคโนโลยีแหลมทอง	155	135	130	410	11	10	9	30
รวม	1,975	1,654	1,421	5,050	145	122	104	371

จากตารางที่ 3.1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ขั้นตอนที่ 1 ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จากนักเรียนซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัดสถาบันอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี จำนวน 4 แห่ง ซึ่งประกอบด้วยวิทยาลัยเทคนิคปทุมธานี วิทยาลัยเทคนิคชัยบุรี โรงเรียนเทคโนโลยีปทุมธานี และโรงเรียนเทคโนโลยีแหลมทอง ขั้นตอนที่ 2 ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ โดยได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละระดับชั้นภูมิจากจำนวนนักเรียนระดับชั้น ปวช.1 ปวช.2 ปวช.3 ตามจำนวนที่กำหนดได้ในแต่ละชั้นภูมิของแต่ละสถาบันแล้วแทนค่า ขั้นตอนที่ 3 ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจาก

จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละระดับชั้นแล้วนำมาแยกแผนก ซึ่งประกอบด้วย แผนกช่างอุตสาหกรรม แผนกพาณิชยกรรม และแผนกคหกรรม ของแต่ละระดับชั้น ตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ส่วนดังนี้
ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพ รายได้ สถานะของผู้ปกครองที่อาศัยอยู่ด้วย จำนวนสมาชิกในครอบครัว ผู้กำหนดรายการอาหารของครอบครัว ลักษณะของแบบสอบถามเป็นตรวจรายการ (check list) และแบบปลายเปิด จำนวน 18 ข้อ

ส่วนที่ 2 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ประกอบด้วย ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scales) จำนวน 40 ข้อ

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ได้แก่ การรับประทานอาหารหลัก 5 หมู่ การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การรับประทานจนเป็นนิสัยแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scales) จำนวน 32 ข้อ

ส่วนที่ 4 ความคิดเห็นอื่นๆ ได้แก่ เจตคติ ค่านิยม ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบปลายเปิด จำนวน 3 ข้อ

3. การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

การสร้างเครื่องมือในการศึกษานี้ ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร วารสาร

3.1 ศึกษาแนวคิดทฤษฎี เอกสาร วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ ค่านิยมการบริโภคอาหารของสังคมไทย และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

3.2 สร้างแบบสอบถามเพื่อสำรวจหาข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา

3.3 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับด้านอาหารและโภชนาการ ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้านจิตวิทยาวัยรุ่น และด้านสุขภาพอนามัยวัยรุ่น จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วย

นายสง่า ดามาพงษ์ นักวิชาการสาธารณสุข ระดับ 9 กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร)

นางนพรัตน์ พลิตากุล นักวิชาการสาธารณสุข ระดับ 8 สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (ด้านอนามัยเด็กวัยเรียนและเยาวชน)

นางสาววิไลลักษณ์ ศรีสุระ นักวิชาการสาธารณสุข ระดับ 7 กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (ด้านอาหารและโภชนาการ)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นุชลี อุปภัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ด้านจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล

นางสาวอภัสรา กวีวังโส อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาอาหารและโภชนาการ สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล

3.4 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (try out) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงแบบสอบถามให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยทดลองใช้กับนักเรียน วิทยาลัยการอาชีพไทรน้อยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 10 ของขนาดกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา(alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ดำเนินการเป็นขั้นตอน ดังต่อไปนี้

4.1 ขออนุญาตจากสำนักงานบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากสถานศึกษา

4.2 ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลพร้อมกับแบบสอบถาม ไปขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลต่อผู้อำนวยการสถานศึกษาทั้ง 4 แห่งดังกล่าวข้างต้น

4.3 ดำเนินการใส่รหัสหมายเลขกำกับพร้อมกับแบบสอบถาม เพื่อความสะดวกในการติดตาม

4.4 ดำเนินการส่งแบบสอบถามไปยัง สถาบันการศึกษาทั้ง 4 แห่งด้วยตนเอง โดยจำแนกแบบสอบถามออกเป็นระดับชั้น และระดับแผนก ตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามที่ต้องการ

4.5 ทำการตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้กลับคืนมา และทวงถามแบบสอบถามที่ยังไม่ได้รับคืนมาด้วยตนเอง ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลกลับคืน 2 สัปดาห์

4.6 การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แจกแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามจำนวน 400 ฉบับ และเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนมาได้ทั้งหมดจำนวน 400 ฉบับ จาก

นั้นนำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ทั้งหมดจำนวน 371 ฉบับ ตามที่ต้องการ

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อรวบรวมและตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกฉบับแล้วนำแบบสอบถามลงรหัสและถ่ายทอจากแบบสอบถามลงในแบบฟอร์มลงรหัส (coding form) แล้วนำมาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป มีรายละเอียดต่อไปนี้

5.1 นำข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา การศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพ รายได้ สถานะของผู้ปกครองที่อาศัยอยู่ด้วย จำนวนสมาชิกในครอบครัวและผู้กำหนดรายการอาหารของครอบครัว นำมาหาความถี่ ค่าร้อยละ

5.2 ข้อมูลเกี่ยวกับค่านิยมในการบริโภคอาหารของครอบครัว ประกอบด้วย ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว จากมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scales) โดยนำมาหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

5.3 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนอาชีวศึกษา ได้แก่ การรับประทานอาหารหลัก 5 หมู่ การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การรับประทานอาหารจนเป็นนิสัย จากแบบมาตราส่วนประเมินค่า (rating scales) โดยนำมาหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

เกณฑ์การให้คะแนน ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนของแบบสอบถามส่วนที่ 2 และส่วนที่ 3 ดังนี้

แบบสอบถามส่วนที่ 2 ด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ได้แก่ ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ลักษณะด้านบวก	ลักษณะด้านลบ
4 คะแนนให้ความสำคัญมากที่สุด	4 คะแนนให้ความสำคัญน้อยที่สุด
3 คะแนนให้ความสำคัญมาก	3 คะแนนให้ความสำคัญน้อย
2 คะแนนให้ความสำคัญน้อย	2 คะแนนให้ความสำคัญมาก
1 คะแนนให้ความสำคัญน้อยที่สุด	1 คะแนนให้ความสำคัญมากที่สุด

แบบสอบถามส่วนที่ 3 ด้านพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ได้แก่ การรับประทานอาหารหลัก 5 หมู่ การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การรับประทานอาหาร จนเป็นนิสัยแบบสอบถามเป็นแบบ เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

พฤติกรรมด้านบวก	พฤติกรรมด้านลบ
4 คะแนนปฏิบัติมากที่สุด	4 คะแนนปฏิบัติน้อยที่สุด
3 คะแนนปฏิบัติมาก	3 คะแนนปฏิบัติน้อย
2 คะแนนปฏิบัติน้อย	2 คะแนนปฏิบัติมาก
1 คะแนนปฏิบัติน้อยที่สุด	1 คะแนนปฏิบัติมากที่สุด

ระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่อให้เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยที่คำนวณได้ในแต่ละรายการอยู่ในระดับใด ใช้การจัดช่วงระดับคะแนน โดยวิธีดังนี้

การจัดช่วงคะแนน	=	$\frac{\text{คะแนนสูงสุด}-\text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}}$
ช่วงคะแนน	=	$\frac{4-1}{4} = 0.75$

เกณฑ์กำหนดระดับคะแนนเฉลี่ยสำหรับคำตอบเหมาะสมในระดับมากที่สุดไปหา ระดับน้อยที่สุด มีดังนี้

ค่าเฉลี่ย	3.26 – 4.00	สำหรับคำตอบเหมาะสมในระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	2.51 – 3.25	สำหรับคำตอบเหมาะสมในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย	1.76 – 2.50	สำหรับคำตอบเหมาะสมในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย	1.00 – 1.75	สำหรับคำตอบเหมาะสมในระดับน้อยที่สุด

5.4 หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับ พฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียน สำหรับตัวแปรที่สามารถวัดออกมาเป็นตัวเลขหรือค่า ที่แน่นอน ใช้การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยวิเคราะห์ข้อมูล จากโปรแกรมสำเร็จรูป

5.5 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple liner regression) โดยหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนแล้วนำผลการวิเคราะห์มาเขียนเป็นสมการทำนาย

จากสมการ $\hat{Y} = a + b_1 x_1 + b_2 x_2 + b_3 x_3$

เมื่อ \hat{Y} = ค่า Y ที่พยากรณ์ได้จากสมการ

a = ค่าคงที่ (constant)

$b_1 x_1$ = ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรอิสระตัวที่ 1

$b_2 x_2$ = ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรอิสระตัวที่ 2

$b_3 x_3$ = ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรอิสระตัวที่ 3

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง “ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี” ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งออกเป็นขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
อาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว
กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

ตอนที่ 5 ผลการทดสอบหาอิทธิพลรายด้านของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว
ที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาใน
จังหวัดปทุมธานี

ตอนที่ 6 ข้อมูลด้านความคิดเห็นอื่นๆ เกี่ยวกับเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อ ในการบริโภค
อาหารของนักเรียน

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว

การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม ดังแสดงในตารางที่ 4.1 – 4.8

ตารางที่ 4.1 แสดงจำนวน ร้อยละ ของเพศ อายุ ศาสนาและค่าอาหารสำหรับตัวนักเรียนต่อวัน

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	154	41.5
หญิง	217	58.5
อายุ		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 15 ปี	5	1.4
16 – 17 ปี	235	63.3
18 – 19 ปี	129	34.8
20 ปีขึ้นไป	2	0.5
ศาสนา		
พุทธ	357	96.2
อิสลาม	8	2.2
คริสต์	6	1.6
ค่าอาหารสำหรับนักเรียนต่อวัน		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 30 บาท	33	8.90
31 – 50 บาท	151	40.7
51 – 70 บาท	107	28.8
71 บาทขึ้นไป	67	18.1
ไม่ได้รับค่าอาหาร	13	3.5

จากตาราง 4.1 พบว่า นักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง 217 คน คิดเป็นร้อยละ 58.5 มีอายุระหว่าง 16-17 ปี มีจำนวน 235 คน คิดเป็นร้อยละ 63.3 นับถือศาสนา พุทธ จำนวน 357 คน คิดเป็นร้อยละ 96.2 และค่าอาหารสำหรับนักเรียนต่อวัน วันละ 31-50 บาท จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 40.7

ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวน ร้อยละ ของผู้ที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่
นักเรียนอาศัยอยู่

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย		
อยู่คนเดียว	8	2.1
บิดา มารดา และพี่น้อง	184	49.6
บิดา มารดา เท่านั้น	46	12.4
บิดา มารดา พี่น้อง และญาติข้างบิดามารดา	78	21.0
บิดา มารดา และผู้อาศัย	11	3.0
บิดา มารดา พี่น้องและผู้อาศัย	11	3.0
ญาติ	33	8.9
จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่นักเรียนอาศัยอยู่		
อยู่คนเดียว	7	1.9
2 คน	58	15.6
3 – 4 คน	191	51.5
5 – 6 คน	96	25.9
มากกว่า 6 คนขึ้นไป	19	5.1
รวม	371	100.0

จากตาราง 4.2 พบว่า นักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดา มารดา และพี่น้อง จำนวน 184 คน คิดเป็นร้อยละ 49.6 จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่นักเรียนอาศัยอยู่มี 3-4 คน จำนวน 191 คน คิดเป็นร้อยละ 51.5

ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวน ร้อยละ ของอาชีพหลักของผู้นำครอบครัวที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพหลักของผู้นำครอบครัวที่นักเรียนอาศัยอยู่		
รับราชการ	47	12.7
รัฐวิสาหกิจ	6	1.6
พนักงานบริษัท	70	18.9
ค้าขาย	82	22.1
เกษตรกรรวม	43	11.6
แม่บ้าน (รับจ้างอยู่กับบ้าน)	19	5.1
รับจ้างทั่วไป	167	45.0
แม่บ้าน (ไม่มีรายได้)	31	8.4
ไม่แน่นอน	26	7.1
รวม	371	100.0

จากตารางที่ 4.3 พบว่า อาชีพหลักของผู้นำครอบครัวที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน 167 คน คิดเป็นร้อยละ 45

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวน ร้อยละ ของรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
รายได้ของครอบครัวต่อเดือน		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท	172	46.4
10,001 – 20,000 บาท	124	33.4
20,001 – 30,000 บาท	33	8.9
30,001 บาทขึ้นไป	20	5.4
ไม่แน่นอน	22	5.9
รวม	371	100.0

จากตาราง 4.4 พบว่า รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 46.4

ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวน ร้อยละ ของระดับการศึกษาของบิดาและมารดา

ข้อมูล	บิดา		มารดา	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่าชั้นประถมศึกษาปีที่ 4	13	3.5	15	4.0
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หรือเทียบเท่า	192	51.8	214	57.7
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 หรือเทียบเท่า	53	14.3	55	14.8
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหรือเทียบเท่า	38	10.3	32	8.6
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า	40	10.8	34	9.6
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	14	3.8	4	1.1
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	17	4.6	16	4.6
ปริญญาโทหรือเทียบเท่า	4	1.1	1	0.3
รวม	100	100.0	371	100.0

จากตาราง 4.5 พบว่า ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หรือเทียบเท่า จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 51.8 และระดับการศึกษาของมารดา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หรือเทียบเท่า จำนวน 214 คน คิดเป็นร้อยละ 57.7

ตารางที่ 4.6 แสดงจำนวน ร้อยละ ของผู้กำหนดรายการอาหารของครอบครัว ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับ
ค่าอาหารต่อวันของครอบครัว วันธรรมดานักเรียนซื้ออาหารรับประทานเอง วันหยุด
นักเรียนซื้ออาหารรับประทานเอง

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
ผู้กำหนดรายการอาหารของครอบครัว		
มารดา	258	69.6
บิดา	60	16.2
ผู้ปกครอง	42	11.3
นักเรียน	84	22.6
แม่ครัว	5	1.3
ต่างคนต่างซื้อ	31	8.4
ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับค่าอาหารต่อวันของครอบครัว		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 200 บาท	249	67.1
201 – 300 บาท	101	27.2
301 – 400 บาท	16	4.3
401 บาทขึ้นไป	5	1.3
วันธรรมดานักเรียนซื้ออาหารรับประทานเองวันละ		
1 มื้อ	109	29.4
2 มื้อ	193	52.0
3 มื้อ	54	14.6
มากกว่า 3 มื้อ	15	4.0
วันหยุดนักเรียนซื้ออาหารรับประทานเองวันละ		
ไม่ได้ซื้อ	113	30.5
1 มื้อ	112	30.2
2 มื้อ	67	18.1
3 มื้อ	79	21.3

จากตาราง 4.6 พบว่า ส่วนใหญ่ผู้กำหนดรายการอาหารของครอบครัว คือ มารดา จำนวน 258 คน คิดเป็นร้อยละ 69.6 ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารต่อวันของครอบครัว ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 200 บาท จำนวน 249 คน คิดเป็นร้อยละ 67.1 วันธรรมดานักเรียนซื้ออาหารรับประทานเองวันละ 2 มื้อ มี

จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 52 วันหยุดนักเรียนส่วนใหญ่ไม่ได้ซื้ออาหารรับประทานเอง เนื่องจากทำรับประทานเองที่บ้าน มีจำนวน 113 คิดเป็น ร้อยละ 30.5

ตารางที่ 4.7 แสดงจำนวน ร้อยละ ของสมาชิกในครอบครัวที่รับประทานอาหารร่วมกับนักเรียนเป็นประจำ

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
สมาชิกในครอบครัวที่รับประทานอาหารร่วมกับนักเรียนเป็นประจำ		
คนเดียว	21	5.7
บิดา	169	45.6
มารดา	234	63.1
พี่น้อง	229	61.8
ญาติ	40	10.8
สมาชิกในครอบครัวรับประทานร่วมกันวันละกี่มื้อ		
ไม่เคย	24	6.5
1 มื้อ	217	58.5
2 มื้อ	84	22.6
3 มื้อ	40	10.8
มากกว่า 3 มื้อ	6	1.6

จากตาราง 4.7 พบว่า ส่วนใหญ่สมาชิกในครอบครัวที่รับประทานอาหารร่วมกับนักเรียนเป็นประจำ คือ มารดา จำนวน 234 คนคิดเป็นร้อยละ 63.1 สมาชิกในครอบครัวรับประทานอาหารร่วมกันวันละ 1 มื้อ จำนวน 217 คน คิดเป็นร้อยละ 58.5

ตารางที่ 4.8 แสดงจำนวน ร้อยละ ของมือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานร่วมกันในวันธรรมดา และวันหยุด

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
มือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานร่วมกันในวันธรรมดา		
มือเช้า	53	14.3
มือกลางวัน	16	4.3
มือเย็น	331	89.4
ไม่เคย	20	5.4
มือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานร่วมกันในวันหยุด		
มือเช้า	171	46.1
มือกลางวัน	110	29.6
มือเย็น	303	81.7
ไม่เคย	24	6.5

จากตาราง 4.8 พบว่า ส่วนใหญ่ มือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานอาหารร่วมกันในวันธรรมดา คือ มือเย็น จำนวน 331 คน คิดเป็นร้อยละ 89.4 และมือที่สมาชิกในครอบครัวรับประทานร่วมกันในวันหยุด คือ มือเย็น จำนวน 303 คน คิดเป็นร้อยละ 81.7

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ผู้วิจัยนำเสนอในรูปแบบตาราง พร้อมคำบรรยาย ดังแสดงในตาราง 4.9 - 4.11

ตารางที่ 4.9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การแปลความหมายจำแนกตามลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว

ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว	X	S.D.	การแปลความหมาย
1. สมาชิกในครอบครัวมักปรุงอาหารให้สุกก่อนรับประทาน	3.67	.55	มากที่สุด
2. รายการอาหารส่วนใหญ่เป็นรายการอาหารไทย	3.37	.69	มากที่สุด
3. ครอบครัวประกอบอาหารรับประทานเองทุกวัน	3.23	.80	มาก
4. วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารในครอบครัว หาได้ง่ายในท้องถิ่น	3.22	.71	มาก
5. อาหารที่บริโภคจัดโดยคำนึงถึงความต้องการของสมาชิกในครอบครัว	3.05	.68	มาก
6. การจัดรายการอาหารของครอบครัวมักคำนึงถึงงบประมาณ	2.95	.75	มาก
7. มีกับข้าวหลายอย่างในแต่ละมื้อ	2.90	.62	มาก
8. สมาชิกในครอบครัวล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	2.85	.76	มาก
9. อาหารในแต่ละมื้อประกอบด้วยอาหารหลัก 5 หมู่	2.70	.68	มาก
10. กำหนดรายการอาหารไว้ก่อนล่วงหน้า	2.33	.82	น้อย
ลักษณะการบริโภคอาหารด้านบวก	3.02	.35	มาก
11. สมาชิกในครอบครัวมักบริโภคอาหารตามร้านอาหาร	3.22	.78	มาก
12. อาหารว่างของครอบครัวมักเป็นขนมหวาน	2.68	.87	มาก
13. รายการอาหารของครอบครัวมักเป็นอาหารรสจัด	2.47	.75	น้อย
ลักษณะการบริโภคอาหารด้านลบ	2.78	.49	มาก
โดยภาพรวม	2.97	.27	มาก

จากตาราง 4.9 พบว่า ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.97$) เมื่อพิจารณาตามลักษณะของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว พบว่า ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านบวก มีความเหมาะสมในระดับ

มาก ($\bar{x} = 3.02$) ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.78$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยพิจารณาค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย ได้แก่ สมาชิกในครอบครัวมักปรุงอาหารให้สุกก่อนรับประทาน มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 3.67$) รองลงมา รายการอาหารส่วนใหญ่เป็นอาหารไทย ($\bar{x} = 3.37$) มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ส่วนรายการที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ กำหนดรายการอาหารไว้ก่อนล่วงหน้า ($\bar{x} = 2.33$) มีความเหมาะสมในระดับน้อย

ตารางที่ 4.10 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค

ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
1. ผัก	3.31	.63	มากที่สุด
2. ผลไม้ตามฤดูกาล	3.25	.69	มาก
3. ปลา	3.08	.68	มาก
4. ดัมนม	2.44	.84	น้อย
5. อาหารรสจืด	2.21	.79	น้อย
6. ข้าวซ้อมมือ	1.97	.87	น้อย
ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านบวก	2.70	.39	มาก
7. อาหารสุก ๆ ดิบ ๆ	3.49	.67	มากที่สุด
8. อาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ขนมปัง โดนัท	3.34	.74	มากที่สุด
9. อาหารเค็มจัด	3.26	.74	มากที่สุด
10. อาหารหวานจัด	3.20	.75	มาก
11. ดัมประเภทแอลกอฮอล์	3.16	.84	มาก
12. อาหารปรุงเสร็จ หรืออาหารถุง	2.89	.88	มาก
13. เนื้อสัตว์ติดมัน	2.77	.81	มาก
14. อาหารเผ็ดจัด	2.75	.85	มาก
15. ดัมประเภทชา กาแฟ	2.54	.83	มาก
16. ดัมน้ำอัดลม	2.47	.86	น้อย
ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านลบ	2.98	.40	มาก
โดยภาพรวม	2.87	.27	มาก

จากตารางที่ 4.10 พบว่า ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.87$) เมื่อพิจารณาตามประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านบวก มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.70$) เนื่องจากบริโภคมากประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านลบมีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.98$) เนื่องจากบริโภคน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยพิจารณาค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ลำดับแรก สมาชิกในครอบครัวไม่นิยมบริโภคอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 3.49$) รองลงมา สมาชิกในครอบครัวไม่นิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ขนมปัง โดนัท มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 3.34$) ประเภทอาหารที่บริโภคน้อย ได้แก่ ข้าวซ้อมมือ ($\bar{x} = 1.97$) มีความเหมาะสมในระดับน้อย

ตารางที่ 4.11 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว

ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
1. กินผักบุ้ง ฟักทอง ทำให้ตาหวาน	3.15	.80	มาก
2. มะละกอสุกช่วยระบายท้อง	3.13	.72	มาก
3. คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ	2.90	.63	มาก
4. กินเผ็ดจัดทำให้สายตาสั้น	2.50	.78	น้อย
5. เมื่ออากาศเปลี่ยนควรกินแกงส้มดอกแค	2.24	.80	น้อย
6. เวลาเป็นแผลรับประทานไข่ได้	1.95	.90	น้อย
ความเชื่อในการบริโภคอาหารด้านบวก	2.64	.39	มาก
7. ข้าวกล้องเป็นอาหารของนักโทษหรือคนจน	3.32	.84	มากที่สุด
8. รับประทานอาหารร้านที่มีชื่อเสียง	3.25	.80	มาก
9. อาหารราคาแพงมักมีคุณค่าทางโภชนาการสูง	3.14	.90	มาก
10. อาหารมังสวิวัตช่วยรักษาโรค	2.32	.94	น้อย
11. พิซซ่า สเต็ก เป็นอาหารของคนมีระดับ	2.94	.99	มาก
ความเชื่อในการบริโภคอาหารด้านลบ	2.99	.57	มาก
โดยภาพรวม	2.80	.30	มาก

จากตารางที่ 4.11 พบว่า ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม มีความเชื่อในระดับมาก ($\bar{x} = 2.80$) เมื่อพิจารณาตามความเชื่อในการบริโภคอาหารด้านบวก มีความเชื่อในระดับมาก ($\bar{x} = 2.64$) ความเชื่อในการบริโภคอาหารด้านลบ มีความเชื่อในระดับ ($\bar{x} = 2.99$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ตามลำดับของค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ลำดับแรก ไม่เชื่อว่าข้าวกล้องเป็นอาหารของนักโทษหรือคนจน ($\bar{x} = 3.32$) มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด รองลงมา รับประทานอาหารร้านที่มีชื่อเสียงน้อย มีความเหมาะสมในระดับมาก ส่วนรายการที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ เวลาเป็นแผลรับประทานไข่ได้ ($\bar{x} = 1.95$) คือ มีความเชื่อว่าเวลาเป็นแผลไม่ควรรับประทานไข่

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี ดังแสดงในตารางที่ 4.12

ตารางที่ 4.12 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
1. รับประทานอาหารที่สุกใหม่ ๆ	3.36	.85	มากที่สุด
2. รับประทานอาหารผัก	3.26	.85	มากที่สุด
3. รับประทานผลไม้	3.08	.84	มาก
4. ดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว	2.94	.98	มาก
5. รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ	2.87	.93	มาก
6. ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	2.67	1.08	มาก
7. กินอาหารหลากหลายไม่ซ้ำซาก	2.65	.98	มาก
8. ดื่มนม	2.58	1.00	มาก
9. รับประทานอาหารโดยใช้ช้อนกลาง	2.57	1.11	มาก
10. รับประทานไข่	2.51	.95	มาก
11. รับประทานเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน	2.39	.93	น้อย
12. ดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำผลไม้	2.36	.98	น้อย

ตารางที่ 4.12 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบริโภคอาหาร	\bar{x}	S.D.	การแปลความหมาย
13. รับประทานอาหารทะเล	2.18	.87	น้อย
14. รับประทานอาหารถั่วเมล็ดแห้งต่าง ๆ	1.80	.89	น้อย
15. รับประทานอาหารข้าวซ้อมมือ	1.65	.98	น้อยที่สุด
พฤติกรรมกรบริโภคอาหารด้านบวก	2.59	.46	มาก
16. รับประทานอาหารราคาแพง	3.63	.70	มากที่สุด
17. รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.53	.74	มากที่สุด
18. รับประทานอาหารเค็มจัด	3.53	.81	มากที่สุด
19. รับประทานอาหารหวานจัด	3.40	.90	มากที่สุด
20. รับประทานอาหารตามคำโฆษณา	3.34	.81	มากที่สุด
21. รับประทานอาหารตามร้านอาหารในมือเย็น	3.26	.98	มากที่สุด
22. งดอาหารบางมื้อเพื่อลดน้ำหนัก	3.15	.99	มาก
23. รับประทานอาหารตามคำชักชวนของเพื่อน	3.13	.82	มาก
24. รับประทานอาหารเบเกอรี่ทุกชนิด	3.04	.90	มาก
25. ดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำชา กาแฟ	2.97	1.01	มาก
26. รับประทานอาหารกึ่งสำเร็จรูป	2.89	.94	มาก
27. รับประทานอาหารเสริมบำรุงร่างกาย	2.81	.96	มาก
28. รับประทานอาหารปิ้งย่าง	2.79	.82	มาก
29. รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา	2.56	1.02	มาก
30. ดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม	2.39	.99	น้อย
31. รับประทานอาหารประเภททอด	2.38	.81	น้อย
32. รับประทานอาหารขบเคี้ยว	2.32	.99	น้อย
พฤติกรรมกรบริโภคอาหารด้านลบ	3.00	.44	มาก
โดยภาพรวม	2.81	.24	มาก

จากตารางที่ 4.12 พบว่า พฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.81$) เมื่อพิจารณาพฤติกรรมกร

บริโภคอาหารด้านบวก มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 2.59$) เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านลบ มีการปฏิบัติน้อย จึงมีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 3.00$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จากมากไปหาน้อย ได้แก่ รับประทานอาหารราคาแพง ($\bar{x} = 3.63$) รับประทานอาหารเค็มจัดน้อย รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ($\bar{x} = 3.53$) มีการปฏิบัติน้อยที่สุด จึงมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบวกที่มีการปฏิบัติมากที่สุด ได้แก่ การรับประทานข้าวซ้อมมือ ($\bar{x} = 1.65$) จึงมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านลบที่มีการปฏิบัติมาก ได้แก่ การรับประทานอาหารขบเคี้ยว ($\bar{x} = 2.32$) การรับประทานอาหารประเภททอด ($\bar{x} = 2.38$) ดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม ($\bar{x} = 2.39$) มีความเหมาะสมในระดับน้อย

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี ดังแสดงในตารางที่ 4.13

ตารางที่ 4.13 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว	พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน		
	ด้านบวก	ด้านลบ	ภาพรวม
ภาพรวมลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว	.260**	.086	.310**
ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านบวก	.368**	-.075	.250**
ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ	-.233**	.388**	.168**
ภาพรวมประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค	.101	.318**	.393**
ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านบวก	.394**	-.185**	.167**
ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านลบ	-.120*	.455**	.330**
ภาพรวมความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว	.072	.149**	.206**
ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านบวก	.252**	-.106*	.119*
ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ	-.128*	.262**	.139**

** ค่าสหสัมพันธ์ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* ค่าสหสัมพันธ์ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวม พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .139 .262 มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .128

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression) ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ซึ่งประกอบด้วยตัวแปรอิสระ 3 ตัวแปร ได้แก่ ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี ดังตารางที่ 4.14

ตารางที่ 4.14 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

ตัวแปรทำนาย	R ²	B	Beta	SEB	t	Sig. t
ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค	.154	.557	.308	.094	5.903	.000
ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว	.026	.338	.153	.117	2.894	.001
ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว	.009	.239	.099	.119	2.020	.044
ค่าคงที่		43.828		.521	8.399	
ผลรวม	.189					

จากตารางที่ 4.14 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่า ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี คิดเป็นร้อยละ 18.9 ที่เหลือ $(100 - R^2)$ เป็นอิทธิพลจากสาเหตุอื่น โดยผู้วิจัยได้นำผลการวิเคราะห์มาเขียนเป็นสมการทำนาย ดังต่อไปนี้

สมการ
$$\hat{Y} = a + b_1 x_1 + b_2 x_2 + b_3 x_3$$

เมื่อ \hat{Y} = ค่าประมาณพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่พยากรณ์ได้จากสมการ
 a = ค่าคงที่ (constant)
 b_1 = ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณของประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค
 b_2 = ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณของลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว
 b_3 = ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณของความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว
 x_1 = ผลรวมคะแนนประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค
 x_2 = ผลรวมคะแนนลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว
 x_3 = ผลรวมคะแนนความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว

แทนค่า
$$\hat{Y} = 43.828 + .557 x_1 + .338 x_2 + .239 x_3$$

จากการคำนวณหมายความว่า ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่นำไปใช้พยากรณ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี โดยกำหนดตัวแปรอิสระที่คาดว่ามีความสัมพันธ์มาใช้ในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานีต่อไป

ส่วนที่ 6 ข้อมูลด้านความคิดเห็นอื่นๆ เกี่ยวกับเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อ ในการบริโภคอาหารของนักเรียน

ข้อมูลด้านความคิดเห็นอื่นๆ เกี่ยวกับเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อ ในการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี มีจำนวน 3 ข้อ ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยดังต่อไปนี้

ข้อ 1 การอบรมเลี้ยงดูทางครอบครัวมีบทบาทต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนหรือไม่ จากกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 371 คน พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วย มีจำนวน 258 คน คิดเป็นร้อยละ 69.5 เหตุผลเนื่องจากการอบรมเลี้ยงดูทางครอบครัวมีบทบาทต่อการอบรมสั่งสอนให้สมาชิกในครอบครัวบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ แนะนำให้กินข้าวทุกมื้อ ให้กินผัก ผลไม้ กินอาหารให้ครบ 5 หมู่ ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร ควรกินอาหารที่สะอาด ห้ามเสียดังขณะกินอาหาร คอยบอกว่าการกินอาหารชนิดใดควรกินและอาหารชนิดใดไม่ควรกิน เนื่องจากในครอบครัวประกอบด้วยผู้ใหญ่ ได้แก่ พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย ลุง ป้า น้า อา จะคอยดูแลเรื่องอาหารให้สมาชิกในครอบครัว โดยจะกินอาหารตามความเคยชิน บริโภคอาหารที่มีในท้องถิ่น ให้กินอาหารที่มีประโยชน์แก่ร่างกาย เพื่อให้ร่างกายเจริญเติบโตและสุขภาพแข็งแรง ไม่เป็นโรคภัยไข้เจ็บ

ส่วนไม่เห็นด้วย มีจำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 30.5 เหตุผลเนื่องจากผู้ตอบมีความคิดเห็นเป็นของตนเองว่า อยากกินอะไรก็กินได้ตามใจชอบ เนื่องจากสมาชิกในครอบครัวต่างคนต่างกินอาหารไม่พร้อมกัน ต่างคนต่างหากินเองหรือซื้ออาหารถุงมากินตามความพอใจหรือไปหาอาหารกินนอกบ้านตามร้านอาหาร โดยครอบครัวไม่มีกฎเกณฑ์ในเรื่องการกินอาหารว่าอาหารชนิดใดมีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์ เพราะมีอะไรก็กินได้ทั้งนั้น

ข้อ 2 ขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อของครอบครัว มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนหรือไม่

จากกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 371 คน พบว่าเห็นด้วย มีจำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 58.8 เหตุผลเนื่องจากเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีที่ถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษในเรื่องการกินอาหาร พอสรุปได้ดังนี้ กินอาหารที่เป็นมงคลจะดีแก่ร่างกาย ไม่ควรกินสัตว์ใหญ่ เพราะบาป ห้ามกินหมูเพราะเป็นข้อห้ามทางศาสนา นับถือเจ้าแม่กวนอิมไม่ควรกินเนื้อวัว เชื่อว่าต้องให้ผีกินก่อนจึงจะกินได้ นับถือผีอะไรก็ไม่กินอาหารชนิดนั้น ห้ามกินอาหารบางอย่างที่แสดงได้แก่ เวลาเป็นไขห้ามกินข้าวเหนียว ขนุน ละมุด เพราะแสดงจะทำให้ช็อกได้ เชื่อว่าเวลาเป็นแผลไม่ให้กินไข ข้าวเหนียว เพราะจะทำให้แผลหายยาก เชื่อว่ารับประทานอาหารวันพิเศษจะถือว่าโชคดี กินกับมากจะทำให้เป็นตานขโมย ผู้สูงอายุจะห้ามไม่ให้กินอาหารบางอย่าง ต้องทำตามความเชื่อของครอบครัว เป็นต้น

ส่วนไม่เห็นด้วย มีจำนวน 153 คิดเป็นร้อยละ 41.2 เหตุผลเนื่องจากศาสนาพุทธไม่มีข้อห้ามใด ๆ ในเรื่องการห้ามกินอาหาร เข้าใจหลักโภชนาการและคุณค่าของอาหารมากกว่าความเชื่อ การบริโภคอาหารไม่ได้ขึ้นอยู่กับขนบธรรมเนียมประเพณี ไม่เชื่อว่ากินแล้วจะเป็นอะไร ทางครอบครัวไม่เคยห้ามเรื่องการกินอาหาร แต่ละคนควรตัดสินใจด้วยตนเองไม่จำเป็นต้องเชื่อตาม

เป็นครอบครัวสมัยใหม่ไม่เชื่ออะไรมากนัก ความเชื่อบางอย่างไม่มีเหตุผลอันสมควร ควรบริโภคอาหารบางอย่างที่สะอาด มีประโยชน์มากกว่าความเชื่อ เป็นต้น

ข้อที่ 3 การศึกษามีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนหรือไม่

จากกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 371 คน พบว่าเห็นด้วย 309 คนคิดเป็นร้อยละ 83.3 เหตุผลเนื่องจากส่วนใหญ่มีความเห็นว่า การศึกษามีอิทธิพลต่อการบริโภคของมนุษย์ ร่างกายมนุษย์มีความต้องการอาหาร เพื่อนำไปใช้ประโยชน์แก่ร่างกาย เนื่องจากอาหารช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันโรคภัยไข้เจ็บได้เพราะอาหารแต่ละชนิดมีคุณค่าทางโภชนาการต่างกัน การมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการบริโภคอาหารสามารถทำให้นำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันได้รู้จักเลือกบริโภคอาหารตามชนิด ประเภท ความสะอาดของอาหาร จะมีผลดีต่อสุขภาพร่างกาย และหลีกเลี่ยงจากการบริโภคอาหารที่มีสารปนเปื้อน และสิ่งที่จะก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกายได้

ส่วนผู้ที่ไม่เห็นด้วย มีจำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 16.7 เหตุผลเนื่องจากมีความคิดว่า คนเรามีความชอบเรื่องอาหารต่างกัน จึงคิดว่าเราชอบอะไรก็ควรกินอย่างนั้น และมีอะไรก็กินได้ทั้งนั้น เนื่องจากไม่เคยสนใจเรื่องกิน เป็นต้น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี” ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย สรุปผลการวิจัย พร้อมทั้งอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1. สรุปผลการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อศึกษาค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

1.1.2 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี

1.1.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี

1.1.4 เพื่อศึกษาอิทธิพลของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี

1.2 วิธีดำเนินการวิจัย

1.2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตร วิชาชีพในจังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2546 จำนวน 5,050 คน

กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างจากประชากร โดยกำหนดให้มีระดับความเชื่อมั่น 95% ได้ค่าความคลาดเคลื่อนไม่เกิน 5% ($\alpha = .05$)

1.2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ส่วนที่ 1 ได้แก่ ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว ส่วนที่ 2 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของครอบครัว ส่วนที่ 4 ความคิดเห็นอื่น ๆ

1.2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขอนหนังสือจากสำนักบัณฑิตศึกษา เก็บรวบรวมข้อมูลจากสถานศึกษา ใส่งค์กำกับพร้อมแบบสอบถาม ตรวจสอบแบบสอบถามที่เก็บกลับคืนมา จำนวน 400 ฉบับ ตรวจสอบความสมบูรณ์ จำนวน 371 ฉบับ มีความสมบูรณ์

1.2.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์หาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ของแบบสอบถามส่วนที่ 1 หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแปลความหมาย ความเหมาะสม ของแบบสอบถามส่วนที่ 2 และส่วนที่ 3 และแบบสอบถามส่วนที่ 4 นำมาเรียบเรียงเป็นคำบรรยายข้อมูลที่ได้รับ

1.3 สรุปผลการวิจัย

1) ผลการวิจัยเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนและครอบครัว มีดังนี้

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 58.5 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 16-17 ปี นับถือศาสนาพุทธ ค่าอาหารสำหรับนักเรียนต่อวัน วันละ 31-50 บาท อาศัยอยู่กับบิดา มารดาและพี่น้อง มาจากครอบครัวที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3-4 คน อาชีพหลักของผู้นำครอบครัว คือ รับจ้างทั่วไป ครอบครัวมีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท บิดาและมารดามีระดับการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หรือเทียบเท่า

กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ตอบว่า ผู้กำหนดรายการอาหารของครอบครัว คือ มารดา ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารต่อวันของครอบครัว ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 200 บาท วันธรรมดา กลุ่มตัวอย่างซื้ออาหารรับประทานเองวันละ 2 มื้อ สำหรับในวันหยุดไม่ได้ซื้ออาหารรับประทาน เนื่องจากทำรับประทานเองที่บ้าน สมาชิกในครอบครัวที่รับประทานอาหารร่วมกันเป็นประจำคือ มารดา สมาชิกในครอบครัวรับประทานอาหารร่วมกันวันละ 1 มื้อ มื้อที่รับประทานร่วมกันในวันธรรมดา และวันหยุด ได้แก่ มื้อเย็น

2) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว มีดังนี้

พบว่า ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทั้งด้านบวกและด้านลบ มีความเหมาะสมในระดับมาก เช่นกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ได้แก่ สมาชิกมักปรุงอาหารให้สุกก่อนรับประทาน และรายการอาหารส่วนใหญ่เป็นอาหารไทย ส่วนลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ การกำหนดรายการอาหารไว้ก่อนล่วงหน้า และรายการอาหารของครอบครัวมักเป็นอาหารรสจัด

ประเภทอาหารที่ครอบครัวยินยอมรับโดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านบวกและด้านลบ มีความเหมาะสมในระดับมากเช่นกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเภทอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ได้แก่ อาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ขนมปัง โดนัท อาหารสุกๆ ดิบๆ อาหารเค็ม ส่วนประเภทอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ ข้าวซ้อมมือ อาหารรสจืด น้ำอัดลม

ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวโดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านบวกและด้านลบ มีความเหมาะสมในระดับมากเช่นกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความเชื่อในการบริโภคอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ได้แก่ ข้าวกล้องเป็นอาหารของนักโทษหรือคนจน ส่วนความเชื่อในการบริโภคอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ กินเผ็ดจัดทำให้สายตาสั้น เมื่ออากาศเปลี่ยนควรกินแกงส้มดอกแค เวลาเป็นแผลรับประทานไข่ได้ อาหารมังสวิรัตช่วยรักษาโรค

3) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี มีดังนี้

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โดยภาพรวม พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบวกและด้านลบ มีความเหมาะสมในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ได้แก่ รับประทานผัก รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด รับประทานตามคำโฆษณา รับประทานอาหารราคาแพง รับประทานอาหารเค็มจัด รับประทานอาหารหวานจัด รับประทานอาหารตามร้านอาหารในมือเย็น ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ รับประทานอาหารทะเล รับประทานเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน รับประทานถั่วเมล็ดแข็งต่าง ๆ คั้มเครื่องคั้มประเภทน้ำผลไม้ คั้มเครื่องคั้มประเภทน้ำอัดลม รับประทานอาหารประเภททอด ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีความเหมาะสมในระดับน้อยที่สุด ได้แก่ รับประทานข้าวซ้อมมือ

4) ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า ภาพรวมลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนด้านลบ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาพรวมของประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านบวก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านลบ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาพรวมของความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านบวก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาพรวมของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนด้านบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5) การวิเคราะห์หาอิทธิพลของค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression) โดยพิจารณาเลือกตัวแปรที่มีความสัมพันธ์สูงที่สุดกับตัวแปรตามเข้าไปในสมการ แล้วพิจารณาตัวแปรที่มีความสัมพันธ์สูงเป็นอันดับแรก พบว่า ตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ได้แก่ ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว จากการคำนวณพบว่า ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัว มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 18.9 ที่เหลือเป็นอิทธิพลจากสาเหตุอื่น โดยการแทนค่าจากสมการทำนาย เพื่อหาค่าประมาณพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ทำนายได้จากสมการ

6) ข้อมูลด้านความคิดเห็นอื่นๆ เกี่ยวกับเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อ ในการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี มีจำนวน 3 ข้อ ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

ข้อ 1 การอบรมเลี้ยงดูทางครอบครัวมีบทบาทต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วย มีจำนวน 258 คน คิดเป็นร้อยละ 69.5 เหตุผลเนื่องจากการ

อบรมเลี้ยงดูทางครอบครัว มีบทบาทต่อการอบรมสั่งสอนให้สมาชิกในครอบครัวบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ปราศจากสารปนเปื้อน กินอาหารให้ครบ 5 หมู่ เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวเจริญเติบโตมีสุขภาพที่แข็งแรง ปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บ

ส่วนไม่เห็นด้วยมีจำนวน 113 คนคิดเป็นร้อยละ 30.5 เหตุผลเนื่องจากสมาชิกในครอบครัวไม่มีการรับประทานอาหารร่วมกัน ไม่ได้มีการอบรมสั่งสอนให้สมาชิกในครอบครัวในเรื่องการรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ

ข้อ 2 ขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อของครอบครัว มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วย คิดเป็นร้อยละ 58.8 ความเชื่อและข้อห้ามต่าง ๆ ที่ถ่ายทอดกันมาหลายชั่วอายุคน

พบว่า ไม่เห็นด้วย คิดเป็นร้อยละ 41.2 เหตุผลเนื่องจากไม่เชื่อในข้อห้ามอยากลอง ตัดสินใจด้วยตนเอง ต้องการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์มากกว่าความเชื่อ

ข้อที่ 3 การศึกษามีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วย คิดเป็นร้อยละ 83.3 เหตุผลเนื่องจากร่างกายมนุษย์มีความต้องการอาหาร เพื่อนำไปใช้ประโยชน์แก่ร่างกาย เนื่องจากอาหารช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันโรคร้ายไข้เจ็บได้ เพราะอาหารแต่ละชนิดมีคุณค่าทางโภชนาการต่างกัน การมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการบริโภคอาหารสามารถทำให้เรานำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ รู้จักเลือกบริโภคอาหารตามชนิด ประเภท ความสะอาดของอาหารจะมีผลดีต่อสุขภาพร่างกายและหลีกเลี่ยงจากการบริโภคอาหารที่มีสารที่เป็นอันตรายแก่ร่างกาย

พบว่า ไม่เห็นด้วย ร้อยละ 16.7 เหตุผลเนื่องจากควรมีตัดสินใจด้วยตนเองได้ว่าอะไรควรบริโภค อะไรไม่ควรบริโภค

2. อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง “ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี” ผู้วิจัยขออภิปรายผล ดังต่อไปนี้

2.1 การอภิปรายผลวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี มีดังนี้

2.1.1 ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก พบว่า ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านบวก ส่วนใหญ่รายการอาหารของครอบครัว มักเป็นรายการอาหารไทย ประกอบอาหารรับประทานเองทุกวัน วัตถุประสงค์ที่ใช้ใน

การประกอบอาหารมักทำได้ง่ายในท้องถิ่น ครอบครัวมักปรุงอาหารให้ลูกก่อนรับประทาน มักมีกับข้าวหลายอย่างในแต่ละมื้อ อาหารในแต่ละมื้อประกอบด้วยอาหารหลัก 5 หมู่ อาหารที่บริโภคจัดโดยคำนึงถึงงบประมาณและความต้องการของสมาชิกในครอบครัว ล้างมือก่อนรับประทาน อาหาร ส่วนลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ ได้แก่ บริโภคอาหาร ตามร้านอาหารและขนมหวานน้อย ซึ่งสอดคล้องกับจิราพร กันทะรง (2544: 57 – 58) ที่พบว่า ลักษณะการบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นที่อาศัยอยู่กับครอบครัว จะเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงเองเป็นอาหารพื้นเมืองประกอบด้วยข้าว กับข้าว ซึ่งครอบครัวจะนิยมนำมารับประทานอาหารท้องถิ่นของตนเอง และสอดคล้องกับ สิริพันธุ์ จุลกรังคะ (2541: 1 – 7) ที่กล่าวว่า คนไทยควรได้รับอาหารครบ 5 หมู่ ในแต่ละมื้อตามความต้องการของร่างกายจะทำให้ร่างกายมีสุขภาพดีและสอดคล้องกับ พิมพา หิริญกิตติ (2546: 2) กล่าวว่า ค่านิยมในการบริโภคอาหารของคนไทย จะมีค่านิยมสุขภาพดี เพื่อให้มีชีวิตยืนยาว เลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่า มีประโยชน์แก่ร่างกาย ทำอาหารรับประทานเองในบ้าน เน้นความสะอาด ซึ่งสอดคล้องกับ เนาวรัตน์ เพชชู (2543: 26) พบว่า ค่านิยมการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ควรยึดถือปฏิบัติและเห็นความสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับ ไพบูลย์ จาตุรปัญญา (2538: 24 – 26) ไพบูลย์ จาตุรปัญญา (2538: 24-26) เสนอว่า สุขภาพที่ดีขึ้นอยู่กับหลายสาเหตุ ได้แก่ การกินอาหาร สภาพแวดล้อม กรรมพันธุ์ และวิถีชีวิต โดยบริโภคอาหารถูกสัดส่วนมีคุณค่า บริโภคอาหารหลายประเภท อาหารสดใหม่ โดยเฉพาะผักผลไม้และอาหารประเภทเส้นใยให้มาก เพื่อให้ได้สารอาหารตามที่ร่างกายต้องการ

ส่วนลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ การกำหนดรายการอาหารไว้ล่วงหน้า และรายการอาหารของครอบครัวมักเป็นอาหารรสจัด ซึ่งสอดคล้องกับพิมพา หิริญกิตติ (2546: 2) กล่าวว่าค่านิยมการบริโภคอาหารของคนไทย คือ ค่านิยมบริโภคโดยไม่คำนึงถึงสุขภาพ ชอบความสะดวกสบาย ชอบลองรับประทานอาหารทุกชนิด และสอดคล้องกับดำรงศักดิ์ ชัยสนธิ และ ก่อเกียรติ วิริยะกิจพัฒนา (2543: 63) กล่าวว่า ค่านิยมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมและรูปแบบในการดำเนินชีวิตของบุคคล

2.1.2 ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค โดยภาพรวม มีความเหมาะสมในระดับมาก พบว่า ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านบวก ส่วนใหญ่นิยมบริโภคพืชผักผลไม้ตามฤดูกาล ปลา ซึ่งสอดคล้องกับ คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ (2544: 105) ที่กล่าวว่า การกินอาหารโดยทั่วไปของคนในจังหวัดปทุมธานี มีลักษณะเหมือนกับจังหวัดอื่นในแถบภาคกลาง คือ พืชผักผลไม้ ข้าวปลาอาหาร เพราะความอุดมสมบูรณ์ของแม่น้ำลำคลอง อาหารพื้นบ้านเป็นประเภทปลาเป็นส่วนใหญ่ มีข้าวเป็นพืชเศรษฐกิจ มีผลไม้ตามฤดูกาล

ไว้รับประทาน และ สมัย สุทธิธรรม (2543: 32) กล่าวว่า อาหารพื้นบ้านของชาวจังหวัดปทุมธานี ส่วนใหญ่เป็นประเภทปลาร้า ปลาเจ่า ปลาเค็ม แกงส้ม

ส่วนประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคด้านลบ ได้แก่ ประเภทอาหาร ฟาสต์ฟู้ด อาหารเค็มจัด อาหารสุก ๆ ดิบ ๆ อาหารหวานจัด เค็มจัด อาหารปรุงเสร็จ เนื้อสัตว์ ไขมัน เครื่องดื่มประเภทกาแฟ แอลกอฮอล์ มักบริโภคน้อย ซึ่งสอดคล้องกับจากรูธรรม จันใส (2539) พบว่า ครอบครัวไทยในชนบทส่วนใหญ่มีรายได้ที่น้อยที่สุด มีสัดส่วนการใช้จ่ายส่วนใหญ่ในการบริโภคข้าว และธัญพืช และสอดคล้องกับ กุลวดี รัศมีวิจารณ์ (2539) พบว่ารายได้มีความสัมพันธ์กับแหล่งข้อมูล ประเภทของอาหาร รูปแบบการบริโภค สถานที่รับประทาน

ส่วนประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ การบริโภคข้าวซ้อมมือ การดื่มนม การบริโภคอาหารรสจืด และดื่มน้ำอัดลม ซึ่งสอดคล้องกับ นิภา นิรุติกุล (2541) พบว่า เครื่องดื่มที่ผู้บริโภคนิยมมากที่สุด ได้แก่ น้ำอัดลม และสอดคล้องกับกุลวดี รัศมีวิจารณ์ (2539) พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับประเภทของอาหาร

2.1.3 ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว โดยภาพรวม มีความเชื่อในระดับมาก เนื่องจากความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านบวกส่วนใหญ่ปฏิบัติตามราคาและผู้ปกครองของนักเรียน จะใช้วิธีการบอก เพื่อให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ได้แก่ รับประทานผักบุ้ง ฟักทอง ทำให้ตาหวาน รับประทานมะละกอสุกช่วยระบายท้อง ซึ่งสอดคล้องกับ คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ (2544: 105 – 162) กล่าวว่า ค่านิยมเกิดจากความอุดมสมบูรณ์ของท้องถิ่น ซึ่งมีพืชผักผลไม้ไม่มาก

ส่วนความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวด้านลบ ได้แก่ ข้าวกล้อง เป็นอาหารของนักโทษหรือคนจน พืชเช่าหรือสเด็กเป็นอาหารของคนมีระดับ รับประทานอาหารร้านที่มีชื่อเสียง อาหารราคาแพงมักมีคุณค่าทางโภชนาการสูง ผู้ตอบแบบสอบถามมีความเชื่อที่น้อย จึงมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุดถึงมาก ซึ่งสอดคล้องกับกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2540: 6-9) เกี่ยวกับประโยชน์ของข้าวกล้อง เนื่องจากการบริโภคข้าวกล้อง จะได้คุณค่าทางโภชนาการหลายอย่าง ได้แก่ ช่วยในการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย

ส่วนความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวที่มีความเหมาะสมในระดับน้อย ได้แก่ กินเผ็ดจัดทำให้สายตาสั้น ซึ่งความจริงอาหารเผ็ดจัดมักจะทำให้เยื่อตาต่าง ๆ ระคายเคือง โดยเฉพาะกระเพาะอาหาร และอาจทำให้กระเพาะอาหารเกิดการอักเสบได้ เมื่ออากาศเปลี่ยนแปลงกินแกงส้มดอกแค ทั้งนี้อาจเนื่องจากดอกแคมีวิตามินซีสูง ช่วยป้องกันโรคไข้หวัดได้ เวลาเป็นแผล รับประทานไข่ได้ เนื่องจากไข่มีสารอาหารประเภทโปรตีนสูงช่วยสร้างเนื้อเยื่อต่าง ๆ ให้แก่ร่างกายได้เร็วขึ้น อาหารมังสวิรัตช่วยรักษาโรค อาจเนื่องจากพืชผักส่วนใหญ่

แต่การบริโภคพืชผักผลไม้มีปริมาณไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกายจึงจำเป็นต้องได้รับสารอาหารอื่น เพื่อช่วยในการเติบโตไปพร้อม ๆ กัน โดยเฉพาะโปรตีนและไขมัน แต่ควรได้รับสารอาหารหลัก 5 หมู่ ในปริมาณที่สมดุลย์ ซึ่งสอดคล้องกับ สมัย สุทธิธรรม (2543: 32) กล่าวว่า ความเชื่อเกี่ยวกับการป้องกันโรคและการบำรุงสุขภาพ โดยกินอาหารหรือคอกอาหารบางอย่าง

2.2 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี มีดังนี้

2.2.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี โดยภาพรวม มีการปฏิบัติในระดับเหมาะสมมาก อาจเนื่องจาก พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนส่วนใหญ่ พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่สุกใหม่ มีการปฏิบัติมากที่สุด มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทผัก ผลไม้ ดื่มน้ำวันละ 6 – 8 แก้ว รับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ถูกต้องและเป็นการป้องกันไม่ให้อวัยวะเจ็บป่วย มีสุขภาพแข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับอบเชย วงษ์ทอง (2546: 91) ที่กล่าวว่า วัยรุ่นควรกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ กินให้ครบ 3 มื้อ และสอดคล้องกับ สิริพันธ์ จุลรังคะ (2541: 1-7) ที่กล่าวว่า คนไทยควรบริโภคอาหารทั้ง 5 หมู่ให้ครบถ้วน เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารตามความต้องการของร่างกาย ดื่มน้ำประมาณวันละ 6-8 แก้ว ควรดื่มน้ำที่สะอาดปราศจากเชื้อโรคและสารเจือปน และจากการวิจัยยังพบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีการปฏิบัติน้อยที่สุด ได้แก่ การรับประทานข้าวซ้อมมือ รับประทานอาหารเช้า รับประทานอาหารเช้าเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน รับประทานถั่วเมล็ดแห้งต่างๆ รับประทานน้ำผลไม้ ดื่มน้ำอัดลม รับประทานอาหารประเภททอด รับประทานอาหารขมเคี้ยว ซึ่งสอดคล้องกับ จารุวรรณ จันใส (2539) พบว่า การบริโภคอาหารต่อรายได้ในครัวเรือนในแต่ละวันคือ เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน อาหารทะเล ต่อรายได้ของประชาชนในเขตปริมณฑล

2.3 การอภิปรายผลความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี มีดังนี้

2.3.1 ลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อาจเนื่องมาจากครอบครัวเป็นแหล่งความรู้แห่งแรกของทุกคน มีอิทธิพลมากในการส่งเสริมพฤติกรรมต่างๆ ได้แก่ ลักษณะของการบริโภคอาหาร การประกอบอาหารรับประทานเองทุกวัน การจัดอาหารตามความต้องการของสมาชิกในครอบครัว จึงส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ครอบครัวยังเป็นตัวกำหนดค่านิยมพื้นฐาน และพฤติกรรมที่มีการปฏิบัติสืบทอดกันมา ซึ่งสอดคล้องกับ เสรี วงษ์มณฑา (2542: 149) ที่กล่าวว่า สังคมหน่วยแรกคือครอบครัว ที่ประกอบด้วย บิดามารดา ที่เป็นผู้อบรมสั่งสอน จึงนับได้ว่าครอบครัวเป็นตัวกำหนดค่านิยมพื้นฐานและพฤติกรรมอันเป็นนิสัยของบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับอัมพวัลย์ วิสวธีรานนท์

(2541) พบว่า บทบาทของผู้เตรียมอาหารส่วนใหญ่เป็นมารดา การเตรียมอาหารโดยคำนึงถึงหลักโภชนาการ และสอดคล้องกับ เนาวรัตน์ เพชชู (2543) พบว่า ค่านิยมการบริโภคอาหารของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และสอดคล้องกับ สมศรี เพชรโชติ (2540) ค่านิยมการบริโภคอาหารด้านสุขนิสัยมีความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2.3.2 ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อาจเนื่องมาจาก การที่ครอบครัวปลูกฝังให้นักเรียนรู้จักเลือกประเภทอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ เช่น นิยมบริโภคผักผลไม้ตามฤดูกาล และนิยมบริโภคปลา ให้ความรู้ให้นักเรียนรู้จักคุณค่าของอาหารแต่ละประเภทที่จะส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ และรู้จักเลือกอาหารที่จะรับประทาน ซึ่งสอดคล้องกับ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2539: 177) ที่กล่าวว่า การเลือกบริโภคอาหารขึ้นอยู่กับความรู้ที่บุคคลได้รับสืบทอดกันมา อาศัยประสบการณ์ของชีวิต การเรียนรู้ประโยชน์และโทษของอาหาร ช่วยในการตัดสินใจเลือกบริโภค และสอดคล้องกับ ดำรงศักดิ์ ชัยสนิท และ ก่อเกียรติ วิริยะกิจพัฒนา (2543: 63) ที่กล่าวว่า ค่านิยมในอาหารแบบใดแบบหนึ่งที่ชุมชนและสังคมบริโภคเป็นประจำจนทำให้กลายเป็นความเคยชิน ส่งผลให้มนุษย์แต่ละคนมีพฤติกรรมบนพื้นฐานค่านิยมหลักของสังคม

2.3.3 ความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อาจเนื่องมาจาก ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารมีมากมาย ซึ่งบางสิ่งอาจไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ครอบครัวจึงได้สร้างความเชื่อในการบริโภคอาหารที่ถูกหลัก เช่น การบริโภคอาหารต้องคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ รับประทานผลไม้จะได้รับวิตามินซี การปลูกฝังความเชื่อดังกล่าวจึงมีผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับ คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ วัฒนธรรม พัฒนาประวัติศาสตร์และภูมิปัญญาในจังหวัดปทุมธานี (2544: 105) ที่กล่าวว่า การกินอยู่เป็นลักษณะเฉพาะของกลุ่มขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมทางวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณี

2.4 ค่านิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลเป็นอันดับแรก คือ ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภค รองลงมาคือลักษณะการบริโภคอาหารของครอบครัว และความเชื่อในการบริโภคอาหารของครอบครัว อาจเนื่องมาจาก ครอบครัวคนไทยจะรับประทานอาหารประเภทข้าว ผัก ปลา ผลไม้ตามฤดูกาล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมศรี เพชรโชติ (2540: 34) ที่พบว่า ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล ได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ สุขนิสัยในการรับประทานอาหาร การเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์ และความเชื่อในการรับประทานอาหาร

2.5 ข้อมูลด้านความคิดเห็นอื่นๆ เกี่ยวกับเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อในการบริโภค

อาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดปทุมธานี มีจำนวน 3 ข้อ ผลการวิจัยพบว่า

ข้อ 1 การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว มีบทบาทต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนพบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ เสรี วงษ์มณฑา (2542: 157 – 158) ที่กล่าวว่า ครอบครัวมีหน้าที่พื้นฐาน คือ ทำหน้าที่ในการเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวให้กินดี อยู่ดี ทำหน้าที่สร้างขวัญกำลังใจ แก้ไขปัญหา ดูแลให้ความอบอุ่นแก่สมาชิกในครอบครัว ทำหน้าที่วางรูปแบบการดำรงชีวิตที่เหมาะสมและทำหน้าที่ขัดเกลาสมาชิกในครอบครัว เพื่อเตรียมตัวให้สมาชิกเข้าสู่สังคม และสอดคล้องกับ พิมพา หิรัญกิตติ (2546) กล่าวว่า ค่านิยมสุขภาพดี เป็นบุคคลที่รักษาสุขภาพของตนเองและครอบครัว เพื่อจะได้มีชีวิตยืนยาว โดยจะเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์แก่ร่างกาย มักรับประทานอาหารในบ้าน

ส่วนกลุ่มไม่เห็นด้วย เนื่องจากนักเรียนกลุ่มนี้มีความคิดเห็นเป็นของตนเอง ชอบทำตามใจตนเอง สอดคล้องกับ จิราพร กันทะธง (2544) พบว่าวัยรุ่น การตัดสินใจเลือกรับประทานอาหาร มักเลือกตามความชอบของตนเองมากที่สุด และสอดคล้องกับ สุณีมาศ โนรี และ เพ็ญจิตร กาพนณี (2540: 8) พบว่า ชอบไปรับประทานอาหารที่ร้าน เพราะรสชาติดีรสอร่อยของอาหารน่ารับประทาน มีอาหารให้เลือกหลากหลาย อาหารภายในร้าน ชวนให้น่ารับประทานและสอดคล้องกับ อัมพวัลย์ วิสวธีรานนท์ (2541) พบว่า บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร ได้แก่ เพื่อน หรือไม่ก็เลือกด้วยตนเองมากที่สุด

ข้อ 2 ขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อของครอบครัว มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ วัฒนธรรม พัฒนาประวัติศาสตร์ และภูมิปัญญาในจังหวัดปทุมธานี (2544: 105) กล่าวว่า ขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่น เป็นการประพฤติปฏิบัติของคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง จนเป็นลักษณะเฉพาะของกลุ่มนั้น อาหารบางชนิด ได้รับการยอมรับให้เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพราะเชื่อว่ามีผลดีต่อสุขภาพ ส่วนน้อยที่ไม่เห็นด้วย เนื่องจาก เชื่อในการตัดสินใจของตนเองมากกว่าความเชื่อ จึงสอดคล้องกับ จิราพร กันทะธง (2544) การตัดสินใจเลือกรับประทานอาหารตามความชอบของตนเองมากที่สุด โดยชอบรับประทานอาหารแปลกใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับ วิณะ วิระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์ (2541: 65) กล่าวว่า ค่านิยมการบริโภคอาหาร อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามสภาพแวดล้อม และเงื่อนไขในการดำรงชีวิต แต่ถ้าสังคมเดียวกัน มีค่านิยมต่างกันคงไม่มีอาหารท้องถิ่น หรืออาหารประจำชาติ

และยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่เห็นด้วย ให้เหตุผลว่า เนื่องจากศาสนาพุทธไม่มีข้อห้ามใด ๆ ในเรื่องการห้ามกินอาหาร เข้าใจหลักโภชนาการและคุณค่าของอาหารมากกว่าความ

เชื่อ การบริโภคอาหารไม่ได้ขึ้นอยู่กับขนบธรรมเนียมประเพณี และไม่เชื่อว่ากินแล้วจะเป็นอะไรทางครอบครัวไม่เคยห้ามเรื่องการกินอาหาร แต่ทุกคนควรตัดสินใจด้วยตนเองไม่จำเป็นต้องเชื่อตาม เป็นครอบครัวสมัยใหม่ไม่เชื่ออะไรมากนัก ความเชื่อบางอย่างไม่มีเหตุผลอันสมควร ควรบริโภคอาหารบางอย่างที่สะอาด มีประโยชน์มากกว่าความเชื่อ เป็นต้น

ข้อที่ 3 การศึกษามีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน ส่วนใหญ่เห็นด้วย เนื่องจากทฤษฎีการเรียนรู้ของ Paolov ใหม่ กล่าวว่าผู้บริโภคเป็นผู้ถูกมองว่าเป็นผู้ค้นหาข้อมูล โดยใช้เหตุและผลต่อเงื่อนไขสิ่งแวดล้อม การศึกษาทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ซึ่งสอดคล้องกับ สิริพันธ์ จุลรังษะ (2541: 1-7) กล่าวว่า การบริโภคอาหารควรคำนึงถึงความรู้ ความเข้าใจในหลักโภชนาการ เพื่อให้ได้สารอาหารถูกต้อง ครอบคลุมความต้องการของร่างกายไม่มีสารปนเปื้อนหรือเชื้อจุลินทรีย์ ตลอดจนการเจือปนสารเคมีต่าง ๆ ตามขั้นตอนการผลิต การปรุง และการจำหน่าย และสอดคล้องกับ ไพบุลย์ จาตุรปัญญา (2538: 24 - 26) กล่าวว่า สุขภาพที่ดีขึ้นอยู่กับหลายสาเหตุ ได้แก่ การกินอาหารถูกสัดส่วน มีคุณค่า มีความสำคัญต่อสุขภาพมาก

ส่วนน้อยไม่เห็นด้วย เนื่องจากไม่เห็นความสำคัญว่า การศึกษาและการบริโภคอาหารไม่เกี่ยวข้องกัน ปัญหาโภชนาการของประเทศไทย ส่วนใหญ่เกิดจากประชาชนขาดความรู้ความเข้าใจในการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ซึ่งสอดคล้องกับ วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม (2545) กล่าวว่า คนไทยนิยมบริโภคไขมันเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะคนในเขตเมืองบริโภคไขมันมากกว่าเขตชนบท รวมทั้งขาดการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเพียงพอ ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของปัญหา

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 จากผลการวิจัยจากตารางที่ 4.9 พบว่า ครอบครัวมีการกำหนดรายการอาหารไว้ล่วงหน้าน้อย และรายการอาหารของครอบครัวมักเป็นอาหารรสจัด ดังนั้น จึงควรณรงค์ให้ครอบครัวเห็นความสำคัญของการจัดรายการอาหารไว้ล่วงหน้า และควรให้สมาชิกในครอบครัวหันมาบริโภคอาหารรสจืดเพิ่มขึ้น เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพ

3.1.2 จากผลการวิจัยจากตารางที่ 4.10 พบว่า ประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมบริโภคน้อย ได้แก่ การบริโภคข้าวซ้อมมือ การคัมนม ส่วนประเภทอาหารที่ครอบครัวนิยมมาก ได้แก่ การคัมน้ำอัดลม ดังนั้นจึงควรหันมาส่งเสริมการบริโภคข้าวซ้อมมือ และการคัมนมให้

มากขึ้น และไม่ควรรีให้สมาชิกในครอบครัวดื่มน้ำอัดลม เพราะไม่มีประโยชน์แก่สุขภาพกลับจะเป็นโทษแก่ร่างกาย

3.1.3 จากผลการวิจัยจากตารางที่ 4.11 พบว่า ครอบครัวยังมีความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องคือ เชื่อน้อย ได้แก่ กินเผ็ดจัดทำให้สายตาสั้น เมื่ออากาศเปลี่ยนควรกินแกงส้มดอกแค เวลาเป็นแผลรับประทานไข่ได้ จากความเชื่อดังกล่าวยังทำให้ครอบครัวมีความสับสนเกี่ยวกับความเชื่อในการบริโภคอาหาร ดังนั้น จึงควรชี้แจงแนวทางการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ควรหันมาบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ได้แก่ กินเผ็ดจัดทำให้สายตาสั้น เนื่องจากอาหารที่มีรสเผ็ดจะทำลายเยื่อตาต่าง ๆ ในร่างกาย เมื่ออากาศเปลี่ยนควรกินแกงส้มดอกแค เนื่องจากแกงส้มดอกแคมีวิตามินซีสูง ช่วยป้องกันโรคหวัดได้ นอกจากนี้ เวลาเป็นแผลรับประทานไข่ได้ เนื่องจากไข่มีโปรตีนสูงช่วยสร้างเนื้อเยื่อ ส่วนที่มีความเชื่อมากกว่าอาหารมังสวิรัตช่วยรักษาโรค ความจริงพืชผักของไทยส่วนใหญ่มีคุณสมบัติเป็นยาสมุนไพร แต่การบริโภคแต่พืชผัก ผลไม้ จะทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารไม่ครบตามความต้องการจึงควรชี้แจงแนวทางในการสร้างค่านิยมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องให้แก่ประชาชน

3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการศึกษาอิทธิพลเกี่ยวกับค่านิยมการบริโภคอาหารด้านอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

3.2.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบค่านิยมการบริโภคอาหารของนักเรียนสายสามัญและสายอาชีพในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

3.2.3 ควรมีการศึกษาสื่อต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

3.2.4 ควรศึกษาเปรียบเทียบค่านิยมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดอื่น

บรรณานุกรม

- กุลวดี รัศมีวิจารณ์ “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2539
- ไกรสิทธิ์ ดันติสิรินทร์ และ คณะ *โภชนาการและภาวะสังคม : ปัญหาโภชนาการในประเทศไทย* กรุงเทพมหานคร ทวีกิจการพิมพ์ 2540
- โครงการบริหารวิชาบูรณาการ หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ *อาหารเพื่อมนุษยชาติ* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2545
- จารุวรรณ จันใส “การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของครัวเรือนไทย” วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2539
- จิราพร กันทะธง “พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นหญิง ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน” การค้นคว้าแบบอิสระตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2544
- ฉวีวรรณ แจงกิจ “รูปแบบการบริโภคอาหารและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2537
- คนัย ไชโยธา *สังคมวัฒนธรรมและประเพณีไทย* พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์ โอเดียนสโตร์ 2546
- ดำรงศักดิ์ ชัยสนิท และ ก่อเกียรติ วิริยะกิจพัฒนา *พฤติกรรมผู้บริโภค* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์วังอักษร 2543
- ธงชัย สันติวงษ์ *พฤติกรรมผู้บริโภคทางการตลาด* พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช 2539
- ทัศนีย์ วงษ์จียรายฤทธิ์ “ปัจจัยบางประการที่มีต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยก่อนเรียนในจังหวัดสมุทรสงคราม” วิทยานิพนธ์การศึกษาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร 2538
- นิภา นิรุตติกุล “พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร” การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2541

- เนาวรัตน์ เพชรชู “ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียน
เคหะชุมชนลาดกระบัง สังกัดสำนักงานเขตลาดกระบัง” สารนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตร
มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยรามคำแหง 2543
- บุญธรรม กิจปรีดาวิสุทธิ *สถิติวิเคราะห์เพื่อการวิจัย* กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์
2543
- ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา *ค่านิยมและความคาดหวังของเยาวชนไทย* รายงานวิจัยทุนรัชดาภิเษก
สมโภชน์ กรุงเทพมหานคร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2523
- วีณะ วีระไวทยะ และ สง่า ดามาพงษ์ *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร* สำนักพัฒนาวิชาการแพทย์
กรมการแพทย์ นนทบุรี กระทรวงสาธารณสุข 2541
- วลัย อินทร์พรชัย *โภชนาการสำหรับคนวัยต่างๆ* กรุงเทพมหานคร แสงทวีทรัพย์
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์ *พฤติกรรมผู้บริโภค ฉบับสมบูรณ์* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา
2538
- ศาสตราจารย์ ดร.พิทยา สายหู “หน่วยที่ 3 ลักษณะของชุมชนกับวัฒนธรรมอาหาร” ใน *เอกสาร
การสอนชุดวิชาโภชนาการศึกษเพื่อชุมชน* หน้า 147-185 นนทบุรี สาขาวิชา
คหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช 2539
- สุชา จันท์เอม *จิตวิทยาทั่วไป* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช 2540
- สุนีย์ โยคะกุล “ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทคหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต
คณะคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2542
- สุนทรี โคมิน *ค่านิยมและระบบค่านิยมไทย* กรุงเทพมหานคร สำนักวิจัยสถาบันบัณฑิต
พัฒนบริหารศาสตร์ 2538
- สุนีมาศ โนรี และ เพ็ญจิตร กาพมณี *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบไทยและแบบ
ตะวันตก ของนักเรียนในจังหวัดเชียงใหม่* รายงานการวิจัยคณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2540
- สุพัตรา สุภาพ *สังคมและวัฒนธรรมไทย ค่านิยม ครอบครัว ศาสนา ประเพณี* พิมพ์ครั้งที่ 11
กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช 2543
- สมใจ วิชัยดิษฐ์ และ วศิณา จันท์ศิริ *โภชนาการสร้างชาติ เด็กฉลาด ชาติเจริญ* เอกสารประกอบการ
ประชุมวิชาการประจำปี 2537 กรุงเทพมหานคร 2537

สมศรี เพชรโชติ *ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย*

รามคำแหง กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัยรามคำแหง 2540

เสรี วงษ์มณฑา *การวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภค* กรุงเทพมหานคร ซีระฟิล์มและไซเท็กซ์ 2542

สิริพันธ์ จุลกรังคะ *โภชนศาสตร์เบื้องต้น* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย

เกษตรศาสตร์ 2541

อานนท์ อากาศิรมย์ *ลักษณะสังคมและปัญหาของสังคมไทย* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช

2519

อนามัย, กรม กระทรวงสาธารณสุข *รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย*

ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร กระทรวงสาธารณสุข 2538

อบเชย วงษ์ทอง *โภชนาการครอบครัว* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

2546

อัมพวัลย์ วิชาธีรนนท์ *วิถีชีวิตคนรุ่นใหม่ : ศึกษากรณีพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ใน*

เขตกรุงเทพมหานคร ภาคนิพนธ์ปริญญาพัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต สถาบัน

บัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ 2541

Katz, E., Blumer, J.G. and Gurevitch. "Utilization of Mass Communication by the Individual" in

Blumer J.G. and Katz E. (eds) *The Use of Mass Communication*. Beverly Hills:

Sage Publications, 1973.

Rokeach. *Attitudes and values : Theory of organization change*. London: Jessey – bass.

1968.

Schiffman, L.G. and Kanuk, L.L. *Consumer Behavior*. 3rd ed. New Jersey : Prentice – Hall,

1987.

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์ทดลองเครื่องมือ



ที่ ศธ 0522.21/

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

วันที่ 22 มกราคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยการอาชีพไทรน้อย

เนื่องด้วย นางมาลินี เก่งงาน นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา วิชาเอกการพัฒนา
ครอบครัวและสังคม สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง คำนิยมการบริโภคอาหารของครอบครัวต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอาชีวศึกษา
ในจังหวัดปทุมธานี

ในการนี้นักศึกษาจำเป็นจะต้องทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัยโดยใช้แบบสอบถาม
จำนวน 40 ชุด ทั้งนี้จะมีให้เป็นการรบกวนเวลาเรียนตามปกติของนักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม
ในครั้งนี้ และผลการวิจัยที่ได้จะเป็นประโยชน์แก่งานวิชาการสืบไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านในการอนุญาตให้นักศึกษาได้ทดลอง
เครื่องมือตามวัน เวลา และรายละเอียดที่นักศึกษาเสนอมาพร้อมนี้ หวังว่าจะได้รับความกรุณาจากท่าน
และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมเดช ลิทธิพงษ์พิทยา)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์

สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์

โทร. 0-2503-3573

โทรสาร 0-2503-3639

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ – นามสกุล	นางมาลินี เก่งงาน
วัน เดือน ปีเกิด	12 มีนาคม 2502
สถานที่เกิด	อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
ประวัติการศึกษา	ปริญญาการศึกษาบัณฑิต (กศ.บ.) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน พ.ศ. 2523 ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการพัฒนาครอบครัวและสังคม สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช พ.ศ. 2547
ประวัติการทำงาน	วิทยาลัยเทคนิคบุรีรัมย์ พ.ศ. 2524 ปัจจุบัน คณะศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคปทุมธานี