

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต
วิชาเอกการพัฒนาคอปร้วและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2555

**Factors Related to Fast Food Consumption
Among Youths in Nonthaburi Province**

Miss Janya Puengson

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Home Economics in Family and Social Development

School of Human Ecology

Sukhothai Thammathirat Open University

2012

ชื่อวิทยานิพนธ์ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัด
นนทบุรี

ผู้วิจัย นางสาวจรรยา พึ่งสอน รหัสนักศึกษา 2507000103

ปริญญา คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต (การพัฒนาคอร์ปครัวและสังคม)

อาจารย์ที่ปรึกษา (1) รองศาสตราจารย์รัชนิกร โชติชัยสถิตย์ (2) รองศาสตราจารย์ ดร.

สำออง สืบสมาน ปีการศึกษา 2555

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี (2) ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น (3) แนวทางการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์ภาคตัดขวาง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดนนทบุรี จำนวน 518 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าไคกำลังสอง การทดสอบที และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ผลการวิจัยพบว่า (1) วัยรุ่นมากกว่าครึ่งชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คิดเป็นร้อยละ 64.3 โดยภาพรวมพบว่าส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคในระดับกลาง คือบริโภคเป็นบางครั้ง คิดเป็นร้อยละ 79.8 (2) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 คือ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ได้แก่ เงินค่าอาหารที่ได้รับ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์ ได้แก่ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ สื่อบุคคล และพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน สำหรับแหล่งความรู้จากโรงเรียนมีความสัมพันธ์ในทางตรงกันข้ามในระดับต่ำ (3) แนวทางการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดควรเน้นบทบาทของครอบครัวและสร้างเสริมเจตคติที่ดีทางด้านสุขภาพ

คำสำคัญ อาหารฟาสต์ฟู้ด พฤติกรรมการบริโภค วัยรุ่น ครอบครัว

Thesis title: Factors Related to Fast Food Consumption Among Youths in Nonthaburi Province

Researcher: Ms. Janya Puengson; **ID:** 2507000103; **Degree:** Master of Home Economics

(Family and Social Development); **Thesis advisors:** (1) Rutchaneekorn Chotchaisathit,

Associate Professor; (2) Dr. Sam-ang Seubsman, Associate Professor; **Academic year:** 2012

Abstract

The research reported here has the following objectives: (1) to study patterns of fast food consumption among youth in Nonthaburi province; (2) to study personal, family and environmental factors which are related to youth fast food consumption; and (3) strategies to modify fast food consumption behavior for youth health improvement.

The study uses cross sectional analysis methods and the research sample is 518, 5th Grade high school students in Nonthaburi province drawn using a multi-level stratified sampling method. The data collection tool was a structured questionnaire. Statistical analysis was performed using frequencies, percentages, mean, standard deviation, chi-square test, T-test, and correlation coefficients.

The results were (1) more than half the students enjoy consuming fast food 64.3% and overall there was a moderate level of fast food consumption with 79.8% of respondents consuming at least occasionally; (2) factors which had a statistically significant association, at the 0.05 level, with fast food consumption among Nonthaburi youth were personal factors: their daily allowance, their understanding of the consequences of fast food consumption and their attitudes towards fast food consumption, family factors: fast food consumption in the family and the level of supervision of fast food consumption by the family, and environmental factors: the exposure to fast food through mass media and other advertising and the fast food consumption of friends. Receiving information on fast foods at school had a small inverse association with consumption; and (3) it is recommended that promoting the family role and increasing health awareness would improve consumption behavior and attitudes to fast food among youths.

Keywords: Fast food, Consumption behaviour, Youth, Family

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้รับความอนุเคราะห์ในการประมวลความคิดที่มีค่าอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.สุรพร เกียนสลาย และได้รับความกรุณาจาก รองศาสตราจารย์รัชนิกร โชติชัย สติชัย และรองศาสตราจารย์ ดร.สำออง สืบสมาน ซึ่งได้เสียสละเวลาในการให้คำปรึกษา แนะนำ ตรวจสอบ และเอาใจใส่เสมอมาจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความเรียบร้อย ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.กฤตกรณ์ ประทุมวงษ์ ภาควิชาสุศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่กรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์และทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 4 ท่าน ประกอบด้วย รองศาสตราจารย์ ดร.สุริย์ จันทรโมลี คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล รองศาสตราจารย์ ปาริฉัตร ช้างสิงห์ และรองศาสตราจารย์ ศศิมน ปรีดา คณะมนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่าในการตรวจสอบ แก้ไข ให้คำแนะนำในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ท่านผู้อำนวยการและคณาจารย์ โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี และโรงเรียนปากเกร็ด ที่ได้อำนวยความสะดวกในการตอบแบบสอบถามของนักเรียน และขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามซึ่งเป็นข้อมูลที่มีประโยชน์ต่อการศึกษาในครั้งนี้เป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณ คณะเจ้าหน้าที่สาขามนุษยนิเวศศาสตร์ที่ช่วยอำนวยความสะดวกในเรื่องเอกสารเกี่ยวกับวิทยานิพนธ์ และสิ่งที่สำคัญยิ่งคือ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ พี่พรชิตา พี่งสอน คุณสุทธินันท์ แฟนทรัพย์ เพื่อนๆ และผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ให้คำแนะนำและกำลังใจมาโดยตลอด

คุณค่าและประโยชน์ที่ได้จากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่ โครงการวิจัยสุขภาพ และสำนักบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ผู้สนับสนุนทุนในการวิจัย ตลอดจนคณาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้แก่ผู้วิจัยได้ประสบความสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

จรรยา พี่งสอน

กันยายน 2556

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฐ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	6
สมมติฐานของการวิจัย.....	8
ขอบเขตการวิจัย.....	8
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	12
ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด.....	12
หลักการบริโภคอาหารสำหรับวัยรุ่น.....	28
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค.....	33
พฤติกรรมวัยรุ่นด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด.....	37
แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ เจตคติ.....	38
แนวคิดเกี่ยวกับด้านครอบครัว.....	48
เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	53
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	58
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	58
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	60
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	72
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	73

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การพิทักษ์สิทธิผู้ตอบ.....	74
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	75
ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น และลักษณะทางประชากรของ ผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	76
ตอนที่ 2 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	78
ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	84
ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	94
ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	103
ตอนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	108
ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อ สุขภาพที่ดีของวัยรุ่น.....	120
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	125
สรุปการวิจัย.....	125
อภิปรายผล.....	134
ข้อเสนอแนะ.....	144
บรรณานุกรม.....	152
ภาคผนวก.....	160
ก หนังสือขอความอนุเคราะห์ทดลองเครื่องมือ.....	161
ข หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บเครื่องมือเพื่อการวิจัย.....	163
ค ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม).....	166
ง แบบสอบถาม.....	168

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
จ ลักษณะคำถามในแบบสอบถาม.....	181
ฉ กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต อายุ 5 – 18 ปี.....	193
ช ขั้นตอนการเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	196
ประวัติผู้วิจัย.....	198



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 แสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ดและจังก์์ฟู้ดต่อ 1 หน่วย บริโภค.....	22
ตารางที่ 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม โรงเรียนของกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่น จังหวัดนนทบุรี.....	60
ตารางที่ 3.2 กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของบุตร.....	63
ตารางที่ 3.3 เกณฑ์การให้คะแนนการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจาก โรงเรียน.....	65
ตารางที่ 3.4 เกณฑ์การให้คะแนนระดับความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น.....	69
ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของลักษณะทางประชากรวัยรุ่น.....	76
ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละของระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น.....	79
ตารางที่ 4.3 ร้อยละในการตอบคำถามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น.....	80
ตารางที่ 4.4 จำนวนและร้อยละของระดับคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น.....	82
ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม.....	82
ตารางที่ 4.6 จำนวนและร้อยละของลักษณะทางประชากรของบิดา มารดา และผู้ดูแลที่ ไม่ใช่บิดามารดาของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	84
ตารางที่ 4.7 จำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ยของรายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกใน ครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	87
ตารางที่ 4.8 จำนวน และร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของครอบครัววัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี.....	89

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า	
ตารางที่ 4.9	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของครอบครัววัยรุ่นน จำแนกตามรายช้อคำถาม.....	90
ตารางที่ 4.10	จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของ ผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร.....	92
ตารางที่ 4.11	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแล ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ตามรายช้อคำถาม.	92
ตารางที่ 4.12	จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน.....	95
ตารางที่ 4.13	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้าน บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน จำแนกตามรายช้อคำถาม.....	95
ตารางที่ 4.14	จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน.....	97
ตารางที่ 4.15	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่อง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน จำแนกตามรายช้อคำถาม.....	98
ตารางที่ 4.16	ประเภทของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายภายในโรงเรียน และรอบๆ โรงเรียน.....	99
ตารางที่ 4.17	จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น.....	100
ตารางที่ 4.18	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรูปแบบสื่อ.....	100
ตารางที่ 4.19	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายช้อคำถาม.....	101
ตารางที่ 4.20	จำนวน และร้อยละของคะแนนการปฏิบัติความถี่ในการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น.....	103
ตารางที่ 4.21	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ตามอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค.....	104

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.22 จำนวน และร้อยละของคะแนนความชอบในการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	105
ตารางที่ 4.23 จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	106
ตารางที่ 4.24 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม.....	107
ตารางที่ 4.25 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	110
ตารางที่ 4.26 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจ และด้านเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	112
ตารางที่ 4.27 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัว ลักษณะทางประชากรของผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	113
ตารางที่ 4.28 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัว การบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของบุตรกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	116
ตารางที่ 4.29 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	117
ตารางที่ 4.30 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจ เจตคติ การดูแลของผู้ปกครอง พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดจากโรงเรียน และจากสื่อ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	119
ตารางที่ 4.31 จำนวน และร้อยละของข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น.....	121

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย	7
ภาพที่ 2.1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการซื้อของผู้บริโภค	36



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรคอ้วนเป็นปัญหาที่ระบาดไปทั่วโลก องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO, 2540) ได้ประกาศให้โรคอ้วนเป็นปัญหาสาธารณสุขที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ซึ่งมีสาเหตุหลักจากวิถีการดำเนินชีวิต การบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณา อันเป็นปัจจัยทำให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังต่างๆ (มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ 2548ก: 17) โดยเฉพาะในเด็กซึ่งเป็นทรัพยากรที่สำคัญในการพัฒนาประเทศ จากการศึกษาติดตามผลระยะยาวพบว่า เด็กทารกที่อ้วนจะยังคงอ้วนเมื่อโตขึ้นราวร้อยละ 10-20 แต่ถ้าปล่อยให้อ้วนต่อไปมากกว่าร้อยละ 40 จะเป็นวัยรุ่นที่อ้วน และร้อยละ 75-80 ของวัยรุ่นที่อ้วนจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน ปัญหาที่เริ่มพบก็คือ เด็กเล็กที่อ้วนมีจำนวนเพิ่มขึ้น

ปัจจุบันโรคอ้วนในเด็กพบเพิ่มมากขึ้น จนเป็นปัญหาสาธารณสุขไปทั่วโลก ทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและกำลังพัฒนา การศึกษาแบบภาคตัดขวาง (cross sectional) พบว่า เด็กอ้วนมากขึ้นในทุกกลุ่มอายุ แสดงให้เห็นว่า ปัญหาดังกล่าวมีแนวโน้มที่รุนแรงขึ้นเรื่อยๆ และจากจำนวนตัวเลขที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของเด็กอ้วนในประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่า เด็กและวัยรุ่นอายุระหว่าง 2-19 ปี มีอัตราการเกิดโรคอ้วนในเด็กเพิ่มมากขึ้นเป็นสามเท่าในรอบหลายปีที่ผ่านมา โดยเด็กอ้วนมีมากถึงร้อยละ 17 ในสหรัฐอเมริกา และมีเด็กที่น้ำหนักเกินเกณฑ์เฉลี่ยถึงร้อยละ 17 เช่นกัน (จิราภรณ์ ชมบุญ และคณะ 2556 : 77) และการสำรวจในระดับชาติ (National Health and Nutrition Examination Survey) ที่ได้สำรวจเด็กอเมริกันจำนวน 4,018 คน ในปี ค.ศ. 1999 และเด็กจำนวน 4,258 คน ในปี ค.ศ. 2001-2002 พบว่าในเด็กอายุ 6-19 ปี มีน้ำหนักเกินและอ้วนเพิ่มขึ้นจากเดิมร้อยละ 29.9 เป็น 31.5 (รังสรรค์ ตั้งตรงจิตร 2550: 25) ส่วนในประเทศอังกฤษระหว่างปี ค.ศ. 1995-2002 มีเด็กอายุ 2-15 ปีเป็นโรคอ้วนเพิ่มขึ้น โดยเด็กผู้ชายเพิ่มจากร้อยละ 3 เป็นร้อยละ 6 ขณะที่เด็กผู้หญิงเพิ่มจากร้อยละ 5 เป็นร้อยละ 9 ในประเทศออสเตรเลีย เด็กจำนวน 1 ใน 5 มีน้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วน และคาดว่าปี 2020 เด็กออสเตรเลียจะมีน้ำหนักเกินและเป็นโรคอ้วนทั่วประเทศประมาณร้อยละ 50 (นิตยสารดวงใจพ่อแม่ Vol.12 No.139 May 2007 ชุติมา สมสืบ 2551 ค้นคืน 5 กรกฎาคม 2554 <http://www.elib-online.com>)

ส่วนสถานการณ์เด็กอ้วนในประเทศแถบเอเชีย นั้น พบว่า ในประเทศจีนนั้นมียางาน ความชุกของเด็กอ้วนอายุต่ำกว่า 15 ปี เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 15 ในปี ค.ศ. 1982 เป็นร้อยละ 27 ในปี ค.ศ. 2004 และในปัจจุบันอัตราความชุกแตกต่างกันเล็กน้อยเมื่อเทียบระหว่างเด็กในเมืองหลวงและ เด็กที่อยู่นอกเมืองในชนบท กล่าวคือ อัตราความชุกของเด็กอ้วนในเมืองจะอยู่ระหว่างร้อยละ 23-30 ในขณะที่อัตราความชุกของเด็กอ้วนที่อยู่นอกเมืองจะอยู่ที่ร้อยละ 16-20 ในประเทศอินเดีย นั้นมี อัตราความชุกเฉลี่ยของเด็กที่มีน้ำหนักเกินและอ้วนอยู่ที่ร้อยละ 14.2 และ 11.1 โดยอัตราความชุก เฉลี่ยของเด็กชายที่มีน้ำหนักเกินและอ้วนคิดเป็นร้อยละ 12.4 และ 9.9 สำหรับในเด็กผู้หญิงคิดเป็น ร้อยละ 15.7 และ 12.9 ตามลำดับ ในประเทศเกาหลีการสำรวจของ The Korean Society for the Study of Obesity ครั้งล่าสุดเมื่อปี ค.ศ. 2001 โดยสำรวจเด็กจำนวน 2,163 คน ซึ่งเทียบกับข้อมูลการ สำรวจของปี ค.ศ. 1998 พบว่า อัตราความชุกของเด็กชายที่อ้วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 15.1 โดยที่อายุ 14 ปีเพิ่มเป็นร้อยละ 21.7 ในขณะที่อายุ 17 ปีเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 22.3 ส่วนในเด็กหญิงจะมีอัตรา ความชุกของความอ้วนที่ร้อยละ 10.2 เพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ 19 เมื่ออายุ 12 ปี และในประเทศมาเลเซีย จากการสำรวจในเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น ณ กรุงกัวลาลัมเปอร์ จำนวน 3,260 คน ยังพบว่าร้อยละ 7.3 ของเด็กกลุ่มนี้มีภาวะน้ำหนักเกิน โดยแบ่งเป็นเพศชายร้อยละ 7.5 และเพศหญิงร้อยละ 7.1 เมื่อใช้ ค่า BMI-for-age ที่มากกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 95 เป็นเกณฑ์ในการตัดสิน (รังสรรค์ ตั้ง ตรงจิตร 2550: 30-33)

สำหรับประเทศไทย ในอดีตนั้นเด็กไทยประสบกับปัญหาขาดสารอาหาร เนื่องจาก สภาวะแวดล้อมในชนบทที่แร้นแค้นและความเชื่อผิดๆในการกินอาหาร แต่ปัจจุบันปัญหา กลับ เปลี่ยนไป มีแนวโน้มที่เด็กไทยจะเกิดโภชนาการเกินและทำให้เกิดโรคอ้วนเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะ ในเขตชุมชนเมือง (สมคิด สัตยญาณเพ็ญฟูไชย 2552: 16) สถานการณ์โรคอ้วนมีอัตราที่เพิ่มขึ้น อย่างรวดเร็ว จากสถิติของกระทรวงสาธารณสุขพบว่า ปัจจุบันเด็กไทยอายุ 2-18 ปี จำนวน 17.6 ล้านคน เป็นโรคอ้วนร้อยละ 8 กลุ่มวัยรุ่น 13-18 ปี ร้อยละ 9 เป็นวัยที่เป็นโรคอ้วนมากที่สุด (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ 2551: www.thaihealth.or.th) นายแพทย์ไพ จิตร วรชาติ ปลัดกระทรวงสาธารณสุข กล่าว ณ งานประชุมวิชาการไทย-เชียงใหม่ เกี่ยวกับการเร่ง พัฒนาระบบการแพทย์จีนให้เป็นทางเลือกในการรักษาโรคในกลุ่มคนอ้วนและผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ว่า ในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา พบกลุ่มที่น่าวิตกที่สุดก็คือกลุ่มวัยรุ่นอายุ 15 ปีขึ้นไป โดยพบว่าเพศหญิง ทั่วประเทศมีรอบเอวเกิน 80 เซนติเมตร สูงถึงร้อยละ 58 ส่วนเพศชายมีรอบเอวเกิน 90 เซนติเมตร ร้อยละ 34 กลุ่มอายุ 20 - 29 ปี มีภาวะโรคอ้วนเพิ่ม 7.5 เท่า คือ จากร้อยละ 2.9 เป็นร้อยละ 21.7 ส่วน ในกลุ่มอายุ 40-49 ปี อ้วนเพิ่มขึ้น 1.7 เท่า (กระทรวงสาธารณสุข 2556 : <http://hpc5.anamai.moph.go.th>) รายงานจากกองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุขและเครือข่ายเด็กไทยไม่กินหวาน พบว่าเด็กและ

เยาวชนไทยเป็นโรคอ้วนร้อยละ 12-15 ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับ 10 ปีที่แล้วโรคอ้วนเพิ่มขึ้นเป็น 3 เท่า และเด็กที่เป็นโรคอ้วนส่วนใหญ่อยู่ในชุมชนเมืองที่ฐานะครอบครัวอยู่ระดับปานกลาง สุริยเดว ทรีปาตี (2550) จากสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ระบุว่า สาเหตุที่โรคอ้วนหรือมีน้ำหนักตัวเกินอยู่ในครอบครัวปานกลางมากกว่าครอบครัวที่มีฐานะดี เป็นเพราะครอบครัวที่อยู่ในระดับปานกลางไม่มีเวลา และต้องใช้วิถีชีวิตที่เร่งรีบ เป็นผลให้เวลาในการเลือกอาหารและการปรุงอาหารลดลง จึงจำเป็นต้องซื้ออาหารปรุงสำเร็จ เช่น อาหารบรรจุถุงพลาสติก อาหารฟาสต์ฟู้ดมารับประทาน ซึ่งอาหารที่มีรสเหล่านี้มักเป็นอาหารหวาน มัน เค็ม อันเป็นต้นเหตุนำไปสู่ปัญหาเรื่องอ้วนในที่สุด (<http://www.elib-online.com>)

เด็กที่เป็นโรคอ้วนนั้น พบร้อยละ 47 จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่โรคอ้วน (Mossberg, 1989 อ้างถึงใน มยุรี นภาพรรณสกุล 2547: 14) ในเด็กและวัยรุ่นที่อ้วน พบว่า ร้อยละ 10-30 มีความดันเลือดสูง มีโอกาสจะเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดได้ อีกปัญหาหนึ่งที่เริ่มมีความสำคัญมากขึ้นก็คือโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในเด็ก ปัญหาอื่นๆ ที่อาจจะพบได้ เช่น โรคกระดูกและข้อ โรคระบบทางเดินหายใจ นอนกรน หรือหยุดหายใจเป็นพักๆ ซึ่งจะมีผลต่อความดันเลือดสูง ในแง่จิตใจ พบว่าเด็กอ้วนมีแนวโน้มที่จะเกิดปัญหาความบกพร่องในการเคลื่อนไหว (disability) การที่ถูกเพื่อนล้อ และมักจะถูกขับออกจากกลุ่ม ทำให้มีความเครียด เด็กมักถูกสังคมมองว่าขี้เกียจและไม่น่าสนใจ บางรายจะขาดความมั่นใจ ทำให้ไม่กล้าเข้าสังคม และในที่สุดอาจถอนตัวออกจากสังคมไป (สุรเกียรติ อชานานุกาภ 2549: 40-41) นอกจากนี้การที่มีคนเป็นโรคที่กล่าวมาข้างต้นเพิ่มขึ้นทุกปี จะทำให้เกิดเป็นปัญหาใหญ่ระดับชาติ เพราะในอนาคตรัฐอาจต้องจ่ายค่ารักษาอาการแทรกซ้อนจากโรคกินเกินเหล่านี้เป็นเงินมหาศาล จึงมีความจำเป็นที่จะต้องให้ความสนใจและป้องกันไม่ให้เกิดโรคอ้วนในเด็ก

สาเหตุของการเกิดโรคอ้วนเพิ่มขึ้นในประเทศไทยที่สำคัญประการหนึ่ง วิศาล เยาวพงศ์ศิริ (2551) ระบุว่า เนื่องมาจากการดำเนินชีวิตประจำวันของคนไทยมีความเสี่ยงทั้งการกินอาหารมากเกินไปจนเกินความจำเป็นบวกกับประเทศไทยในช่วง 20-30 ปีที่ผ่านมา มีพฤติกรรมการกินหวานบริโภคน้ำตาลเพิ่มขึ้น ซึ่งการกินแป้งกินหวานมากเกินไป และการที่มีไขมันสะสมมากเกินไป เกิดจากความไม่สมดุลระหว่างการกินและการใช้พลังงาน ชนิดของอาหารนั้นมีผลต่อการเพิ่มของไขมัน การศึกษาพบว่า อาหารที่มีไขมันและคาร์โบไฮเดรตสูง ทำให้น้ำหนักเพิ่มมากกว่าอาหารทั่วไป เนื่องจากมีการกระตุ้นจำนวนของเซลล์ไขมันให้เพิ่มขึ้น นอกเหนือจากที่เพิ่มขนาดของไขมันจะเข้าสู่สมดุลช้ามาก การกินอาหารที่มีไขมันสูงเป็นเวลานานจึงทำให้น้ำหนักเกินมากที่สุด (สุรเกียรติ อชานานุกาภ 2549: 34-36) ขณะนี้จะพบเด็กวัยเรียนตาม โรงเรียนต่างๆ เป็นโรคอ้วนมากขึ้น เนื่องจากการบริโภคอาหารที่มีแป้ง น้ำตาล และไขมันสูงตามแบบชาวตะวันตกทำให้เด็กไทยอ้วน

ถูกโจมตี” (ฐิตินันท์ ศรีสถิต, อวยพร แต่ชูตระกูล 2546 : 21) ด้วยเหตุผลดังกล่าว ทำให้อาหารฟาสต์ฟู้ดกำลังเลื่อมความนิยมในประเทศพัฒนาทั้งหลาย ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดจึงต้องย้ายออกมาจำหน่ายในประเทศกำลังพัฒนาโดยอาศัยการโฆษณาและการตลาดทุกรูปแบบจนทำให้การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสัญลักษณ์ของคนรุ่นใหม่ หากไม่ได้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดจะรู้สึกไม่ทันสมัย ประกอบกับการพัฒนาประเทศของไทยที่ส่งผลให้เศรษฐกิจมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มุ่งสู่กระแสโลกาภิวัตน์ ได้ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างทางสังคมไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะในด้านวิถีชีวิตของคน จากวิถีชีวิตสังคมเกษตรเป็นสังคมอุตสาหกรรมกลายเป็นสังคมที่ต้องรีบเร่งไปเกือบเสียทุกอย่าง อีกทั้งความก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ตลอดจนอิทธิพลของสื่อและการรับวัฒนธรรมต่างชาติเข้ามาโดยขาดการเลือกสรรคัดกรอง การใช้ชีวิตแบบรักสนุก รักสะดวกสบาย จึงทำให้วัฒนธรรมการรับประทานอาหารของวัยรุ่นไทยเริ่มเปลี่ยนแปลงไป และจากการขยายสาขาของธุรกิจฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทยที่มีจำนวนมาก เห็นได้จากประมาณการมูลค่าตลาดอาหารฟาสต์ฟู้ดของประเทศไทยในปี 2550 ที่คาดว่าจะมีอัตราการเติบโตเพิ่มขึ้นอีกร้อยละ 8.0 จากมูลค่าตลาดรวม 21,000 ล้านบาท เมื่อเทียบกับในปี 2549 (ศูนย์วิจัยกิจการไทย, 2550: ออนไลน์) เหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยที่สนับสนุนให้วัยรุ่นมีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในเขตชุมชนเมืองและปริมณฑล

นนทบุรีเป็นจังหวัดในเขตปริมณฑลที่มีพื้นที่ติดกับกรุงเทพมหานครจึงมีสภาพเศรษฐกิจ สังคม และการพัฒนาด้านอื่นๆคล้ายกับกรุงเทพฯ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไป ต้องดำเนินชีวิตประจำวันด้วยความรีบเร่งแข่งกับเวลา มีห้างสรรพสินค้า ร้านค้าอำนวยความสะดวกขึ้นมากมาย สิ่งที่มาพร้อมกับความเจริญเหล่านี้คือ ร้านอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดที่เกิดขึ้นหลายแห่ง ไม่ว่าจะในห้างสรรพสินค้า ย่านผู้คนสัญจรไปมากับคั้ง หรือแม้กระทั่งในปั้มน้ำมันก็ตาม โดยร้านอาหารประเภทนี้มีเป้าหมายหลักในการจำหน่ายแก่เด็กวันเรียนและวัยรุ่น ที่มักมีค่านิยมและพฤติกรรมในการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกหลักโภชนาการ อย่างไรก็ตามอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่ใช่อาหารที่ไม่มีสารอาหาร เพียงแต่เป็นอาหารที่ไม่ค่อยมีประโยชน์ เพราะไขมันสูงเกินไป เส้นใยอาหารน้อยเกินไป จัดเป็นอาหารที่มีสารอาหารไม่สมดุล หากเราไม่ระมัดระวังในการบริโภค อาจทำให้ขาดสารอาหารได้โดยไม่รู้ตัว หรือถ้าบริโภคอย่างต่อเนื่อง หรือบ่อยเกินไป จะเสี่ยงต่อการเกิดโรค โดยเฉพาะโรคอ้วนที่ก่อให้เกิดปัจจัยเสี่ยงเป็นโรคอื่นๆตามมา

จากการที่อาหารฟาสต์ฟู้ดมีสมดุลพลังงานที่ไม่เหมาะสมเป็นอาหารที่มีทั้งไขมัน แป้ง และน้ำตาลสูง ซึ่งอาจก่อให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพได้ง่าย หากมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง ประกอบกับปัจจุบันฟาสต์ฟู้ดเข้ามามีบทบาทกับวัยรุ่นในจังหวัดนนทบุรีมากขึ้น และจากรายงานการเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการเด็กอายุ 6-18 ปี (น้ำหนักต่อส่วนสูง) ปีงบประมาณ

2553 (งวดที่ 4 กรกฎาคม – กันยายน 2553) ศูนย์อนามัยที่ 1 จากจำนวนเด็กในจังหวัดนนทบุรี วัย 6-18 ปี ที่ชั่งน้ำหนัก 18547 คน พบมีเด็กที่ว้ร้อยละ 5.19 เริ่มอ้วนร้อยละ 7.44 และอ้วนร้อยละ 12.48 (สำนักโภชนาการและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข คั่นคืน 26 มิถุนายน 2556 <http://nutrition.anamai.moph.go.th>) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี เพื่อนำข้อค้นพบดังกล่าวมาใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นให้เป็นอย่างถูกต้องตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อพัฒนาการของร่างกายให้เจริญเติบโตเต็มที่ มีสุขภาพที่แข็งแรง ลดปัญหาโรคที่เกิดจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

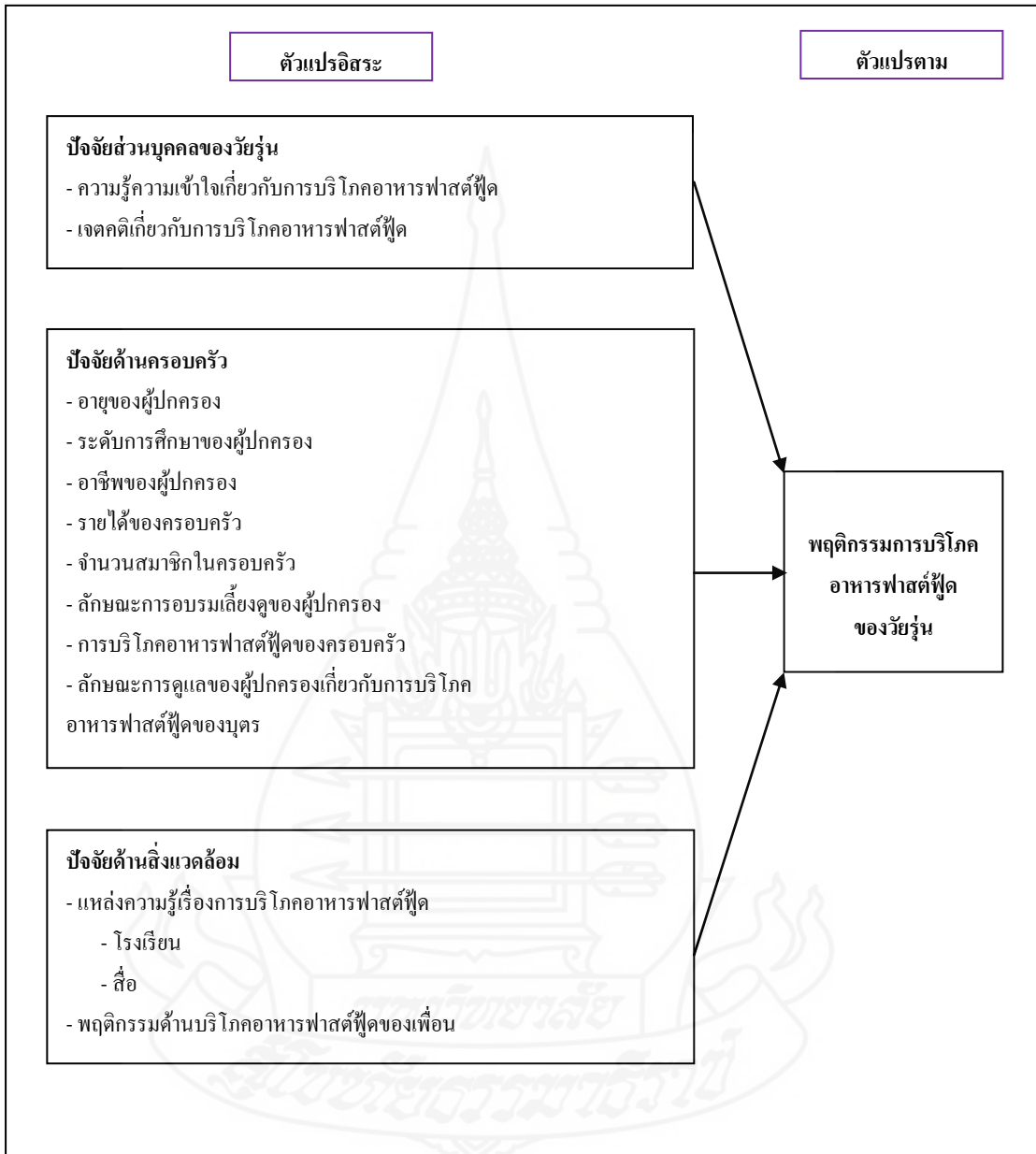
การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ

- 2.1 ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี
- 2.2 ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี
- 2.3 ศึกษาแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

3. กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาทบทวนวรรณกรรม ทฤษฎี ตลอดจนผลงานงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และนำมาพิจารณาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่วัยรุ่นพักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

4.2 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

4.3 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

4.4 ปัจจัยด้านครอบครัว อายุของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

4.5 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน และจากสื่อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

5. ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตการวิจัยดังต่อไปนี้

5.1 เนื้อหา การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี โดยศึกษาปัจจัย ดังนี้ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ได้แก่ ลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่าง ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ลักษณะทางประชากรของครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ อิทธิพลจากเพื่อน อิทธิพลจากโรงเรียน อิทธิพลจากสื่อ ที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

5.2 ประชากร ที่ใช้ในการศึกษา คือ

ประชากร (Population) เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 3 (สพม.3) จังหวัดนนทบุรี จำนวนประชากรทั้งหมด 5,569 คน

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี และโรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม จำนวน 518 คน

5.3 ช่วงเวลา ที่ใช้ในการศึกษา คือ เริ่มศึกษาวิจัยตั้งแต่ปี 2554 ถึงปี 2556 และเก็บข้อมูลงานวิจัยด้วยแบบสอบถามกับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี และโรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม ช่วงเดือนกันยายน ปี 2555

5.4 รูปแบบการศึกษาวิจัย เป็นการศึกษาวิจัยภาคตัดขวาง โดยศึกษาเพียงข้อมูลที่เป็นปัจจุบันขณะศึกษา ไม่ได้ศึกษาข้อมูลย้อนหลัง

6.นิยามศัพท์เฉพาะ

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดนิยามศัพท์เฉพาะเพื่อการศึกษาดังต่อไปนี้

6.1 พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง การกระทำ การแสดงออก และการปฏิบัติด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ การปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหาร

6.2 อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารที่พร้อมประกอบเป็นอาหาร โดยใช้เวลาไม่ก่นาที ซึ่งวัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารดังกล่าวสามารถที่จะส่งมอบให้แก่ผู้ซื้อได้ทันที สามารถรับประทานที่ร้านหรือนำออกไปรับประทานนอกร้าน และมีจำหน่ายหรือหาซื้อได้จากร้านอาหารร้านขายขนม และสถานที่อื่นๆทั่วไป หรือวัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารที่มีการเตรียมและปรุงไว้สำเร็จรูปหรือเกือบสำเร็จรูปแบบตะวันตก ได้แก่ 1) อาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช ไก่ทอดไก่ย่าง มันฝรั่งทอด สเปาเก็ตตี้ และ 2) อาหารระหว่างมือที่เป็นอาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม ขนมอบ

6.3 ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจข้อเท็จจริงและข้อมูลต่างๆที่เกี่ยวข้องกับอาหารฟาสต์ฟู้ดที่วัยรุ่นได้เรียนรู้จากการศึกษาค้นคว้า การสังเกต และการได้รับจากสื่อต่างๆทั้งทางตรงและทางอ้อมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ ความหมาย สารอาหาร คุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ด ความเสี่ยงทางสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โรคที่เกิดจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ไม่ถูกต้อง

โภชนาการ ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ด

6.4 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง ความคิดเห็น การรับรู้
ความรู้สึกรู้สึกผิด ความเชื่อเฉพาะตัวของวัยรุ่นที่มีต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

6.5 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น หมายถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นแต่ละคน ได้แก่ เพศ
อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่วัยรุ่นพักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อ
สัปดาห์ ความรู้ความเข้าใจ เจตคติด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

6.6 ปัจจัยด้านครอบครัว หมายถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ปกครองแต่ละบุคคล ได้แก่
อายุของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัว
จำนวนสมาชิกในครอบครัว และลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง ศึกษาการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของบุตร

6.7 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง เป็นปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน
ของวัยรุ่น คือ อิทธิพลจากเพื่อน อิทธิพลจากโรงเรียน อิทธิพลจากสื่อ ได้แก่ สื่อมวลชน เช่น วิทยุ
โทรทัศน์ สื่อเฉพาะกิจ เช่น แผ่นพับ/ใบปลิว และสื่อบุคคล เช่น เพื่อน ผู้ปกครอง

6.8 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน หมายถึง อิทธิพลแหล่ง
ความรู้จากโรงเรียนเกี่ยวกับมาตรการการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด การให้ความรู้ การจัด
กิจกรรมรณรงค์เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียน

6.9 ผู้ปกครอง หมายถึง บิดา มารดา หรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดาที่วัยรุ่นอาศัยอยู่ด้วย
และทำหน้าที่ปกครอง ดูแล และอบรมเลี้ยงดูวัยรุ่นเป็นประจำ

6.10 วัยรุ่น หมายถึง นักเรียนเพศหญิงและเพศชาย ซึ่งกำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่
5 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 3 จังหวัดนนทบุรี

6.11 ขนาดครอบครัว หมายถึง จำนวนสมาชิกในครอบครัวของวัยรุ่นรวมทั้งตัววัยรุ่น

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลการศึกษาครั้งนี้คาดว่าจะมีประโยชน์ดังต่อไปนี้ คือ

7.1 ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

7.2 เป็นข้อมูลเบื้องต้นให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่างๆ ได้แก่ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงมหาดไทยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลคุณภาพชีวิตของประชาชน ตลอดจนองค์กรเอกชนต่างๆ ได้ใช้ข้อมูลและผลการวิจัยในการกำหนดแนวทางเพื่อการปรับปรุง พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ให้เป็นไปอย่างถูกต้องตามหลักโภชนาการและมี ประโยชน์ต่อพัฒนาการของร่างกายให้เจริญเติบโตเต็มที่ และส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่นอันเป็น อนาคตของชาติให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์

7.3 เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่เอื้อ ต่อสุขภาพ



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นนจังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมแนวคิด ทฤษฎี ตลอดจน ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการศึกษา โดยจะกล่าวถึง วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องตามลำดับต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด
2. หลักการบริโภคอาหารสำหรับวัยรุ่น
3. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค
4. พฤติกรรมวัยรุ่นด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
5. แนวคิดเกี่ยวกับความรู้และเจตคติ
6. แนวคิดเกี่ยวกับด้านครอบครัว
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด

การนำเสนอข้อมูลความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด แบ่งออกเป็น 5 หัวข้อ คือ ความหมายและความเป็นมาของอาหารฟาสต์ฟู้ด บทบาทของอาหารฟาสต์ฟู้ดในสังคม สหรัฐอเมริกาและสังคมไทย คุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ด ผลกระทบด้านสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ข้อเสนอแนะในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างเหมาะสม ดังนี้

1.1 ความหมาย ประเภท และความเป็นมาของอาหารฟาสต์ฟู้ด

1.1.1 ความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ด

อาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast Food) หรือที่คนไทยมักเรียกกันว่า “อาหารจานด่วน” อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นคำที่ชาวอเมริกันคิดขึ้นสำหรับเรียกอาหารหรือขนมทั้งประเภทกินอิมหรือกินเล่นเป็นอาหารว่าง โดยมีการเตรียมและปรุงไว้นสำเร็จรูปหรือเกือบสำเร็จรูป แล้วสามารถรับประทานได้ทันที สรุปรูปแบบอเมริกัน คือ อาหารหรือขนมที่สั่งเร็ว ได้เร็ว กินเร็ว รูปลักษณะ สะอาด และราคาไม่แพงจนเกินไป แมรี่ คอนเกอร์สล็อต (Mary Donkersloot) อธิบายว่า Fast Food

หมายถึง ซ็ือเร็ว ปรุงเร็ว และกินเร็ว อาหารพวกนี้สามารถหาซื้อและกินได้อย่างรวดเร็ว (Mary Donkersloot 1991: 11)

“ฟาสต์ฟู้ด” มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “อาหารขยะ” (Jung Food) ซึ่งมีความหมายว่า อาหารที่บรรจุใส่กล่องหรือห่อกระดาษ เมื่อทานเสร็จเรียบร้อยก็โยนลงกล่องหรือทิ้งลงถังขยะได้เลย (สยามรัฐฉบับพิเศษ, 2525: 6)

“ฟาสต์ฟู้ด” เป็นคำเรียกร้านอาหารที่บริการอาหารอย่างรวดเร็ว เฉลี่ยไม่เกิน 2 นาที และเน้นที่ความสะดวก ลูกค้าสามารถซื้อฟาสต์ฟู้ดไปกินได้ทุกสถานที่ ทุกเวลา เช่น นั่งกินในร้าน บนรถยนต์ ที่ทำงาน หรือกินขณะที่ทำงาน หรือแม้แต่กินในเวลาเร่งรีบ เพราะสามารถถือกินได้ง่ายโดยมีเพียงกระดาษรองซึ่งทิ้งได้ทันทีเมื่อกินเสร็จ (จูตินันท์ ศรีสถิต, อวยพร แต่ชูตระกูล 2546: 21)

นอกจากนี้อาหารฟาสต์ฟู้ด ตามความหมายของ อีเมอร์สัน (Emerson 1990 อ้างถึงใน สำออง สืบสมาน 2545: 5) โดยทั่วไปหมายถึงอาหารที่บริการให้แก่ลูกค้า ณ จุดบริการตนเอง อาหารอาจเตรียมไว้ล่วงหน้า เช่น ตามร้านแมคโดนัลด์ เคนดักก็ เป็นต้น หรืออาจเป็นอาหารตามสั่ง เช่น สาขาของร้านพิซซ่า เป็นต้น

วิชัย เจริญธรรมานนท์ และคณะ (2539 อ้างถึงใน สำออง สืบสมาน 2545: 5) ให้ความหมายอาหารจานด่วน ว่าเป็นการให้บริการอาหารที่ลูกค้าดูแลตนเองในการสั่ง และรับอาหารที่เคาน์เตอร์ขายอาหารของภัตตาคาร ซึ่งมีรูปแบบมาจากต่างประเทศ โดยบริษัทแม่ได้กำหนดเงื่อนไขให้บริษัทในเครือต้องให้บริการในแบบเดียวกันภายใต้ชื่อยี่ห้อเดียวกัน

โครงการเด็กไทยสุขภาพดี ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในการสนับสนุน “โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 2547” ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ระบุว่า ฟาสต์ฟู้ด (Fast food) โดยทั่วไปจะหมายถึงอาหารจานด่วน ที่หาง่าย รวดเร็ว ไม่แพง สั่งแล้วรอเดี๋ยวเดียวได้กินแล้ว เพราะเป็นอาหารที่ทำง่าย กับทำเตรียมไว้แล้วเป็นส่วนใหญ่ อย่างมากก็เพียงแต่อุ่นด้วยไมโครเวฟ บางครั้งไม่ต้องเข้าร้านด้วยซ้ำ และยังสามารถสั่งกลับไปกินที่บ้านได้อีกด้วย อาจจะมีประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการครบ หรือไม่ครบข้างแตกต่างกันไปตามแต่ละชนิด (โครงการเด็กไทยสุขภาพดี คั่นคืนวันที่ 03 มิถุนายน 2552 จาก: <http://www.nestle.co.th/dekthaidd>)

1.1.2 ประเภทของอาหารฟาสต์ฟู้ด

การแบ่งประเภทของอาหารฟาสต์ฟู้ด (fast food) นั้นสามารถแบ่งออกได้หลายประเภท ดังนี้

1) แบ่งตามประเภทของฟาสต์ฟู้ดระดับสากล และฟาสต์ฟู้ดระดับท้องถิ่น

(1) *ฟาสต์ฟู้ดระดับสากล (INTERNATIONAL FASTFOOD)* เป็นฟาสต์ฟู้ดที่ซื้อลิขสิทธิ์จากต่างประเทศ อาศัยชื่อเสียงจากแฟรนไชส์จากต่างประเทศเพื่อเป็นทางลัดในการสร้างความนิยมให้เกิดขึ้นแก่ผู้บริโภค โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากบริษัทแม่สหรัฐฯ ฟาสต์ฟู้ดในกลุ่มนี้ได้แก่ แมคโดนัลด์ พิชซ่าฮัท เคเอฟซี เบอร์เกอร์คิง ดังกิ้น โดนต์ และเวนคิสส์ เป็นต้น

(2) *ฟาสต์ฟู้ดระดับท้องถิ่น (LOCAL FASTFOOD)* เป็นการทำธุรกิจโดยนักลงทุนในประเทศเอง มีผลิตภัณฑ์เป็นของตนเองและเป็นเจ้าของลิขสิทธิ์ ฟาสต์ฟู้ดในกลุ่มนี้ได้แก่ สยามสเต็ก โฮเบอร์เกอร์ เอสแอนด์พี กานดา และเซสเตอร์กริลล์ เป็นต้น

2) แบ่งตามประเภทของลูกค้า

สามารถแบ่งออกได้ 2 กลุ่ม คือ

(1) *ฟาสต์ฟู้ดกลุ่มครอบครัว (FAMILY FASTFOOD)* มักเป็นร้านที่เปิดขายโดยเน้นลูกค้ากลุ่มที่เป็นเด็กจนถึงผู้ใหญ่ ส่วนใหญ่จะขายอาหารหลักประเภท แฮมเบอร์เกอร์ พิชซ่า และไก่ทอด เป็นต้น

(2) *ฟาสต์ฟู้ดกลุ่มวัยรุ่น (TEENAGE FASTFOOD)* ขายอาหารประเภทอาหารโดนต์ และไอศกรีม เป็นต้น

3) *แบ่งตามด้านผลิตภัณฑ์ (PRODUCT)* สามารถแบ่งฟาสต์ฟู้ดออกได้ 2 ประเภท คือ

(1) *อาหารประเภทอิม์ท็อง (FULL MEAL)* ร้านอาหารประเภทนี้จะมีอาหารครบทั้งประเภทคาว หวาน และเครื่องดื่ม ซึ่งส่วนใหญ่เป็นประเภท แฮมเบอร์เกอร์ พิชซ่า ไก่ทอด ร้านเอสแอนด์พี และร้านกานดา เป็นต้น

(2) *อาหารประเภทอาหารว่าง (SNACK)* เป็นร้านอาหารประเภทอาหารทานเล่น หรืออาหารว่าง ร้านอาหารประเภทนี้ได้แก่ ร้านประเภทโดนต์ ไอศกรีม และคุกกี้ เป็นต้น

4) แบ่งตามด้านบริการ (SERVICE) สามารถแบ่งออกได้ 2 ประเภท คือ

(1) *ประเภทบริการด้วยตนเอง (COUNTER SERVICE)* เป็นลักษณะการให้บริการที่รวดเร็ว ผู้บริโภคหรือลูกค้าต้องบริการด้วยตนเอง เมื่อได้รับอาหารแล้วต้องจ่ายเงินทันที การให้บริการลักษณะนี้ผู้บริโภคจะได้รับความสะดวก รวดเร็วและไม่ต้องเสียเวลาคอยนาน ฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่จะให้บริการในลักษณะนี้ ซึ่งได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์ โดนต์ ไก่ทอด เป็นต้น

(2) *ประเภทมีพนักงานบริการ (TABLE SERVICE)* การบริการลักษณะนี้ลูกค้าไม่ต้องบริการตนเองแต่จะมีพนักงานคอยให้บริการ ลูกค้าต้องใช้เวลา นั่งรออาหารประมาณ

20 – 30 นาที จึงจะได้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดกลุ่มนี้ ได้แก่ ร้านอาหารประเภทพิซซ่า บาร์บีคิว อาหารไทย เป็นต้น (ศิริพงษ์ จึงประเสริฐศักดิ์ 2538: 33 - 34)

5) แบ่งตามประเภทของอาหารหลัก สามารถแบ่งออกได้ 6 ประเภท คือ

(1) เบอร์เกอร์และฮอตดอก (berger and hot dog) ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายอาหารประเภทนี้ ได้แก่ แมคโดนัลด์ เบอร์เกอร์คิง เป็นต้น

(2) พืชซ่า (pizza) ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายอาหารประเภทนี้ ได้แก่ พืชซ่าฮัท พืชซ่ามอลล์ เซกกีส์พืชซ่า พืชซ่าไฮเวน เป็นต้น

(3) ไก่ (chicken) ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายอาหารประเภทนี้ ได้แก่ เคเอฟซี โบรสเตอร์ เซสเตอร์กิสต์ และป๊อปอายส์ เป็นต้น

(4) โดนัท (donut) ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายอาหารประเภทนี้ ได้แก่ มิสเตอร์โดนัท คังกิ้นโดนัท เป็นต้น

(5) เบเกอรี่ (bakery) ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายอาหารประเภทนี้ ได้แก่ เซ็นท์ชินนาม่อน และคันทรีสโตน เป็นต้น

(6) ไอศกรีมและไอศกรีมประเภทไขมันต่ำ (ice cream and yogurt) ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายอาหารประเภทนี้ ได้แก่ บัตส์ สเวนเซนส์ บาสกิ้น รอบบิ้นส์ และโยเกิร์ต เป็นต้น

1.2 ความเป็นมาของอาหารฟาสต์ฟู้ด

ความเป็นมาของอาหารฟาสต์ฟู้ดแบ่งเป็นความเป็นมาในต่างประเทศ และในประเทศไทย ดังนี้

1.2.1 ความเป็นมาของอาหารฟาสต์ฟู้ดในต่างประเทศ

ฟาสต์ฟู้ด ถือกำเนิดขึ้นในประเทศสหรัฐอเมริกา ประมาณ ค.ศ. 1930 (พ.ศ. 2473) ซึ่งเป็นยุคแห่งการปฏิวัติอุตสาหกรรม สภาพเศรษฐกิจตามเมืองต่างๆ มีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว เมืองใหญ่ที่เป็นเมืองอุตสาหกรรมจะมีประชากรอาศัยอยู่กันอย่างแออัด และมีผลทำให้ค่าครองชีพสูง ทำให้เวลาทุกนาทีที่เสียไปต้องเกิดประโยชน์มากที่สุด และมีความต้องการใช้แรงงานสูง ฉะนั้นคนงานต้องทำงานกันเกินกว่าวันละ 12 ชั่วโมง ในแต่ละหนึ่งวัน จนแทบจะลืมเวลาอาหาร ลืมการพักผ่อน อาหารฟาสต์ฟู้ดหรืออาหารจานด่วน จึงเกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการดำรงชีวิตของชาวอเมริกัน คือ ต้องการความสะดวกรวดเร็ว ความประหยัด ความสะอาด ใช้เวลาในการรับประทานน้อยและราคาไม่แพง สาเหตุที่อาหารราคาแพง เนื่องมาจากต้องบวกค่าบริการ (Service charge) ดังนั้นกลุ่มคนงานและกลุ่มที่มีรายได้ปานกลาง จึงจำเป็นต้องหันมาบริโภคอาหารประเภทที่อิ่มท้อง และรับประทานง่าย ราคาไม่แพง ซึ่งอาหารประเภทนี้เรียกว่า “ฟาสต์ฟู้ด”

(Fast food) หรือ “อาหารจานด่วน” ด้วยเหตุนี้อาหารฟาสต์ฟู้ดจึงได้รับความนิยมอย่างรวดเร็วจากชาวอเมริกัน และคิดเป็นร้อยละ 80 ของจำนวนประชากรทั้งหมด อย่างน้อยที่สุดก็จะรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดนี้เดือนละครั้ง

หนังสือขายดีชื่อ “Fast Food Nation” ของอีริก ชลอสเซอร์ (Eric Schlosser) ได้เปรียบเทียบให้เห็นความนิยมอาหารจานด่วนของคนอเมริกันว่า ปัจจุบันคนอเมริกันใช้จ่ายเงินมหาศาลกับฟาสต์ฟู้ด มากกว่าการจ่ายเงินเพื่อซื้อหนังสือ ดุหนัง ฟังเพลง และมากกว่าที่จะใช้ในการศึกษาต่อในระดับสูง ซื้อคอมพิวเตอร์ หรือรถใหม่ นอกจากนี้กว่าร้อยละ 90 ของเด็กอเมริกันกินแมคโดนัลด์อย่างน้อยเดือนละหน ขณะที่ผู้ใหญ่กินแฮมเบอร์เกอร์อย่างน้อย 3 ครั้ง และเฟรนช์ฟรายส์อย่างน้อย 4 ครั้งต่อสัปดาห์ (จูดีนันท์ ศรีสถิต, อวยพร แต่ชูตระกูล 2546: 21) ซึ่งสาเหตุหนึ่งที่ทำให้วงการอาหารฟาสต์ฟู้ดเจริญเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว จากที่ไม่มีใครรู้จักมาก่อนตั้งแต่ปี ค.ศ. 1930 (พ.ศ. 2473) เพียงระยะเวลาอันสั้นกลับกลายเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลาย (ผ่องพรรณ เกษมสุข 2527 งามาธิปติ : 56-57; อ้างถึงใน รัชณี ยนต์นิยม 2530: 10) กล่าวกันว่าในจำนวนกิจการที่เกี่ยวกับอาหารทั้งหมดของประเทศสหรัฐอเมริกากว่า 360,000 แห่ง เป็นกิจการฟาสต์ฟู้ดประมาณ 70,000 แห่ง (รัชณี ยนต์นิยม 2530: 10 ; อ้างอิงจาก หอการค้าไทย 2526 วิเคราะห์ข่าวเศรษฐกิจ : 1)

กิจการฟาสต์ฟู้ดที่มีชื่อเสียง ได้แก่ แมคโดนัลด์ (McDonald's) ไก่ทอดกรอบ เคนตั๊กกี้ (Kentucky Fried Chicken) เบอร์เกอร์คิง (Burger's King) แลงดังกิ้น โดนัท พิชซ่า ฮัท ไก่ทอดเซ็ท ไก่ทอดป๊อปอาย เซคกี พิชซ่า เอแอนด์ดับบลิว แครีควินส์ ในจำนวนนี้ แมคโดนัลด์เป็นผู้ครองตลาด ความเป็นหนึ่งในกิจการประเภทนี้ซึ่งมีจำนวนสาขาทั้งหมดกว่า 9,000 สาขาทั่วสหรัฐอเมริกา และรวมทั้งในนานาประเทศกว่าอีก 40 ประเทศ การดำเนินธุรกิจอาหารฟาสต์ฟู้ดในประเทศสหรัฐอเมริกา ใช้วิธีที่เรียกว่า ระบบสาขาเช่าช่วงแฟรนไชส์ (FRANCHISE SYSTEM) กล่าวคือ ผู้ลงทุนเปิดกิจการขายอาหารฟาสต์ฟู้ด ย่อมอยู่ภายใต้สิทธิของยี่ห้อฟาสต์ฟู้ดที่มีชื่อเสียง ยี่ห้อใด ยี่ห้อหนึ่ง กิจการในลักษณะนี้มีข้อได้เปรียบกว่าร้านค้าอิสระที่เปิดทำการขายเอง และมีโอกาสไปได้ดีกว่า เพราะการขยายสาขาในลักษณะนี้ช่วยให้สิทธิทางการค้าของธุรกิจฟาสต์ฟู้ดไม่เพียงแต่จะประสบความสำเร็จในประเทศสหรัฐอเมริกาเท่านั้นแต่ยังได้ขยายตัวในยุโรป ออสเตรเลีย และเอเชีย ก็ใช้ระบบนี้เช่นกัน ซึ่งล้วนแต่ประสบความสำเร็จแทบทั้งสิ้น (รัชณี ยนต์นิยม 2530; ศิริพงษ์ จึงประเสริฐศักดิ์: 2538)

จากการศึกษาของนักมนุษยวิทยาในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้แก่ จีน ฮองกง ใต้หวัน เกาหลีใต้ และญี่ปุ่น พบว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดได้รับความนิยมจากผู้บริโภคอย่างกว้างขวาง และมีความเปลี่ยนแปลงในเชิงความสัมพันธ์ทางสังคมอันเกิดจากการเข้ามาของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่แตกต่างกันหลายประการในแต่ละสังคมจนยากจะปฏิเสธ อาจกล่าวได้ว่า ใน

ทุกสังคมการข้ามวัฒนธรรมเข้ามาของอาหารฟาสต์ฟู้ดได้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและผลกระทบทางสังคมและวัฒนธรรมในหลายด้านจนเราอาจจะเชื่อว่าเกิดจากอาหารฟาสต์ฟู้ดเลยทีเดียว (ชาติชาย มุกสง 2550: 202-203)

1.2.2 ความเป็นมาของอาหารฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทย

สำหรับในประเทศไทย ธุรกิจฟาสต์ฟู้ดได้เริ่มเข้ามาจำหน่ายในประเทศเมื่อ 45 ปี ที่ผ่านมามีแต่ในระยะแรกยังไม่ประสบผลสำเร็จทางการค้าเท่าที่ควร จนกระทั่งในปี 2520 เป็นต้นมา ธุรกิจดังกล่าวเริ่มมีกิจการดีขึ้น มีการขยายสาขาเพิ่มขึ้นตามย่านธุรกิจการค้าที่สำคัญของกรุงเทพมหานคร ขณะเดียวกัน ธุรกิจฟาสต์ฟู้ดรายใหม่ๆก็ทยอยเข้าสู่ตลาดเพิ่มขึ้น โดยเกือบทั้งหมดเป็นฟาสต์ฟู้ดระบบแฟรนไชส์จากต่างประเทศ เริ่มจากมิสเตอร์โดนัทในปี 2521 พิซซ่าฮัท ในปี 2523 ดังกิน โดนัทในปี 2524 เซกกีส์พิซซ่าในปี 2525 เอแอนด์ดับบลิวในปี 2526 เคนดิกกี้ฟรายด์ ซิกเก้น และแคร์รี่วินในปี 2527 และแมคโดนัลด์ในปี 2528 นับเป็นจุดเริ่มต้นที่ค่อนข้างสดใสของธุรกิจฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทย ประกอบกับความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจที่เอื้ออำนวยของประเทศในระยะที่ผ่านมา การดำเนินชีวิตของคนในสังคมเมืองที่เปลี่ยนแปลงไปตามกระแสสังคมซึ่งเชื่อมโยงถึงกันได้อย่างรวดเร็วในยุคโลกาภิวัตน์ ทำให้การดำเนินชีวิตของมนุษย์ในทุกมุมโลกตกอยู่ในสภาพของการแข่งขัน การเร่งรัด เพื่อปฏิบัติภารกิจถือเป็นเรื่องปกติวิสัยของคนในสังคมเมือง ในแต่ละวันวัฒนธรรมในการบริโภคอาหารจึงต้องปรับเปลี่ยนไปตามสภาพแวดล้อม อาหารฟาสต์ฟู้ดจึงได้เข้ามามีบทบาทสูงมากในชีวิตประจำวัน เพราะใช้เวลาน้อยในการบริโภคและเป็นอาหารที่มีรสชาติแปลกใหม่น่าลิ้มลอง

ธุรกิจร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ดำเนินกิจการโดยอิสระไม่อยู่ภายใต้ระบบแฟรนไชส์มักได้รับความนิยมจากลูกค้าไม่มากนักเมื่อเทียบกับฟาสต์ฟู้ดในระบบแฟรนไชส์ เนื่องจากธุรกิจฟาสต์ฟู้ดที่อยู่ภายใต้ระบบแฟรนไชส์จะเสนออาหารฟาสต์ฟู้ดจากต้นตำรับซึ่งเป็นที่แพร่หลายในต่างประเทศ ประกอบกับกลยุทธ์การตลาดในการโฆษณาเพื่อส่งเสริมการขาย จึงมีผลให้ผู้ประกอบการธุรกิจฟาสต์ฟู้ดในประเทศไทยต่างขอเข้าร่วมดำเนินธุรกิจภายใต้ระบบแฟรนไชส์กับต่างประเทศ เป็นหลัก (ศิริพงษ์ จึงประเสริฐศักดิ์ 2538: 32) ปัจจุบันเฉพาะในกรุงเทพมหานคร คาดว่ามีฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกรวมกันมากกว่า 100 ร้าน (มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค อ้างถึงใน โครงการสร้างเสริมศักยภาพเด็กไทยในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ยั่งยืน คั่นคืนวันที่ 11 มีนาคม 2552 จาก: <http://www.stou.ac.th/ANU/HealthyThaiTeen>) และได้มีการขยายสาขาไปยังต่างจังหวัดแล้วมากมาย ธุรกิจร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เปิดให้บริการในศูนย์การค้า ต่างก็มีการปรับกลยุทธ์ทางการตลาดเพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์มากขึ้น ทั้งการออกผลิตภัณฑ์ใหม่ๆที่น่าลิ้มลอง ผลิตภัณฑ์อาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพตามกระแสการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จัดโปรโมชันลดราคาอาหาร

แพ็คเก็จซื้อหนึ่งแถมหนึ่ง อย่างเช่น คุณปาริชาติ กรีนวู้ด ผู้จัดการฝ่ายการตลาด บริษัท จีเอฟเอ คอร์ปอเรชั่น (ประเทศไทย) จำกัด ผู้บริหารแบรนด์ร้านอาหาร อาทิ คอฟฟี่ เวิลด์, เดอะ ครีမ် แอนด์ พัดจ์ แพคทอรี่, เดอะ โดนต์ เบเกอร์ เปิดเผยว่าขณะนี้เตรียมเปิดแคมเปญรับซัมเมอร์โดยมุ่งไปที่กลุ่มนักเรียน นักศึกษา เนื่องจากช่วงปิดเทอมและไลฟ์สไตล์ของกลุ่มนักเรียน นักศึกษา จะใช้เวลาในศูนย์การค้าเป็นส่วนใหญ่ ขณะเดียวกันก็จะเพิ่มโปรโมชั่นที่มีความแรงเพื่อดึงคนกลุ่มนี้ให้มากขึ้น ตั้งเป้าเพิ่มปริมาณลูกค้ากลุ่มนี้มากกว่าช่วงปกติอีกร้อยละ 10 ขณะที่นายวิวัฒน์ เลิศประภาพงศ์ ผู้จัดการประจำประเทศไทย บริษัท เอ แอนด์ ดับบลิว เรสเตอรองต์ (ประเทศไทย) เปิดเผยว่า ช่วงหน้าร้อนที่เป็นช่วงหน้าขายบริษัทจะรुकตลาดมากขึ้นเพื่อชดเชยกับ ยอดขายในไตรมาสแรกที่ทรงตัว โดย เอ แอนด์ ดับบลิว ก็จะเน้นการออกสินค้าใหม่ประเภทอาหารหนักมากขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มเบอร์เกอร์ และเน้นทำอินสโตร์ โพรโมชันจัดกิจกรรมตามสาขาต่างๆ เพื่อกระตุ้นยอดขาย (ประชาชาติธุรกิจ คั่นคืนวันที่ 25 มีนาคม 2553 จาก:<http://www.prachachat.net>)

1.3 บทบาทของอาหารฟาสต์ฟู้ดในสังคมสหรัฐอเมริกาและสังคมไทย

1.3.1 บทบาทของอาหารฟาสต์ฟู้ดในสังคมสหรัฐอเมริกา

ความสำเร็จของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดในสหรัฐอเมริกา หากจะมองอย่างกว้างๆถึงลักษณะทั่วไปในสังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ พอสรุปได้ว่า

- 1) ระบบครอบครัวเป็นครอบครัวขนาดเล็ก (nuclear family) ดังนั้นจึงไม่มีความผูกพันกันมากนัก ทำให้ไม่ห่วงเรื่องการกินอาหารพร้อมหน้ากับเครือญาติ
- 2) ชาวอเมริกันมีนิสัยชอบความเป็นอยู่อย่างสบายๆ ง่ายๆ ไม่พิถีพิถัน หรือเอาใจใส่กับเรื่องอาหารการกินมากนัก
- 3) ร้านอาหารทั่วไปในอเมริกา ราคาอาหารค่อนข้างจะแพงมาก เนื่องจากร้านอาหารมีการบวกค่าบริการ (service charge) ค่าเช่าสถานที่ เข้าไปในราคาอาหารด้วย บุคคลที่มีรายได้อาจปานกลาง ถึงระดับต่ำ ไม่สามารถจะเข้าทานได้
- 4) สภาพทางเศรษฐกิจ โดยทั่วไปของคนอเมริกันนั้น ทำให้ทุกคนต้องทำงานแข่งขันกับเวลา เพื่อความอยู่รอดในสังคม ทุกคนจึงจะต้องทำงานช่วยเหลือตัวเอง ดังนั้นคนส่วนใหญ่จึงไม่ยอมเสียเวลามากนักในการรับประทานอาหาร

จากสภาพเช่นนี้จึงเป็นเงื่อนไขที่ทำให้ธุรกิจร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสำคัญต่อลักษณะการบริโภคของคนอเมริกาที่เปลี่ยนแปลงไป และกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของชาวอเมริกัน (ชนุคร ชาญวิรวงศ์ 2541: 25-26)

1.3.2 บทบาทของอาหารฟาสต์ฟู้ดในสังคมไทย

เมื่อแรกเข้ามาสู่สังคมไทยอาหารฟาสต์ฟู้ดถูกให้ความหมายว่า ไม่ใช่เป็นแค่

อาหารที่สามารถปรุงด้วยคนส่วนที่คนซื้อแล้วได้กินทันที ไม่ต้องเสียเวลารอเพราะคนขายทำเสร็จแล้วล่วงหน้าเท่านั้น ในความหมายของที่ปรากฏตามสื่อมวลชน “ต้องยกให้หมายถึงเฉพาะอาหารฝรั่งเท่านั้น จึงจะโก้ ทั่วๆที่อาหารฝรั่งที่เป็นฟาสต์ฟู้ด ไม่มีความโก้เลย เจ้าตำรับนำอาหารประจำวันพื้นที่คนส่วนใหญ่ชอบกินอยู่แล้ว และเป็นอาหารที่ทำสำเร็จได้ง่าย มาเสนอขายโดยเน้นความสะดวกและราคาถูก จึงกลายเป็นที่นิยม” ซึ่งความหมายที่อธิบายข้างต้นเป็นความหมายเดิมของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เกิดขึ้นในบริบทของวัฒนธรรมอเมริกันในช่วงแรกที่มีความนิยมอาหารประเภทนี้เกิดขึ้น และต่อมาความหมายในสังคมอเมริกันเองก็เปลี่ยนแปลงไปด้วยเช่นกัน ความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ทุกคนเน้นมากที่สุดและเห็นพ้องต้องกันมากที่สุดในความคิดหวังที่มีต่ออาหารประเภทนี้ก็คือ ความสะดวก เพราะคำว่าฟาสต์ฟู้ดนั้นสิ่งที่สำคัญที่สุดมาเป็นอันดับหนึ่งก็คือ ความสะดวก รองลงไปคือคุณภาพ และความสะอาด ก็ต้องการให้ลูกค้ามีความสะดวกสบายเป็นหลัก อย่างช่วงการเดินทางออกจากบ้าน หรือก่อนกลับบ้าน ถ้าอยากจะรับประทานจะต้องแวะเข้าไปได้ง่าย แต่ในเมืองไทยยังไม่สามารถรองรับบริการได้ทั้งหมด

ฟาสต์ฟู้ดยังคงเป็นธุรกิจที่มีอัตราการเติบโตอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง ทั้งนี้เป็นผลจากการขยายตัวทางเศรษฐกิจ และพฤติกรรมของผู้บริโภคที่เปลี่ยนแปลงไปตามความเติบโตของสังคมและความสะดวกรวดเร็วในการบริโภค ประกอบกับผลิตภัณฑ์ที่นำออกจำหน่ายได้รับการยอมรับในเรื่องของความสะอาดและมาตรฐานของสินค้า เมื่อผู้บริโภคมีรายได้สูงขึ้น การบริโภคฟาสต์ฟู้ดจึงได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะในหมู่วัยรุ่นใหม่ (ศิริพงษ์ จึงประเสริฐศักดิ์ 2538: 38)

สุนิสา ชันธสะอาด (2543: 61) ได้ระบุถึงสาเหตุที่ทำให้อาหารฟาสต์ฟู้ดได้รับความนิยมหรืออยู่ได้นานกว่า 30 ปีในสังคมไทยนั้น ส่วนหนึ่งน่าจะเป็นเพราะร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกในเมืองไทยได้รับความนิยมนั้นเนื่องจาก **บทบาทของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด** ที่ดำรงอยู่ในสังคมไทยอันได้แก่

- 1) บทบาทในการตอบสนองความต้องการของร่างกายให้พ้นจากภาวะ “ความหิว” ได้ในระดับหนึ่ง
- 2) บทบาทในการแสดงออกถึงความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน เป็นที่แสดงออกถึงความทันสมัย เป็นที่แสดงออกถึงสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกันของกลุ่มวัยรุ่น และเป็น ที่แสดงออกถึงความอิสระในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามความนิยมของกลุ่ม
- 3) เป็นทางเลือกรูปแบบหนึ่งในการบริโภค โดยเฉพาะในยามที่ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร เพราะเป็นอาหารที่แตกต่างจากอาหารไทยทั่วไป

4) เป็นที่พบปะสังสรรค์ นัดหมาย เป็นแหล่งนัดพบกัน รวมทั้งเป็นที่พักผ่อนของร่างกายภายหลังจากความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้ามาทั้งวัน

อาหารฟาสต์ฟู้ดเข้าสู่วิถีชีวิตของคนไทยเพราะเป็นทางเลือกของการบริโภคอาหารอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจกลายเป็นแบบแผนการบริโภค (Food pattern) ของคนไทยได้ในอนาคต

สมิง เก่าเจริญ กรรมการเครือข่ายคนไทยไร้พุงแถลงข่าวเครือข่ายคนไทยไร้พุง เรื่อง "พุงปลิ้น เพราะกินอาหารนอกบ้าน" ที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) กล่าวว่า จากข้อมูลของศูนย์วิจัยกสิกรรมพบว่า คนไทยรับประทานข้าวนอกบ้านอาทิตย์ละ 13 มื้อ คนกรุงเทพฯรับประทานข้าวนอกบ้านบ่อยที่สุด ขณะที่คนอีสานนิยมรับประทานอาหารที่ปรุงเองมากที่สุด โดยคนไทยจัดว่ารับประทานอาหารนอกบ้านมากเป็นอันดับหนึ่ง เมื่อเทียบกับเพื่อนบ้านอย่าง สิงคโปร์ มาเลเซีย คนไทยจ่ายเงินค่าอาหารนอกบ้านเดือนละ 927 บาท ต่อครัวเรือน มูลค่าของธุรกิจร้านอาหารในไทยปี 2551 สูงถึง 1 แสนล้านบาท ร้านอาหารประเภทบริการด่วนกว่า 1,000 แห่งเติบโตสูงสุด เกือบร้อยละ 90 เป็นแฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด ส่วนแบ่งตลาดเป็นไก่ ร้อยละ 40 แซมเบอร์เกอร์ ร้อยละ 20 พิซซ่า ร้อยละ 15 ไอศกรีม ร้อยละ 10 ฯลฯ

ฉันท คุรุฑกุล แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคหัวใจและโภชนาการคลินิก โรงพยาบาลรามารักษา กล่าวว่า อาหารที่คนไทยรับประทานนอกบ้าน 5 ลำดับ คือ 1.พิซซ่า 315 กิโลแคลอรีต่อชิ้น 2.แซมเบอร์เกอร์ชีส 410 แคลอรีต่อชิ้น 3.ไก่ทอด+ มันฝรั่ง+น้ำอัดลม 1 ชุดมี 1,025 แคลอรี 4.ผัดไทย 700 แคลอรีต่อจาน 5.สลัด (พลังงานสูง) ประเภทน้ำซัน 580 แคลอรี “การรับประทานอาหารนอกบ้านทำให้ได้แคลอรีสูงกว่าคนที่ทำกับข้าวรับประทานเองถึงวันละ 290 แคลอรี เพราะอาหารที่ร้านมักใช้น้ำมันมากแถมมีเมนูอ้วนๆ ไม่รู้จบ หากทำเองจะจำกัดได้ว่าควรทานอะไรไว้วัดดูคิบัลไหน จะทำให้หลีกเลี่ยงจากความอ้วนได้มากขึ้น” (หนังสือพิมพ์มติชน วันที่ 31 มกราคม พ.ศ. 2551 ปีที่ 31 ฉบับที่ 10918)

1.4 คุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด

อาหารฟาสต์ฟู้ดนั้นหากินได้ง่าย สะดวกและรวดเร็ว และมีรสชาติ หวาน มัน เค็ม ถูกปากคนไทย เนื่องจากทุกวันนี้วิถีชีวิตและพฤติกรรมกรรมการบริโภคของคนไทยเปลี่ยนไปจากเมื่อก่อน โดยเฉพาะในวัยรุ่นที่ถือว่าเป็นคนรุ่นใหม่ซึ่งได้รับอิทธิพลการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก กลายเป็นแฟชั่นที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย จนทำให้ลืมนึกกันไปว่า อาหารประเภทนี้ไม่ค่อยมีประโยชน์ มีสารอาหารไม่ครบถ้วน ไม่ขาด ก็กินไปอย่างใดอย่างหนึ่ง(โครงการเด็กไทยสุขภาพดี คืบคืบวันที่ 03 มิถุนายน 2552 จาก:<http://www.nestle.co.th>)

อาหารฟาสต์ฟู้ดนั้นประกอบไปด้วย แป้ง เนื้อสัตว์ ที่ถูกแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ให้เลือก เช่น ไส้กรอก แฮม เบคอน ไก่ทอด นอกจากนี้ จะเป็นส่วนผสมจำพวกเนย ชีส และผักสด

ฟาสต์ฟู้ดที่เป็นที่นิยม คือ แฮมเบอร์เกอร์ แซนวิช สอทอด ไก่ทอด มันฝรั่งทอดและพิซซ่า อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเข้ามามีบทบาทในชีวิตของคนไทยเราอย่างยากที่จะหลีกเลี่ยงได้ การรู้ถึงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ด จึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้บริโภคอย่างมาก เพราะผู้บริโภคคือผู้ที่ตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหาร

จากการศึกษาของสถาบันวิจัยโภชนาการ พบว่า ในอาหารฟาสต์ฟู้ดมีคุณค่าสารอาหารของแร่ธาตุเหล็ก แคลเซียม แมกนีเซียม ฟอสฟอรัส อยู่ค่อนข้างต่ำถึงต่ำมาก มีส่วนประกอบของกากใยของอาหารน้อย ถ้ารับประทานมากเกินไปอาจทำให้ถ่ายยาก เป็นริดสีดวงทวาร โรคไตไส้ใหญ่โป่งพอง และโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ นอกจากนี้ไขมันอิ่มตัวยังทำให้ร่างกายลดความสามารถในการกำจัดโคเลสเตอรอล

คุณค่าในเชิงโภชนาการของฟาสต์ฟู้ดไทยจะมีความได้เปรียบกว่าฟาสต์ฟู้ดอเมริกันในหลายประการ เช่น มีกากใยอาหารมากกว่า และมีพืชสมุนไพรผสมอยู่มากมาย เช่น กระเพรา หัวหอม ใบโหระพา นอกจากนี้ ราคายังถูกกว่ามาก และสามารถรับประทานได้โดยไม่ต้องกลัวความอ้วนมากมายนัก (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 20-21)

สารอาหารในฟาสต์ฟู้ดอเมริกัน จะประกอบไปด้วยสารอาหารดังนี้

- 1) โซเดียม ปริมาณโซเดียมในอาหารก็คือ ปริมาณเกลือ (โซเดียมคลอไรด์) โซเดียมมีส่วนเกี่ยวข้องกับโรคความดันโลหิตสูง ปริมาณที่แนะนำในการรับประทานคือ 920-2,300 มิลลิกรัมต่อวัน ปริมาณต่ำสุดคือ ปริมาณที่ร่างกายได้รับแล้วเกิดประโยชน์ ส่วนถ้าได้รับเกินปริมาณสูงสุดอาจเกิดภาวะเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 22) และเพิ่มโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจอีกด้วย (สถาบันโภชนาการ มปป. อ้างถึงในสำออง สืบสมาน 2545: 9) พบว่า ฟาสต์ฟู้ดหลายชนิดมีปริมาณโซเดียมคลอไรด์อยู่ระหว่าง 1,000-2,500 มิลลิกรัม
- 2) เส้นใยอาหาร ควรรับประทานวันละ 30 กรัม เพื่อป้องกันโรคท้องผูก โรคหัวใจ มะเร็งในทางเดินอาหาร ริดสีดวงทวาร ซึ่งพบว่าส่วนใหญ่อาหารจำพวกนี้มีเส้นใยน้อย
- 3) ไขมัน ปกติร่างกายควรได้รับประทานอาหารที่มีไขมันต่ำ คือให้พลังงานไม่เกินร้อยละ 30 ของพลังงานที่ได้จากอาหารหนึ่งมื้อ ถ้าอาหารชนิดนั้นให้พลังงานจากไขมันถึงร้อยละ 50 ถือว่าเป็นอาหารที่มีไขมันสูง (ไขมัน 5 กรัม ประมาณ 1 ช้อนชา) ฟาสต์ฟู้ดอเมริกันแต่ละชนิดให้ไขมันประมาณ 33-60 เปอร์เซ็นต์ในเพศชาย และให้ไขมันประมาณ 45-90 เปอร์เซ็นต์ในเพศหญิง
- 4) โปรตีน ปริมาณที่เหมาะสมคือไม่เกินร้อยละ 15 ของพลังงานที่ได้จากอาหารทั้งหมด อาหารฟาสต์ฟู้ดโดยเฉลี่ยจะให้โปรตีนประมาณร้อยละ 50-100 ของความต้องการของร่างกาย

5) คาร์โบไฮเดรต ร่างกายควรได้รับคาร์โบไฮเดรตจากข้าว ธัญพืช ขนมปัง และ พาสต้า ให้ได้พลังงานร้อยละ 55 หรือมากกว่า ส่วนใหญ่คนตะวันตกรับประทานคาร์โบไฮเดรตไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย และในฟาสต์ฟู้ดพบว่า มีปริมาณคาร์โบไฮเดรตต่ำกว่าความต้องการของร่างกายเล็กน้อย โดยส่วนใหญ่ของอาหารฟาสต์ฟู้ดมีปริมาณคาร์โบไฮเดรตประมาณ ร้อยละ 29-36 (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 22)

6) น้ำตาล ในอาหารฟาสต์ฟู้ดและจังก์ฟู้ดประเภท น้ำอัดลม ลูกอม โดนัท นั้นจะมีระดับน้ำตาลในปริมาณสูงมาก การที่เราบริโภคเข้าไปในปริมาณมากย่อมส่งผลเสียโดยตรงต่อการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักตัว อาจทำให้เกิดโรคอ้วน เบาหวาน และเป็นต้นเหตุของการเกิดฟันผุ

สำหรับคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนแบบตะวันตกนั้นสามารถแสดงเป็นตารางสัดส่วนของพลังงานที่ได้จากอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทต่างๆ ดังนี้

ตารางที่ 2.1 แสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ดและจังก์ฟู้ดต่อ 1 หน่วยบริโภค

รายการอาหาร	น้ำหนัก (กรัม)	น้ำหนักสารอาหาร (กรัม)			สัดส่วนพลังงานจากอาหาร (%)			พลังงาน (kcal)	คอเลสเตอรอล (mg)
		โปรตีน	ไขมัน	คาร์โบไฮเดรต	โปรตีน	ไขมัน	คาร์โบไฮเดรต		
ฟาสต์ฟู้ดประเภทต่างๆ									
แฮมเบอร์เกอร์	211.78	27.62	35.71	41.44	19.06	55.45	28.60	579.60	83.74
Big Mc									
ชีสเบอร์เกอร์	71.07	27.94	31.82	30.86	21.42	54.90	23.66	521.64	60.40
แซนวิชไก่	159.66	68.02	20.25	26.71	56.18	37.63	22.06	484.3	80.14
อกไก่ทอด	106.87	26.17	17.44	10.15	34.62	51.91	13.43	302.37	91.97
น่องไก่ทอด	62.34	14.80	10.68	4.42	34.55	56.09	10.32	171.37	73.46
พิซซ่าเนื้อ	252.52	49.27	34.77	66.64	26.76	42.48	36.19	736.58	55.60
พิซซ่าซูพรีเม	230.04	29.05	28.06	49.00	20.57	44.71	34.70	564.79	81.78
พิซซ่าทะเล	221.89	29.48	15.22	66.19	22.69	26.36	50.95	519.69	76.74

* คำนวณจาก สารอาหารxพลังงานที่ได้รับจากสารอาหารต่อกรัมx100/พลังงานทั้งหมด แหล่งข้อมูลปรับปรุงจาก เพลินใจ และคณะ อ้างถึงโดย สิริรินทร์ พิบูลนิยม กินตามกระแส และแพชั่น วารสาร โภชนาการ ปีที่ 35 ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2543

ตารางที่ 2.1 แสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ดและจังก์ฟู้ดต่อ 1 หน่วยบริโภค จะเห็นว่าอาหารส่วนใหญ่ให้พลังงานในสัดส่วนที่ไม่สมดุล คือพลังงานที่ได้จากไขมันจะสูงกว่าร้อยละ 30 ทั้งสิ้นยกเว้นพิซซ่าทะเลที่ให้พลังงานจากไขมันต่ำกว่าร้อยละ 30 อย่างไรก็ตาม พืชทะเลจะให้คอเลสเตอรอลในปริมาณสูงเช่นเดียวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดอื่นๆ

อาหารฟาสต์ฟู้ดชนิดที่นิยมรับประทานมาก เช่น ชีสเบอร์เกอร์กับมันฝรั่งทอด และ เครื่องดื่มโคล่าขนาดใหญ่จะให้พลังงานสูงถึง 1,100-1,243 กิโลแคลอรี คิดเป็นร้อยละ 75 ของ ปริมาณพลังงานที่เด็กไทยวัย 7-10 ปี ควรได้รับแต่ละวัน นอกจากนี้พลังงานส่วนใหญ่มาจากไขมัน อิ่มตัวและน้ำตาล (ริดเธอร์ส ไคเจส 2544 อ้างถึงใน สำอาง สืบสมาน 2545: 9) หากร่างกายได้รับ พลังงานมากกว่าที่ควรจะได้รับในแต่ละวันจะทำให้ร่างกายสะสมพลังงานเหล่านั้นในร่างกาย เกิดผลเสียด้านสุขภาพและหากบริโภคอาหารที่มีไขมันสูง ร่างกายไม่สามารถนำไปใช้ได้หมดจะทำให้มีไขมันในกระแสเลือดมากไปเกาะบริเวณผนังหลอดเลือด ทำให้หลอดเลือดตีบ หัวใจต้อง ทำงานหนักทำให้เกิดโรคหัวใจได้ (สถาบันโภชนาการ มปป. อ้างถึงใน สำอาง สืบสมาน 2545: 9)

1.6 ผลกระทบจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

1.6.1 ผลกระทบด้านสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ผลเสีย ของการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดมากเกินไปและเป็นระยะ เวลานาน คือ

- 1) เสี่ยงต่อการเกิดท้องผูก โรคกรดสีดวงทวาร โรคมะเร็งลำไส้ เนื่องจากมี ากาใยอาหารน้อย
- 2) เนื่องจากเป็นอาหารที่มีเกลือโซเดียมสูง ทำให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเกิด โรคความดันโลหิตสูง มะเร็งที่กระเพาะอาหาร และทำให้ไตต้องทำงานหนัก
- 3) เกิดการสะสมของไขมันและมีไขมันในเลือดสูง ทำให้เสี่ยงต่อการเกิด โรคอ้วน โรคหัวใจขาดเลือดและความดันโลหิตสูง ไขมันอิ่มตัว “ทรานส์แฟท” เป็นไขมันที่ใส่ โทษต่อร่างกาย โดยจะไปอุดตันเส้นเลือดแดง และมักใช้ในการประกอบอาหารหลายอย่าง เช่น โคนัท เฟรนช์ฟรายส์ ขนมอบกรอบ และไก่ทอด (ฐิตินันท์ ศรีสถิต, อวยพร แต่ชูตระกูล 2546: 31)

แต่เดิมกลุ่มคนที่เป็นโรคเหล่านี้จะมีอายุประมาณ 40-50 ปี เมื่อไม่มีฟาสต์ฟู้ด อเมริกัน ปัจจุบันพบว่า คนอายุเพียง 30 ก็เป็นโรคเหล่านี้แล้ว ซึ่งสอดคล้องกับภาวะอ้วนของเด็ก วัยรุ่นในปัจจุบัน จากการสำรวจผู้รับบริการตรวจสุขภาพตามห้างสรรพสินค้า ในระยะเวลา 4-5 ปี ของสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า กลุ่มเด็กวัยรุ่นมีปัญหาเรื่องโรคอ้วนเพิ่ม มากขึ้น เด็กผู้ชายมีภาวะอ้วนสูงถึง 16 เปอร์เซ็นต์ และ 13 เปอร์เซ็นต์ในเด็กผู้หญิง จากจำนวนเด็ก ประมาณ 300 คน และเช่นเดียวกันกับประเทศสหรัฐอเมริกาที่พบว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เส้น เลือดของเด็กอุดตัน และเริ่มมีอาการของเส้นเลือดตีบ บางรายถึงขั้นเสียชีวิต ทั้งๆที่อายุอยู่ในช่วง 7- 24 ปีเท่านั้น (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 31)

อาหารฟาสต์ฟู้ดมีผลกระทบต่อสุขภาพ จากการฟ้องร้องแมคโดนัลด์ของ เดฟ มอริส และ เฮเลน สตีล ต่อศาลอังกฤษเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด คณะผู้พิพากษาได้ประกาศ

คำพิพากษาในรายงานจำนวน 309 หน้า ซึ่งตัดสินว่าอาหารของแมคโดนัลด์สัมพันธ์กับความเสี่ยงในการเป็นโรคหัวใจค่อนข้างมาก ต่อมากลุ่มเด็กชวอนนิวยอร์กจำนวน 8 คน ฟ้องร้องต่อแมคโดนัลด์ โดยกล่าวหาว่าแมคโดนัลด์ละเมิดกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภคในข้อหาทะเลาะเถียงจะชี้แจงอย่างละเอียด ให้ลูกค้าทราบว่า อาหารจานด่วนทั้งแฮมเบอร์เกอร์และมันฝรั่งทอด ล้วนมีความเสี่ยงต่อสุขภาพ โดยอาจทำให้พวกเขาเป็น โรคอ้วนและเบาหวานได้ ทั้งนี้เด็ก 1 ใน 8 คนเคยกินอาหารของแมคโดนัลด์ วันละ 3 มื้อ ติดต่อกันนาน 3 ปี ขณะที่เด็กอีกคนบอกว่า “กินแมคัมฟิฟตอนเช้า และกินบีกแมคตอนเย็นเป็นประจำ” เด็กรายหนึ่งมีน้ำหนักมากถึง 181 กิโลกรัม และกำลังทุกข์ทรมานจากโรคเบาหวาน โดยเชื่อว่าเป็นเช่นนี้เพราะกินแมคโดนัลด์เกือบทุกวันตั้งแต่ 6 ขวบ ฝ่ายทนายของแมคโดนัลด์โต้แย้งว่า คนไม่ได้อ้วนขึ้นได้ภายในคืนเดียว และเราต่างก็รู้มานานแล้วว่าแฮมเบอร์เกอร์และเฟรนช์ฟรายส์จะมีผลอย่างไรต่อร่างกาย เมื่อต้นปี 2546 ผลพิพากษาของคดีนี้ปรากฏว่า ศาลปฏิเสธที่จะรับคำฟ้องของกลุ่มเด็กดังกล่าว โดยระบุว่าบรรดาลูกค้าของแมคโดนัลด์ทุกคนต่างทราบว่า การกินฟาสต์ฟู้ดในปริมาณที่มากเกินไปจะส่งผลเสียต่อสุขภาพ (จิตินันท์ ศรีสถิต, อวยพร แต่ชูตระกูล 2546: 27, 30)

สมคิด สัญญาณเฟื่องฟูไชย (2552: 25) ระบุว่า อาหารจานด่วนหรืออาหารสำเร็จรูป ซึ่งมีส่วนประกอบหลักคือ แป้ง น้ำตาล และไขมัน รวมถึงขนมขบเคี้ยว ขนมหวาน ลูกอม น้ำหวาน และน้ำอัดลม อันเป็นของโปรดของเหล่าเด็กๆ หากคุณพ่อคุณแม่เปิดโอกาสให้ลูกได้กินเป็นประจำ นอกจากจะส่งผลกระทบต่อภาวะโภชนาการและโรคต่างๆ แล้วยังส่งผลให้เด็กได้รับพลังงานเกินความต้องการ ซึ่งนำไปสู่ภาวะโภชนาการเกินและปัจจัยเสี่ยงต่อโรคอ้วนด้วย เด็กเล็กที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอ้วนมากจนเกินไป ร่างกายจะมีการปรับหน่วยควบคุมความหิวให้กำหนดระดับความอ้วนสูงขึ้น ทำให้ร่างกายต้องการอาหารในปริมาณมากขึ้นเกินความจำเป็น รวมถึงการกินเร็วเกินไป ก็จะทำให้ร่างกายรู้สึกอิ่มช้า ส่วนเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดโรคอ้วนได้ทั้งสิ้น

ความเข้าใจว่าเด็กอ้วนเป็นเด็กที่มีสุขภาพดีนั้น เป็นความเข้าใจผิดๆของผู้ใหญ่หลายคนที่เป็นเหตุผลหนึ่งซึ่งทำให้เกิดโรคอ้วนในเด็ก โรคอ้วนที่อาจดูแล้วไม่น่ากลัว แต่หากคุณพ่อคุณแม่ไม่ทำความเข้าใจและตระหนักถึงผลกระทบของโรคอ้วนแล้วก็จะพบว่า โรคอ้วนเป็นสัญญาณอันตรายของโรคร้ายหลายๆโรค ที่ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตทั้งปัจจุบันและอนาคต เป็นปัญหาใหญ่ที่อาจคาดไม่ถึง ดังกล่าวที่ว่า “เด็กอ้วนในวันนี้ คือผู้ใหญ่อ้วนในวันหน้า” และจากสถิติพบว่า ผู้ใหญ่อ้วนประมาณร้อยละ 50 เคยเป็นเด็กอ้วนที่เคยคิดว่าน่ารักมาก่อน แน่แน่นอนว่าผลกระทบที่เกิดจากโรคอ้วนในวัยเด็กย่อมส่งผลกระทบต่อระยะยาวไปถึงวัยผู้ใหญ่ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

1) ผลกระทบต่อร่างกาย เด็กที่เป็นโรคอ้วนจะมีการเคลื่อนไหวร่างกายที่เชื่องช้า อ้วนอ้าย และมีความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆต่ำกว่าเด็กปกติ นอกจากนี้ผลกระทบต่อร่างกายโดยตรงคือ ต้องแบกรับน้ำหนักตัวที่มากเกินไป มีโครงสร้างร่างกายที่ผิดปกติ อีกทั้งยังมีภาวะและโรคอันตรายที่เป็นอันตรายที่เป็นผลจากโรคอ้วน เช่น โรคกระดูกและข้ออักเสบ โรคเบาหวานและภาวะต่อต้านอินซูลิน ภาวะหยุดหายใจขณะนอนหลับ โรคความดันโลหิตสูง ไชมันในเลือดสูง โรคนี้้วนในถุงน้ำดี โรคมะเร็ง โรคผิวหนัง

2) ผลกระทบต่อพัฒนาการของเด็ก หากลูกของคุณมีน้ำหนักตัวมากกว่าปกติจะมีการเจริญเติบโตเข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็วกว่าเด็กปกติ โดยเฉพาะในเด็กอ้วนเพศหญิงพบว่า จะมีประจำเดือนครั้งแรกเร็วขึ้น คืออายุประมาณ 9 – 10 ปี ซึ่งเด็กหญิงปกติจะมีประจำเดือนครั้งแรกเมื่ออายุประมาณ 11 – 12 ปี การที่ร่างกายเปลี่ยนแปลงเร็วเกินไปนั้น ส่งผลให้เด็กขาดความพร้อมในการดูแลตัวเอง รู้สึกว่าตนเองแตกต่างจากเพื่อนๆจนอาจกลายเป็นปมด้อย หากขาดการดูแลเอาใจใส่และให้คำแนะนำที่ดี ก็อาจกระทบกระเทือนต่อภาวะจิตใจและชีวิตประจำวันของเด็กได้ง่าย

3) ผลกระทบต่อจิตใจและสังคม เด็กที่มีปัญหาโรคอ้วนส่วนมากจะมีผลกระทบต่ออารมณ์ชีวิตและการเข้าสังคม โดยเฉพาะสังคมเพื่อนซึ่งเป็นสังคมที่มีอิทธิพลต่อเด็กอย่างมาก เด็กที่เป็นโรคอ้วนจึงต้องแบกรับน้ำหนักตัวมาก ทำให้เคลื่อนไหวช้า จึงเป็นจุดสนใจของเหล่าเพื่อนฝูง และมักถูกล้อเลียนหรือแกล้งให้เกิดความอายและขาดความมั่นใจในตนเอง ไปในที่สุด ปัญหาทางด้านร่างกายทำให้เด็กไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมในโรงเรียนได้อย่างปกติ เช่น การเล่นกีฬาในวิชาพลศึกษา เด็กอ้วนจึงเข้าสังคมกับเพื่อนไม่ได้ ปัญหาเหล่านี้ส่งผลให้เด็กพยายามแยกตัวออกจากสังคมมาอยู่คนเดียว หรืออยู่ติดกับครอบครัวจนเกินไป ไม่กล้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน จำกัดตนเองอยู่ในโลกแคบๆ ที่สำคัญคือส่งผลให้เด็กเกิดความเครียดจนกระทบต่อสภาวะจิตใจในระยะยาว มักพบว่าเมื่อเด็กอ้วนที่ยังเครียดจากการเข้ากับสังคมไม่ได้จะยิ่งกินมากขึ้น ทำให้เพิ่มความอ้วนได้อย่างรวดเร็วและเกิดปัญหาโรคอ้วนต่อไปไม่รู้จบ

ผลกระทบที่ได้กล่าวมานั้นไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในช่วงวัยเด็กเท่านั้น แต่มีแนวโน้มส่งผลกระทบในระยะยาว เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น เด็กก็จะมีสังคมที่กว้างมากขึ้น เด็กอ้วนก็จะยังเกิดความวิตกกังวลต่อรูปร่างตัวเองมากขึ้นด้วย (สมคิด สัตยญาณเพ็ญฟูไชย 2552: 31 - 37)

4) อาหารฟาสต์ฟู้ดมีผลต่อพัฒนาการทางการเรียนของเด็ก หนังสือพิมพ์รายวัน"เดอะ เทเลกราฟ" ประเทศอังกฤษ เสนอข่าวว่า ได้มีการศึกษากับเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาอเมริกัน จำนวน 5,500 คน พบว่า เด็กคนที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด อาทิตย์หนึ่งมากกว่าสามมื้อ ต่างทำคะแนนในการทดสอบได้ต่ำ บางคนทำคะแนนในวิชาทักษะการอ่าน และวิชาคณิตศาสตร์ได้ต่ำกว่าเพื่อน เฉลี่ยถึงร้อยละ 16 คณะนักวิจัยมหาวิทยาลัยเวเนเดอเบียท์ ที่รัฐ

เทนเนสซี ได้ศึกษาด้วยการติดตามนิสัยการกินของเด็กนักเรียนที่อยู่ในวัย 10-11 ขวบ เปรียบเทียบกับผลของการทดสอบวิชาทักษะการอ่านและวิชาคณิตศาสตร์ หลังจากที่ได้ ทราบว่าเด็กเหล่านั้นกว่าครึ่ง กินอาหารฟาสต์ฟู้ดมาเมื่อสัปดาห์ก่อน คนละ 3 มื้อ รายงานผลการศึกษาแจ้งว่า โดยปกติแล้วเด็กจะทำคะแนนในการทดสอบ ได้มาก ระหว่าง 58-181 คะแนน หรือคะแนนเฉลี่ย 14.5 คะแนน แต่นักเรียนที่กินฟาสต์ฟู้ดบ่อย สัปดาห์หนึ่ง 4-6 ครั้ง จะทำคะแนนได้ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยเกือบ 7 คะแนน ยิ่งผู้ที่กินวันละ 1 ครั้ง จะทำคะแนนได้ต่ำลง 16 คะแนน และโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่กินทุกวันวันละ 3 มื้อ ทำคะแนนตกต่ำลงถึง 19 คะแนน

1.6.2 ผลกระทบด้านครอบครัวจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

วัฒนา สุวรรณแสง จันเจริญ ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับผลกระทบของอาหารฟาสต์ฟู้ดว่า ธุรกิจฟาสต์ฟู้ด เป็นอุตสาหกรรมชนิดหนึ่งที่มีส่วนในการพัฒนาเศรษฐกิจ การจ้างงานในประเทศไทย คนมีงานทำมากขึ้น แต่หากย้อนกลับมามองครอบครัวอาจมีผลกระทบด้านลบต่อเศรษฐกิจของครอบครัว เพราะถ้าไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดจะต้องใช้จ่ายต่อมื้อมากขึ้น และมีผลกระทบโดยตรงต่อความสัมพันธ์ภายในครอบครัว สมาชิกในครอบครัวใกล้ชิดกันน้อยลง เนื่องจากต่างคนต่างแสวงหาอาหารที่ตนเองชอบและใช้เวลาอยู่นอกบ้านมากขึ้น ซึ่งอาจทำให้เกิดปัญหาต่อครอบครัวและสังคมได้ (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 29-30)

1.7 ข้อควรปฏิบัติในการเลือกบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดให้มีคุณค่า

ปัจจุบันการดูแลสุขภาพ และเอาใจใส่ต่อสุขภาพนั้นกำลังเป็นกระแสความนิยม และมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ไม่เว้นกระทั่งในกลุ่มธุรกิจ Fast Food ที่ทำการประชาสัมพันธ์ในเรื่องของอาหารเพื่อสุขภาพ ดังนั้นผู้บริโภคจึงควรที่จะทราบถึงข้อควรปฏิบัติในการเลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อให้ได้คุณค่าทางอาหารที่เหมาะสมและเกิดประโยชน์ต่อร่างกายของผู้บริโภค

ข้อควรปฏิบัติในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้มีนักวิชาการหลายท่านแนะนำข้อควรปฏิบัติไว้ ดังนี้

- 1) อย่ารับประทานเป็นของว่างหรือขนม เพราะอาหารฟาสต์ฟู้ดมีแคลอรีสูง เทียบเท่ากับอาหารเต็มมื้อ
- 2) เลือกขนาดเสิร์ฟก่อนรับประทานและรับประทานให้น้อยลง เช่น พิซซ่า 1 ที่ควรรับประทานไม่เกินครั้งที่ หรือรับประทานแฮมเบอร์เกอร์ โดยไม่มีมันฝรั่งทอด ก็จะลดปริมาณไขมันลงได้
- 3) ระวังการตั้ง ถ้ากำลังระวังเรื่องเกลือก็อาจสั่งไม่ใส่เกลือ หรือไม่ควรตั้งเนยโรยหน้าพิซซ่ามากเป็นพิเศษ เพราะอาจจะทำให้ได้ไขมันมากด้วยเช่นกัน

4) ควรเลือกชนิดของอาหารอย่างถี่ถ้วน เพราะอาหารบางชนิดมีปริมาณไขมันมากกว่าชนิดอื่น

5) ไม่ควรรับประทานซ้ำชนิด จำเจ

6) อย่ารับประทานเกินสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 33)

7) เลือกรับประทานสลัด แต่ต้องระวังเรื่องของน้ำสลัดด้วย ต้องเลือกเอาชนิดที่

Low Fat และพยายามเน้นรับประทานเฉพาะผักสด

8) เลือกรับประทานมันอบแทนมันฝรั่งทอด

9) พยายามงดแซนดวิชปลา เนื่องจากกรดไขมันทำให้มีไขมันสูง

10) เลือกดื่มนมชนิดไขมันต่ำ หรือน้ำผลไม้ แทนเครื่องดื่มโคล่า

11) สำหรับพิซซ่านั้น เลือกชนิดที่มีชีสน้อยๆ และเป็นพิซซ่าหน้าผัก (Topping)

ดีกว่าหน้าซอส หรือPeperoni

12) อย่าสั่งอาหารที่มีคำว่า สองเท่า มหิมา ขนาดยักษ์ (Double, Ultimate, Big and Monster)

13) ลองเลือกโยเกิร์ต หรือ ไอศกรีมคาร์โบไฮเดรตต่ำ (Low Carb) เป็นของหวาน

14) พยายามเคี้ยวอย่างช้าๆ เพื่อให้สมองได้ทำการสั่งการบ้าง และอย่ารับประทานอัมจนเกินไป (ชูจิต อางนันทน์ 2555:<http://www.kpsw.ac.th>)

15) กินได้แต่อย่าบ่อย หรือจะกินเฉพาะเมื่อมีโอกาสำคัญ หรือเมื่อมีความจำเป็นจริงๆ

16) หันมาใช้บริการฟาสต์ฟู้ดแบบไทยๆ คูบ้าง เพราะเสี่ยงต่อไขมันทรานส์แฟตน้อยกว่า และคุณค่าทางโภชนาการมากกว่า เพราะสามารถเลือกชนิดอาหารแล้วสั่งได้ เช่น ถ้าสั่งข้าวผัด 1 จาน หรือก๋วยเตี๋ยว 1 ชาม เราก็จะได้สารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ และแคลอรีของอาหารไม่สูงเกินไป

17) ตามด้วยผลไม้สด ถ้ากินฟาสต์ฟู้ด อย่างไก่ทอด พิซซ่า แซมเบอเกอร์ ควรตามด้วยของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่มคุณค่าสารอาหารที่ลูกจะได้รับในแต่ละวันให้ครบถ้วน ไม่ควรให้ลูกกินน้ำอัดลมหรือของว่างที่เป็นของหวานเข้าไปอีก เพราะจะทำให้ได้รับแคลอรีที่สูงเกินความจำเป็นของร่างกาย จะทำให้อ้วนได้ง่าย

18) อย่าสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นชุด ไม่จำเป็นต้องกินเป็นชุดๆ เลือกแค่ 1 อย่างที่มีคุณค่าที่สุด อาจจะจ่ายแพงกว่าการซื้อเป็นชุดๆ แต่ให้คิดว่าเราซื้อสุขภาพที่ดีให้กับตัวเอง เพราะการซื้อเป็นชุดเป็นการขัดเคียดให้เรากินมากขึ้นเกินความจำเป็น

19) ออกกำลังกาย ชวนลูกๆ ออกกำลังกาย หรือหากิจกรรมทำ เพราะการออกกำลังกายนอกจากดีต่อสุขภาพแล้ว ยังทำให้ร่างกายมีการเผาผลาญที่ดี ลดการสะสมของไขมันที่จะนำมาสู่โรคอ้วน (นิตยสารรักลูก ปีที่ 26 ฉบับที่ 304 พฤษภาคม 2551)

2. หลักการบริโภคอาหารสำหรับวัยรุ่น

2.1 ความสำคัญของอาหารในวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นระยะที่ร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วมากอีกระยะหนึ่ง อาหารจึงมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตของร่างกายมาก ถ้าระยะนี้ร่างกายได้รับอาหารที่ดีก็จะมีผลทำให้ร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่และเป็นผู้ใหญ่ที่เจริญเติบโตเต็มที่และเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพสมบูรณ์ ดังนั้นจึงควรแนะนำให้เด็กวัยรุ่นเข้าใจถึงความสำคัญของการกินอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการและนำไปปฏิบัติ

2.1.1 กินอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ วัยรุ่นควรกินอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ ในปริมาณที่เพียงพอ เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่างๆครบถ้วน น้านมและไข่เป็นอาหารที่ให้โปรตีนคุณภาพดี โดยเฉพาะนมเป็นแหล่งที่ดีของแคลเซียม ซึ่งจะเป็ประโยชน์มากทางด้านเพิ่มส่วนสูง ข้าวเป็นอาหารที่ให้พลังงาน ซึ่งจำเป็นต่อการเจริญเติบโตและกิจกรรมการทำงานต่างๆ จึงไม่ควรงดหรือจำกัดจนเกินไป ผักและผลไม้เป็นแหล่งของวิตามินและเกลือแร่ ควรกินให้เพียงพอ อาหารที่มีไขมันกินแค่พอสมควร

2.1.2 กินอาหารให้ครบ 3 มื้อ เด็กวัยรุ่นควรได้รับอาหารวันละ 3 มื้อ การกินอาหาร 3 มื้อ จะช่วยให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่างๆในปริมาณที่เพียงพอับความต้องการ หากงดมื้อใดมื้อหนึ่ง จะทำให้ขาดสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับอย่างน้อย 1 ใน 3 ของความต้องการทั้งวัน ซึ่งเป็นการยากที่จะชดเชยให้ร่างกายได้รับสารอาหารและพลังงานเพียงพอ โดยการกินทดแทนในมื้ออื่น การกินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ หรือกินไม่อิ่ม เด็กวัยรุ่นมักจะกินของว่างทดแทน ของว่างของวัยรุ่นนี้จะกินเพื่อสังคมด้วย ไม่ใช่เพราะหิวอย่างเดียว

2.1.3 เด็กวัยรุ่นที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก ควรกินอาหารทุกมื้อและถูกต้องตามหลักโภชนาการ ควรจำกัดอาหารที่ให้พลังงานมากและให้ประโยชน์น้อย ได้แก่ น้ำหวาน น้ำอัดลม ลูกอมต่างๆ ทอฟฟี่ ช็อคโกแลต ขนมหวาน การกินอาหารเหล่านี้มากๆ จะทำให้เกิดโรคอ้วน และฟันผุ ควรจำกัดอาหารที่ให้ไขมันมากด้วย เพราะจะทำให้ได้พลังงานส่วนเกิน ซึ่งร่างกายเก็บสะสมเป็นไขมัน ทำให้น้ำหนักเพิ่มได้มาก

2.2 อาหารสำหรับเด็กวัยรุ่น (Food for adolescence)

กองโภชนาการ กรมอนามัย ได้จัดอาหารสำหรับเด็กวัยรุ่น โดยใช้อาหาร 5 หมู่ เป็นหลักในการคิดคำนวณ โดยจัดแบ่งกำลังงานให้แก่อาหารตามประเภทของอาหารดังนี้

หมู่ที่ 1 อาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไข่ นม และถั่วเมล็ดแห้ง ควรบริโภคร้อยละ 10 ของกำลังงานทั้งหมดที่ร่างกายต้องการใน 1 วัน หรือ 1 มื้อ

หมู่ที่ 2 อาหารประเภทข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก และมัน ควรบริโภคร้อยละ 65 ของกำลังงานทั้งหมดที่ร่างกายต้องการใน 1 วัน หรือ 2 มื้อ

หมู่ที่ 3 อาหารประเภทผักต่างๆ ควรบริโภคร้อยละ 5 ของกำลังงานทั้งหมดที่ร่างกายต้องการใน 1 วัน หรือ 1 มื้อ

หมู่ที่ 4 อาหารประเภทผลไม้ต่างๆ ควรบริโภคร้อยละ 5 ของกำลังงานทั้งหมดที่ร่างกายต้องการใน 1 วัน หรือ 1 มื้อ

2.3 แนวทางการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย

ปัจจุบันคนไทยยังประสบปัญหาโภชนาการทั้งด้านการขาดสารอาหาร ปัญหาโภชนาการเกิน และความปลอดภัยของอาหาร หนึ่งในสาเหตุที่สำคัญมาจากพฤติกรรมการกินอาหารที่ไม่ถูกต้อง ประเทศไทยจึงได้มีการจัดทำคำแนะนำในการบริโภคอาหารประจำวันของคนไทย ซึ่งจัดทำโดยคณะกรรมการจัดทำข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย จากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทางด้านอาหารและโภชนาการ ได้จัดทำข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย (Food Based Dietary Guidelines For Thais, FBDG) หรือ “โภชนบัญญัติ 9 ประการ” นั้นเอง เพื่อให้คนไทยใช้ชีวิตเป็นแนวทางในการกินอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ซึ่งจะป้องกันและแก้ไขปัญหาโภชนาการที่เกิดขึ้นในคนไทย

โภชนบัญญัติ 9 ประการ ประกอบด้วย

- 1) กินอาหารครบ 5 หมู่ แต่ละหมู่กินให้หลากหลายและหมั่นดื่มน้ำหนักตัว
- 2) กินข้าวเป็นอาหารหลัก สลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ
- 3) กินพืชผักให้มาก และกินผลไม้เป็นประจำ
- 4) กินปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ และถั่วเมล็ดแห้งให้เป็นประจำ
- 5) กินอาหารที่มีไขมันแต่พอควร
- 6) ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย
- 7) หลีกเลี่ยงการกินอาหารรสหวานจัด และเค็มจัด
- 8) กินอาหารที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน

9) งคหรือลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

โภชนบัญญัติทั้ง 9 ประการนี้ ต้องปฏิบัติต่อเนื่อง และทำให้ได้ครบทั้ง 9 ประการ (สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล 2548: 49-50; ศิริพร โกสุม 2549: 15)

การจะมีโภชนาการที่ดีและสุขภาพที่ดี คุณภาพชีวิตที่ดี ต้องคำนึงถึงหลักใหญ่
ดังนี้

- 1) กินอาหารและปฏิบัติตามโภชนบัญญัติทั้ง 9 ข้อ
- 2) ออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ
- 3) ผ่อนคลายจิตใจ
- 4) หลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นพิษภัย เช่น บุหรี่ เหล้า และสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ

2.4 การส่งเสริมโภชนาการสำหรับวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มเป็นผู้ใหญ่โดยเฉลี่ยอายุจะมีอายุระหว่าง 13-19 ปี การที่วัยรุ่นจะมีภาวะโภชนาการที่ดีหรือมีปัญหาโภชนาการนั้นขึ้นอยู่กับบริโภครอาหาร วัยรุ่นที่บริโภครอาหารที่มีสารอาหารครบถ้วนตามหลักโภชนาการ ร่างกายสามารถนำสารอาหารไปใช้ประโยชน์ในการบำรุงร่างกายให้มีสุขภาพอนามัยที่ดี หากวัยรุ่นบริโภครอาหารที่มีสารอาหารไม่ครบถ้วน ไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายส่งผลต่อภาวะโภชนาการขาด หรือหากวัยรุ่นบริโภครอาหารที่มีสารอาหารประเภทใดประเภทหนึ่งมากเกินไป จะทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินซึ่งมีผลต่อบุคลิกภาพและการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมและการเตรียมตัวเข้าสู่ผู้ใหญ่ต่อไป

2.4.1 ความสำคัญของการส่งเสริมโภชนาการวัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น รวมทั้งการมีกิจกรรมที่ต้องใช้พลังงานมากขึ้น ทำให้วัยรุ่นต้องการสารอาหารเพิ่มมากขึ้น จึงบริโภครอาหารมากขึ้นและบ่อยครั้งขึ้น ดังนั้น จึงต้องส่งเสริมภาวะโภชนาการให้เด็กบริโภครอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และมีนิสัยการบริโภครที่ดีประกอบกับการมีความรู้ทางโภชนาการที่ถูกต้อง ทำให้วัยรุ่นมีการเจริญเติบโตสมวัย และพัฒนาการด้านสติปัญญาดี ส่งผลให้มีสุขภาพกายและจิตดี แต่ในวัยนี้ต้องการการยอมรับในกลุ่มเพื่อน โดยเฉพาะเพศหญิงจะมีค่านิยมเกี่ยวกับความผอม จึงพยายามควบคุมน้ำหนักของตนเอง โดยการจำกัดอาหาร หรือขาดความอ้วน ทำให้วัยรุ่นได้รับอาหารที่มีคุณค่าและประโยชน์ต่ำ จนเกิดภาวะโภชนาการขาดซึ่งจะขัดขวางการเจริญเติบโตร่างกายและสติปัญญา ในทางตรงกันข้ามวัยรุ่นที่นิยมบริโภครอาหารจานด่วนหรืออาหารตามแพ้นั้น ซึ่งเป็นอาหารที่มีพลังงานสูงทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินซึ่งมีความสัมพันธ์กับโรคหัวใจและหลอดเลือดและโรคความดันโลหิตสูง

2.4.2 ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของวัยรุ่น

ปัจจัยต่างๆที่มีผลต่อภาวะโภชนาการวัยรุ่น มีดังนี้

1) *ความรู้ทางโภชนาการ* ความรู้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่ถูกต้อง วัยรุ่นที่มีความรู้ทางโภชนาการที่ถูกต้องนำไปสู่การบริโภคอาหารที่เหมาะสม ซึ่งมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการที่ดีของวัยรุ่น วัยรุ่นจะมีอิสระที่จะตัดสินใจเลือกอาหารมาบริโภคด้วยตนเองประกอบกับช่วงชีวิตส่วนใหญ่ของเด็กจะอยู่นอกบ้าน ดังนั้น การบริโภคอาหารจึงขึ้นอยู่กับความคิดเห็นในการบริโภคอาหารมื้อหลักและมื้อว่างด้วยตนเอง วัยรุ่นที่เลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์ มีการจัดเตรียมอาหารที่ถูกต้องหลักโภชนาการและสุขาภิบาลอาหาร จึงได้รับสารอาหารครบถ้วน และร่างกายสามารถนำสารอาหารเหล่านั้นไปใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ แต่ปัญหาโภชนาการของวัยรุ่นในปัจจุบันนี้จะพบว่ามีปัญหาโภชนาการเกินมากขึ้น จากการสำรวจผู้มารับบริการตรวจสุขภาพตามห้างสรรพสินค้าของสถาบันวิจัยโภชนาการมหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2542 พบว่า เด็กวัยรุ่นมีปัญหาโรคอ้วนมากขึ้น พบเด็กชายอ้วน ร้อยละ 16.0 และเด็กหญิงอ้วน ร้อยละ 13.0 เนื่องจากการเลือกบริโภคอาหารที่มีไขมันและพลังงานมากเกินไปและการบริโภคอาหารตามโฆษณา

2) *ความเชื่อและทัศนคติในการบริโภคอาหาร* ทัศนคติเป็นสภาวะทางจิตใจและความรู้สึกซึ่งมาจากความรู้และประสบการณ์ที่สะสมมา ทำให้เกิดพฤติกรรมในรูปแบบต่างๆ รวมทั้งพฤติกรรมบริโภคอาหารของวัยรุ่น วัยรุ่นที่ไม่มีทัศนคติที่ถูกต้องในการบริโภคอาหาร เช่น อาหารจานด่วนหรือตามแพชั่นในปัจจุบัน อาหารบรรจุห่อและสะดวกซื้อซึ่งมีราคาแพง แต่ไม่ได้คำนึงถึงประโยชน์หรือคุณค่าทางโภชนาการ ได้แก่ ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า อาหารกรอบกรอบ ซึ่งมีสารอาหารหลัก คือ คาร์โบไฮเดรตและไขมันมากเกินไปความต้องการของร่างกายและปริมาณใยอาหารต่ำมาก เป็นต้น

3) *การยอมรับในสังคม* ระยะเวลาวัยรุ่นนี้เด็กหญิงมักจะกลัวอ้วนและไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อนและสังคม จึงเกิดภาวะอะนอเร็กเซียเนอร์โวซา (Anorexia nervosa) ซึ่งเป็นภาวะที่มีการย่ำคิดเกี่ยวกับการทำให้ร่างกายดูผอมและกลัวการเพิ่มของน้ำหนัก จึงงดบริโภคอาหารมื้อเช้าหรือมื้อกลางวัน และจำกัดอาหารที่มีประโยชน์ประเภทโปรตีน คาร์โบไฮเดรต และไขมันเป็นอย่างมาก เช่น นม ไข่ เป็นต้น หรือภาวะบูลิเมียเนอร์โวซา (Bulimia nervosa) ที่มีลักษณะการบริโภคอาหารมูมมามและกำจัดอาหารที่บริโภคเข้าไป โดยใช้การอาเจียน ยาระบาย ยาขับปัสสาวะ ส่งผลให้ร่างกายมีความต้านทานต่ำเกิดโรคต่างๆได้ง่าย และปัญหาการทำงานของอวัยวะต่างๆ หากกำจัดอาหารอยู่เป็นประจำจะเกิดภาวะขาดอาหารได้

4) *มื้ออาหาร* พฤติกรรมบริโภคอาหารที่ครบหมู่และครบถ้วนทั้ง 3 มื้อเป็นสิ่งสำคัญต่อภาวะโภชนาการของวัยรุ่น หากวัยรุ่นเห็นความสำคัญในการบริโภคอาหารที่ถูกต้องหลักโภชนาการครบทั้ง 3 มื้อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมื้อเช้าซึ่งเป็นมื้อที่สำคัญที่สุดของวัน วัยรุ่นก็จะบริโภคอาหารครบทุกมื้อรวมทั้งมื้อเช้า โดยมีสารอาหารที่จำเป็นครบทุกชนิดมีปริมาณที่เหมาะสม

กับความต้องการของร่างกาย หากวัยรุ่นไม่เห็นความสำคัญของมื้ออาหารหรือกลัวอ้วน วัยรุ่นก็จะไม่ใส่ใจที่จะบริโภคอาหารให้ครบทุกมื้อ รวมทั้งอาหารมื้อเช้าด้วย ซึ่งจะส่งผลต่อการเรียนและการทำงาน ทั้งนี้เนื่องจากช่วงเวลาอาหารเย็นกับอาหารเช้าจะห่างกันประมาณ 12-14 ชั่วโมง ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ ทำให้ร่างกายต้องการอาหารเพื่อสร้างพลังงานให้เพียงพอต่อการทำงานหรือการเรียนหนังสือ หากไม่ได้บริโภคอาหารเช้าทำให้ร่างกายอดอาหารต่อไปอีก 4-5 ชั่วโมง ร่างกายจะอ่อนเพลีย ไม่มีสมาธิส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการเรียนหรือการทำงานลดลง นอกจากนี้วัยรุ่นที่บริโภคอาหารเช้าเป็นบางวันหรือไม่บริโภคอาหารเช้าจะเกิดอาการผิดปกติ เช่น ปวดท้อง ปวดศีรษะ มากกว่ากลุ่มที่บริโภคอาหารเช้า (ทัศนีย์ วงษ์จิราษฎ์ 2538: 12)

2.4.3 แนวทางการส่งเสริมโภชนาการของวัยรุ่นโดยครอบครัว

วัยรุ่นมีพัฒนาการทางด้านจิตใจไปสู่ความมีอิสระในการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง ทำให้การตัดสินใจของวัยรุ่นในการเลือกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน รวมทั้งพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นการพิจารณาและเกิดความสนใจด้วยตนเอง แต่ในวัยนี้ต้องการการยอมรับจากเพื่อนและสังคมที่อยู่รอบตัว ประกอบสื่อต่างๆ มีบทบาทต่อการปฏิบัติตนของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ดังนั้น บิดามารดาและผู้ใหญ่ในครอบครัวควรให้คำแนะนำที่ถูกต้องในพฤติกรรมการบริโภค ดังนี้

1) การจัดอาหารให้ครบหมู่และหลากหลาย เด็กควรได้รับสารอาหารจากเนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วเมล็ดแห้ง ข้าว แป้ง ไขมันหรือน้ำมัน วิตามินและเกลือแร่ อย่างพอเพียงต่อความต้องการของร่างกายเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายและใช้ในกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ดังนี้

(1) เนื้อสัตว์และไข่ ควรบริโภคเนื้อสัตว์ประมาณ 9 ช้อนกินข้าว และไข่วันละ 1 ฟอง ควรได้รับเครื่องในสัตว์ เช่น ตับหมู ตับวัว ประมาณ สัปดาห์ละ 1-2 ครั้งและอาหารทะเลสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ถั่วเมล็ดแห้งเป็นอาหารที่มีโปรตีนมากควรบริโภครวมกับอาหารหรือเป็นอาหารว่างก็ได้

(2) ข้าวและแป้ง ควรบริโภคข้าวและผลิตภัณฑ์จากข้าว รวมทั้งแป้งประมาณวันละ 4-5 ทัพพี

(3) ผักและผลไม้ บริโภคผักใบเขียวและผักสีเหลืองทุกมื้อวันละ 5 ทัพพี และบริโภคผลไม้ 4 ส่วน

(4) ไขมัน บริโภคไขมันวันละประมาณ 3 ช้อนชาควรเป็นน้ำมันจากพืชมากกว่าน้ำมันจากสัตว์

(5) นม ดื่มนมวันละ 1 แก้ว เพื่อให้ได้รับแคลเซียมจากนม

3. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค

พฤติกรรมผู้บริโภค (Consumer Behavior) หมายถึง การกระทำต่างๆที่เกี่ยวข้อง โดยตรงกับการจัดหาให้ได้มาซึ่งการบริโภคและการใช้จ่ายใช้สอยซึ่งสินค้าและบริการ รวมทั้งกระบวนการตัดสินใจที่เกิดขึ้นก่อนและหลังการกระทำดังกล่าวด้วย (Engle, Blackwell & Kollat 1968, อ้างถึงใน กัญยิกา เจตนเสน, 2546: 5)

3.1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค

ประกอบไปด้วย 4 ปัจจัย (ภาพที่ 2.1) คือ (ศิริวรรณ และคณะ, 2541ก: 95)

3.1.1 ปัจจัยด้านวัฒนธรรม (Cultural Factor) เป็นสัญลักษณ์และสิ่งที่มีมนุษย์สร้างขึ้น เป็นที่ยอมรับจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง โดยเป็นตัวกำหนดและควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมหนึ่ง ค่านิยมในวัฒนธรรมจะกำหนดลักษณะของสังคม และกำหนดความแตกต่างของสังคมหนึ่งจากสังคมอื่น วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่กำหนดความต้องการและพฤติกรรมของบุคคล ประกอบด้วยปัจจัยที่สำคัญ 4 ด้าน คือ

1) วัฒนธรรมพื้นฐาน เป็นลักษณะพื้นฐานของบุคคลในสังคม เช่น ลักษณะนิสัยของคนไทยซึ่งเกิดจากการหล่อหลอมพฤติกรรมของสังคมไทย ทำให้มีลักษณะพฤติกรรมที่คล้ายคลึงกัน

2) วัฒนธรรมกลุ่มย่อย หมายถึง วัฒนธรรมของแต่ละกลุ่มที่มีลักษณะเฉพาะและแตกต่างกันซึ่งมีอยู่ในสังคมขนาดใหญ่และสลับซับซ้อน วัฒนธรรมย่อยเกิดจากพื้นฐานทางภูมิศาสตร์และลักษณะพื้นฐานของมนุษย์ ลักษณะวัฒนธรรมย่อยประกอบด้วย

(1) กลุ่มเชื้อชาติ ได้แก่ ไทย จีน อังกฤษ อเมริกัน แต่ละเชื้อชาติมีการบริโภคสินค้าที่แตกต่างกัน

(2) กลุ่มศาสนา ได้แก่ ชาวพุทธ ชาวคริสต์ ชาวอิสลาม ฯลฯ แต่ละกลุ่มมีประเพณีและข้อห้ามที่แตกต่างกันจึงมีผลกระทบต่อพฤติกรรมผู้บริโภค

(3) กลุ่มสีผิว เช่น ผิวดำ ผิวขาว ผิวเหลือง แต่ละกลุ่มมีค่านิยมในวัฒนธรรมที่แตกต่างกันและมีอิทธิพลต่อการบริโภคที่แตกต่างกัน

(4) พื้นที่ทางภูมิศาสตร์หรือท้องถิ่น ทำให้มีลักษณะการดำรงชีวิตที่แตกต่างกันและมีอิทธิพลต่อการบริโภคที่แตกต่างกันด้วย

(5) กลุ่มอาชีพ เช่น กลุ่มเกษตรกร กลุ่มผู้ใช้แรงงาน กลุ่มพนักงาน กลุ่มนักธุรกิจ และเจ้าของกิจการ กลุ่มวิชาชีพอื่นๆ เช่น แพทย์ นักกฎหมาย ครู

(6) กลุ่มย่อยด้านอายุ เช่น ทารก เด็ก วัยรุ่น ผู้ใหญ่วัยทำงาน และ ผู้สูงอายุ

(7) กลุ่มย่อยด้านเพศ ได้แก่ เพศหญิงและเพศชาย

3) ชั้นของสังคม หมายถึง การแบ่งสมาชิกของสังคมออกเป็นระดับฐานะที่แตกต่างกัน โดยสมาชิกในแต่ละชั้นสังคมจะมีสถานะเดียวกันและสมาชิกในชั้นสังคมที่แตกต่างกัน การแบ่งชั้นสังคมโดยทั่วไปถือเกณฑ์รายได้ ทรัพย์สิน หรืออาชีพ ชั้นทางสังคมเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อของผู้บริโภค

3.1.2 ปัจจัยด้านสังคม (social Factors) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการซื้อ ลักษณะทางสังคมประกอบด้วยกลุ่มอ้างอิง ครอบครัว บทบาท และสถานะของผู้ซื้อ

1) **กลุ่มอ้างอิง** เป็นกลุ่มที่บุคคลเข้าไปเกี่ยวข้องกับ กลุ่มนี้จะมีอิทธิพลต่อทัศนคติ ความคิดเห็น และค่านิยมของบุคคลในกลุ่มอ้างอิง กลุ่มอ้างอิงแบ่งออกเป็น 2 ระดับ คือ

(1) **กลุ่มปฐมภูมิ** ได้แก่ ครอบครัว เพื่อนสนิท และเพื่อนบ้าน

(2) **กลุ่มทุติยภูมิ** ได้แก่ กลุ่มบุคคลชั้นนำในสังคม เพื่อนร่วมอาชีพและร่วมสถาบัน บุคคลกลุ่มต่างๆในสังคม

2) **ครอบครัว** บุคคลในครอบครัวถือว่ามามีอิทธิพลมากที่สุดต่อทัศนคติ ความคิดเห็นและค่านิยมของบุคคล สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการซื้อของครอบครัว

3) **บทบาทและสถานะ** บุคคลจะเกี่ยวข้องกับหลายกลุ่ม เช่น ครอบครัว กลุ่มอ้างอิง องค์กร และสถาบันต่างๆ บุคคลจะมีบทบาทและสถานะที่แตกต่างกันในแต่ละกลุ่ม

3.1.3 ปัจจัยส่วนบุคคล (Personal Factors) การตัดสินใจของผู้ซื้อได้รับอิทธิพลจากลักษณะส่วนบุคคลของคนทางด้านต่างๆ ได้แก่ อายุ ขั้นตอนวัฏจักรชีวิตครอบครัว อาชีพ รายได้ และรูปแบบการดำรงชีวิต ดังนี้

1) **อายุ** ผู้บริโภคที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีความต้องการผลิตภัณฑ์ที่แตกต่างกัน

2) **วงจรชีวิตครอบครัว** เป็นขั้นตอนการดำรงชีวิตของบุคคลในลักษณะของการมีครอบครัว การดำรงชีวิตในแต่ละขั้นตอนเป็นสิ่งที่มามีอิทธิพลต่อความต้องการ ทัศนคติ และค่านิยมของบุคคลทำให้เกิดความต้องการในผลิตภัณฑ์และพฤติกรรมการซื้อที่แตกต่าง

3) **อาชีพ** อาชีพของแต่ละบุคคลจะนำไปสู่ความจำเป็นและความต้องการสินค้าและบริการที่แตกต่างกัน

4) รายได้ มีผลต่อการตัดสินใจซื้อสินค้าและบริการและเกี่ยวข้องกับอำนาจในการซื้อและทัศนคติเกี่ยวกับการจ่ายเงิน

5) รูปแบบการดำรงชีวิต ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรม ชั้นของสังคม และกลุ่มอาชีพของแต่ละบุคคล การเลือกผลิตภัณฑ์ของบุคคลขึ้นอยู่กับค่านิยมและรูปแบบการดำเนินชีวิต โดยรูปแบบการดำรงชีวิตของบุคคลจะแสดงออกมาในรูปของกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น

3.1.4 ปัจจัยทางจิตวิทยา (Psychological Factors) การเลือกซื้อของบุคคลได้รับอิทธิพลจากปัจจัยทางจิตวิทยา ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยภายในตัวผู้บริโภค โภคที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการซื้อและการใช้สินค้า ปัจจัยทางจิตวิทยาประกอบด้วย

1) การจูงใจ หมายถึง สิ่งกระตุ้นที่อยู่ภายในตัวบุคคล ว่ากระตุ้นให้บุคคลปฏิบัติ การจูงใจเกิดภายในตัวบุคคลแต่อาจถูกกระทบจากปัจจัยทางวัฒนธรรม

2) การรับรู้ เป็นกระบวนการซึ่งแต่ละบุคคลได้รับการเลือกสรร จัดระเบียบ และตีความหมายข้อมูลเพื่อที่จะสร้างภาพที่มีความหมาย หรือหมายถึงกระบวนการความเข้าใจของบุคคลที่มีต่อโลกที่เขาอาศัยอยู่ การรับรู้เป็นกระบวนการแต่ละบุคคลซึ่งขึ้นอยู่กับ ความเชื่อ ประสบการณ์ ความต้องการ อารมณ์และสิ่งกระตุ้น โดยจะพิจารณาเป็นกระบวนการกลั่นกรอง การรับรู้จะแสดงถึงความรู้สึกจากประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ การได้เห็น ได้ยิน ได้รสชาติ ได้กลิ่น และ ได้รู้สึกรู้สึก

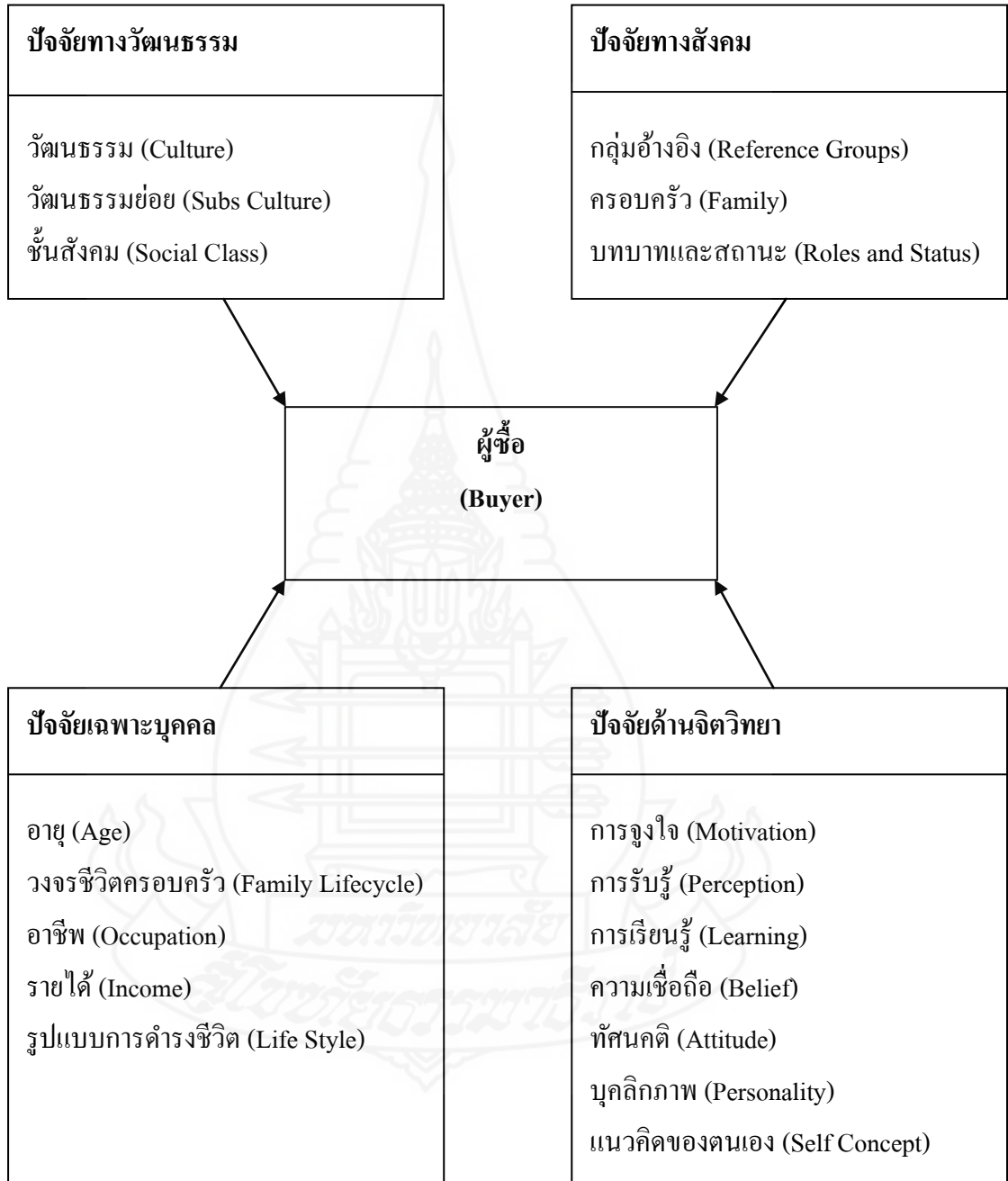
3) การเรียนรู้ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมและความโน้มเอียงของพฤติกรรมจากประสบการณ์ที่ผ่านมา การเรียนรู้ของบุคคลเกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้รับสิ่งกระตุ้น และจะเกิดการตอบสนอง การเรียนรู้เกิดจากอิทธิพลหลายอย่าง เช่น ทัศนคติ ความเชื่อ และประสบการณ์ในอดีต อย่างไรก็ตามสิ่งกระตุ้นนั้นจะต้องมีอิทธิพลที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้โดยต้องมีคุณค่าในสายตาของผู้บริโภค

4) ความน่าเชื่อถือ ความคิดที่บุคคลยึดถือเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์ในอดีต

5) ทัศนคติ หมายถึง การประเมินความพึงพอใจหรือไม่พึงพอใจของบุคคล หรือความรู้สึกรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

6) บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะด้านจิตวิทยาที่แตกต่างกันของบุคคล ซึ่งนำไปสู่การตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมที่มีแนวโน้มเหมือนเดิมและสอดคล้องกัน

7) แนวคิดของตนเอง หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง หรือความคิดที่บุคคลคิดว่าบุคคลอื่น (สังคม) มีความคิดเห็นต่อตนอย่างไร



ภาพที่ 2.1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการซื้อของผู้บริโภค

4. พฤติกรรมวัยรุ่นด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

วัยรุ่น ในภาษาอังกฤษตรงกับคำว่า Adolescent มีรากศัพท์มาจากภาษาลาตินว่า Adolescere หมายถึง เจริญเติบโตหรือเจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ กลุ่มวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างรวดเร็ว มีการสะสมไขมันในร่างกายมากกว่าวัยเด็ก โดยเฉพาะเพศหญิง เด็กจะหิวเก่ง กินไม่เลือก ง่วงนอนง่าย เป็นระยะกำลังกินกำลังนอน

จากแผนการพัฒนาประเทศที่พัฒนาทั้งเศรษฐกิจและสังคมก่อให้เกิดความเจริญในหลายๆพื้นที่ กลายเป็นชุมชนเมืองกันมากขึ้น เมื่อความเจริญเข้ามา ห้างสรรพสินค้าขยายกิจการมาสู่ชุมชนเมืองที่เจริญใหม่ ประกอบกับจำนวนประชากรประเทศไทยที่เพิ่มมากขึ้นทุกปี โดยเฉพาะวัยรุ่น ด้วยความที่เป็นเด็กในเมือง มีอาหารการกินที่พร้อมหลากหลายรูปแบบ ทั้งที่มีคุณค่าสมดุลและไม่สมดุล แนวโน้มก็คือ เด็กจะได้รับอาหารที่มีไขมันและพลังงานมากเกินไป ทั้งนี้เนื่องมาจากอิทธิพลของการโฆษณาทำให้เกิด การกินตามค่านิยม โดยพบว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดส่งผลให้เด็กกรุงเทพฯ และเมืองที่เจริญ มีภาวะโภชนาการเกินถึงร้อยละ 20 กลุ่มวัยรุ่นจึงเป็นกลุ่มที่น่าเป็นห่วงในเรื่องความเสี่ยงต่อโรคอ้วนจากภาวะโภชนาการเกิน

จากการสำรวจของกลุ่มผู้นำเยาวชนเพื่อผู้บริโภค พบว่า ลูกค้าส่วนใหญ่ที่มาใช้บริการในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด คือ วัยรุ่น ซึ่งมีอายุอยู่ระหว่าง 15-25 ปี โดยมีเหตุผลในการรับประทานคือหาสถานที่พบปะสังสรรค์เพื่อนฝูงและเห็นว่าอาหารประเภทนี้รสชาติค่อนข้างอร่อย บริการที่ทันสมัย สะดวกรวดเร็ว แต่ราคาค่อนข้างแพงหากเปรียบเทียบกับคุณค่าอาหาร (วนิดา อยู่ประพัฒน์ 2539: 35)

วัยรุ่นชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกันอย่างแพร่หลาย จากการวิจัยของ กุลวดี รัศมีวิจารณ์ (2539) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่อายุ 17-18 ปี มีรายได้เฉลี่ย 1,890.1 บาท อาศัยอยู่กับพ่อแม่ และมีขนาดครอบครัวไม่เกิน 5 คน แหล่งข้อมูลของอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่ได้รับจากเพื่อน/คนรู้จัก นิยมรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทไก่ทอดและนิยมบริโภคฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารมื้อว่าง เฉลี่ยเดือนละ 1-5 ครั้ง เสียค่าใช้จ่ายเฉลี่ยครั้งละ 50-100 บาท นิยมบริโภคที่ร้านซึ่งตั้งอยู่ในศูนย์การค้า/ห้างสรรพสินค้า ปัจจัยด้านสิ่งกระตุ้นทางการตลาดที่จูงใจให้นักเรียนไปใช้บริการมากที่สุดคือ ปัจจัยด้านสถานที่มากที่สุด

จากการศึกษาของ สิรินทร์ยา พูลเกิด และคณะ (2555: 10-22) ซึ่งสำรวจการรับรู้ของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องจากภาครัฐ เอกชน และภาคองค์กรอิสระเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในเด็กไทย ด้วยวิธีการสัมภาษณ์ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ระบุว่า

รสชาติ ราคา และการเข้าถึงง่ายของอาหารจานด่วน ทักษะคิดเชิงบวกต่ออาหารจานด่วน อิทธิพลของครอบครัวและพ่อแม่ (เช่น การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัวไทย และพ่อแม่ไม่มีเวลาให้กับลูก) แรงกดดันจากเพื่อน นโยบายอาหารในโรงเรียน อาหารจานด่วนในโรงเรียน และสื่อและโฆษณา เป็นปัจจัยสำคัญต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในเด็กไทย

สุนิสา พิลาสกุล (2540) ศึกษา ฟาสต์ฟู้ด : การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย ซึ่งประชากรที่ศึกษาคือ ผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากร้านเคนตั๊กกี้ ฟรายด์ ชิคเก้นส์ และร้านแมคโดนัลด์ จำนวน 200 ราย พบว่า ธุรกิจแฟรนไชส์ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัดเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคโดยเฉพาะคนไทยรุ่นใหม่ที่มีรายได้ปานกลางขึ้นไป รวมทั้งนักเรียนและนักศึกษาที่นิยมวัฒนธรรมการบริโภคแบบตะวันตก อันเป็นผลมาจากการสร้างค่านิยมด้วยการโฆษณาประชาสัมพันธ์ของสื่อมวลชน กลุ่มผู้บริโภคเหล่านี้มิได้ตระหนักถึงคุณค่าทางอาหารรวมทั้งอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภคอาหารเกินความต้องการของร่างกาย ปัจจัยที่สำคัญอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแพร่หลายคือ ความสะดวกรวดเร็วของการบริการรวมทั้งมาตรฐานของการบริการและคุณภาพของอาหาร นอกจากนี้ผู้บริโภคสามารถใช้เวลาในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างอิสระ เช่น การใช้เป็นที่พบบปะนัดหมายหรือแม้กระทั่งใช้เป็นสถานที่อ่านหนังสือและทำการบ้าน ซึ่งร้านอาหารไทยทั่วไปไม่สามารถให้โอกาสนี้ได้ ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดจึงมีบทบาทที่กว้างกว่าร้านอาหารธรรมดาโดยทั่วไป

การศึกษาของ ชนุตร ชาญวิรวงศ์ (2541) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากต่างประเทศของกลุ่มเจนเนอเรชั่นเอ็กซ์ในกรุงเทพมหานคร จากการสัมภาษณ์จำนวน 400 คน โดยพบว่า กลุ่มเจนเนอเรชั่นเอ็กซ์ส่วนใหญ่จะบริโภคกับเพื่อนสนิท 1-2 ครั้งต่อเดือน ช่วงวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ ในเวลา 17.00-19.00 น. เป็นเวลานาน 30-60 นาที โดยจะบริโภคที่ร้านด้วยการซื้อชุดอาหารราคาพิเศษ นิยมบริโภคอาหารประเภทไก่ทอด และให้ความสำคัญกับรสชาติอาหารมากที่สุด

5. แนวคิดเกี่ยวกับความรู้และเจตคติ

5.1 แนวคิดเกี่ยวกับความรู้

5.1.1 ความหมายของความรู้

คำว่า “ความรู้” (knowledge) เป็นนามธรรม ซึ่งนักวิชาการหลายๆท่านได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

บลูม (Bloom 1975: 71 อ้างถึงใน สมศักดิ์ สุเมธยาจารย์ 2544: 55) กล่าวว่า ความรู้เป็นเรื่องสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการระลึกถึงสิ่งเฉพาะเรื่อง หรือเรื่องทั่วไป ระลึกได้ถึงวิธีการ

กระบวนการหรือสถานการณ์ต่างๆ โดยเน้นความจำ

Good (อ้างถึงใน วิไลวรรณ คงกิจ, 2548) ได้ให้ความหมายของความรู้ไว้ว่า ความรู้เป็นข้อเท็จจริง กฎเกณฑ์ และรายละเอียดต่างๆ ที่มนุษย์ได้รับและเก็บรวบรวมสะสมไว้เพื่อนำไปใช้ประโยชน์

พจนานุกรม The Lexiticon Webster (1977) ได้ให้ความหมายของความรู้ไว้ว่า ความรู้เป็นข้อเท็จจริง กฎเกณฑ์และโครงสร้างที่เกิดขึ้นจากการศึกษาหรือค้นคว้า หรือเป็นความรู้ที่เกี่ยวข้องกับสถานที่ สิ่งของ บุคคล ซึ่งได้จากการสังเกต จากการรายงานการรับรู้ข้อเท็จจริงเหล่านี้ ต้องชัดเจนและต้องอาศัยเวลา

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความรู้ หมายถึง สิ่งที่ตั้งสมมาจากการศึกษาเล่าเรียน การค้นคว้า หรือประสบการณ์ รวมทั้งความสามารถเชิงปฏิบัติและทักษะ ความเข้าใจหรือสารสนเทศที่ได้รับมาจากประสบการณ์ สิ่งที่ได้รับมาจากการได้ยิน ได้ฟัง การคิด หรือการปฏิบัติ องค์กรวิชาในแต่ละสาขา เช่น ความรู้เรื่องเมืองไทย ความรู้เรื่องสุขภาพ (พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ค้นคืนวันที่ 18 เมษายน 2552 จาก: <http://rirs3.royin.go.th>)

กล่าวโดยสรุป ความรู้เป็นเรื่องราว ข้อมูล ข้อเท็จจริง กระบวนการต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้รับทั้งอดีตและปัจจุบันมีการสะสมไว้ และนำมาเป็นพฤติกรรมของตนเอง

5.1.2 ระดับความรู้

ประกาเพ็ญ และ สวิง (2532) อธิบายความรู้ในพฤติกรรมการเรียนรู้กลุ่มพุทธิพิสัย ดังนี้ พฤติกรรมการเรียนรู้กลุ่มพุทธิพิสัย (Cognitive) เป็นความสามารถทางด้านสมองในการคิดเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ มี 6 ชั้น ดังนี้

1) ความรู้ (knowledge) เป็นความสามารถในการจำหรือระลึกได้ รวมทั้งประสบการณ์ต่างๆ ที่เคยได้รับมา

(1) ความรู้เฉพาะเรื่อง เป็นการระลึกถึงข้อสนเทศในส่วนย่อยเฉพาะอย่าง ความรู้เกี่ยวกับศัพท์ ความหมายของคำ ความจริงเฉพาะอย่าง เช่น วัน เดือน ปี สถานที่ เหตุการณ์ ฯลฯ

(2) ความรู้เกี่ยวกับวิถีทางและวิธีดำเนินงานเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยเฉพาะ เช่น ความรู้เรื่องระเบียบ แบบแผน ประเพณี ความรู้เกี่ยวกับแนวโน้ม และลำดับก่อนหลัง ความรู้ในเรื่องการแยกประเภท และจัดหมวดหมู่ ความรู้เกี่ยวกับเกณฑ์ ความรู้เกี่ยวกับระเบียบ และกระบวนการ

(3) ความรู้เกี่ยวกับหลักการและข้อสรุปทั่วไป เช่น ความรู้เกี่ยวกับหลักการและข้อสรุปทั่วไป ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีและโครงสร้าง

2) ความเข้าใจ (*Comprehension*) เป็นความสามารถในการแปลความหมายตีความหมายในเรื่องราวและเหตุการณ์ต่างๆ แบ่งเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

(1) การแปลความ เป็นการจับใจความให้ถูกต้อง เกี่ยวกับสิ่งที่สื่อความหมายหรือจากภาษาหนึ่งของการสื่อสารไปอีกรูปแบบหนึ่ง

(2) การตีความหมาย เป็นการอธิบายความหมายหรือสรุปเรื่องราว โดยการจัดระบบใหม่ รวบรวมเนื้อหาใหม่

(3) การขยายความ เป็นการขยายเนื้อหา ที่เหนือไปกว่าขอบเขตที่รู้ เป็นการขยายขีดการอ้างอิง หรือแนวโน้มที่เกินเลยจากข้อมูล

3) การนำไปใช้ (*Application*) เป็นความสามารถในการนำสาระสำคัญต่างๆ ไปใช้ในสถานการณ์จริง

4) การวิเคราะห์ (*Analysis*) เป็นความสามารถในการแยกการสื่อความหมายไปสู่หน่วยย่อยเป็นองค์ประกอบสำคัญ หรือเป็นส่วนๆ เพื่อให้ได้ลำดับชั้น ความคิด ความสัมพันธ์ การวิเคราะห์ มุ่งให้การสื่อสารความหมายมีความชัดเจนยิ่งขึ้น จำแนกได้ 3 ลักษณะ ดังนี้

(1) การวิเคราะห์ส่วนประกอบ เป็นการชี้ให้เห็นหน่วยต่างๆ ที่เป็นส่วนประกอบที่อยู่ในสิ่งที่สื่อความหมาย

(2) การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ เป็นการแยกการประสาน หรือความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ในสิ่งที่สื่อความหมาย

(3) การวิเคราะห์หลักการในเชิงดำเนินงาน เป็นการชี้ให้เห็นถึงระบบจัดการและวิธีการรวบรวมองค์ประกอบต่างๆ เข้าด้วยกัน

5) การสังเคราะห์ (*Synthesis*) เป็นความสามารถในการนำส่วนต่าง ๆ เข้าเป็นเรื่องเดียวกัน จัดเรียงเรียง และรวบรวมเพื่อสร้างแบบแผน หรือ โครงสร้างที่ไม่เคยมีมาก่อน แบ่งได้ 3 ลักษณะ ดังนี้

(1) การสังเคราะห์ข้อความ เป็นการผูกข้อความ โดยการพูดหรือการเขียน เพื่อสื่อความคิด ความรู้สึก หรือถ่ายทอดประสบการณ์ไปยังผู้อื่น

(2) การสังเคราะห์แบบแผน เป็นการพัฒนาหรือเสนอแผนการทำงานที่สอดคล้องกับความต้องการของงานที่ได้รับมอบหมายหรือที่คิดขึ้นเอง

(3) การสังเคราะห์ความสัมพันธ์ เป็นการพัฒนาหรือสร้างความชัดของความสัมพันธ์เชิงนามธรรมขึ้น เพื่อใช้เป็นเครื่องมือจำแนกหรืออธิบายข้อมูล ปรากฏการณ์บางอย่างจากข้อความข้างต้น

6) การประเมินผล (Evaluation) เป็นความสามารถในการตัดสินคุณค่าของเนื้อหา วัสดุ อุปกรณ์ และวิธีการ ทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพที่สอดคล้องกับสถานการณ์ ซึ่งอาจจะกำหนดเกณฑ์ขึ้นเองหรือผู้อื่นกำหนด จำแนกได้ 2 ลักษณะ ดังนี้

(1) การประเมินตามเกณฑ์ภายใน เป็นการประเมินค่าความถูกต้องของวัสดุ อุปกรณ์ ข้อความ เหตุการณ์ ตามคุณสมบัติประจำตัวของวัสดุอุปกรณ์ ข้อความ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

(2) การประเมินตามเกณฑ์ภายนอก เป็นการประเมินค่าโดยการอ้างอิงกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้

5.1.3 วิธีการวัดความรู้

จันง พรายแยมแซ (2535: 24-29) กล่าวว่า การวัดความรู้ในส่วนมากนิยมใช้แบบทดสอบ ซึ่งแบบทดสอบนี้เป็นเครื่องมือประเภทข้อเขียนที่นิยมใช้กันทั่วไป แบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1) แบบอัตนัย หรือแบบความเรียง โดยให้เขียนตอบเป็นข้อความสั้นๆ ไม่เกิน 1-2 บรรทัด หรือเป็นข้อๆ ตามความเหมาะสม

2) แบบปรนัย แบ่งเป็น 4 แบบ ดังนี้

(1) แบบเติมคำ หรือเติมข้อความให้สมบูรณ์ แบบทดสอบนี้เป็นการวัดความสามารถในการหาคำ หรือข้อความมาเติมลงในช่องว่างของประโยคที่กำหนดให้ถูกต้องแม่นยำ โดยไม่มีคำตอบใดชี้้นำมาก่อน

(2) แบบถูก-ผิด แบบทดสอบนี้วัดความสามารถในการพิจารณาข้อความที่กำหนดให้ว่าถูกหรือผิด ใช่หรือไม่ใช่ จากความสามารถที่เรียนรู้มาแล้ว โดยจะเป็นการวัดความจำ และความคิด ในการออกแบบทดสอบควรต้องพิจารณาถึงข้อความจะต้องชัดเจน ถูกหรือผิดเพียงเรื่องเดียว สั้นกะทัดรัดได้ใจความ และไม่ควรรใช้คำปฏิเสธซ้อน

(3) แบบจับคู่ แบบทดสอบนี้เป็นลักษณะการวางข้อเท็จจริง เงื่อนไข คำตัวเลขหรือสัญลักษณ์ไว้ 2 ด้านขนานกัน เป็นแถวตั้ง 2 แถว แล้วให้อ่านคู่อัจฉริยะในแถวตั้งด้านหนึ่งว่ามีข้อความเกี่ยวข้อง จับคู่ได้พอดีกับข้อเท็จจริงในอีกแถวตั้งหนึ่ง โดยทั่วไปจะกำหนดให้ตัวเลือกในแถวตั้งด้านหนึ่งน้อยกว่าอีกด้านหนึ่ง เพื่อให้ได้ใช้ความสามารถในการจับคู่มากขึ้น

(4) *แบบเลือกตอบ* ข้อสอบแบบนี้เป็นข้อสอบที่นิยมใช้กันในปัจจุบัน เนื่องจากสามารถวัดได้ครอบคลุมจุดประสงค์และตรวจให้คะแนนได้แน่นอน ลักษณะของข้อสอบประกอบด้วยส่วนข้อคำถาม และตัวเลือก โดยตัวเลือกจะมีตัวเลือกที่เป็นตัวถูก และตัวเลือกที่เป็นตัวลวง ผู้เขียนข้อสอบต้องมีความรู้ในวิชานั้นอย่างลึกซึ้ง และรู้วิธีการเขียนข้อสอบ โดยมีข้อควรพิจารณา คือ ในส่วนข้อคำถามต้องชัดเจนเพียงหนึ่งเรื่อง ภาษาที่ใช้กะทัดรัดเหมาะสมกับระดับของผู้ตอบ ไม่ใช้คำปฏิเสธหรือปฏิเสธซ้อนกัน และไม่ควรถามคำถามแบบท่องจำ และในส่วนตัวเลือกควรมีคำตอบถูกเพียงคำตอบเดียวที่มีความกะทัดรัด ไม่ชี้นำหรือแนะคำตอบ มีความเป็นอิสระจากกัน มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเรียงตามลำดับตามปริมาณหรือตัวเลข ตัวลวงต้องมีความเป็นไปได้และกำหนดจำนวนตัวเลือก 4 หรือ 5 ตัวเลือก

5.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ

5.2.1 ความหมายของเจตคติ

คำว่า “เจตคติ” ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Attitude มาจากคำว่า Aptus ในภาษาละติน บางครั้งแปลกันว่า ทักษะคติ ปัจจุบันคำนี้ก็ยังแพร่หลายอยู่ แต่มีนักวิชาการบัญญัติศัพท์ขึ้นมาใหม่คือ เจตคติ โดยมีความต้องการใช้ศัพท์ให้ทันสมัยมากขึ้น (พิภพ วังเงิน, 2547: 403)

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524) ให้ความหมายว่า เจตคติ หมายถึง ความพร้อมในการกระทำของบุคคลต่อสิ่งใด บุคคลใด ความพร้อมดังกล่าวของบุคคลเห็นได้จากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงต่อสิ่งนั้นว่าชอบหรือไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย

แอลพอร์ต (Allport, 1985: 810) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ลักษณะของความพร้อมทางจิตซึ่งเกิดขึ้นจากประสบการณ์ สภาวะความพร้อมนี้จะเป็แรงที่กำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคลการที่มีต่อบุคคล สิ่งของ หรือสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง

กู๊ด (Good, 1973) ให้คำจำกัดความว่า เจตคติ เป็นความโน้มเอียงในการที่จะมีปฏิกิริยาเฉพาะอย่างต่อสิ่งของ สถานการณ์ หรือค่านิยม ซึ่งมักประกอบไปด้วยความรู้สึกและอารมณ์

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายไว้ว่า เจตคติ หมายถึง ท่าทีหรือความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546: 321)

นิพนธ์ แจ็งเอี่ยม (อ้างถึงใน พิกพ วังเงิน, 2547: 407) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง สิ่งที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคลที่จะตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง เราสามารถรู้ได้โดยดูจากพฤติกรรมของบุคคลว่าจะตอบสนองต่อสิ่งเร้าอย่างไร

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2544) กล่าวว่า เจตคติเป็นเรื่องของความชอบ ความไม่ชอบ ความลำเอียง ความคิดเห็น ความรู้สึกเชื่อฟังใจของเราต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด มักจะเกิดขึ้นเมื่อเรา

รับรู้ หรือประเมินผู้คน เหตุการณ์ในสังคม เราจะเกิดอารมณ์ความรู้สึกบางอย่างควบคู่กัน ไปด้วยกับการรับรู้ นั่น และมีผลต่อความคิดและปฏิกิริยาในใจของเรา ดังนั้นเจตคติจึงเป็นพฤติกรรมภายนอกที่อาจสังเกตได้ หรือพฤติกรรมภายในที่ไม่อาจสังเกตได้ง่าย แต่มีความโน้มเอียงที่จะเป็นพฤติกรรมภายในมากกว่าพฤติกรรมภายนอก

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ (2538: 149) กล่าวว่า ทักษคติ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งจะแสดงออกให้เห็นได้จากคำพูดหรือพฤติกรรมที่สะท้อน ทักษคตินั้นคนแต่ละคนมีทัศนคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งมักน้อยแตกต่างกัน ทักษคติแม้จะเป็นสิ่งที่เป็นามธรรมแต่เป็นสิ่งที่เป็จริงเป็จริงเป็จริงง้สำหรับบุคคลที่มีทัศนคตินั้น บทบาทของทัศนคติต่อพฤติกรรมของคนมีมาก แทบจะกล่าวได้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตมนุษย์ขึ้นอยู่กับทัศนคติ ไม่ว่าจะเป็เรื่องเล็กเรื่องใหญ่ หรือเรื่องสำคัญมากมายเพียงใด

รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548: 68) กล่าวว่า ทักษคติ หมายถึง การประเมินหรือการตัดสินใจเกี่ยวกับความชอบหรือไม่ชอบในวัตถุ คน หรือเหตุการณ์ ซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกของบุคคลหนึ่งเกี่ยวกับบางสิ่งบางอย่าง หรือเป็การทำที่หรือแนวโน้มของบุคคลที่แสดงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อาจเป็บุคคล กลุ่มคน ความคิด หรือสิ่งของก็ได้ โดยมีความรู้สึกหรือความเชื่อเป็พื้นฐาน ทักษคติไม่ใช่สิ่งเดียวกับค่านิยม เพราะค่านิยมเป็สิ่งที่เราเห็นคุณค่า แต่ทัศนคติเป็ความรู้สึกด้านอารมณ์ (พอใจหรือไม่พอใจ) แต่ทั้ง 2 อย่างมีความสัมพันธ์กัน ทักษคติเป็พลังอย่างหนึ่งที่มีมองไม่เห็นเช่นเดียวกับสัญชาตญาณหรือแรงจูงใจ แต่เป็พลังซึ่งสามารถผลักดันการกระทำบางอย่างที่สอดคล้องกับความรู้สึกของทัศนคติ

วิเชียร วิทษอุดม (2547: 45) กล่าวว่า ทักษคติเป็แบบแผนของความรู้สึก ความเชื่อและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับบุคคล กลุ่มคน แนวคิด สิ่งทีแสดงออกหรือวัตถุประสงค์โดยตรง ทักษคติ คือ อารมณ์ การรับรู้และพฤติกรรมโดยรวม ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมไม่ได้เป็สิ่งที่เห็นได้ชัดเจนเสมอไป ถึงแม้ว่าจะมีความสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตก็ตาม ความสัมพันธ์ของทัศนคติและพฤติกรรมอาจจะเห็นได้ชัดเจน เมื่อเป็ความตั้งใจของแต่ละบุคคลได้ถูกแสดงออกมาโดยการกระทำตามแนวทางที่แน่นอน ซึ่งเป็นที่ทราบกันโดยทั่วๆ ไป ว่าเป็ทัศนคติเฉพาะและแบบอย่างทีอาจจะเกี่ยวข้องกับทัศนคติในการทำงานอีกอย่างทีน่าสนใจก็คือ พันธะสัญญาที่มีต่อองค์การ ทั้งความพึงพอใจและพันธะสัญญาต่างก็มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมองค์การเป็อย่างมาก

กล่าวโดยสรุป อาจให้ความหมายของเจตคติได้ว่า เจตคติ หมายถึง ความคิดเห็น ความเชื่อ และความรู้สึกของบุคคลทีได้รับจากการเรียนรู้และประสบการณ์ ซึ่งมีอารมณ์เป็ส่วนประกอบ หรือความโน้มเอียงทีจะแสดงออกต่อสิ่งต่างๆ เช่น บุคคล สถาบัน สถานการณ์

เรื่องราวต่างๆ ไปในทางใดทางหนึ่งอาจเป็นไปได้ในทางสนับสนุนหรือคัดค้าน คือ ชอบหรือไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ยอมรับหรือปฏิเสธก็ได้

5.2.2 ลักษณะของเจตคติ

เจตคติ หรือทัศนคตินั้น Scott (1975: 265) ได้กล่าวถึงลักษณะที่สำคัญไว้ ดังนี้

1) ทัศนคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ หรือเกิดจากการสะสมประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ไม่ใช่สิ่งที่มีติดตัวมาแต่กำเนิด

2) ทัศนคติดีมีคุณลักษณะของการประเมิน (Evaluative Nature) ทัศนคติเกิดจากการประเมินความคิดหรือความเชื่อที่บุคคลมีอยู่เกี่ยวกับสิ่งของ บุคคลอื่น หรือเหตุการณ์ ซึ่งจะ เป็นสื่อกลางทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนอง คุณลักษณะของทัศนคติในด้านการประเมินนี้ (Fishbein and Ajzen, 1975) เน้นว่าเป็นคุณลักษณะที่สำคัญที่สุด ที่ทำให้ทัศนคติแตกต่างกันอย่างแท้จริงจากแรงผลักดันภายในอื่นๆ เช่น นิสัย แรงขับ หรือแรงจูงใจ

3) ทัศนคติดีมีคุณภาพและความเข้ม (Quality and Intensity) โดยคุณภาพและความเข้มของทัศนคติ จะเป็นสิ่งที่บอถึงความแตกต่างของทัศนคติที่แต่ละคนมีต่อสิ่งต่างๆ คุณภาพของทัศนคติเป็นสิ่งที่ได้จากการประเมิน เมื่อบุคคลประเมินทัศนคติที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ก็อาจมีทัศนคติทางบวก (ความรู้สึกรับชอบ) หรือทัศนคติทางลบ (ความรู้สึกรับไม่ชอบ) ต่อสิ่งนั้น

4) ทัศนคติดีมีความคงทนไม่เปลี่ยนแปลง (Permanence) เนื่องจากทัศนคติเกิดจากการสะสมประสบการณ์ และผ่านกระบวนการเรียนรู้มามาก

5) ทัศนคติดีต้องมีที่หมาย (Attitude Object) โดยมีที่หมายต่อสิ่งต่างๆ เช่น คน วัตถุ สิ่งของ บุคคลอื่น หรือสถานการณ์

ปรียาพร (2544: 58) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของเจตคติที่สำคัญ ดังนี้

1) เจตคติเกิดจากประสบการณ์ สิ่งเร้าต่างๆ รอบตัวบุคคล การอบรมเลี้ยงดู การเรียนรู้ และวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดเจตคติ แม้ว่าจะมีประสบการณ์ที่เหมือนกันก็เป็นเจตคติที่แตกต่างกันได้ หรือความพร้อมในการตอบสนองต่อสิ่งเร้า เป็นต้น

2) เจตคติเป็นการตระเตรียม หรือความพร้อมในการตอบสนองต่อสิ่งเร้า เป็นการเตรียมความพร้อมภายในของจิตใจมากกว่าภายนอกที่สังเกตได้ สภาวะความพร้อมที่ตอบสนองมีลักษณะที่ซับซ้อนของบุคคลชอบหรือไม่ชอบ ยอมรับหรือไม่ยอมรับเกี่ยวเนื่องกับอารมณ์ด้วย

3) เจตคติมีทิศทางของการประเมิน ทิศทางของการประเมินคือ ลักษณะความรู้สึกรหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้น ถ้าเป็นความรู้สึกรหรือประเมินว่าชอบ พอใจ เห็นด้วยก็คือเป็นทิศทางในทางที่ดีเรียกว่าเป็นทิศทางในทางบวกและถ้าการประเมินออกมาในทางไม่ดี เช่น ไม่ชอบ ไม่พอใจก็มีทิศทางในทางลบ เจตคติทางลบไม่ได้หมายความว่าไม่ควรมีเจตคตินั้น แต่เป็นเพียงความรู้สึกรที่ไม่ดีต่อสิ่งนั้น

4) เจตคติมีความเข้ม คือมีปริมาณมากน้อยของความรู้สึกร ถ้าชอบมากหรือไม่เห็นด้วยอย่างมากก็แสดงว่ามีความเข้มสูง ถ้าไม่ชอบเลยหรือเกลียดที่สุดก็แสดงมีความเข้มสูงไปอีกทางหนึ่ง

5) เจตคติมีความคงทน เจตคติเป็นสิ่งที่บุคคลยึดมั่นถึ่มั่น และมีส่วนในการกำหนดพฤติกรรมของคนนั้น การยึดมั่นในเจตคติต่อสิ่งใด ทำให้การเปลี่ยนแปลงเจตคติเกิดขึ้นได้ยาก

6) เจตคติมีทั้งพฤติกรรมภายในและพฤติกรรมภายนอก พฤติกรรมภายในเป็นสภาวะทางจิตใจ ซึ่งหากไม่ได้แสดงออก ก็ไม่สามารถรู้ได้ว่าบุคคลนั้นมีเจตคติอย่างไรในเรื่องนั้น เจตคติที่เป็นพฤติกรรมภายนอกแสดงออกเนื่องจากถูกกระตุ้น และการกระตุ้นยังมีสาเหตุอื่นๆ ร่วมอยู่ด้วย

7) เจตคติต้องมีสิ่งเร้าจึงมีการตอบสนองขึ้น ไม่จำเป็นว่าเจตคติที่แสดงออกจากพฤติกรรมภายใน และพฤติกรรมภายนอกจะตรงกัน เพราะก่อนแสดงออกนั้น ก็จะปรับปรุงให้เหมาะกับสภาพของสังคมแล้วจึงแสดงออกเป็นพฤติกรรมภายนอก

Johns (1996: 131) ระบุว่าทัศนคติเป็นลักษณะอารมณ์ที่ค่อนข้างคงที่และมีความคงเส้นคงวาหรือค่อนข้างคงที่ (Relatively stable) ซึ่งบุคคลหนึ่งมีแนวโน้มต่อสิ่งเร้า เช่น วัตถุ สิ่งของ สถานการณ์ หรือบุคคลอื่น จากความหมายนี้จะเห็นว่า ทัศนคติเป็นเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์ที่มุ่งตรงสู่เป้าหมายที่แน่นอน เช่น ถ้าเราถูกถามถึงทัศนคติที่มีต่อหัวหน้า เราอาจจะพูดถึงอะไรบางอย่างที่แสดงให้รู้ว่า เราชอบหัวหน้าแค่ไหน ดังนั้นสิ่งที่เราพูดออกมาก็คือ ทัศนคติที่เป็นด้านอารมณ์นั่นเอง โดยทัศนติจะเป็นการแสดงออกของพฤติกรรมของมนุษย์ที่มีต่อสิ่งเร้า (Stimuli) เช่น วัตถุ สิ่งของ สถานการณ์ หรือบุคคลอื่น โดยทัศนคติมีองค์ประกอบ ดังนี้

5.2.3 องค์ประกอบของเจตคติ

เจตคติหรือทัศนคติมีองค์ประกอบที่สำคัญโดยทั่วไป คือ (สร้อยตระกูล อรรถมานะ, 2542: 64-65 ; ปราณี ทองคำ, 2539: 147)

1) องค์ประกอบด้านความคิดความเข้าใจ (Cognitive Component) ความคิดความเข้าใจนี้จะเป็นการแสดงออกซึ่งความรู้หรือความเชื่อซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้ใน

ประสบการณ์ต่างๆ จากสภาพแวดล้อมอันเป็นเรื่องของปัญญาในระดับที่สูงขึ้น อาทิ นักบริหาร หรือผู้บังคับบัญชามีความคิดหรือความเชื่อที่ว่าผู้ใต้บังคับบัญชาของเขานั้นมีลักษณะของความเป็นผู้ใหญ่สามารถปกครองตนเองได้ ดังนั้น เขาจึงได้ความเป็นอิสระในการทำงานแก่ผู้ใต้บังคับบัญชา หรือเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการทำการวินิจฉัยสั่งการ

2) องค์ประกอบด้านความรู้สึก (*Affective Component*) องค์ประกอบด้านความรู้สึกนี้จะ เป็นสภาพทางอารมณ์ (Emotion) ประกอบกับการประเมิน (Evaluation) ในสิ่งนั้นๆ อันเป็นผลจากการเรียนรู้ในอดีต ดังนั้น จึงเป็นการแสดงออกซึ่งความรู้สึกอันเป็นการยอมรับ อาทิ ชอบ ถูกใจ สนุก หรือปฏิเสธต่อสิ่งนั้น อาทิ เกลียด โกรธ ก็ได้ ความรู้สึกนี้อาจทำให้บุคคลเกิดความยึดมั่นและอาจแสดงปฏิกิริยาตอบโต้หากมีสิ่งที่ยึดกับความรูสึกดังกล่าว

3) องค์ประกอบด้านแนวโน้มของพฤติกรรม (*Behavioral Component*) หมายถึง แนวโน้มของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมหรือปฏิบัติต่อสิ่งที่ตนชอบหรือเกลียดอันเป็นการตอบสนองหรือการกระทำในทางใดทางหนึ่ง ซึ่งเป็นผลมาจากความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเรานั้นๆ อาทิ บุคคลนั้นมีทัศนคติที่ดีต่อระบอบประชาธิปไตย หรือมีความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกที่ดีต่อระบอบประชาธิปไตย บุคคลผู้นั้นก็มีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมแบบเข้าหา หรือแสวงหา (Seek Contact) ตรงกันข้ามหากมีทัศนคติต่อสิ่งนั้นๆ ไม่ดี ก็จะเกิดพฤติกรรมในการถอยหนีหรือหลีกเลี่ยง (Avoiding Contact)

5.2.4 การวัดเจตคติ

เจตคติเป็นพฤติกรรมภายในที่มีลักษณะเป็นนามธรรม ซึ่งตัวเราเองเท่านั้นที่ทราบ การวัดเจตคติโดยตรงจึงทำไม่ได้ แต่การศึกษาเจตคตินั้นสามารถกระทำได้เจตคติสามารถวัดได้โดยการสร้างแบบวัดเจตคติเพื่อถามความรู้สึกต่อสิ่งเร้าในรูปของความชอบหรือไม่ชอบ แบบวัดเจตคติที่นิยมใช้มีอยู่ 3-4 วิธี คือ (สุวิทย์ บุญช่วย และคณะ, 2541:10-12 ; สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2538: 166)

1) วิธีลิเคิร์ตสเกล (*Likert Scale*) เป็นวิธีการวัดเจตคติที่รู้จักกันแพร่หลายมากที่สุดวิธีหนึ่ง การวัดเจตคติของลิเคิร์ต เริ่มด้วยการรวบรวมหรือเรียบเรียงข้อความที่เกี่ยวข้องกับเจตคติที่ต้องการจะศึกษาให้ความหมายสิ่งที่ต้องการจะวัดให้แน่นอน ชัดเจน และครอบคลุมขอบเขตเนื้อหาที่ต้องการวัดทั้งหมด และข้อความที่สร้างขึ้นต้องประกอบไปด้วยข้อความที่สนับสนุนและต่อต้านในเรื่องที่ต้องการจะวัด กล่าวคือ มีข้อความที่เป็นบวกและเป็นลบละกันไป และนำข้อความที่รวบรวมได้ไปลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจะทำการศึกษา โดยกำหนดคำตอบของแต่ละข้อความให้เลือกตอบคือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การให้คะแนนนั้น จะขึ้นอยู่กับชนิดของข้อความว่าเป็นข้อความที่สนับสนุนหรือเป็นบวก ถ้าตอบเห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน 5 คะแนน และลดลงไปจนถึงตอบไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน 1 คะแนน ส่วนข้อความที่ต่อต้านหรือเป็นลบ ถ้าตอบไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน 5 คะแนน และลดลงเรื่อยๆ ไปจนถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้คะแนน 1 คะแนน คะแนนของผู้ตอบแต่ละคนในแบบวัดเจตคติ คือผลรวมของคะแนนทุกข้อในแบบวัดเจตคติ ซึ่งลิเคิร์ตถือว่าผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อสิ่งใดย่อมมีโอกาสที่จะตอบเห็นด้วย กับข้อความที่สนับสนุนสิ่งนั้นมาก และในทำนองเดียวกัน ผู้ที่มีเจตคติไม่ดีต่อสิ่งใดนั้น โอกาสที่จะเห็นด้วยกับข้อความที่สนับสนุนสิ่งนั้นก็มีน้อยและ โอกาสที่จะตอบเห็นด้วยกับข้อความที่ต่อต้านสิ่งนั้นจะมีมาก คะแนนรวมของทุกข้อจะเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงเจตคติของผู้ตอบในแบบวัดเจตคติของแต่ละคน

2) *วิธีเทอร์สโตน สเกล (Thurstone Scale)* วิธีการวัดแบบเทอร์สโตนนี้เน้นปัญหาด้านการมีช่วงเท่ากัน มากกว่าการวัดแบบอื่น ซึ่งในทางปฏิบัติ หมายถึง วิธีการให้น้ำหนักหรือคะแนนแต่ละข้อความที่ประกอบขึ้นมาเป็นสเกล ข้อความแต่ละข้อความจะมีน้ำหนักในแต่ละช่วงเท่ากัน โดยเทอร์สโตนยึดหลักที่ว่า “คุณลักษณะใด ๆ ในความรู้สึกของคนเรานั้นจะมีตั้งแต่เห็นด้วยน้อยที่สุด ไปจนถึงเห็นด้วยมากที่สุด” โดยจะแบ่งช่วงความรู้สึกออกเป็น 11 ช่วงเท่าๆ กัน ความคิดเห็นแต่ละข้อความจะมีน้ำหนักค่าเจตคติต่างกัน ไปจะอยู่ในช่วงไหนนั้นก็แล้วแต่ข้อความคิดเห็นนั้น

3) *วิธีกัทแมน สเกล (Guttman Scale)* จากข้อบกพร่องของเทอร์สโตนสเกลและลิเคิร์ตสเกล ในเรื่องเกี่ยวกับความหมายของคะแนนและความเป็นมิติเดียวกันตลอดจนความสามารถในการนำคะแนนมาสร้างเป็นสเกลใช้แก่ข้อบกพร่องที่กัทแมน ได้ให้ความสนใจและคิดหาวิธีสร้างสเกลที่มีคุณสมบัติเด่น

4) *วิธีการหาความแตกต่างของความหมาย (Semantic Differential)* เป็นการศึกษาเกี่ยวกับความคิดรวบยอด (Concepts) ของบุคคลแต่ละบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆ ผู้ที่คิดวิธีนี้ คือ ชาร์ล ออสกู๊ด (Charles E. Osgood) และผู้ร่วมงาน เป็นการศึกษาถึงความหมายของสิ่งต่างๆ ตามความคิดเห็นของกลุ่มที่จะศึกษาโดยการให้ประเมินค่าเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ต้องการวัด อาจจะเป็นสถานที่ บุคคล เหตุการณ์ ฯลฯ การประมาณค่านั้นใช้คำคุณศัพท์ ซึ่งตรงกันข้าม และมีลำดับของความมากน้อยจากด้านหนึ่งไปสู่อีกด้านหนึ่งรวมทั้งหมด 7 อันดับ (บางครั้งใช้ 5 หรือ 3 อันดับ) ในการที่จะให้ผู้ตอบประเมินค่ามาก หรือน้อยนี้ทำให้เชื่อได้ว่าแบบวัดนี้สามารถใช้วัดเจตคติของบุคคลหรือกลุ่มบุคคลต่อสิ่งต่างๆ ได้ และสามารถเปรียบเทียบเจตคติที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของกลุ่มต่างๆ ได้ จะเห็นได้ว่า การวัดเจตคติมีหลายวิธี และวิธีของลิเคิร์ตสเกลเป็นวิธีที่นิยมใช้กันแพร่หลาย

5.2.5 ประโยชน์และหน้าที่ของเจตคติ

สำหรับประโยชน์ของเจตคติหรือทัศนคตินั้น ตามทฤษฎีของ Daniel Katz (Daniel Katz, 1960 อ้างถึงใน ปัญญาเดช พันธุ์วัฒน์ และคณะ 2550) ได้ระบุประโยชน์และหน้าที่ของทัศนคติไว้อยู่ 4 ประการ ดังนี้

- 1) เป็นประโยชน์โดยการเป็นเครื่องมือ เป็นประโยชน์ในการปรับตัวและเป็นประโยชน์ในการใช้เพื่อทำการต่างๆ
- 2) ทัศนคดียังทำหน้าที่หรือประโยชน์โดยการใช้ป้องกันสภาวะจิตหรือปกป้องสภาวะจิตของบุคคลเพราะความคิดหรือความเชื่อบางอย่างสามารถทำให้ผู้เชื่อหรือคิดสบายใจ ส่วนจะผิดหรือถูกเป็นอีกเรื่องหนึ่ง (Ego-defensive function)
- 3) ทำหน้าที่แสดงค่านิยมให้คนเห็นหรือรับรู้ (Value expressive function)
- 4) มีประโยชน์หรือให้คุณประโยชน์ทางความรู้เพราะมีทัศนคติไม่น้อยที่เกี่ยวกับความรู้ เรื่องนี้ยิ่งการศึกษาสูงเท่าใด แนวโน้มที่ทัศนคติจะมีความรู้ทางวิชาการแฝงอยู่มาก แม้ความรู้แบบพื้นบ้านซึ่งส่วนใหญ่ได้มาจากศาสนาก็แฝงอยู่ในทัศนคติมาก ดังนั้น บางครั้งจึงแยกกันแทบไม่ออกโดยทั่วไปแล้วการศึกษาทัศนคติแบบดูที่ประโยชน์ของทัศนคติ (functional) จะมุ่งสนใจตัวบุคคลและสภาพทางจิตวิทยาของคนนั้น

6. แนวคิดเกี่ยวกับด้านครอบครัว

ครอบครัวนับเป็นสถาบันทางสังคมอันดับแรกที่มีมนุษย์ต้องสัมผัสคลุกคลีมาตั้งแต่เกิดและไม่อาจจะปฏิเสธได้ว่า เป็นสถาบันที่มีความสำคัญและมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อมนุษย์ทุกคน นับตั้งแต่เกิด เติบโต จนกระทั่งถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ประสบการณ์และความสัมพันธ์ในครอบครัวของแต่ละบุคคลเป็นสิ่งที่มามีอิทธิพลต่อทัศนคติ บุคลิกภาพ ค่านิยม และความเชื่อ ตลอดจนพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคล ดังนั้น ครอบครัวจึงเป็นแหล่งหล่อหลอมและบ่มเพาะพฤติกรรมต่างๆ รวมทั้งพฤติกรรมการบริโภคของบุคคล

การศึกษาถึงอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภค นับได้ว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากผู้บริโภคแต่ละคนล้วนแต่มาจากครอบครัวที่มีเอกลักษณ์ของตนเอง ประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่ได้รับจากครอบครัว จึงทำให้พฤติกรรมการบริโภคของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นผลิตภัณฑ์ที่บริโภค วิธีการซื้อและใช้ผลิตภัณฑ์ และความถี่ในการบริโภค นอกจากนี้ การตัดสินใจซื้อของผู้บริโภคก็มักจะได้รับอิทธิพลจากสมาชิกอื่นๆ ในครอบครัว

6.1 ความหมายและคุณลักษณะของครอบครัว

6.1.1 ความหมายของครอบครัว

โดยทั่วไปแล้ว ครอบครัว (family) เป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกที่มนุษย์สร้างขึ้นจากความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน เพื่อเป็นตัวแทนของสถาบันสังคมภายนอกที่จะปลูกฝังความเชื่อ ค่านิยม และทัศนคติกับสมาชิกรุ่นใหม่ของสังคมที่มีชีวิตอุบัติขึ้นในครอบครัว (พรหมทิพย์ สิริวรรณบุษย์, 2545)

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มสังคมที่เกี่ยวข้องกันโดยกำเนิด โดยการแต่งงาน หรือการรับเลี้ยงดูภายในครอบครัวของบุคคลภายใต้การควบคุมของระบบที่บุคคลสังกัดอยู่อันเกี่ยวกับบทบาทการกระทำของบุคคลในสังคม (Walters, 1978: 340)

6.1.2 แนวคิดพื้นฐานของครอบครัว มีดังนี้

- 1) จุดกำเนิดในการเกิดพฤติกรรมผู้บริ โภคเริ่มต้นจากครอบครัว
- 2) ครอบครัวเป็นสิ่งสะท้อนที่แสดงให้เห็นถึงการเชื่อมโยงสังคม วัฒนธรรม และค่านิยมสำหรับบุคคล
- 3) บทบาทและความชอบของครอบครัวเป็นต้นแบบสำหรับรูปแบบของ ครอบครัวและเด็กที่มีครอบครัวของตนเองในอนาคต
- 4) การตัดสินใจซื้อของครอบครัวเป็นการผสมผสานระหว่างการตัดสินใจ ร่วมกันของบุคคลในครอบครัว (Family Decision) และการตัดสินใจของแต่ละบุคคล (Individual Decision) ในครอบครัว
- 5) การตัดสินใจหลายๆครั้งที่เกิดขึ้นในครอบครัวเป็นการตัดสินใจของ ครอบครัว ไม่ใช่จากบุคคลใดบุคคลหนึ่ง

6.1.3 คุณลักษณะของครอบครัว

ครอบครัวมีคุณลักษณะที่สำคัญ (Minuchin, 1974) ดังต่อไปนี้

- 1) ครอบครัวเป็นระบบเปิดเชิงสังคมและวัฒนธรรม (open socio-cultural systems) กล่าวคือ ครอบครัวจะมีการสื่อสารและแลกเปลี่ยนข้อมูลกับสภาพแวดล้อมภายนอกอยู่ เสมอ นอกจากนี้ ครอบครัวยังได้รับผลกระทบจากภายนอกตลอดเวลา เช่น จากโรงเรียน ที่ทำงาน หรือสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ
- 2) ครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลงและการพัฒนาตลอดเวลาและต่อเนื่อง ผ่าน จากวงจรชีวิตขั้นหนึ่งไปสู่วงจรชีวิตอีกขั้นหนึ่ง ตัวอย่างเช่น จากครอบครัวที่เพิ่งแต่งงานไปสู่ ครอบครัวที่มีลูกเล็ก ครอบครัวที่มีวัยรุ่น และครอบครัวที่ลูกเติบโตเป็นผู้ใหญ่และแยกครอบครัว ออกไปในที่สุด
- 3) ครอบครัวมีการจัดระบบภายใน เพื่อให้ครอบครัวสามารถดำรงอยู่ได้ อย่างสมดุลและมีความต่อเนื่อง

4) ครอบครัวมีการติดต่อสื่อสาร ทั้งระหว่างระบบย่อยหรือสมาชิกภายในครอบครัวและกับระบบภายนอก

5) ครอบครัวมีกฎที่สมาชิกต้องถือปฏิบัติ กฎจะควบคุมความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกและการปฏิบัติหน้าที่ภายในครอบครัวให้มีประสิทธิภาพเพื่อการดำรงอยู่อย่างสมดุล นอกจากนั้น ในวงจรชีวิตแต่ละขั้น ครอบครัวจะมีการปรับเปลี่ยนกฎเหล่านี้ให้มีความเหมาะสมอยู่เสมอ

6) ครอบครัวมีขอบเขต ทั้งระหว่างบุคคลในครอบครัวด้วยกันเอง และระหว่างครอบครัวกับระบบภายนอกอื่นๆ ถ้าขอบเขตไม่ชัดเจนหรือสับสน ก็จะส่งผลกระทบต่อเสถียรภาพและพัฒนาการครอบครัวได้

6.2 หน้าที่ของครอบครัว

ครอบครัวมีหน้าที่ในการสร้างและพัฒนาพฤติกรรมพื้นฐานของบุคคล ซึ่งสามารถแบ่งหน้าที่พื้นฐานของครอบครัวออกเป็น 4 ประการดังนี้

6.2.1 หน้าที่ด้านการสร้างลักษณะทางสังคมของสมาชิกในครอบครัว

(Socialization of Family Members) ครอบครัวจะทำหน้าที่ถ่ายทอดลักษณะทางสังคมแก่สมาชิกในครอบครัว ให้สมาชิกในครอบครัวได้ทราบถึงสถานะและแนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสมตามบทบาทและหน้าที่ของบุคคล ซึ่งสมาชิกในครอบครัวจะได้รับอิทธิพลจากครอบครัวของตน ตั้งแต่พื้นฐานทางความคิด การนับถือศาสนา ทักษะการสัมพันธ์กับผู้อื่น มารยาททางสังคมต่างๆ การพูดจา การวางตัว การศึกษา การเลือกอาชีพ และการกำหนดเป้าหมายชีวิต รวมถึงบรรทัดฐานในการบริโภคสิ่งต่างๆ เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้บุคคลสามารถสร้างและมีค่านิยมและแบบแผนในการปฏิบัติที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสังคม ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ช่วงคือ

1) การสร้างพฤติกรรมผู้บริโภคในวัยเด็ก (Consumer Socialization of Children) เป็นหน้าที่ของครอบครัวในการสร้างและพัฒนาทักษะและความรู้ต่างๆ ที่จำเป็นสำหรับการเป็นผู้บริโภค ซึ่งเด็กจะมีรูปแบบพฤติกรรมในการบริโภคจากการเลียนแบบจากผู้ใหญ่ใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา พี่สาว พี่ชาย และจะค่อยๆ เปลี่ยนไปเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ซึ่งเพื่อนจะเข้ามามีอิทธิพลในการตัดสินใจมากขึ้น ซึ่งมักจะมีอิทธิพลในด้านแฟชั่น ความเห่อ ความนิยมต่างๆ รูปแบบ และสไตล์

2) การสร้างพฤติกรรมผู้บริโภคในวัยผู้ใหญ่ (Adult Consumer Socialization) เมื่อเติบโตขึ้น บุคคลมีสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป เข้าสู่การทำงาน เริ่มเข้าสู่การมีครอบครัวของตนเอง ซึ่งบุคคลจะปรับรูปแบบการบริโภคให้เหมาะสมกับรูปแบบการดำเนินชีวิตของตนที่เปลี่ยนแปลงไป

3) การสร้างลักษณะทางสังคมระหว่างรุ่น (Intergenerational Socialization) เป็นลักษณะการถ่ายทอดความรู้และลักษณะทางสังคมในการตัดสินใจและการบริโภคจากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง

6.2.2 หน้าที่ด้านความเป็นอยู่ที่ดี (Economic Well-being) ครอบครัวมีหน้าที่สร้างความ เป็นอยู่ที่ดีและเหมาะสม โดยอาจมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งซึ่งอาจจะเป็นได้ทั้งฝ่ายชายหรือฝ่ายหญิง เป็นหัวหน้าที่สร้างรายได้จุนเจือครอบครัว ในขณะที่อีกฝ่ายทำหน้าที่ในการดูแลความเป็นอยู่ใน บ้าน หรืออาจเป็นทั้งสองฝ่ายที่ต่างช่วยกันทำมาหากิน สร้างรายได้ และดูแลความเรียบร้อยใน ครอบครัวด้วยกัน ซึ่งเป็นลักษณะที่สามารถเห็นได้ในสังคมปัจจุบันมากขึ้นเรื่อยๆ

6.2.3 หน้าที่ส่งเสริมด้านอารมณ์ (Emotional Support) สมาชิกทุกคนใน ครอบครัวมีหน้าที่ในการสร้างความสุขและความสมบูรณ์ทางอารมณ์ให้แก่กันและกัน ผู้ที่มี ความสุขและมีความสมบูรณ์ทางอารมณ์จะรู้จักสะกดกั้นและการให้อภัย สามารถอยู่ในสังคม ปัจจุบันได้อย่างสงบสุข

6.2.4 หน้าที่การกำหนดรูปแบบการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่เหมาะสม (Suitable Family Lifestyle) รูปแบบการดำเนินชีวิตครอบครัวจะเป็นเสมือนแนวทางสำหรับบุคคล ในการเลือกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมการพักผ่อน ความสนใจ ต่างๆรอบตัว ด้านสังคม การเมือง และอื่นๆ

6.3 วิธีการดำเนินชีวิตของครอบครัว

ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีวิธีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน ซึ่งเราสามารถแยกได้ จากประเด็นดังนี้

- 1) กิจกรรม เช่น การทำงาน งานอดิเรก งานทางสังคม วันหยุดพักผ่อน ความ บันเทิง การเป็นสมาชิก การทำงานในชุมชน การจ่ายตลาด การเล่นเกม เป็นต้น
- 2) ความสนใจ เช่น ครอบครัว บ้าน งานที่ทำ ชุมชน สิ่งบันเทิง แฟชั่น อาหาร สื่อ ความสำเร็จ เป็นต้น
- 3) ความคิดเห็น เช่น ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง เกี่ยวกับสังคม การเมือง ธุรกิจ เศรษฐกิจ การศึกษา ผลิตภัณฑ์ อนาคต วัฒนธรรม นวัตกรรม เป็นต้น
- 4) ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ เช่น อายุ การศึกษา รายได้ อาชีพ ขนาดครอบครัว ที่อยู่อาศัย ภูมิศาสตร์ ขนาดของเมือง ขั้นตอนของวงจรชีวิต เป็นต้น

เมื่อเวลาผ่านไป ค่านิยมและรูปแบบการดำเนินชีวิตของบุคคลก็เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งส่งผลถึงรูปแบบของครอบครัวและวงจรชีวิตครอบครัวในปัจจุบันที่มีความหลากหลายและ แตกต่างไปจากอดีตด้วย

6.4 ลักษณะของครอบครัว

ลักษณะของครอบครัวแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ ครอบครัวที่มีสมาชิกในครอบครัวอยู่ร่วมกันเพียง 1 หรือ 2 รุ่น (Generation) ได้แก่ รุ่นพ่อแม่และรุ่นลูก เรียกว่า ครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family หรือ Single Family) และครอบครัวที่มีสมาชิกในครอบครัวมากกว่า 2 รุ่น ที่นอกเหนือจากพ่อแม่และลูกแล้ว ยังมีปู่ย่า ตายาย หรือญาติๆ อยู่ร่วมกันอีกด้วย เรียกว่า ครอบครัวขยาย (Extended Family)

นอกเหนือจากลักษณะครอบครัวดังกล่าวแล้ว ปัจจุบันยังมีลักษณะครอบครัวที่พ่อหรือแม่เลี้ยงดูบุตรเพียงลำพังมากขึ้น ซึ่งเรียกว่า ครอบครัว/พ่อหรือแม่คนเดียว (Single Parent Family) เนื่องจากมีอัตราการหย่าร้างมากขึ้น ลักษณะของครอบครัวที่แตกต่างกันดังกล่าวจะส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคของครอบครัวแต่ละประเภทแตกต่างกันไปด้วย ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค

รูปแบบการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัวของคนไทยมีลักษณะที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมที่อยู่แบบครอบครัวขยายที่อยู่กันเป็นครอบครัวใหญ่ ตั้งแต่ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา หรือญาติคนอื่นๆ อาศัยอยู่ด้วยกันหรืออยู่คนละหลัง แต่อยู่ในบริเวณเดียวกัน เปลี่ยนเป็นครอบครัวเดี่ยว (Single Family) เมื่อลูกโตขึ้นและมีครอบครัว จะแยกออกไปมีครอบครัวของตนเองต่างหากมากขึ้น ซึ่งลักษณะครอบครัวดังกล่าวส่งผลให้มีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างไปจากเดิม ได้แก่ เน้นครอบครัวเป็นหลัก เน้นอาชีพของครอบครัวเป็นหลัก เน้นการบริโภคของครอบครัวเป็นหลัก และรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบผสม

6.5 บทบาทของบุคคลในครอบครัว มีบทบาทดังนี้

- 1) ผู้ริเริ่ม (Initiator) ในที่นี้หมายถึงสมาชิกในครอบครัวผู้ซึ่งรู้ถึงความจำเป็นหรือความต้องการ และริเริ่มความคิดเกี่ยวกับการซื้อและความต้องการสินค้าหรือบริการ
- 2) ผู้มีอิทธิพล (Influence) หมายถึงสมาชิกในครอบครัวแสดงพฤติกรรมใดๆ เป็นสิ่งกระตุ้นหรือจูงใจต่อบุคคลอื่น ทั้งที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ ซึ่งมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อ และ/หรือการใช้สินค้าหรือบริการ
- 3) ผู้ตัดสินใจ (Decider) หมายถึงผู้ที่ตัดสินใจหรือมีส่วนร่วมในการตัดสินใจว่าจะซื้อหรือไม่ซื้อ ซื้ออะไร ซื้ออย่างไร ซื้อที่ไหน ซื้อเมื่อไหร่ และซื้อจำนวนเท่าใด
- 4) ผู้ซื้อ (Buyer) หมายถึงสมาชิกในครอบครัวที่ดำเนินการซื้อจริง
- 5) ผู้ใช้ (User) หมายถึงบุคคลผู้ซึ่งเกี่ยวข้องกับกรบริโภคสินค้าหรือบริการ โดยตรง ซึ่งอาจจะเป็นสมาชิกในครอบครัวคนใดคนหนึ่งหรือทั้งครอบครัวก็ได้ และจะเป็นผู้ทำการประเมินการใช้สินค้าและบริการนั้นๆ ด้วย

6.5.1 บทบาทการตัดสินใจซื้อในครอบครัว

1) บทบาทของสามีและภรรยา ผลการวิจัยหนึ่งอ้างว่า ผู้มีอิทธิพลในการตัดสินใจซื้อของครอบครัวแบ่งออกเป็น 4 ลักษณะคือ

(1) ภรรยามีอำนาจเหนือกว่า (Wife-dominant) ภรรยามีอำนาจในการตัดสินใจอย่างเด็ดขาดว่าจะซื้ออะไร

(2) สามีมีอำนาจเหนือกว่า (Husband-dominant) สามีมีอำนาจในการตัดสินใจอย่างเด็ดขาดว่าจะซื้ออะไร

(3) ต่างคนต่างตัดสินใจ (Individualized) ทั้งสามีและภรรยาต่างคนต่างตัดสินใจในการเลือกซื้อ สิ่งของต่างๆ สำหรับครอบครัวด้วยตนเอง

(4) ตัดสินใจร่วมกัน (Joint) ทั้งสามีและภรรยาร่วมกันตัดสินใจในการซื้อผลิตภัณฑ์ใดๆสำหรับครอบครัว

2) บทบาทของลูก

ลูกจะมีบทบาททั้งทางตรงและทางอ้อมต่อบิดาและมารดาในการตัดสินใจใดๆ ยิ่งลูกโตขึ้นมากเท่าใด ก็จะมีบทบาทและมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อของครอบครัวมากขึ้นตามไปด้วย

7. เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550: 108 - 115) ซึ่งทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่าปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน ($r = -.173, p = .002$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = .503, p = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.232, p = .000$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แต่สภาพแวดล้อม ร้านค้าภายในโรงเรียน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = .152, p = .008$) อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ($r = -.143, p = .012$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ อายุ เงินที่นักเรียนได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน เพศ ภาวะโภชนาการ ระดับการศึกษา ของบิดา/มารดา รายได้ของครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน เงินที่นักเรียนได้รับต่อวัน และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหารจากสื่อต่างๆ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้ร้อยละ 31.20 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ลลดา จันทร์สมบูรณ์(2551: 126-128) ที่ศึกษาพฤติกรรมในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในจังหวัดเพชรบุรี พบว่า วัยรุ่นผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีรายได้จากผู้ปกครอง มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนไม่เกิน 3,000 บาท ชนิดของอาหารที่รับประทานบ่อยที่สุดคือ ไก่ทอด ร้อยละ 96.00 เหตุผลที่เลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อรับประทานเอง และจำนวนคนที่ไปร่วมรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดต่อครั้ง คือ 3-4 คน โดยผู้ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คือ ตัวเอง ลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารว่างมากที่สุด ข้อมูลที่ผู้ตอบแบบสอบถามแสวงหาเพื่อเลือกบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คือ คุณภาพของอาหาร สำหรับแหล่งข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ได้รับ คือ จากโทรทัศน์ สำหรับปัญหาในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ผู้ตอบแบบสอบถามพบมากที่สุดคือ ราคาแพง ความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดทั้งหญิงและชายจะบริโภค 1-3 ครั้ง/สัปดาห์

วิไลวรรณ คงกิจ (2548: 70) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน เด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน เด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เด็กวัยรุ่นมีความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อุดม นิยมค้า และคณะ (2548: 49) การศึกษาปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาในเขตเทศบาลนครนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า นักศึกษาเพศชายมีจำนวนครั้งในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากกว่านักศึกษาหญิง นักศึกษาที่ครอบครัวมีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีจำนวนครั้งในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดต่อเดือนแตกต่างกัน นักศึกษาในเขตเทศบาลนครศรีอยุธยารับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกับเพื่อนๆ ร้อยละ 71.6

พันธะจิต ดังก้อง (2546: 53) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาสถาบันราชภัฏเชียงใหม่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยว่าบุคคลที่ฐานะทางการเงินดีสามารถที่จะรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดได้บ่อยครั้ง มีคะแนนเฉลี่ย 3.61 รายได้มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.58 การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะเพื่อนแนะนำ มีคะแนนเฉลี่ย 3.64 ด้านการส่งเสริมการขาย/สื่อโฆษณา กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยว่า สื่อทางโทรทัศน์ทำให้อยากไปใช้บริการอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.98 การโฆษณาทางใบปลิวทำให้อยากไปใช้บริการอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.81

จากการสำรวจ ภาวะโภชนาการของคนในกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2547 ของกรมอนามัยพบว่า คนในกทม.ส่วนใหญ่ ยังคงมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม และพบว่า กลุ่มเด็กวัยเรียนจำนวน 884 คน มีภาวะอ้วน เริ่มอ้วนและท่วมรวมสูงถึงร้อยละ 19.9 ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจาก การบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงและ มีรสหวานเพิ่มขึ้น รวมทั้งขาดการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ อีกทั้งยังพบว่านิยมนับบริโภคอาหาร จานด่วนแบบตะวันตกถึงร้อยละ 92.5 โดยรับประทานทุกวันและเกือบทุกวันร้อยละ 7.3 และมีเด็กวัยเรียนเพียง ร้อยละ 7.5 เท่านั้นที่ไม่กินเลยและยังพบว่ากลุ่มวัยทำงานอายุ 15-59 ปี บริโภคเบหมิ์ถึงสำเร็จถึงร้อยละ 71.1 บริโภคขนมขบเคี้ยวร้อยละ 53.9 แต่บริโภคผักทุกวันเพียงร้อยละ 47.1 และมีการดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานถึง ร้อยละ 67 (ศูนย์ข้อมูลโรคไม่ติดต่อ สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข คืบค้นวันที่ 19 มิถุนายน 2552 จาก:<http://www.thaincdinfo.com>)

วารสารวิชาการชื่อ "กุมารเวชศาสตร์" ของสหรัฐอเมริการายงานว่า ได้มีการศึกษาพบว่า ยิ่งเด็กติด ดูโทรทัศน์มากเท่าไร เด็กจะยิ่งกินผักและผลไม้ น้อยลงเท่านั้น ถึงกับพอมองได้ว่า ถ้าเด็กดูโรงมหรสพโรงแก้ว นานเกินควรไปหนึ่งชั่วโมง ก็จะกินผักและผลไม้ น้อยลงไป 0.16 การศึกษาซึ่งนับว่าเป็นการศึกษาที่สามารถแสดงให้เห็นได้ว่า ยิ่งเด็กติดดูโทรทัศน์มาก ก็จะกินผัก ผลไม้ น้อยลงเป็นครั้งแรก ยังได้ทำให้ทราบด้วยว่า เด็กที่เสพติดการดูโทรทัศน์อย่างหนัก ก็จะ ยิ่งนิยมชมชื่นอาหารจานด่วนมากขึ้น แต่ขยับออกกกำลังน้อยลง จึงมีรูปร่างอ้วนไปตามๆกัน การสำรวจเจาะลึกทำให้ได้รู้ว่า ยิ่งเด็กดูโทรทัศน์มากเท่าไร ก็ยิ่งรังเกียจกินผักผลไม้ น้อยลงเท่านั้น เพราะไปหลงเสน่ห์ของ

โฆษณาที่มีสีสัน พวกออาหารจานด่วน (ห้องสมุดสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ศูนย์
ข้อมูลสุขภาพจิตเด็ก วัยรุ่น และครอบครัว <http://www.library.icamtalk.com> อ้างอิงจาก
หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ ฉบับที่ 16760 วันพฤหัสบดีที่ 11 ธันวาคม 2546)

จากการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาปริญญาตรีใน
มหาวิทยาลัยเอกชน ของสุพรรณภูมิ เหมือนแสน ในปี 2543 ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาทุกคนเคย
บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด นิยมบริโภคพิซซ่ามากที่สุด ราคาสินค้าของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่นิยม
บริโภคบ่อยเป็นอันดับที่ 1 คือ แมคโดนัลด์ อันดับที่ 2 คือ เคเอฟซี และอันดับที่ 3 คือ พิซซ่า ฮัท ส่วน
ใหญ่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดกับเพื่อน บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ในช่วงวัน
จันทร์ถึงวันศุกร์ บริโภคเป็นอาหารว่างระหว่างมือที่ยุ่งกับมือเย็น มีงบประมาณในการบริโภคครั้ง
ละ 100 บาทขึ้นไป นิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ร้านซึ่งตั้งในศูนย์การค้า มีเหตุผลในการบริโภค
อาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะ ความสะดวกรวดเร็วในการรับประทาน ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลของอาหาร
ฟาสต์ฟู้ด ด้วยตนเองเป็นอันดับที่ 1 จากโทรทัศน์เป็นอันดับที่ 2 และจากเพื่อนเป็นอันดับที่ 3
ปัจจัยทางการตลาดที่นักศึกษานิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในมหาวิทยาลัยเอกชน ใช้ประกอบการพิจารณาเลือกบริโภค
ฟาสต์ฟู้ดพบว่า โดยภาพรวมแล้วนักศึกษานิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ ด้าน
ราคา ด้านสถานที่ ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย และด้านการส่งเสริมการขาย ในระดับความสำคัญ
มาก

จากผลการวิจัยเงื่อนไขที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast Food) ของเยาวชน:
กรณีศึกษาเยาวชนระดับประถมศึกษาในจังหวัดภูเก็ต ของศุภวรรณ สันติกุล พบว่า เงื่อนไขที่มีผล
ต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเยาวชน สรุปได้ดังนี้ 1) เงื่อนไขด้านบุคคล ผู้ปกครองมี
พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ผิดๆ เช่น การให้รางวัลตอบแทนโดยนำบุตรหลานไปรับประทาน
อาหารฟาสต์ฟู้ดหรือการไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดควบคู่กับการทำกิจกรรมอย่างอื่นตาม
ศูนย์การค้า การลอกเลียนแบบเพื่อน โดยใช้สถานที่ ณ ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นแหล่งนัดพบ 2)
เงื่อนไขการโฆษณาเผยแพร่ผ่านสื่อต่างๆ อย่างต่อเนื่องและน่าสนใจ เช่น ผ่านสื่อโทรทัศน์
อินเทอร์เน็ต เป็นต้น 3) เงื่อนไขด้านค่านิยม เยาวชนมีค่านิยมในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตาม
อย่างผู้ปกครอง และ เพื่อน 4) เงื่อนไขด้านสิ่งแวดล้อม เช่น มีร้านเปิดอยู่ใกล้บ้าน หรือผู้ปกครอง
สามารถปล่อยเด็กไว้ที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดได้ เพราะมีสนามเด็กเล่นในร้าน 5) เงื่อนไขด้านเวลา
ด้วยภาวะเร่งรีบ ผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร 6) เงื่อนไขด้านสถานที่ ความสะอาด และ
บรรยากาศดี 7) เงื่อนไขการตกแต่งร้าน เช่น การใช้สีสัน และรูปแบบต่างๆ ในการให้บริการ ร้าน
สวยงาม สีสันสดใส 8) ด้านรสชาติ และสีสรรของอาหารนำรับประทาน 9) ด้านกลยุทธ์ส่งเสริม
การขาย เช่น มีสิ่งเร้ารูปแบบใหม่ และการให้บริการถึงบ้าน (ศุภวรรณ สันติกุล (2550) ค้นคืนวันที่

10 มิถุนายน 2552 จาก:[http://202.29.50.80/~graduate/thesis/abstract/development%20 strategies/abstract52_supawon.htm](http://202.29.50.80/~graduate/thesis/abstract/development%20strategies/abstract52_supawon.htm))

พิมพ์ รุจิรกุล (2550) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา พบว่า 1) ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนมากเห็นด้วยกับปัจจัยด้านวัฒนธรรม ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านการสื่อสาร และปัจจัยด้านการรับรู้ แต่ไม่เห็นด้วยกับปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านทัศนคติ 2) ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เมื่อเทียบภาวะโภชนาการกับเกณฑ์น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุและน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน 3) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกับภาวะโภชนาการ พบว่า ทุกปัจจัยไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) ที่ใช้แบบสอบถาม (questionnaire) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น และศึกษาแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น โดยมีรายละเอียดการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากร (population) ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ประจำปีการศึกษา 2554 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 3 (สพม.3) จังหวัดนนทบุรี จำนวน 18 โรงเรียน จำนวนประชากรทั้งหมด 5,569 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง (sample size) กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยการคำนวณจากสูตรของ ทาโร ยามาเน (Yamane, 1967 อ้างในสุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ 2544: 127)

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

เมื่อ n = ขนาดกลุ่มตัวอย่าง N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนของการสุ่ม (การวิจัยครั้งนี้กำหนด $e = 0.05$)

$$\begin{aligned} \text{แทนค่าสูตร} \quad n &= \frac{5,569}{1+5,569(0.05)^2} \\ &= 374 \text{ คน} \end{aligned}$$

คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างได้เท่ากับ 373.194 ตัวอย่าง แต่เพื่อให้ข้อมูลที่ได้น่าเชื่อถือและสัดส่วนในการคำนวณลงตัว จึงได้เพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการคำนวณเป็นประมาณ 400 ตัวอย่าง สำหรับที่จะคำนวณสัดส่วนจำนวนห้องเรียนและจำนวนนักเรียน ในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจริงจำนวน 518 คน

1.3 วิธีการสุ่มตัวอย่าง ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนโดยมีวิธีการดังนี้

ขั้นที่ 1 จังหวัดนนทบุรีมีทั้งหมด 6 อำเภอ คือ เมืองนนทบุรี บางกรวย ปากเกร็ด บางบัวทอง บางใหญ่ ไทรน้อย โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างอำเภอที่เป็นพื้นที่ชุมชนหนาแน่นและเป็นย่านธุรกิจ ซึ่งเป็นศูนย์รวมอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดหลายแห่ง คือ อำเภอเมืองนนทบุรี และปากเกร็ด

ขั้นที่ 2 ภายในอำเภอเมืองนนทบุรีและอำเภอปากเกร็ด เลือกโรงเรียนที่อยู่ในย่านธุรกิจ ซึ่งเป็นศูนย์รวมอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดหลายแห่งและโรงเรียนที่มีขนาดใหญ่พิเศษเหมือนกัน มีนักเรียนหญิงและชาย อำเภอเมืองนนทบุรี คือ โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม (ข.ภ.) อำเภอปากเกร็ด คือ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี (ส.ก.น.)

ขั้นที่ 3 คำนวณสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละโรงเรียน ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างในแต่ละโรงเรียน

ขั้นที่ 4 สุ่มนักเรียน โดยการสุ่มอย่างง่าย ห้องละ 30 คน แล้วเทียบจำนวนห้องเรียน และสุ่มห้องเรียนโดยการจับฉลาก

ขั้นที่ 5 ในขั้นตอนการเก็บข้อมูลจริง ได้เปลี่ยนเป็นแจกแบบสอบถามให้กับนักเรียนทุกคนที่มาเรียนของแต่ละห้องเรียนที่สุ่มไว้

ตารางที่ 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ชื่อโรงเรียน	จำนวนนักเรียน	จำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง	จำนวนห้องเรียน	จำนวนห้องเรียนกลุ่มตัวอย่าง	ห้องที่สุ่มเก็บข้อมูล	จำนวนนักเรียนที่เก็บข้อมูลจริง
ข.ภ. อ.เมือง	365	137	10	5	ห้อง5/5, 5/6, 5/7, 5/8, 5/10	206
ส.ก.น. อ.ปากเกร็ด	698	263	17	9	ห้อง5/1, 5/4, 5/5, 5/7, 5/8, 5/9, 5/10, 5/13, 5/15	312
รวม	1,063	400				518

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 การสร้างเครื่องมือ

ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยจะกำหนดคำถามตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ และตามประเด็นในกรอบแนวคิดของการวิจัย ซึ่งแบ่งออกเป็น 6 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ เป็นแบบให้เลือกตอบ และเติมรายการ จำนวน 6 ข้อ นำมาแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย

ตัวชี้วัดและการวินิจฉัยภาวะน้ำหนักเกิน ผู้วิจัยใช้โปรแกรมคำนวณภาวะโภชนาการ (อายุ 1 วัน- 19 ปี) (INMU-NutriStat) โดยสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2538 Version 1.01 ในการคำนวณและแปลผลภาวะโภชนาการของเด็ก

ตอนที่ 2 คำถามปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ถามเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจ และ เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

1) แบบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จังหวัดนนทบุรี เป็นคำถามแบบให้เลือกตอบ แต่ละข้อมี 3 ตัวเลือก คือ ใช่ ไม่ใช่ ไม่ทราบ จำนวน 12 ข้อ โดยมีคะแนนรวมอยู่ระหว่าง 0-12 คะแนน เกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ตอบ ถูก ได้ข้อละ 1 คะแนน ตอบ ผิด หรือไม่ทราบ ได้ข้อละ 0 คะแนน

2) การแปลความหมายคะแนนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ใช้คะแนนอิงเกณฑ์ โดยความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ระดับดี หมายถึง ได้คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ระดับปานกลาง หมายถึง ได้คะแนนร้อยละ 60 - 79 และความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ระดับต้องปรับปรุง หมายถึง ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60 โดยแบ่งระดับความรู้ความเข้าใจตาม เกณฑ์คะแนน 3 ระดับ ดังนี้

ความรู้ความเข้าใจระดับดี หมายถึง คะแนน \geq ร้อยละ 80 (9 – 12 คะแนน)

ความรู้ความเข้าใจระดับปานกลาง หมายถึง คะแนนร้อยละ 60 - 79 (6 – 8 คะแนน)

ความรู้ความเข้าใจระดับต้องปรับปรุง หมายถึง คะแนน $<$ ร้อยละ 60 (0 – 5 คะแนน)

2) แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จังหวัดนนทบุรี ซึ่งมีทั้งข้อความที่แสดงลักษณะทางบวก และทางลบ จำนวน 20 ข้อ เป็นแบบมาตร วัดประมาณค่า (Rating scale) แบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตามลำดับ และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

มีเจตคติทางลบต่ออาหารฟาสต์ฟู้ด มีเจตคติทางบวกต่ออาหารฟาสต์ฟู้ด

1 เห็นด้วยอย่างยิ่ง

5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2 เห็นด้วย

4 เห็นด้วย

3 ไม่แน่ใจ

3 ไม่แน่ใจ

4 ไม่เห็นด้วย

2 ไม่เห็นด้วย

5 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การแปลความหมายของคะแนนเจตคติในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ผู้วิจัย ได้วัดจากการใช้ข้อคำถามแบบประมาณค่ารวมจำนวน 12 ข้อ และนำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อและโดยภาพรวม

เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัย ได้จัดระดับของการวัดเจตคติ เป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงคะแนนเฉลี่ย เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรเจตคติ โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{สูตรอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ (\text{อิงเกณฑ์}) &= \frac{5 - 1}{3} \\ &= 1.33 \end{aligned}$$

ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรที่ศึกษา ดังนี้

คะแนนค่าเฉลี่ย	3.67 – 5.00	หมายถึง	เจตคติระดับสูง
คะแนนค่าเฉลี่ย	2.34 – 3.66	หมายถึง	เจตคติระดับกลาง
คะแนนค่าเฉลี่ย	1.00 – 2.33	หมายถึง	เจตคติระดับต่ำ

ตอนที่ 3 คำถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นนจังหวัดนนทบุรี ได้แก่ อายุของบิดา มารดาหรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดา มารดาหรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา อาชีพของบิดา มารดาหรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง เป็นคำถามแบบเลือกตอบและเติมรายการ จำนวน 8 ข้อ นำมาแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย

ส่วนการปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภค

อาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร เป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า (Rating scale) แบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ระดับ คือปฏิบัติประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3ครั้ง/สัปดาห์) นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) ไม่เคยปฏิบัติ ตามลำดับ และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตารางที่ 3.2 กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร

ตัวเลือกในการปฏิบัติ	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว		ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร	
	ด้านลบ	ด้านบวก	ด้านลบ	ด้านบวก
ประจำ (ทุกวัน)	1	5	1	5
บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์)	2	4	2	4
บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์)	3	3	3	3
นานๆครั้ง (< 1 ครั้ง/สัปดาห์)	4	2	4	2
ไม่เคยปฏิบัติ	5	1	5	1

การแปลความหมายของคะแนนการปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ผู้วิจัยได้วัดจากการใช้ข้อคำถามแบบประมาณค่ารวมจำนวน 12 ข้อ และนำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อและโดยภาพรวม

เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงคะแนน

เฉลี่ย เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรการปฏิบัติของครอบครัว โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{สูตรอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ (\text{อิงเกณฑ์}) &= \frac{5 - 1}{3} = 1.33 \end{aligned}$$

ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรที่ศึกษา ดังนี้คะแนนค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00

หมายถึง การปฏิบัติของครอบครัวระดับสูง

คะแนนค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง การปฏิบัติของครอบครัวระดับกลาง

คะแนนค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง การปฏิบัติของครอบครัวระดับต่ำ

ตอนที่ 4 คำถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่สัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร

ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นนจังหวัดนนทบุรี ได้แก่ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน จำนวน 8 ข้อ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน จำนวน 5 ข้อ การจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียนและรอบๆ โรงเรียน 1 ข้อ และการได้รับข้อมูลข่าวสารแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ได้แก่ สื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล จำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วยชนิดของสื่อประเภทต่างๆ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีมาตรวัด 5 ระดับ ดังนี้

พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน และแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน มีมาตรวัดคือ ปฏิบัติประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์) นานๆ ครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) ไม่เคยปฏิบัติ ตามลำดับ และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตารางที่ 3.3 เกณฑ์การให้คะแนนการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของเพื่อน และแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน

ตัวเลือกในการปฏิบัติ	การปฏิบัติของเพื่อน		การปฏิบัติของโรงเรียน	
	ด้านลบ	ด้านบวก	ด้านลบ	ด้านบวก
ประจำ (ทุกวัน)	1	5	1	5
บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์)	2	4	2	4
บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์)	3	3	3	3
นานๆครั้ง (< 1 ครั้ง/สัปดาห์)	4	2	4	2
ไม่เคยปฏิบัติ	5	1	5	1

การแปลความหมายของคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน ผู้วิจัยได้วัดจากการใช้ข้อคำถามแบบประมาณค่ารวมจำนวน 8 ข้อ และนำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อและโดยภาพรวม

เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงคะแนนเฉลี่ย เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรการปฏิบัติของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตรดังนี้

$$\begin{aligned}
 \text{สูตรอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\
 (\text{อิงเกณฑ์}) & \\
 &= \frac{5 - 1}{3} \\
 &= 1.33
 \end{aligned}$$

ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร

ฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนดังนี้ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง การปฏิบัติของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง การปฏิบัติของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนระดับกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง การปฏิบัติของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนระดับต่ำ

ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรการปฏิบัติเกี่ยวกับการได้รับความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนดังนี้ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง การปฏิบัติในการให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง การปฏิบัติในการให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง การปฏิบัติในการให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับต่ำ

การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ได้แก่ สื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล มีมาตรวัดระดับของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด คือ บ่อยที่สุด บ่อยมาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ตามลำดับ และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตัวเลือกระดับของการได้รับข้อมูลข่าวสาร

เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด

บ่อยที่สุด

บ่อยมาก

ปานกลาง

น้อย

น้อยที่สุด

การปฏิบัติของสื่อ

ศึกษาด้านลบ (Negative Statement)

1

2

3

4

5

การแปลความหมายของคะแนนระดับของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ผู้วิจัย ได้วัดจากการใช้ข้อคำถามแบบประมาณค่ารวมสื่อทั้งหมด 16 ข้อ นำมาหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายข้อและโดยภาพรวม และแบ่งตามรูปแบบสื่อ ได้แก่

สื่อมวลชน จำนวน 5 ข้อ สื่อเฉพาะกิจ จำนวน 6 ข้อ สื่อบุคคล จำนวน 5 ข้อ และนำมาหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อและโดยภาพรวม

เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการได้รับ ข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดของสื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ สื่อบุคคล เป็น 3 ระดับ โดยการ กำหนดช่วงคะแนนเฉลี่ย เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับ อาหารฟาสต์ฟู้ด โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{สูตรอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ (\text{อิงเกณฑ์}) &= \frac{5 - 1}{3} = 1.33 \end{aligned}$$

ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรที่ศึกษา ดังนี้

คะแนนค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับสูง
 คะแนนค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับกลาง
 คะแนนค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับต่ำ

ตอนที่ 5 คำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 อาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค ถามความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตาม รายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ระบุ จำนวน 3 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีมาตรวัด 5 ระดับ ดังนี้ ความถี่ในการบริโภค วันละครั้งหรือมากกว่า 3-6 ครั้ง / สัปดาห์ 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ 1-3 ครั้ง / เดือน ไม่เคย/น้อยกว่าเดือนละครั้ง ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนน

ตัวเลือกความถี่ในการบริโภค **คะแนนระดับความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด**

ตามรายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ระบุ

ศึกษาด้านลบ (Negative Statement)

วันละครั้งหรือมากกว่า

1

3-6 ครั้ง / สัปดาห์

2

1-2 ครั้ง / สัปดาห์

3

1-3 ครั้ง / เดือน	4
ไม่เคย/น้อยกว่าเดือนละครั้ง	5

การแปลความหมายของคะแนนระดับความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามรายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ระบุ ผู้วิจัย ได้วัดจากการใช้ข้อคำถามแบบประมาณค่า จำนวน 3 ข้อ นำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายข้อและโดยภาพรวม

เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัย ได้จัดระดับของการวัดเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงคะแนนเฉลี่ย เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามรายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ระบุ โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

$$\begin{aligned}
 \text{สูตรอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\
 (\text{อิงเกณฑ์}) &= \frac{5 - 1}{3} \\
 &= 1.33
 \end{aligned}$$

ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรที่ศึกษาความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ดังนี้
 คะแนนค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง ความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับสูง
 คะแนนค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง ความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับกลาง
 คะแนนค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง ความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับต่ำ

ถามความชอบในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเหตุผลกรณีที่ ไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 2 ข้อ ใช้การแจกแจงความถี่ และร้อยละ

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นนันทบุรี ถามความถี่ในการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 17 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีมาตรวัด 5 ระดับ ดังนี้ ความถี่ในการปฏิบัติประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง / สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง / สัปดาห์) นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง / สัปดาห์) ไม่เคยปฏิบัติ ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตารางที่ 3.4 เกณฑ์การให้คะแนนระดับความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ตัวเลือกความถี่ในการปฏิบัติ		คะแนนระดับความถี่ในการปฏิบัติตามพฤติกรรมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	
		ด้านลบ	ด้านบวก
ปฏิบัติ	ประจำ (ทุกวัน)	1	5
บ่อย	บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง / สัปดาห์)	2	4
ปฏิบัติ	บางครั้ง (2-3 ครั้ง / สัปดาห์)	3	3
ไม่บ่อย	นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง / สัปดาห์)	4	2
	ไม่เคยปฏิบัติ	5	1

การแปลความหมายของคะแนนระดับความถี่ในการปฏิบัติ ตามพฤติกรรมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้วัดจากการใช้ข้อคำถามแบบประมาณค่า จำนวน 17 ข้อ นำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายข้อและโดยภาพรวม

เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงคะแนนเฉลี่ย เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรพฤติกรรมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{สูตรอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ (\text{อิงเกณฑ์}) &= \frac{5 - 1}{3} = 1.33 \end{aligned}$$

3 ได้เกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรที่ศึกษาตามพฤติกรรมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ดังนี้คะแนนค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับสูง

คะแนนค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับกลาง
 คะแนนค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับต่ำ
 และได้แบ่งเกณฑ์การวัดระดับค่าตัวแปรที่ศึกษาตามความบ่อยครั้งของพฤติกรรม
 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ดังนี้

ความถี่ในการปฏิบัติ ประจำ (ทุกวัน) หรือบ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง / สัปดาห์) หมายถึง มี
 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อย ความถี่ในการปฏิบัติบางครั้ง (2-3 ครั้ง / สัปดาห์)
 นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง / สัปดาห์) ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
 ฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อย

ตอนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และ
 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

วิเคราะห์ความสัมพันธ์และทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีการวัดใน
 ระดับนามบัญญัติด้วยสถิติไคกำลังสอง (Chi-square, χ^2) หากความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล
 ได้แก่ ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน คือ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยใน
 ปัจจุบัน เงินที่ได้รับประจำวันจากผู้ปกครองเพื่อมาใช้จ่ายเป็นค่าอาหาร ความสัมพันธ์ระหว่าง
 ปัจจัยด้านครอบครัวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี คือ ข้อมูลทั่วไป
 เกี่ยวกับครอบครัว ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพของบิดา มารดา และผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดา
 มารดา รายได้เฉลี่ยของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของ
 ผู้ปกครอง หากความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีการวัดแบบอันตรภาคชั้น ทดสอบ
 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่กำหนดทุกข้อพร้อมกัน โดยใช้สถิติ t-test หากความสัมพันธ์ระหว่าง
 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภค
 อาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี
 ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการ
 บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น
 จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการ

บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล หากความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และนำมาหา ทิศทางความสัมพันธ์ทั้งในทางบวกหรือทางลบ ด้วยสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Bivariate Correlations)

ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อ สุขภาพที่ดีของวัยรุ่น เป็นคำถามปลายเปิด แบบให้เลือกตอบ จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง ด้าน ครอบครัว ด้านเพื่อน ด้านโรงเรียน นำมาแจกแจงความถี่ และร้อยละ

2.2 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษารั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้าง และพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องดังนี้

2.2.1 ศึกษาค้นคว้าแนวคิดทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความรู้ เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด หลักการบริโภคอาหารสำหรับวัยรุ่น แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค พฤติกรรมวัยรุ่นด้านการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด แนวคิดเกี่ยวกับความรู้และเจตคติ และแนวคิด เกี่ยวกับด้านครอบครัว

2.2.2 สร้างแบบสอบถามให้สอดคล้องและครอบคลุมตัวแปรที่ต้องการวัด โดยวัด พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ วัยรุ่น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติที่มีความสัมพันธ์ในการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เมื่อสร้างแบบสอบถาม เสร็จแล้วเตรียมตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

2.2.3 ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ (content validity) โดยการนำ แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอคณะอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ปรับแก้ไข และนำเสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ และความสอดคล้อง กับวัตถุประสงค์ของการศึกษา แล้วนำมาหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม (IOC: index of item objective congruence) ในแต่ละข้อ แล้วเลือกข้อที่มีค่าความเที่ยงตรงผ่านเกณฑ์ นำมาใช้

ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะและความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ และคณะอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อความสมบูรณ์ของแบบสอบถามก่อนนำไปทดลองใช้

การหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน โดยให้เกณฑ์ในการตรวจพิจารณาข้อคำถาม ดังนี้

- ให้คะแนน +1 ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์
 - ให้คะแนน 0 ถ้าไม่แน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์
 - ให้คะแนน -1 ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ไม่ตรงตามวัตถุประสงค์
- แล้วนำผลคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญมาคำนวณหาค่า IOC ตามสูตร

เกณฑ์ผลการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญ

1. ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50-1.00 มีค่าความเที่ยงตรง ใช้ได้
2. ข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 ต้องปรับปรุง ยังใช้ไม่ได้

2.2.4 ปรับปรุงแก้ไขและนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาช่วยตรวจสอบแบบสอบถามอีกครั้ง

2.2.5 จัดทำแบบสอบถามการวิจัยฉบับสมบูรณ์

2.2.6 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยการนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนปากเกร็ด ตำบลปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 50 คน แล้วนำมาคำนวณหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient)

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ มีขั้นตอนการดำเนินการดังต่อไปนี้

3.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขอความร่วมมือในการจัดเก็บข้อมูล ให้ผู้อำนวยการสถานศึกษาของโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างในนามของสาขามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช

3.2 ผู้วิจัยเดินทางไปโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับอาจารย์ผู้ประสานงานโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี ในวันที่โรงเรียนจัดกิจกรรมที่หอประชุม และอาจารย์ผู้ประสานงานได้มอบหมายให้อาจารย์ประจำชั้นเป็นผู้เก็บรวบรวมแบบสอบถามที่นักเรียนตอบแล้ว ส่วนโรงเรียนวัดเขมาภิรตารามดำเนินการโดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับอาจารย์ประจำวิชาสุศึกษา และให้อาจารย์เป็นผู้เก็บรวบรวมแบบสอบถามที่นักเรียนตอบแล้ว และผู้วิจัยเป็นผู้ควบคุมการเก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าวจนแล้วเสร็จทุกพื้นที่ตามแผนการเก็บข้อมูล

3.3 ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถาม ตรวจสอบความสมบูรณ์ เพื่อให้ได้ข้อมูลถูกต้องครบถ้วน ซึ่งผู้วิจัยได้แจกแบบสอบถามให้นักเรียนและได้รับกลับมาทั้งหมด 518 ชุด

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อเก็บรวบรวมแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

4.1 จัดทำคู่มือการลงรหัส และป้อนข้อมูลลงแผ่นบันทึกเพื่อคำนวณค่าสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS 20 for Windows

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติพรรณนา (descriptive statistics) บรรยายคุณลักษณะประกอบด้วย การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยค่าไคกำลังสอง (χ^2) และสถิติ t-test และศึกษาหาทิศทางความสัมพันธ์สถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Bivariate Correlations) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี กรณีที่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทำการตรวจสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

5. การพิทักษ์สิทธิผู้ตอบ

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยส่งแบบสอบถามให้ประชากร โดยในแบบสอบถามได้ชี้แจงรายละเอียดวัตถุประสงค์ ขั้นตอนดำเนินการวิจัยและขอความร่วมมือ โดยผู้ตอบแบบสอบถามสามารถยินยอมหรือปฏิเสธการตอบแบบสอบถามได้ ความเป็นอิสระในการตัดสินใจที่จะตอบแบบสอบถาม ซึ่งคำตอบจะไม่มีผลต่อผู้ตอบแบบสอบถาม คำตอบที่ได้จากแบบสอบถามในการทำวิจัยครั้งนี้เป็นความรู้สึกที่แท้จริงและตรงกับสภาพเป็นจริงของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับและนำมาวิเคราะห์ในภาพรวม ซึ่งผู้วิจัยจะนำมาใช้ประโยชน์ในการศึกษาครั้งนี้เท่านั้น จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการรับแบบสอบถามกลับคืนด้วยตนเอง



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี” ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 518 คน โดยใช้แบบสอบถามและนำมาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistic Package for Social and Science) นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น และลักษณะทางประชากรของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 2 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 6 ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น และลักษณะทางประชากรของผู้ปกครอง วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ เพื่อพรรณนาให้เห็นลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ได้แก่ เพศ อายุ เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ จำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคคลที่วัยรุ่นอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน ศาสนา ภาวะโภชนาการ ดังแสดงในตารางที่ 4.1

1.1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถาม สามารถแสดงข้อมูลลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น

ลักษณะทางประชากร	จำนวน(คน) (n=518)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	201	38.8
หญิง	317	61.2
อายุ (ปี)		
15	12	2.3
16	350	67.6
17	147	28.4
18	7	1.4
19	2	0.4
(อายุเฉลี่ย \pm SD)	16.3(\pm 0.6)	

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลักษณะทางประชากร	จำนวน(คน) (n=518)	ร้อยละ
เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์		
< 300 บาท	46	8.9
301 – 350 บาท	36	6.9
351-400 บาท	47	9.1
> 400 บาท	389	75.1
บุคคลที่วัยรุ่นอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน		
บิดา	15	2.9
มารดา	65	12.5
บิดาและมารดา	366	70.7
ญาติ/ผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา	56	10.8
เพื่อนที่หอพัก/บ้านเช่า	16	3.1
ศาสนา		
พุทธ	504	97.3
คริสต์	4	0.8
อิสลาม	9	1.7
อื่นๆ	1	0.2
ภาวะโภชนาการ (n = 495)		
อ้วน	35	7.1
เริ่มอ้วน	41	8.3
ท้วม	25	5.1
สมส่วน	363	73.3
ค่อนข้างผอม	16	3.2
ผอม	15	3.0

จากตารางที่ 4.1 แสดงลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี พบว่า

เพศ วัยรุ่นที่ศึกษาในครั้งนี้นับส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 317 คน คิดเป็นร้อยละ 61.2 และเพศชาย จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 38.8 รวม 518 คน

อายุ วัยรุ่นส่วนใหญ่มีอายุ 16 ปี คิดเป็นร้อยละ 67.6 รองลงมาคืออายุ 17 ปี คิดเป็นร้อยละ 28.4 มีอายุ 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.3 มีอายุ 18 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.4 และอายุ 19 ปี น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.4 วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีอายุเฉลี่ย 16.3 ปี (± 0.6)

เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ วัยรุ่นส่วนใหญ่ได้รับเงินค่าอาหารจากผู้ปกครอง สูงกว่า 400 บาทต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 75.1 รองลงมาได้รับเงินค่าอาหาร 351-400 บาทต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 9.1 ได้รับเงินค่าอาหารน้อยกว่า 300 บาทต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 8.9 และได้รับเงินค่าอาหาร 301-350 บาทต่อสัปดาห์ น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 6.9

บุคคลที่วัยรุ่นอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน วัยรุ่นส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา คิดเป็นร้อยละ 70.7 รองลงมาคือ อาศัยอยู่กับมารดา คิดเป็นร้อยละ 12.5 อาศัยอยู่กับญาติ/ผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 10.8 อาศัยอยู่กับเพื่อนที่หอพัก/บ้านเช่า คิดเป็นร้อยละ 3.1 และอาศัยอยู่กับบิดา คิดเป็นร้อยละ 2.9

ศาสนา วัยรุ่นส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 97.3 รองลงมานับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 1.7 ศาสนาคริสต์ คิดเป็นร้อยละ 0.8 และไม่นับถือศาสนา น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.2

ภาวะโภชนาการ วัยรุ่นส่วนใหญ่มีภาวะ โภชนาการอยู่ในระดับสมส่วน คิดเป็นร้อยละ 73.3 รองลงมาคือภาวะ โภชนาการอยู่ในระดับเริ่มอ้วน คิดเป็นร้อยละ 8.3 มีภาวะ โภชนาการอยู่ในระดับอ้วน คิดเป็นร้อยละ 7.1 มีภาวะ โภชนาการอยู่ในระดับท้วม คิดเป็นร้อยละ 5.1 มีภาวะ โภชนาการอยู่ในระดับค่อนข้างผอม คิดเป็นร้อยละ 3.2 มีภาวะ โภชนาการอยู่ในระดับผอม น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.0 (ตารางที่ 4.1.1)

ตอนที่ 2 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

การศึกษาครั้งนี้ ตัวแปรอิสระด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภค

อาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี แบ่งนำเสนอเป็น 2 ส่วน คือ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

2.1 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาความรู้ความเข้าใจของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี เกี่ยวกับความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ด สารอาหาร คุณค่าทางอาหาร และผลกระทบของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ โดยใช้แบบสอบถามจำนวน 12 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 3 ตัวเลือก คือ ถูก ไม่ถูก และไม่ทราบ ตอบได้ถูกต้องให้ 1 คะแนน ตอบผิด หรือไม่ทราบให้ 0 คะแนน ดังนั้น คะแนนต่ำสุดคือ 0 คะแนน คะแนนสูงสุดคือ 12 คะแนน ได้ข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละของระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน (n=501)	ร้อยละ	ระดับ
ร้อยละ 80 ขึ้นไป	362	72.3	ดี
ร้อยละ 60 - 79	122	24.4	ปานกลาง
ต่ำกว่าร้อยละ 60	17	3.4	ต้องปรับปรุง
เฉลี่ยรวม	90.2 (± 7.9)		ดี

จากตารางที่ 4.2 แสดงจำนวนและร้อยละของช่วงคะแนน ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี พบว่า มีความรู้ความเข้าใจโดยรวมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความรู้ความเข้าใจเท่ากับ 90.2 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.9 วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 72.3 รองลงมา มีความรู้ความเข้าใจอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 24.4 และมีความรู้ความเข้าใจอยู่ในระดับต้องปรับปรุง คิดเป็นร้อยละ 3.4

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.3 ร้อยละในการตอบคำถามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ
วัยรุ่น

	ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ร้อยละของการตอบ (n = 501 คน)			แปลผล
		ถูก	ไม่ทราบ	ผิด	
1	อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก คือ อาหารหรือ ขนมที่สั่งเร็ว ได้เร็ว กินเร็ว	86.8	2.7	10.5	ดี
2	อาหารฟาสต์ฟู้ดมีส่วนประกอบหลัก คือ แป้ง ไขมัน เนื้อสัตว์ เกลือ	96.5	1.0	2.5	ดี
3	การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะทำให้ขาด สารอาหารประเภทวิตามิน ได้ง่าย	82.7	10.9	6.4	ดี
4	ในอาหารฟาสต์ฟู้ดทุกชนิดมีสารอาหารที่สมดุล	72.9	16.8	10.3	ปานกลาง
5	อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่ให้พลังงานสูง	72.9	13.1	13.9	ปานกลาง
6	อาหารฟาสต์ฟู้ดมีใยอาหารน้อย ถ้ารับประทาน เป็นประจำ เสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งลำไส้	70.9	20.7	8.4	ปานกลาง
7	เฟรนช์ฟรายส์มีไขมันอิ่มตัว “ไขมันทรานส์” ซึ่ง เป็นไขมันที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือด แข็งตัว	59.1	36.1	4.9	ต้องปรับปรุง
8	วัยรุ่นควรจะกินขนม โดนัท คุกกี้ พร้อมกับ น้ำอัดลม	83.3	5.3	11.5	ดี
9	พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นอาหารที่มีเกลือ ค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น	46.4	39.4	14.2	ต้องปรับปรุง
10	วัยรุ่นไม่ควรที่จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยๆ เพราะมีไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย	88.7	5.7	5.7	ดี
11	อาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทโดนัทมีน้ำตาลปริมาณสูง ถ้ากินในปริมาณมากก่อให้เกิดโรคเบาหวาน และ เป็นต้นเหตุของการเกิดฟันผุได้	89.5	5.7	4.9	ดี

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ร้อยละของการตอบ			แปลผล
	(n = 501 คน)			
	ถูก	ไม่ทราบ	ผิด	
12 วัยรุ่นที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดมากเกินไปจนอ้วน มีแนวโน้มเป็นโรคอ้วน เมื่อเป็นผู้ใหญ่	94.2	4.1	1.8	ดี

จากตารางที่ 4.3 แสดงปริมาณร้อยละของการตอบของวัยรุ่นจำแนกตามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่า เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อคำถามแล้ว ข้อที่มีค่าร้อยละของการตอบถูกต้องอยู่ในระดับดีและมีผู้ตอบถูกต้องมากที่สุดคือ อาหารฟาสต์ฟู้ดมีส่วนประกอบหลัก คือ แป้ง ไขมัน เนื้อสัตว์ เกลือ คิดเป็นร้อยละ 96.5 รองลงมา คือ วัยรุ่นที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดมากเกินไปจนอ้วน มีแนวโน้มเป็นโรคอ้วน เมื่อเป็นผู้ใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 94.2 และอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทโดนัทที่มีน้ำตาลปริมาณสูง ถ้ากินในปริมาณมากก่อให้เกิดโรคเบาหวาน และเป็นต้นเหตุของการเกิดฟันผุได้ คิดเป็นร้อยละ 89.5 ส่วนข้อที่มีค่าร้อยละของการตอบถูกต้องอยู่ในระดับต้องปรับปรุงและมีคะแนนผู้ตอบถูกน้อยที่สุดคือ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นอาหารที่มีเกลือค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.4 รองลงมาคือเฟรนช์ฟรายส์มีไขมันอิ่มตัว “ไขมันทรานส์” ซึ่งเป็นไขมันที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดแข็งตัว คิดเป็นร้อยละ 59.1

2.2 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี โดยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับความคิดเห็นจำนวน 12 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดเจตคติเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรเจตคติ โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

ตารางที่ 4.4 จำนวนและร้อยละของระดับคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ (n = 444)	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	18	4.1	เจตคติระดับสูง
2.34 – 3.66	295	66.4	เจตคติระดับกลาง
1.00 – 2.33	131	29.5	เจตคติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนและร้อยละของช่วงระดับคะแนนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี พบว่า วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีเจตคติโดยรวมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนเจตคติเท่ากับ 2.66 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.58 เมื่อจำแนกเป็นระดับ พบว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่มีเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 66.4 รองลงมา มีเจตคติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 29.5 และมีเจตคติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 4.1

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม (n = 444)

	เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1	อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่กินง่าย สะดวก รวดเร็ว และรสชาติอร่อย	1.96	0.72	ต่ำ
2	การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสิ่งโก้เก๋ ทันสมัย	3.01	0.97	กลาง
3	แฮมเบอร์เกอร์ เฟรนช์ฟราย สอดดอก เป็นอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่น	3.27	1.05	กลาง

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

	เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
4	อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเหมาะแก่การกินเพื่อแก้หิวใน ภาวะเร่งรีบ หรือ ไม่มีเวลาปรุงอาหาร	1.82	0.78	ต่ำ
5	การเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด งาน ฉลองนั้นช่วยให้ประหยัด	2.86	1.06	กลาง
6	ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมีบริการส่งถึงบ้าน สะดวกในการซื้อมา กินร่วมกับครอบครัวช่วยให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่แนบ แน่นยิ่งขึ้น	2.48	0.98	กลาง
7	อาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสำหรับที่จะกินเมื่อต้องการเปลี่ยน รสชาติจากอาหารแบบไทยๆ	2.54	0.98	กลาง
8	ท่านชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็น “เมนูสุดสุดคุ้ม” เพราะได้ ปริมาณอาหารและน้ำอัดลมเพิ่มขึ้น	2.42	1.07	กลาง
9	ถ้าท่านได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อย ขึ้น	3.55	1.06	กลาง
10	ท่านชอบให้บิดา มารดา หรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา พาไป กินอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.28	1.09	กลาง
11	ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสมเป็นแหล่งสังสรรค์ในการ พบปะเพื่อนๆ	2.38	0.98	กลาง
12	สื่อโฆษณาอาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบัน มีการนำเสนออย่าง ต่อเนื่องและน่าสนใจมาก ทำให้ต้องการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด มากขึ้น	2.32	0.97	ต่ำ
	เฉลี่ยรวม	2.66	0.58	กลาง

จากตารางที่ 4.5 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่า ข้อที่มีเจตคติอยู่ในระดับกลางและมีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด คือ ถ้าท่านได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยขึ้น มีค่าเฉลี่ย 3.55 (± 1.06) คะแนน รองลงมาคือ ท่านชอบให้บิดา มารดา หรือ

ผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา พาไปกินอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 3.28 (± 1.09) คะแนนและ
 แสมเบอร์เกอร์ เฟรนช์ฟราย ฮอตดอก เป็นอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่น มีค่าเฉลี่ย 3.27 (± 1.05)
 คะแนน ส่วนข้อที่มีเจตคติอยู่ในระดับต่ำและมีค่าเฉลี่ยของคะแนนน้อยที่สุด คือ อาหารฟาสต์ฟู้ด
 แบบตะวันตกเหมาะแก่การกินเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ หรือไม่มีเวลาปรุงอาหาร มีค่าเฉลี่ย 1.82
 (± 0.78) คะแนน รองลงมาคือ อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่กินง่าย สะดวก รวดเร็ว และรสชาติ
 อร่อยฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 1.96 (± 0.72) คะแนน และสื่อโฆษณาอาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบัน มีการ
 นำเสนอย่างต่อเนื่องและน่าสนใจมาก ทำให้ต้องการกินฟาสต์ฟู้ดมากขึ้นอาหารฟาสต์ฟู้ด มี
 ค่าเฉลี่ย 2.32 (± 0.97) คะแนน

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัย ได้ศึกษาปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัว 2 ส่วน คือ ข้อมูลลักษณะทาง
 ประชากรของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี และการปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภค
 อาหารฟาสต์ฟู้ด โดยการศึกษาของครอบครัวได้ศึกษาการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว
 และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ดังนี้

3.1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตารางที่ 4.6 จำนวนและร้อยละของลักษณะทางประชากรของบิดามารดาและผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดา
 มารดาของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ลักษณะทางประชากร	พ่อ		แม่		ผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ (ปี)						
< 40	9	1.7	43	9.1	8	19.0
40 - 50	293	56.6	348	73.6	20	47.6

ตารางที่ 4.6 (ต่อ)

ลักษณะทางประชากร	พ่อ		แม่		ผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
> 50	151	29.2	82	17.3	14	33.3
รวม	453		473		42	
(อายุเฉลี่ย \pm SD)	49.1 (\pm 6.4)		45.9 (\pm 5.1)		47.9 (\pm 12.5)	
การศึกษา						
ต่ำกว่ามัธยมศึกษา	38	7.7	54	10.7	13	17.6
มัธยมศึกษาตอนต้น	28	5.7	39	7.7	1	1.4
มัธยมศึกษาตอนปลาย	53	10.8	55	10.9	6	8.1
อนุปริญญา/ปวส.	97	19.8	79	15.6	6	8.1
ปริญญาตรี	204	41.5	233	46.1	35	47.3
สูงกว่าปริญญาตรี	71	14.5	45	8.9	13	17.6
รวม	491		505		74	
อาชีพ						
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	17	3.5	82	16.4	10	12.8
รับจ้างทั่วไป	70	14.5	64	12.8	8	10.3
เกษตรกร	6	1.2	7	1.4	1	1.3
ค้าขาย	37	7.7	75	15.0	5	6.4
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	106	22.0	80	16.0	15	19.2
รับราชการ/วิสาหกิจ	151	31.3	121	24.2	24	30.8
ทำงานบริษัท/เอกชน	91	18.9	69	13.8	12	15.4
อาชีพอื่นๆ	4	0.8	3	0.6	3	3.8
รวม	482		501		78	

จากตารางที่ 4.6 แสดงจำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ยของลักษณะทางประชากรของ บิดามารดาและผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดาของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี พบข้อมูลดังนี้

อายุของบิดามารดาและผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา บิดาของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีที่

ศึกษาในครั้งนี้ส่วนใหญ่อายุ 40-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.6 รองลงมาบิดาอายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 29.2 และบิดาอายุน้อยกว่า 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.7 บิดาของวัยรุ่นมีอายุเฉลี่ย 49.1 ปี (S.D. \pm 6.4) บิดาอายุสูงสุด 78 ปี บิดาอายุต่ำสุด 32 ปี มารดาส่วนใหญ่อายุ 40-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 73.6 รองลงมามารดาอายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.3 และมารดาอายุน้อยกว่า 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 9.1 มารดาของวัยรุ่นมีอายุเฉลี่ย 45.9 ปี (S.D. \pm 5.1) มารดาอายุสูงสุด 66 ปี มารดาอายุต่ำสุด 30 ปี กรณีที่วัยรุ่นไม่ได้อยู่อาศัยกับบิดามารดา คืออยู่อาศัยกับผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ผู้ดูแลส่วนใหญ่อายุ 40-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 47.6 รองลงมาผู้ดูแลอายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.3 และผู้ดูแลอายุน้อยกว่า 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 19.0 ผู้ดูแลของวัยรุ่นมีอายุเฉลี่ย 47.9 ปี (S.D. \pm 12.5)

การศึกษาของบิดามารดาและผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา บิดาของวัยรุ่นจังหวัด

นนทบุรีที่ศึกษาในครั้งนี้ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 41.5 รองลงมาบิดาจบการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. คิดเป็นร้อยละ 19.8 บิดาจบการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 14.5 บิดาจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย คิดเป็นร้อยละ 10.8 บิดาจบการศึกษาระดับต่ำกว่ามัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 7.7 และบิดาจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 5.7 มารดาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 46.1 รองลงมามารดาจบการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. คิดเป็นร้อยละ 15.6 มารดาจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย คิดเป็นร้อยละ 10.9 มารดาจบการศึกษาระดับต่ำกว่ามัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 10.7 มารดาจบการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 8.9 และมารดาจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 7.7 กรณีที่วัยรุ่นไม่ได้อยู่อาศัยกับบิดามารดา คืออยู่อาศัยกับผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ผู้ดูแลส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 47.3 รองลงมาผู้ดูแลจบการศึกษาระดับต่ำกว่ามัธยมศึกษาและระดับสูงกว่าปริญญาตรีในจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 17.6 ผู้ดูแลจบระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและระดับอนุปริญญา/ปวส. ในจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 8.1 และผู้ดูแลจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 1.4

อาชีพของบิดามารดาและผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา บิดาของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีที่

ศึกษาในครั้งนี้ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการหรือวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 31.3 รองลงมาบิดาประกอบอาชีพประกอบธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 22.0 บิดาประกอบอาชีพทำงานบริษัท/เอกชน คิดเป็นร้อยละ 18.9 บิดาประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 14.5 บิดาประกอบอาชีพค้าขาย

คิดเป็นร้อยละ 7.7 บิดาไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 3.5 บิดาประกอบอาชีพเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 1.2 และบิดาประกอบอาชีพอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 0.8 มารดาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการหรือวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 24.2 รองลงมามารดาไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 16.4 มารดาประกอบอาชีพประกอบธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 16.0 มารดาประกอบอาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 15.0 มารดาประกอบอาชีพทำงานบริษัท/เอกชน คิดเป็นร้อยละ 13.8 มารดาประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 12.8 มารดาประกอบอาชีพเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 1.4 และมารดาประกอบอาชีพอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 0.6 กรณีที่วัยรุ่นไม่ได้อยู่อาศัยกับบิดามารดา คืออยู่อาศัยกับผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ผู้ดูแลส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการหรือวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 30.8 รองลงมาผู้ดูแลประกอบอาชีพประกอบธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 19.2 ประกอบอาชีพทำงานบริษัท/เอกชน คิดเป็นร้อยละ 15.4 ไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 12.8 ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 10.3 ประกอบอาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 6.4 ประกอบอาชีพอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 3.8 และประกอบอาชีพเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 1.3

ตารางที่ 4.7 จำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ยของรายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ลักษณะทางประชากร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
รายได้ของครอบครัว (บาทต่อเดือน)		
≤10,000	25	5.0
10,001 – 20,000	67	13.4
20,001 – 30,000	84	16.8
30,001 – 40,000	60	12.0
40,001 – 50,000	78	15.6
> 50,000 ขึ้นไป	185	37.1
รวม	499	

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ลักษณะทางประชากร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
จำนวนสมาชิกในครอบครัว (รวมตัวท่าน)		
≤ 3 คน	106	21.9
4-5 คน	309	63.7
≥ 6 คน	70	14.4
รวม	485	
(สมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย ± SD)		4.4(± 1.5)
ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง		
แบบประชาธิปไตย	314	72.0
แบบเข้มงวดกวดขัน	90	20.6
แบบตามใจมาก	20	4.6
แบบปล่อยปละละเลย	4	.9
แบบผสมผสาน	8	1.8
รวม	436	

จากตารางที่ 4.7 แสดงจำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ยของรายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ที่เป็นลักษณะทางประชากรของผู้ปกครองวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี พบข้อมูลดังนี้

รายได้ของครอบครัว (บาทต่อเดือน) วัยรุ่นส่วนใหญ่ครอบครัวมีรายได้มากกว่า 50,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 37.1 รองลงมา คือ ครอบครัวมีรายได้ 20,001 – 30,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 16.8 ครอบครัวมีรายได้ 40,001 – 50,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.6 ครอบครัวมีรายได้ 10,001 – 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 13.4 ครอบครัวมีรายได้ 30,001 – 40,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 12.0 และครอบครัวมีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 5.0

จำนวนสมาชิกในครอบครัว (รวมตัวท่าน) วัยรุ่นส่วนใหญ่มีสมาชิกในครอบครัวจำนวน 4-5 คน คิดเป็นร้อยละ 63.7 รองลงมา คือ มีสมาชิกในครอบครัวจำนวน ไม่เกิน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 21.9 มีสมาชิกในครอบครัวจำนวน ตั้งแต่ 6 คนขึ้นไป น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 14.4 วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 4.4 คน (S.D. ± 1.5)

3.2 การปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ส่วนที่ 2 ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร

3.2.1 การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับความถี่ในการปฏิบัติจำนวน 12 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์) นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) และไม่เคยปฏิบัติเกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตรดังนี้

ตารางที่ 4.8 จำนวน และร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัววัยรุ่นนันทบุรี (n = 463)

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	191	41.3	การปฏิบัติระดับสูง
2.34 – 3.66	253	54.6	การปฏิบัติระดับกลาง
1.00 – 2.33	19	4.1	การปฏิบัติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.8 แสดงจำนวน และร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัววัยรุ่นนันทบุรี พบว่า ครอบครัวมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 3.47 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.56 ครอบครัวของวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 54.6 รองลงมา มีการปฏิบัติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 41.3 และมีการปฏิบัติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 4.1

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของครอบครัววัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม (n = 463)

การปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1 ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด	3.55	0.76	กลาง
2 ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้	3.15	0.84	กลาง
3 โดยปกติครอบครัวของท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำอัดลมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.21	0.96	กลาง
4 เมื่อมีโอกาสพิเศษครอบครัวของท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.47	0.94	กลาง
5 ครอบครัวของท่านจะกินอาหารฟาสต์ฟู้ด ตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ด	3.35	0.92	กลาง
6 ครอบครัวของท่านใช้บริการโทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน	3.72	0.93	สูง
7 เมื่อคนในครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดจะเลือกเมนูที่มีผักหรือผลไม้รวมด้วย เพื่อให้ได้อาหารหลักครบ 5 หมู่	3.22	1.10	กลาง
8 ครอบครัวของท่านมักจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร	3.11	1.06	กลาง
9 คนในครอบครัวของท่านเชื่อว่าคนที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้น โกงเก้ ทันสมัย	4.34	0.94	สูง
10 ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะ “ง่าย สะดวก รวดเร็ว”	3.26	1.07	กลาง
11 ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเนื่องจากสถานที่สะอาด บรรยากาศดี	3.45	1.04	กลาง
12 ครอบครัวของท่านมักจะกินอาหารนอกร้านที่ร้านเฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด	3.69	0.93	สูง
เฉลี่ยรวม	3.47	0.56	กลาง

จากตารางที่ 4.9 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัววัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่า ข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับสูงและมีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด คือ คนในครอบครัวของท่านเชื่อว่าคนที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้น ใกล้เคียงกับคนที่มีค่าเฉลี่ย 4.34 (± 0.94) คะแนน รองลงมาคือ ครอบครัวของท่านใช้บริการโทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน มีค่าเฉลี่ย 3.72 (± 0.93) คะแนน และครอบครัวของท่านมักจะกินอาหารนอกบ้านที่ร้านแฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 3.69 (± 0.93) คะแนน ส่วนข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุดคือ ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ มีค่าเฉลี่ย 3.55 (± 0.76) คะแนน รองลงมาคือ เมื่อมีโอกาสพิเศษครอบครัวของท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 3.47 (± 0.94) คะแนน ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเนื่องจากสถานที่สะอาด บรรยากาศดี มีค่าเฉลี่ย 3.45 (± 1.04) คะแนน ส่วนข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีค่าเฉลี่ยของคะแนนน้อยที่สุดคือ ครอบครัวของท่านมักจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร มีค่าเฉลี่ย 3.11 (± 1.06) คะแนน รองลงมาคือ ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ มีค่าเฉลี่ย 3.15 (± 0.84) คะแนน และโดยปกติครอบครัวของท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำอัดลมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 3.21 (± 0.96) คะแนน

3.2.2 ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับความถี่ในการปฏิบัติจำนวน 12 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์) นานๆ ครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) และไม่เคยปฏิบัติ เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการปฏิบัติลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

ตารางที่ 4.10 จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของ
ผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร (n = 473)

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	96	20.3	การปฏิบัติระดับสูง
2.34 – 3.66	359	75.9	การปฏิบัติระดับกลาง
1.00 – 2.33	18	3.8	การปฏิบัติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.10 แสดงจำนวน ร้อยละ ของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร พบว่าผู้ปกครองมีการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 3.22 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.54 ผู้ปกครองของวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรอยู่ในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 75.9 รองลงมา มีการปฏิบัติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 20.3 และมีการปฏิบัติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 3.8

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของ
ผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ตามรายข้อคำถาม (n = 473)

	การปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1	ให้อิสระแก่ท่านในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมา กินด้วยตนเอง	2.72	1.04	กลาง
2	ฝึกให้ท่านลดสัดส่วนปริมาณอาหารมื้ออื่นในวันที่กินอาหาร ฟาสต์ฟู้ด เพื่อไม่ให้ได้รับปริมาณอาหารที่มากเกินไปจนเกินความ ต้องการของร่างกาย	3.05	1.12	กลาง

ตารางที่ 4.11 (ต่อ)

	การปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
3	เมื่อท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด จะซื้อหรือเลือกอาหารที่เป็นผัก และผลไม้ให้ท่านกินด้วย	3.40	1.12	กลาง
4	ผู้ปกครองไม่สนับสนุนให้กินอาหารฟาสต์ฟู้ดจำพวกเนื้อสัตว์ ติดมัน	3.32	1.21	กลาง
5	ผู้ปกครองแนะนำไม่ให้ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ขายใน โรงเรียน	2.60	1.24	กลาง
6	ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดแค่ 1 อย่าง แทน การสั่งเป็นชุดๆ	2.55	1.14	กลาง
7	ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านกินของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่ม คุณค่าทางอาหารในแต่ละวัน	3.80	1.13	สูง
8	ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเฉพาะเมื่อมีโอกาสำคัญ หรือมีความ จำเป็นจริงๆ	3.42	0.99	กลาง
9	ผู้ปกครองให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบต่อสุขภาพจากการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.53	1.10	กลาง
10	ผู้ปกครองให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีคุณค่า ทางอาหาร	3.47	1.10	กลาง
11	ผู้ปกครองให้รางวัลตอบแทน โดยนำพาท่าน ไปกินอาหาร ฟาสต์ฟู้ด	3.46	1.08	กลาง
12	ครอบครัวของท่าน ตอบสนองความต้องการท่านเมื่อท่านอยาก กินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามที่โฆษณาหน้าจอโทรทัศน์ เช่น พิซซา ไก่ทอด	3.32	1.03	กลาง
	เฉลี่ยรวม	3.22	0.54	กลาง

จากตารางที่ 4.11 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของ
ระดับการปฏิบัติเกี่ยวกับลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ

บุตร จำแนกตามรายชื่อกำถาม พบว่า ข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับสูงและมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านกินของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่มคุณค่าทางอาหารในแต่ละวัน มีค่าเฉลี่ย 3.80 (± 1.13) คะแนน ส่วนข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง คือ ผู้ปกครองให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบต่อสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 3.53 (± 1.10) คะแนน รองลงมาคือ ผู้ปกครองให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีคุณค่าทางอาหาร มีค่าเฉลี่ย 3.47 (± 1.10) คะแนน ส่วนข้อที่มีการปฏิบัติในระดับกลางที่มีคะแนนในการปฏิบัติน้อยที่สุดคือ ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดแค่ 1 อย่าง แทนการสั่งเป็นชุดๆ มีค่าเฉลี่ย 2.55 (± 1.14) คะแนน รองลงมาคือ ผู้ปกครองแนะนำไม่ให้ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ขายในโรงเรียน มีค่าเฉลี่ย 2.60 (± 1.24) คะแนน และให้อิสระแก่ท่านในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง มีค่าเฉลี่ย 2.72 (± 1.04) คะแนน

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

การศึกษาครั้งนี้ ตัวแปรอิสระด้านสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี แบ่งนำเสนอเป็น 3 ส่วน คือ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน และแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ

4.1 พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับความถี่ในการปฏิบัติ จำนวน 8 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์) นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) และไม่เคยปฏิบัติ เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการปฏิบัติพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อ

ใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

ตารางที่ 4.12 จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน (n = 340)

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	104	30.6	การปฏิบัติระดับสูง
2.34 – 3.66	201	59.1	การปฏิบัติระดับกลาง
1.00 – 2.33	35	10.3	การปฏิบัติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.12 แสดงจำนวน ร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน พบว่า มีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 3.29 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.73 โดยส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 59.1 รองลงมา มีการปฏิบัติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 30.6 และมีการปฏิบัติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 10.3

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.13 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน จำแนกตามรายข้อคำถาม (n = 340)

	การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1	ท่านและเพื่อนมักจะนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า	2.90	1.02	กลาง
2	ท่านและเพื่อนมักจะสังสรรค์ด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์	3.11	0.98	กลาง

ตารางที่ 4.13 (ต่อ)

	การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
3	ท่านและเพื่อนมักจะสังสรรค์ด้วยการกินขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้	3.07	0.97	กลาง
4	ท่านและเพื่อนมักจะสังสรรค์ด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดพร้อม เครื่องดื่มน้ำอัดลม	2.91	0.95	กลาง
5	การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนๆท่าน เป็นการแสดงออกถึง การมีสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกัน	3.74	1.09	สูง
6	เพื่อนในกลุ่มของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า เพื่อ แสดงออกถึงความทันสมัย	3.69	1.12	สูง
7	เพื่อนของท่านใช้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นที่แสดงออกถึงความ อิสระในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามความนิยมของกลุ่ม	3.47	1.11	กลาง
8	อิทธิพลจากเพื่อนลักษณะอื่นๆ ต่อการรับประทานอาหาร ฟาสต์ฟู้ด	3.58	1.13	กลาง
	เฉลี่ยรวม	3.29	0.73	กลาง

จากตารางที่ 4.13 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน จำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่าข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับสูงและมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนๆท่าน เป็นการแสดงออกถึงการมีสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกัน มีค่าเฉลี่ย 3.74 (± 1.09) คะแนน รองลงมาคือ เพื่อนในกลุ่มของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า เพื่อแสดงออกถึงความทันสมัย มีค่าเฉลี่ย 3.69 (± 1.12) คะแนน ส่วนข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ท่านและเพื่อนมักจะนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า มีค่าเฉลี่ย 2.9 (± 1.02) คะแนน รองลงมาคือ ท่านและเพื่อนมักจะสังสรรค์ด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดพร้อมเครื่องดื่มน้ำอัดลม มีค่าเฉลี่ย 2.91 (± 0.95) คะแนน ท่านและเพื่อนมักจะสังสรรค์ด้วยการกินขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ มีค่าเฉลี่ย 3.07 (± 0.97) คะแนน

4.2 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกรับตามระดับความถี่ในการปฏิบัติ จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์) นานๆ ครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) และไม่เคยปฏิบัติ เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับการวัดการปฏิบัติของโรงเรียนเกี่ยวกับการให้ความรู้ดูแลการลดการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นนจังหวัดนนทบุรี ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

ตารางที่ 4.14 จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน (n = 511)

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	87	17.0	การปฏิบัติระดับสูง
2.34 – 3.66	288	56.4	การปฏิบัติระดับกลาง
1.00 – 2.33	136	26.6	การปฏิบัติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.14 แสดงจำนวน ร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน พบว่า โรงเรียนมีการปฏิบัติโดยรวมอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 2.89 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.86 โรงเรียนส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 56.4 รองลงมา มีการปฏิบัติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 26.6 และมีการปฏิบัติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 17.0

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.15 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน จำแนกตามรายข้อคำถาม (n = 511)

	การปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1	โรงเรียนของท่านมีมาตรการการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.72	1.16	กลาง
2	โรงเรียนของท่านมีการสอดแทรกเนื้อหาผลกระทบต่อเกี่ยวกับเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ในวิชาเรียน	2.90	1.05	กลาง
3	โรงเรียนของท่านมีการให้ความรู้เรื่องคุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.01	1.02	กลาง
4	โรงเรียนของท่านมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องโทษของการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.75	1.08	กลาง
5	โรงเรียนของท่านมีการแนะนำวิธีปฏิบัติในการเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่	3.07	1.06	กลาง
	เฉลี่ยรวม	2.89	0.86	กลาง

จากตารางที่ 4.15 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับการปฏิบัติเกี่ยวกับแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน จำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่า ข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ โรงเรียนของท่านมีการแนะนำวิธีปฏิบัติในการเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่ มีค่าเฉลี่ย 3.07 (± 1.06) คะแนน รองลงมา คือ โรงเรียนของท่านมีการให้ความรู้เรื่องคุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 3.01 (± 1.02) คะแนน โรงเรียนของท่านมีการสอดแทรกเนื้อหาผลกระทบต่อเกี่ยวกับเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ในวิชาเรียน มีค่าเฉลี่ย 2.90 (± 1.05) คะแนน ส่วนข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ โรงเรียนของท่านมีมาตรการการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 2.72 (± 1.16) คะแนน และ โรงเรียนของท่านมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องโทษของการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเรียน มีค่าเฉลี่ย 2.75 (± 1.08) คะแนน

การจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียน ใช้แบบสอบถามแบบเลือกตอบ โดยเลือกตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการพรรณานำจำนวนและร้อยละของการตอบ ดังนี้

ตารางที่ 4.16 ประเภทของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายภายในโรงเรียน และรอบๆโรงเรียน
(ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

อาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่าย ภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียน	มีจำหน่าย		ไม่มีจำหน่าย	
	จำนวน(คน)	ร้อยละ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด	413	86.8	63	13.2
อาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้	368	77.3	108	22.7
เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม	421	88.4	55	11.6

จากตารางที่ 4.16 แสดงจำนวน ร้อยละของการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียน พบว่า ภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียนมีผู้ตอบว่ามีอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด จำหน่ายร้อยละ 86.8 มีอาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ จำหน่ายร้อยละ 77.3 มีเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม จำหน่ายร้อยละ 88.4

4.3 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ศึกษาการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ 3 รูปแบบ คือ สื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล โดยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 16 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ บ่อยที่สุด บ่อยมาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยเกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับการวัดการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนนเพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตร ดังนี้

ตารางที่ 4.17 จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูดของ
วัยรุ่น

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน (n = 484)	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	24	5.0	การได้รับข่าวสารระดับสูง
2.34 – 3.66	322	66.5	การได้รับข่าวสารระดับกลาง
1.00 – 2.33	138	28.5	การได้รับข่าวสารระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.17 แสดงจำนวน ร้อยละของช่วงระดับคะแนนการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูดของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นมีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูดอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 2.71 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.56 การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูดของวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการได้รับข่าวสารอยู่ในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 66.5 รองลงมา มีการได้รับข่าวสารระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 28.5 และมีการได้รับข่าวสารระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 5.0

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูดของวัยรุ่นตามประเภทของสื่อ สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.18 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูดของวัยรุ่น จำแนกตามรูปแบบสื่อ (n = 484)

	การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟอสต์ฟูด จำแนกตามรูปแบบของสื่อ	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1	สื่อมวลชน	2.60	0.64	กลาง
2	สื่อเฉพาะกิจ	2.48	0.82	กลาง
3	สื่อบุคคล	3.04	0.77	กลาง

จากตารางที่ 4.18 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น เมื่อจำแนกตามรูปแบบของสื่อ พบว่า รูปแบบของสื่อทั้งสื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล มีการได้รับข่าวสารอยู่ในระดับปานกลาง โดยสื่อบุคคลมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด 3.04 (± 0.77) คะแนน รองลงมาคือ สื่อมวลชน มีคะแนนเฉลี่ย 2.66 (± 0.64) คะแนน และสื่อเฉพาะกิจ มีคะแนนเฉลี่ย 2.48 (± 0.82) คะแนน

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.19 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม (n = 484)

การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด		ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
สื่อมวลชน				
1	วิทยุ	3.43	1.06	กลาง
2	โทรทัศน์	1.63	0.86	ต่ำ
3	หนังสือพิมพ์	2.99	0.98	กลาง
4	นิตยสาร/วารสาร	2.76	1.03	กลาง
5	อินเทอร์เน็ต	2.18	1.07	ต่ำ
สื่อเฉพาะกิจ				
6	แผ่นพับ/ใบปลิว	2.31	1.11	ต่ำ
7	โปสเตอร์	2.46	1.04	กลาง
8	ป้ายโฆษณากลางแจ้ง	2.52	1.06	กลาง
9	โฆษณาบนแผ่นป้ายในรายการเกมส์โชว์ทางโทรทัศน์	2.58	1.11	กลาง
10	สื่อโฆษณาเคลื่อนที่ เช่น ป้ายโฆษณาท้ายรถรับจ้าง /รถประจำทาง	2.86	1.11	กลาง
11	สื่อโฆษณา ณ จุดขาย	2.13	1.09	ต่ำ
สื่อบุคคล				
12	เพื่อน	2.42	1.18	กลาง
13	ครู/อาจารย์	3.53	1.09	กลาง

ตารางที่ 4.19 (ต่อ)

	การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ด	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
14	บิดา-มารดา/ผู้ปกครอง	3.19	1.21	กลาง
15	คนในครอบครัวที่ไม่ใช่ผู้ปกครอง	3.28	1.16	กลาง
16	พนักงานขายของร้านพลาสติกฟู้ด	2.78	1.26	กลาง
	เฉลี่ยรวม	2.71	0.56	กลาง

จากตารางที่ 4.19 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายชื่อคำถาม พบว่า สื่อในรูปแบบของสื่อมวลชนที่มีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ดอยู่ในระดับกลางและมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ สื่อประเภทวิทยุ มีคะแนนเฉลี่ย 3.43 (± 1.06) คะแนน รองลงมาคือ สื่อประเภทหนังสือพิมพ์ มีคะแนนเฉลี่ย 2.99 (± 0.98) คะแนน สื่อประเภทนิตยสาร/วารสาร มีคะแนนเฉลี่ย 2.76 (± 1.03) คะแนน ส่วนสื่อประเภทที่มีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ดอยู่ระดับต่ำคือ สื่อประเภทอินเทอร์เน็ต มีคะแนนเฉลี่ย 2.18 (± 1.07) คะแนน และสื่อประเภทโทรทัศน์ มีคะแนนเฉลี่ย 1.63 (± 0.86) คะแนน

สำหรับสื่อในรูปแบบของสื่อเฉพาะกิจที่มีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ดอยู่ในระดับกลางและมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ สื่อประเภทสื่อโฆษณาเคลื่อนที่ เช่น ป้ายโฆษณาท้ายรถรับจ้าง/รถประจำทาง มีคะแนนเฉลี่ย 2.86 (± 1.11) คะแนน รองลงมาคือ สื่อประเภทโฆษณาบนแผ่นป้ายในรายการเกมส์โชว์ทางโทรทัศน์ มีคะแนนเฉลี่ย 2.58 (± 1.11) คะแนน สื่อประเภทป้ายโฆษณากลางแจ้ง มีคะแนนเฉลี่ย 2.52 (± 1.06) คะแนน สื่อประเภทโปสเตอร์ มีคะแนนเฉลี่ย 2.46 (± 1.04) คะแนน ส่วนมีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ดอยู่ระดับต่ำ คือ สื่อประเภทแผ่นพับ/ใบปลิว มีคะแนนเฉลี่ย 2.31 (± 1.11) คะแนน และสื่อประเภทสื่อโฆษณา ณ จุดขาย มีคะแนนเฉลี่ย 2.13 (± 1.09) คะแนน

สำหรับสื่อในรูปแบบของสื่อบุคคลที่มีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารพลาสติกฟู้ดอยู่ระดับกลางและมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ สื่อครู/อาจารย์ มีคะแนนเฉลี่ย 3.53 (± 1.09) คะแนน รองลงมาคือ สื่อคนในครอบครัวที่ไม่ใช่ผู้ปกครอง มีคะแนนเฉลี่ย 3.28 (± 1.16) คะแนน สื่อบิดา-มารดา/ผู้ปกครอง มีคะแนนเฉลี่ย 3.19 (± 1.21) คะแนน สื่อพนักงานขายของร้านพลาสติกฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 2.78 (± 1.26) คะแนน และสื่อประเภทเพื่อน มีคะแนนเฉลี่ย 2.42 (± 1.18) คะแนน

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

การศึกษาครั้งนี้ ตัวแปรตามพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี แบ่งนำเสนอเป็น 2 ส่วน ได้แก่ อาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

5.1 อาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจำนวน 3 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ วันละครั้งหรือมากกว่า 3-6 ครั้ง/สัปดาห์ 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ 1-3 ครั้ง/เดือน และไม่เคย/น้อยกว่าเดือนละครั้ง เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรตามการศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการปฏิบัติความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำแนกตามอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภคเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตรดังนี้

ตารางที่ 4.20 จำนวน และร้อยละของคะแนนการปฏิบัติความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น (n = 405)

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	97	24.0	การปฏิบัติระดับสูง
2.34 – 3.66	246	60.7	การปฏิบัติระดับกลาง
1.00 – 2.33	62	15.3	การปฏิบัติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.20 แสดงจำนวน และร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี จำแนกตามอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค พบว่าวัยรุ่นมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของ

คะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 3.12 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.79 วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.7 รองลงมา มีการปฏิบัติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 24.0 และมีการปฏิบัติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 15.3

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.21 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ตามอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค (n = 405)

การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามรายการอาหาร	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1 อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด	3.35	0.93	กลาง
2 ขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม	2.91	0.94	กลาง
3 ดื่มน้ำอัดลมประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับอาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก	3.09	1.07	กลาง
เฉลี่ยรวม	3.12	0.79	กลาง

จากตารางที่ 4.21 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับการปฏิบัติในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ตามอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค จำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่า ข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด มีคะแนนเฉลี่ย 3.35 (± 0.93) คะแนน รองลงมาคือ ดื่มน้ำอัดลมประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับอาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก มีคะแนนเฉลี่ย 3.09 (± 1.07) คะแนน และขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม มีคะแนนเฉลี่ย 2.91 (± 0.94) คะแนน

เมื่อศึกษาถึงความชอบในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยใช้แบบสอบถามแบบเลือกตอบ ซึ่งสามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.22 จำนวน และร้อยละของคะแนนความชอบในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ความชอบในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ความชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด		
ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	303	64.3
ไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	168	35.7
รวม	471	
เหตุผลที่ไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (ตอบ ได้มากกว่า 1ตัวเลือก)		
ไม่เคยชินกับการรับประทานอาหารประเภทนี้	36	21.2
รสชาติไม่ถูกปาก	52	30.6
ไม่ใช่อาหารของไทย	45	26.5
การให้บริการไม่ดี	15	8.8
ไม่มีคุณค่าทางอาหาร	111	65.3
ราคาแพงเกินไป	93	54.7
ความไม่สะดวกในการเดินทางไปซื้อ	38	22.4
บุคคลรอบข้างไม่สนับสนุนให้รับประทาน	80	47.1
เหตุผลอื่นๆ	10	5.9

จากตารางที่ 4.22 แสดงจำนวน ร้อยละ ของคะแนนความชอบในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่ชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 64.3 และไม่ชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 35.7 โดยเหตุผลที่วัยรุ่นไม่ชอบรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่เพราะ ไม่มีคุณค่าทางอาหาร ร้อยละ 65.3 รองลงมาคือ ราคาแพงเกินไป ร้อยละ 54.7 บุคคลรอบข้างไม่สนับสนุนให้รับประทาน ร้อยละ 47.1 รสชาติไม่ถูกปาก ร้อยละ 30.6 ไม่ใช่อาหารของไทย ร้อยละ 26.5 ความไม่สะดวกในการเดินทางไปซื้อ ร้อยละ 22.4 ไม่เคยชินกับการรับประทานอาหารประเภทนี้ ร้อยละ 21.2 การให้บริการไม่ดี ร้อยละ 8.8 และเหตุผลอื่นๆ ร้อยละ 5.9

5.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบเรียงลำดับให้เลือกตอบตามระดับความถี่การปฏิบัติ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจำนวน 17 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก คือ ประจำ (ทุกวัน) บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) บางครั้ง (2-3 ครั้ง/สัปดาห์) นานๆ ครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) ไม่เคยปฏิบัติ เกณฑ์ในการแปลผลของตัวแปรตามที่ศึกษา ผู้วิจัยได้จัดระดับของการวัดการปฏิบัติ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็น 3 ระดับ โดยการกำหนดช่วงระดับคะแนน เพื่อแบ่งระดับของเกณฑ์การแปลผลของตัวแปรพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยนำคะแนนที่ได้แบบมาตราส่วนประเมินค่ารวมมาจัดเป็นอันตรภาคชั้น เพื่อใช้ในการแปลความหมายตามสูตรดังนี้

ตารางที่ 4.23 จำนวน และร้อยละของระดับคะแนนการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น (n = 465)

ช่วงระดับคะแนน	จำนวน	ร้อยละ	แปลความหมาย
3.67 – 5.00	64	13.8	การปฏิบัติระดับสูง
2.34 – 3.66	371	79.8	การปฏิบัติระดับกลาง
1.00 – 2.33	30	6.5	การปฏิบัติระดับต่ำ

จากตารางที่ 4.23 แสดงจำนวน และร้อยละของช่วงระดับคะแนนการปฏิบัติ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ตามลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่าวัยรุ่นมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนการปฏิบัติเท่ากับ 3.11 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49 วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 79.8 รองลงมา มีการปฏิบัติระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 13.8 และมีการปฏิบัติระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 6.5

เมื่อพิจารณาจากแบบสอบถามรายข้อย่อย สามารถแสดงเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4.24 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม

	การปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล
1	ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.13	0.83	กลาง
2	ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นมื้ออาหารปกติ	3.71	0.99	สูง
3	เมื่อมีโอกาพิเศษ ท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.22	0.97	กลาง
4	ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกับครอบครัว	3.24	0.94	กลาง
5	ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ด	3.08	0.93	กลาง
6	ท่านใช้บริการโทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน	3.57	0.95	กลาง
7	ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยเลือกเมนูที่มีผักหรือผลไม้ เพื่อให้ได้รับอาหารครบ 5 หมู่	3.09	1.04	กลาง
8	ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเมนูที่มีแป้ง ไขมัน น้อย	2.98	0.98	กลาง
9	ท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำตาลผสมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.86	1.06	กลาง
10	ท่านออกกำลังกายทุกครั้งในวันที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.74	1.12	กลาง
11	ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร	2.71	1.00	กลาง
12	ในยามที่ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร ท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด แทนอาหารไทยทั่วไป	2.99	0.96	กลาง
13	ท่านกินอาหารนอกบ้านที่ร้านแฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด	3.31	0.91	กลาง
14	ท่านมีอิสระในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง	2.68	1.00	กลาง
15	หลังจากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ร้านแล้ว ท่านจะซื้อกลับไปกินที่บ้านด้วย	3.55	1.04	กลาง
16	ท่านและเพื่อนนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า	2.96	1.08	กลาง
17	ท่านสังสรรค์กับเพื่อนด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.06	1.01	กลาง
	เฉลี่ยรวม	3.11	0.49	กลาง

จากตารางที่ 4.24 แสดงค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของระดับการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่า ข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับสูงและมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นมื้ออาหารปกติ มีคะแนนเฉลี่ย 3.71 (± 0.99) คะแนน สำหรับข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ท่านใช้บริการจัดส่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน มีคะแนนเฉลี่ย 3.57 (± 0.95) คะแนน รองลงมาคือ หลังจากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ร้านแล้ว ท่านจะซื้อกลับไปกินที่บ้านด้วย มีคะแนนเฉลี่ย 3.55 (± 1.04) คะแนน และท่านกินอาหารนอกบ้านที่ร้านเฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.31 (± 0.91) คะแนน แต่ส่วนข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางและมีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ท่านมีอิสระในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง มีคะแนนเฉลี่ย 2.68 (± 1.00) คะแนน รองลงมาคือ ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร มีคะแนนเฉลี่ย 2.71 (± 1.00) คะแนน และท่านออกกำลังกายทุกครั้งในวันที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 2.74 (± 1.12) คะแนน

ตอนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัยไว้ 5 ข้อ ดังนี้

- 1) ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินที่ได้รับจากผู้ปกครองเพื่อมาใช้จ่ายเป็นค่าอาหาร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี
- 2) ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี
- 3) เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

4) ปัจจัยด้านครอบครัว อายุของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

5) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

จากสมมติฐานของการวิจัยดังกล่าว เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น คือ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัว คือ อายุของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม คือ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ กับตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ด้วยตัวแปรอิสระและตัวแปรตามของการวิจัยครั้งนี้เป็นทั้งตัวแปรที่มีการวัดในระดับนามบัญญัติ และที่เป็นตัวแปรที่มีการวัดแบบอัตรภาคชั้น ผู้วิจัยจึงทำการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีการวัดในระดับนามบัญญัติด้วยสถิติไคว์กำลังสอง (χ^2) ส่วนตัวแปรที่มีการวัดแบบอัตรภาคชั้น ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่กำหนดทุกข้อพร้อมกัน โดยใช้สถิติ T-Test

ผลการทดสอบสมมติฐานความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นกับตัวแปรตาม ได้ผลดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4.25 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภค

อาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ความสัมพันธ์ระหว่าง ลักษณะทางประชากรกับ พฤติกรรมการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น	ลักษณะพฤติกรรม การบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ด *		χ^2	องศา อิสระ (df)	นัยสำคัญ ทางสถิติ	ระดับความ สัมพันธ์ทาง สถิติ
	บ่อย	ไม่บ่อย				
เพศ						
ชาย	93	95	3.13	1	0.09	ไม่มี ความสัมพันธ์
หญิง	114	163				
อายุ						
15-16 ปี	145	184	0.08	1	0.84	ไม่มี ความสัมพันธ์
17-19 ปี	61	73				
ภาวะโภชนาการ						
ภาวะโภชนาการไม่เกิน (ผอม ค่อนข้างผอม สมส่วน)	165	189	3.00	1	0.09	ไม่มี ความสัมพันธ์
ภาวะโภชนาการเกิน (ท้วม เริ่มอ้วน อ้วน)	32	56				
ศาสนา						
พุทธ	202	249	0.45	1	0.59	ไม่มี ความสัมพันธ์
ศาสนาอื่นๆ	5	9				
บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน						
บิดาและมารดา	141	190	1.71	1	0.22	ไม่มี ความสัมพันธ์
บิดา หรือมารดา หรือผู้ดูแล ที่ไม่ใช่บิดามารดา	66	68				

ตารางที่ 4.25 (ต่อ)

ความสัมพันธ์ระหว่าง ลักษณะทางประชากรกับ พฤติกรรมการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น	ลักษณะพฤติกรรม		χ^2	องศา อิสระ (df)	นัยสำคัญ ทางสถิติ	ระดับความ สัมพันธ์ทาง สถิติ
	ฟาสต์ฟู้ด *					
	บ่อย	ไม่บ่อย				
เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์						
≤ 400 บาท/สัปดาห์	44	77	4.40	1	0.04	มี
> 400 บาท/สัปดาห์	163	181				ความสัมพันธ์

* ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อย หมายถึง ปฏิบัติประจำ(ทุกวัน) หรือบ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/สัปดาห์) ไม่บ่อย หมายถึง ปฏิบัติบางครั้ง(2-3ครั้ง/สัปดาห์) หรือนานๆครั้ง(น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) หรือไม่เคยปฏิบัติ

จากตารางที่ 4.25 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบข้อมูลดังนี้

พบลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ($\chi^2=4.40$, $df=1$, $p<0.05$) เมื่อพิจารณาเทียบสัดส่วนของพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยจะพบว่าวัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าอาหารต่อสัปดาห์น้อยจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยกว่า ซึ่งจะมีการได้รับเงินค่าอาหารต่อสัปดาห์มาก

พบลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นที่ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา และบุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2=3.13, 0.08, 3.00, 0.45, 1.71, df=1, p>0.05$) ตามลำดับ โดยเพศ และภาวะโภชนาการของวัยรุ่นไม่มีนัยสำคัญ แต่ค่านัยสำคัญก็เข้าใกล้ 0.05

พอสมควร

ผลการทดสอบสมมติฐานความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ด้านเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกับตัวแปรตาม ได้ผลดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4.26 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ด้านความรู้ความเข้าใจ และด้านเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ปัจจัยส่วนบุคคล	ลักษณะพฤติกรรม		t-test	องศาอิสระ (df)	นัยสำคัญทางสถิติ
	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด *				
	บ่อย	ไม่บ่อย			
คะแนนเฉลี่ยของความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.66	2.75	4.20	373.76	<0.0001
คะแนนเฉลี่ยของเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	2.39	2.85	9.29	436	<0.0001

* ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อย หมายถึง ปฏิบัติประจำ(ทุกวัน) หรือบ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/สัปดาห์) ไม่บ่อย หมายถึง ปฏิบัติบางครั้ง(2-3ครั้ง/สัปดาห์) หรือนานๆครั้ง(น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) หรือไม่เคยปฏิบัติ

จากตารางที่ 4.26 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลด้านความรู้ความเข้าใจ และด้านเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบว่า กลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยของความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=4.20$, $df=373.76$, $p<0.0001$) เช่นเดียวกับเจตคติ คือ กลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยของเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ฟาสต์ฟู้ดสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ย เจตคติน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=9.29$, $df=436$, $p<0.0001$)

ผลการทดสอบสมมติฐานความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัว อายุของบิดา อายุของมารดา ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษามารดา รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของบิดา มารดาเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร กับตัวแปรตาม ได้ผลดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4.27 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัว ลักษณะทางประชากรของผู้ปกครอง กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ปัจจัยด้านครอบครัว	พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด		χ^2	องศาอิสระ	นัยสำคัญทางสถิติ	ระดับความสัมพันธ์ทางสถิติ
	ไม่ดี	ดี				
อายุของบิดา						
< 50 อายุน้อย	180	132	0.19	1	0.92	ไม่มีความสัมพันธ์
≥ 50 ความรู้มาก	77	96				
อายุของมารดา						
< 50 อายุน้อย	138	184	0.84	1	0.36	ไม่มีความสัมพันธ์
≥ 50 ความรู้มาก	49	53				
อายุของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา						
< 50 อายุน้อย	8	11	0.74	1	0.18	ไม่มีความสัมพันธ์
≥ 50 ความรู้มาก	6	11				
ระดับการศึกษาของบิดา						
<ปริญญาตรี ระดับการศึกษาต่ำ	92	98	1.65	1	0.21	ไม่มีความสัมพันธ์
≥ ปริญญาตรีขึ้นไป ระดับการศึกษาสูง	107	146				

ตารางที่ 4.27 (ต่อ)

ปัจจัยด้านครอบครัว	พฤติกรรมกรรมการบริโภค อาหารพลาสติกฟู้ด		χ^2	องศา อิสระ (df)	นัยสำคัญ ทางสถิติ	ระดับความ สัมพันธ์ทางสถิติ
	ไม่ดี	ดี				
ระดับการศึกษาของมารดา						
<ปริญญาตรี ระดับการศึกษาต่ำ	89	109	0.01	1	1.00	ไม่มี ความสัมพันธ์
≥ ปริญญาตรีขึ้นไป ระดับการศึกษาสูง	114	142				
ระดับการศึกษาของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา						
<ปริญญาตรี ระดับการศึกษาต่ำ	10	12	0.07	1	1.00	ไม่มี ความสัมพันธ์
≥ ปริญญาตรีขึ้นไป ระดับการศึกษาสูง	22	23				
อาชีพของบิดา						
อาชีพที่ไม่มั่นคงนัก	44	42	1.51	1	0.23	ไม่มี ความสัมพันธ์
อาชีพที่มั่นคงพอควร	152	195				
อาชีพของมารดา						
อาชีพที่ไม่มั่นคงนัก	62	77	0.00	1	1.00	ไม่มี ความสัมพันธ์
อาชีพที่มั่นคงพอควร	139	172				
อาชีพของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา						
อาชีพที่ไม่มั่นคงนัก	10	10	0.14	1	0.79	ไม่มี ความสัมพันธ์
อาชีพที่มั่นคงพอควร	23	28				
รายได้เฉลี่ยของครอบครัว						
< 30,000 รายได้น้อย	67	95	1.44	1	0.24	ไม่มี ความสัมพันธ์
≥ 30,000 รายได้มาก	136	152				

ตารางที่ 4.27 (ต่อ)

ปัจจัยด้านครอบครัว	พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด		χ^2	องศาอิสระ (df)	นัยสำคัญทางสถิติ	ระดับความสัมพันธ์ทางสถิติ
	ไม่ดี	ดี				
จำนวนสมาชิกในครอบครัว						
< 3 จำนวนน้อย	38	53	0.30	1	0.64	ไม่มีความสัมพันธ์
≥ 4 จำนวนมาก	156	191				
ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง						
แบบประชาธิปไตย	54	55	1.82	1	0.21	ไม่มีความสัมพันธ์
แบบอื่นๆ	121	167				

จากตารางที่ 4.27 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัวลักษณะทางประชากรของผู้ปกครอง กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบว่า อายุของบิดา อายุของมารดา อายุของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา ระดับการศึกษาของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา รายได้เฉลี่ยของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว และลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ตารางที่ 4.28 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ปัจจัยด้านครอบครัว	ลักษณะพฤติกรรม		t-test	องศาอิสระ (df)	นัยสำคัญทางสถิติ
	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด *				
	บ่อย	ไม่บ่อย			
คะแนนเฉลี่ยของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว	3.09	3.72	14.04	358.48	<0.0001
คะแนนเฉลี่ยของลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร	3.10	3.31	4.25	443.87	<0.0001

* ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อย หมายถึง ปฏิบัติประจำ(ทุกวัน) หรือบ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/สัปดาห์) ไม่บ่อย หมายถึง ปฏิบัติบางครั้ง(2-3ครั้ง/สัปดาห์) หรือนานๆครั้ง(น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) หรือไม่เคยปฏิบัติ

จากตารางที่ 4.28 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบว่า คะแนนเฉลี่ยของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวสูงจะมีลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อย เมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=14.04$, $df=358.48$, $p<0.0001$) เช่นเดียวกับลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร คือ คะแนนเฉลี่ยของลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อย เมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=4.25$, $df=443.87$, $p<0.0001$)

ผลการทดสอบสมมติฐานความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ได้แก่ สื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ สื่อบุคคล กับตัวแปรตาม ได้ผลดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4.29 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ปัจจัยด้านสังคม	ลักษณะพฤติกรรม		t-test	องศาอิสระ (df)	นัยสำคัญทางสถิติ
	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด * บ่อย	การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด * ไม่บ่อย			
คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	2.87	3.65	10.85	3.7	<0.0001
คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน	3.03	2.76	3.39	457	0.001
คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน	2.46	2.69	3.82	451	<0.0001
คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจ	2.37	2.55	2.37	438.44	0.018
คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล	2.76	3.26	7.09	451	<0.0001

* ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อย หมายถึง ปฏิบัติประจำ(ทุกวัน) หรือบ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/สัปดาห์) ไม่บ่อย หมายถึง ปฏิบัติบางครั้ง(2-3ครั้ง/สัปดาห์) หรือนานๆครั้ง(น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์) หรือไม่เคยปฏิบัติ

จากตารางที่ 4.29 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

โดยพบว่า คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=10.85$, $df=307$, $p<0.0001$)

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน คือ คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชนสูง จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชนน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=3.82$, $df=451$, $p<0.0001$) แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจ คือ คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจสูง จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=2.37$, $df=438.44$, $p<0.05$) แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล คือ คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคลสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคลน้อยกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=7.09$, $df=451$, $p<0.0001$)

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน คือ คะแนนเฉลี่ยของแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนน้อยจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนสูงกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=3.39$, $df=457$, $p<0.05$)

การหาทิศทางความสัมพันธ์ทั้งในทางบวกหรือทางลบ ด้วยสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Bivariate Correlations)

ตารางที่ 4.30 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจ เจตคติ การดูแลของผู้ปกครอง พฤติกรรม
ด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
จากโรงเรียน และจากสื่อ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร	จำนวน (n)	ค่าความสัมพันธ์ (r)	นัยสำคัญ ทางสถิติ	ระดับความ สัมพันธ์ทางสถิติ
ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	450	0.29	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับต่ำ
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ด	438	0.52	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับสูง
การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ ครอบครัว	449	0.72	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับสูง
ลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของบุตร	446	0.24	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับต่ำ
แหล่งความรู้เรื่องการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน	459	-0.18	< 0.0001	สัมพันธ์ทาง ผกผันระดับต่ำ
แหล่งความรู้เรื่องการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน	453	0.22	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับต่ำ
แหล่งความรู้เรื่องการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจ	444	0.12	0.009	สัมพันธ์ทางบวก ระดับต่ำ
แหล่งความรู้เรื่องการบริโภค อาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล	453	0.39	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับปานกลาง
พฤติกรรมด้านบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	309	0.66	< 0.0001	สัมพันธ์ทางบวก ระดับสูง

จากตารางที่ 4.30 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจ และเจตคติ
เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะ
การดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร พฤติกรรมด้านบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่อง

การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

พบความสัมพันธ์ในระดับสูง ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.72, 0.66, 0.63, 0.52, p < 0.0001$) ตามลำดับ

พบความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง ได้แก่ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.39, p < 0.0001$)

พบความสัมพันธ์ในระดับต่ำ ได้แก่ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.29, 0.24, 0.22, p < 0.0001$) ตามลำดับ และ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.12, p < 0.05$)

พบความสัมพันธ์ในระดับต่ำแบบผกผัน ได้แก่ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=-0.18, p < 0.0001$) กล่าวคือ ทางโรงเรียนมีการให้ความรู้หรือสร้างมาตรการที่มากขึ้น เกี่ยวกับการดูแลและลดการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แต่วัยรุ่นยังคงมีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพิ่มขึ้น

ตอนที่ 7 ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น ลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด โดยตามความคิดเห็นของวัยรุ่นในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง ด้านครอบครัว ด้านเพื่อน ด้านโรงเรียน ว่าควรทำอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

ตารางที่ 4.31 จำนวน และร้อยละของข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร
พาสต์ฟูดของวัยรุ่น (n = 518)

	ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
ด้านตนเอง			
1	ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับอาหารพาสต์ฟูดจากสื่อต่างๆเพิ่มเติม สม่ำเสมอ เช่น คุณค่าทางอาหาร ผลกระทบทางสุขภาพ	311	65.9
2	ปรับเปลี่ยนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภค โดยไม่รับประทาน อาหารพาสต์ฟูดเพราะมองว่าเป็นอาหารแฟชั่น โก้โก้ ทันสมัย	267	56.7
3	คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมกับร่างกาย โดย รับประทานให้ครบ 5 หมู่	318	67.5
4	ไม่กินอาหารพาสต์ฟูดบ่อยเกินไป	316	67.1
5	ไม่บริโภคอาหารพาสต์ฟูดควบคู่กับน้ำอัดลม	201	42.7
6	ออกกำลังกายสม่ำเสมอ	337	71.5
7	ข้อเสนอแนะอื่นๆ (เช่น ควบคุมความอยากรับประทาน ปรุง อาหารรับประทานเอง ลดการบริโภคโฆษณาทางสื่อ)	11	2.3
ด้านครอบครัว			
1	ควรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างแก่บุตรวัยรุ่นในการลดการ รับประทานอาหารพาสต์ฟูด	268	54.7
2	ควรให้ความรู้เรื่องอาหารพาสต์ฟูดแก่บุตรวัยรุ่น	292	59.6
3	ให้คำแนะนำในการเลือกอาหารพาสต์ฟูดที่มีคุณค่าทาง อาหารและดีต่อสุขภาพแก่บุตรวัยรุ่น	325	66.3
4	ควรปรุงอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่ ให้บุตร วัยรุ่นรับประทาน	323	65.9
5	ควรเสริมสร้างเจตคติต่อการบริโภคอาหารพาสต์ฟูดที่ถูกต้อง เหมาะสมให้แก่บุตรวัยรุ่น	262	53.5
6	ไม่ส่งเสริมบุตรวัยรุ่นให้รับประทานอาหารพาสต์ฟูดด้วย วิธีการต่างๆ อาทิ ให้รางวัลแก่บุตรวัยรุ่นด้วยการซื้อ ให้เงิน ไปซื้อ หรือพาไปรับประทานอาหารพาสต์ฟูด	247	50.4

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
ด้านเพื่อน		
1 ควรเปลี่ยนสถานที่นัดพบปะสังสรรค์กันของเพื่อนๆ จากตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่อื่น	281	57.6
2 หลีกเลี่ยงหรือลดการสังสรรค์กันด้วยอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเลือกสังสรรค์กันด้วยผลไม้หรืออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่แทน	275	56.4
3 เปลี่ยนเจตคติของเพื่อนๆ ในกลุ่ม โดยให้มองว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดตามห้างสรรพสินค้า ไม่ใช่การแสดงออกถึงความทันสมัย	275	56.4
4 รวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ในการออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์	290	59.4
5 ชักชวนเพื่อนๆ ร่วมจัดกิจกรรม/ นิทรรศการเพื่อรณรงค์ลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของโรงเรียน	221	45.3
6 แลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลใหม่ๆ เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกันกับเพื่อนๆ	206	42.2
7 ข้อเสนอแนะอื่นๆ	2	0.4
ด้านโรงเรียน		
1 ให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่นักเรียน โดยสอดแทรกเนื้อหาไว้ในวิชาเรียน	320	66.0
2 เสริมสร้างทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	303	62.3
3 ควรให้ข้อมูล ข่าวสาร และคำแนะนำแก่นักเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และโทษของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	305	62.8
4 จัดช่วงเวลาให้นักเรียนร่วมอภิปรายเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ด	184	37.9
5 จัดกิจกรรมรณรงค์ให้นักเรียนลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด	241	49.6

ตารางที่ 4.31 (ต่อ)

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
6 ออกนโยบายควบคุมการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียน	275	56.6
7 ข้อเสนอแนะอื่นๆ	4	0.8

จากตารางที่ 4.31 แสดงจำนวนและร้อยละของการตอบข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมกรกินอาหารฟาสต์ฟู้ด ของวัยรุ่น พบข้อมูลดังนี้

ด้านตนเอง วัยรุ่นส่วนใหญ่เสนอแนะให้ปรับปรุงพฤติกรรมกรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยการออกกำลังกายสม่ำเสมอ คิดเป็นร้อยละ 71.5 รองลงมาคือ เสนอแนะให้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมกับร่างกาย โดยรับประทานให้ครบ 5 หมู่ คิดเป็นร้อยละ 67.5 และไม่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยเกินไป คิดเป็นร้อยละ 67.1

ด้านครอบครัว วัยรุ่นส่วนใหญ่เสนอแนะให้ผู้ปกครองปฏิบัติเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมกรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยการให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีคุณค่าทางอาหารและดีต่อสุขภาพแก่บุตรวัยรุ่น คิดเป็นร้อยละ 66.3 รองลงมาคือ เสนอแนะให้บิดา-มารดาหรือผู้ปกครองควรปรุงอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่ ให้บุตรวัยรุ่นรับประทาน คิดเป็นร้อยละ 65.9 ในร้อยละของการตอบที่ใกล้เคียงกัน และเสนอแนะควรให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่บุตรวัยรุ่น คิดเป็นร้อยละ 59.6

ด้านเพื่อน วัยรุ่นส่วนใหญ่เสนอแนะให้กลุ่มเพื่อนปฏิบัติเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมกรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นด้วยกัน โดยการรวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ในการออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ คิดเป็นร้อยละ 59.4 รองลงมาคือ เสนอแนะให้ควรเปลี่ยนสถานที่นัดพบปะสังสรรค์กันของเพื่อนๆ จากตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่อื่น คิดเป็นร้อยละ 57.6 และหลีกเลี่ยงหรือลดการสังสรรค์กันด้วยอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเลือกสังสรรค์กันด้วยผลไม้หรืออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่แทน และเสนอแนะให้เปลี่ยนเจตคติของเพื่อนๆ ในกลุ่ม โดยให้มองว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดตามห้างสรรพสินค้า ไม่ใช่การแสดงออกถึงความทันสมัย ในร้อยละของการตอบที่เท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 56.4

ด้านโรงเรียน วัยรุ่นส่วนใหญ่เสนอแนะให้โรงเรียนปฏิบัติเกี่ยวกับการปรับปรุงพฤติกรรมกรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยการให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่นักเรียนโดยสอดแทรกเนื้อหาไว้ในวิชาเรียน คิดเป็นร้อยละ 66.0 รองลงมาคือ ควรให้ข้อมูล ข่าวสาร และ

คำแนะนำแก่นักเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และโทษของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คิดเป็นร้อยละ 62.8 และเสริมสร้างทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คิดเป็นร้อยละ 62.3



บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี สามารถสรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ในการวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษา 1) พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี 2) ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี 3) แนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้นำมากำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยประกอบด้วยตัวแปรตาม 1 ตัวแปร คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ส่วนตัวแปรอิสระที่นำมาวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ประกอบด้วย ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง คือ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่วัยรุ่นพักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัว ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะทางประชากรของครอบครัว คือ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพของบิดา มารดา หรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ของบุตร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วย พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน และจากสื่อ

1.2 วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย แบ่งเป็นประชากร กลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1.2.1 ประชากร เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ประจําปีการศึกษา 2554 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 3 (สพม.3) จังหวัดนนทบุรี 18 โรงเรียน จำนวนประชากรทั้งหมด 5,569 คน

1.2.2 กลุ่มตัวอย่าง เลือกกลุ่มตัวอย่างอำเภอในจังหวัดนนทบุรีที่เป็นพื้นที่ชุมชนหนาแน่นและเป็นย่านธุรกิจ ซึ่งเป็นศูนย์รวมอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดหลายแห่ง คือ อำเภอเมืองนนทบุรี และอำเภอปากเกร็ด เลือกโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในย่านธุรกิจ ซึ่งเป็นศูนย์รวมอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดหลายแห่งและโรงเรียนมีขนาดใหญ่พิเศษเหมือนกัน มีนักเรียนทั้งหญิงและชาย คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม และ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี โดยกลุ่มตัวอย่างได้จากการคำนวณสูตรของ ทาโร ยามาเนะ ขึ้นต่ํานําน 374 คน ด้วยวิธีการสุ่ม คํานวณสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละโรงเรียน แล้วเทียบจำนวนห้องเรียน และสุ่มห้องเรียนโดยการจับสลาก แจกแบบสอบถามให้กับนักเรียนทุกคนที่มาเรียนของแต่ละห้องเรียนที่สุ่มไว้ เก็บข้อมูลจริงจำนวน 518 ราย

1.2.3 เครื่องมือการวิจัย เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของการวิจัย จำนวน 140 ข้อ ประกอบด้วย 6 ส่วน คือ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ ข้อมูลลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น 6 ข้อ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด 12 ข้อ เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด 12 ข้อ ปัจจัยด้านครอบครัวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ ข้อมูลลักษณะทางประชากรของครอบครัว 8 ข้อ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว 12 ข้อ ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร 12 ข้อ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน 8 ข้อ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน 6 ข้อ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน 5

ข้อ สื่อเฉพาะกิจ 6 ข้อ สื่อบุคคล 5 ข้อ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คือ อาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค 3 ข้อ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น 17 ข้อ และข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น 28 ข้อ โดยหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน แล้วนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 50 คน

1.2.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยประสานงานกับอาจารย์ฝ่ายของโรงเรียน ติดต่อกับอาจารย์ประจำชั้น และอาจารย์ประจำวิชาสุขศึกษา และได้มีการอธิบายรายละเอียดของการใช้แบบสอบถามกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม อำเภอเมือง และโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี จำนวน 518 ราย

1.2.5 การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Means) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ในส่วนของปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ได้แก่ ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น คือ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัว ได้แก่ อายุของบิดา อายุของมารดา อายุของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา ระดับการศึกษาของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ได้แก่ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ อาหารฟาสต์ฟู้ด

ที่บริโภค พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น และข้อเสนอแนะในการปรับปรุง
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

ทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์และทิศทางความสัมพันธ์
ระหว่างตัวแปรที่มีการวัดในระดับนามบัญญัติด้วยสถิติไคกำลังสอง (χ^2) ในการหาความสัมพันธ์
ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นที่เป็นลักษณะทางประชากร ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ
ศาสนา บุคคลที่พ่อกำลังอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ความสัมพันธ์ระหว่าง
ปัจจัยด้านครอบครัวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ได้แก่
ข้อมูลลักษณะทางประชากรครอบครัว ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพของบิดา มารดา และ
ผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา รายได้เฉลี่ยของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรม
เลี้ยงดูของผู้ปกครองกับลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

ทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีการวัด
แบบอันตรภาคชั้น ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่กำหนดทุกข้อพร้อมกัน โดยใช้สถิติ
T-Test หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ได้แก่ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภค
อาหารฟาสต์ฟู้ด เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ปัจจัยด้านครอบครัวกับพฤติกรรมการ
บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว
ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม
กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ได้แก่ พฤติกรรมด้านบริโภค
อาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้
เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจาก
สื่อเฉพาะกิจ แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล หาความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น และนำมาหาทิศทางความสัมพันธ์ทั้งในทางบวก
หรือทางลบ ด้วยสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Bivariate Correlations)

1.3 ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ทำให้ได้ข้อสรุปผลการวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี” ซึ่งสรุปตามวัตถุประสงค์ของการ
วิจัย ดังนี้

1.3.1 สรุปผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยในภาพรวม

การศึกษาในครั้งนี้สามารถสรุปในภาพรวมพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี คือ เงินที่ได้รับประจำวันจากบิดามารดาเพื่อมาใช้จ่ายเป็นค่าอาหาร ความรู้ความเข้าใจ เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน จากสื่อทั้งสื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล

1.3.2 สรุปผลตามวัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัย

1) ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น

การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 61.2 วัยรุ่นมีอายุเฉลี่ย 16.3 ปี ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา รองลงมาอาศัยอยู่กับมารดา ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 97.3 รองลงมานับถือศาสนาอิสลาม ส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการสมส่วน คิดเป็นร้อยละ 73.3 รองลงมาภาวะโภชนาการเริ่มอ้วน คิดเป็นร้อยละ 8.3 เมื่อนำไปหาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในจังหวัดนนทบุรี พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ได้แก่ เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ส่วนใหญ่ได้รับมากกว่า 400 บาทต่อสัปดาห์ รองลงมา 351-400 บาทต่อสัปดาห์ เมื่อนำไปหาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบว่า มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2=4.40$, $df=1$, $p<0.05$) ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r=0.29$, $p<0.0001$) โดยมีความรู้รวมอยู่ในระดับดี (ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป) คิดเป็นร้อยละ 72.3 มีค่าเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ที่ 90.2 (± 7.9) เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่วัยรุ่นมีความรู้มากที่สุดคือ อาหารฟาสต์ฟู้ดมีส่วนประกอบหลัก คือ แป้ง ไขมัน เนื้อสัตว์ เกลือ ซึ่งมีผู้ตอบถูกมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 96.5 และข้อที่วัยรุ่นตอบถูกน้อยที่สุดคือ พิซซา และแฮมเบอร์เกอร์ เป็นอาหารที่มีเกลือค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.4 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r=0.52, p<0.0001$) โดยมีเจตคติอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 66.4 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติอยู่ที่ $2.66 (\pm 0.58)$ เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่วัยรุ่นมีเจตคติระดับกลางและมีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ หากได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยขึ้น มีค่าเฉลี่ย $3.55 (\pm 1.06)$ คะแนน ส่วนข้อที่กลุ่มตัวอย่างมีเจตคติระดับต่ำ และมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเหมาะแก่การกินเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ หรือไม่มีเวลาปรุงอาหาร มีค่าเฉลี่ย $1.82 (\pm 0.78)$ คะแนน

2) ปัจจัยด้านครอบครัว

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านครอบครัวของวัยรุ่น พบว่า ส่วนใหญ่มีบิดาอายุ 40-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.6 อายุโดยเฉลี่ย $49.1 (\pm 6.4)$ ปี ส่วนใหญ่มีมารดาอายุ 40-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 73.6 อายุโดยเฉลี่ย $45.9 (\pm 5.1)$ ปี กรณีที่กลุ่มตัวอย่างไม่ได้อยู่กับบิดามารดา คืออยู่กับผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ส่วนใหญ่มีผู้ดูแลอายุ 40-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 47.6 อายุโดยเฉลี่ย $47.9 (\pm 12.5)$ ปี การศึกษาของบิดาส่วนใหญ่จบปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 41.5 รองลงมาจบการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. คิดเป็นร้อยละ 19.8 การศึกษาของมารดาส่วนใหญ่จบปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 46.1 รองลงมาจบการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. คิดเป็นร้อยละ 15.6 การศึกษาของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดาส่วนใหญ่จบปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 47.3 รองลงมาจบการศึกษาระดับต่ำกว่ามัธยมศึกษา และสูงกว่าปริญญาตรี ในร้อยละที่เท่ากัน คือ คิดเป็นร้อยละ 17.6 อาชีพของบิดาส่วนใหญ่รับราชการหรือวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 22.0 รองลงมาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 31.3 มารดาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการหรือวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 24.2 รองลงมาไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 16.4 ผู้ปกครองส่วนใหญ่รับราชการหรือวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 30.8 รองลงมาประกอบอาชีพประกอบธุรกิจส่วนตัว คือ คิดเป็นร้อยละ 19.2 เมื่อนำมาหาความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น พบว่า ปัจจัยด้านลักษณะทางประชากรของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

สำหรับปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการ

ดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร โดยการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r=0.72, p<0.0001$) โดยมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) มีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติ 3.47 (± 0.56) เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่ครอบครัวของวัยรุ่นมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติมากที่สุดคือ คนในครอบครัวของท่านเชื่อว่าคนที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้น ใกล้เคียงกับคนที่มีค่าเฉลี่ย 4.34 (± 0.94) คะแนน พฤติกรรมการบริโภคของครอบครัวที่มีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติ น้อยที่สุดคือ ครอบครัวเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร มีค่าเฉลี่ย 3.11 (± 1.06) คะแนน ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r=0.24, p<0.0001$) โดยมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 75.9 มีค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติ 3.22 (± 0.54) เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ค่าเฉลี่ยการปฏิบัติของครอบครัวมากที่สุดคือ ผู้ปกครองแนะนำให้กินของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่มคุณค่าทางอาหารในแต่ละวัน มีค่าเฉลี่ย 3.80 (± 1.13) คะแนน และข้อที่มีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติ น้อยที่สุดคือ ผู้ปกครองแนะนำให้เลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดเพียง 1 ชนิด แทนการสั่งเป็นชุดๆ มีค่าเฉลี่ย 2.55 (± 1.14) คะแนน

3) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านสังคมของวัยรุ่น พบว่า ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ดังนี้
พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r=0.66, p<0.0001$) โดยพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 59.1 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 3.29 (± 0.73) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติมากที่สุดคือ การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนๆ เป็นการแสดงออกถึงการมีสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกัน มีค่าเฉลี่ย 3.74 (± 1.09) คะแนน และพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ของเพื่อนมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ท่านและเพื่อนมักจะนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตาม ศูนย์การค้า มีค่าเฉลี่ย 2.9 (± 1.02) คะแนน

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนมีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้ามในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r = -0.18, p < 0.0001$) โดยโรงเรียนมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 56.4 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 2.89 (± 0.86) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่โรงเรียนมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติมากที่สุดคือ โรงเรียนมีการแนะนำวิธีปฏิบัติในการเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่ มีค่าเฉลี่ย 3.07 (± 1.06) คะแนน และข้อที่โรงเรียนของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ มาตรการของโรงเรียนในการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ย 2.72 (± 1.16) คะแนน

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ได้แก่ สื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ สื่อบุคคล สอบถามการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยในภาพรวมมีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 66.5 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 2.71 (± 0.56) คะแนน เมื่อแยกวิเคราะห์ตามประเภทของสื่อสามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชนมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r = 0.22, p < 0.0001$) โดยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 2.60 (± 0.64) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่สื่อมวลชนมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติมากที่สุดคือ วิทย์ มีค่าเฉลี่ย 3.43 (± 1.06) คะแนน และข้อที่สื่อมวลชนของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ โทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ย 1.63 (± 0.86) คะแนน

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r = 0.12, p < 0.05$) โดยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วง

ระดับคะแนน 2.34-3.66) มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 2.48 (± 0.82) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่สื่อเฉพาะกิจมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติมากที่สุดคือ สื่อโฆษณาเคลื่อนที่ เช่น ป้ายโฆษณาทำรถรับจ้าง/รถประจำทาง มีค่าเฉลี่ย 2.86 (± 1.11) คะแนน และข้อที่สื่อเฉพาะกิจของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ สื่อโฆษณา ณ จุดขาย มีค่าเฉลี่ย 2.13 (± 1.09) คะแนน

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคลมี

ความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ($r=0.39, p<0.0001$) โดยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดมีการปฏิบัติรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 3.04 (± 0.77) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่สื่อบุคคลมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติมากที่สุดคือ ครู/อาจารย์ มีค่าเฉลี่ย 3.53 (± 1.09) คะแนน และข้อที่สื่อบุคคลมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ เพื่อน มีค่าเฉลี่ย 2.42 (± 1.18) คะแนน

4) พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ผู้วิจัยใช้พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นเป็นตัวแปรตามในการวิจัยครั้งนี้ จากผลการวิเคราะห์ พบว่า วัยรุ่นมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 79.8 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 3.11 (± 0.49) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีการปฏิบัติคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นมื้ออาหารปกติ มีคะแนนเฉลี่ย 3.71 (± 0.99) คะแนน และข้อที่มีการปฏิบัติคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ท่านมีอิสระในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง มีคะแนนเฉลี่ย 2.68 (± 1.00) คะแนน

อาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภค ตามรายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภคโดยรวมอยู่ในระดับกลาง (ช่วงระดับคะแนน 2.34-3.66) คิดเป็นร้อยละ 60.7 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติ 3.12 (± 0.79) คะแนน เมื่อพิจารณาคำถามเป็นรายข้อ พบว่า รายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีการปฏิบัติในการบริโภคมากที่สุดคือ อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด มีค่าเฉลี่ย 3.35 (± 0.93) คะแนน รองลงมาคือ การดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับอาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก มีค่าเฉลี่ย 3.09 (± 1.07) คะแนน และขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท

คุกกี้ ไอศกรีม มีค่าเฉลี่ย 2.91 (± 0.94) คะแนน ซึ่งวัยรุ่นส่วนใหญ่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คิดเป็นร้อยละ 64.3 ไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คิดเป็นร้อยละ 35.7 โดยเหตุผลส่วนใหญ่ที่วัยรุ่นไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเนื่องจากไม่มีคุณค่าทางอาหาร คิดเป็นร้อยละ 65.3 รองลงมาคือราคาแพงเกินไป คิดเป็นร้อยละ 54.7

2. อภิปรายผล

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็นพฤติกรรมการปฏิบัติซึ่งไม่ใช่ในเชิงการตลาดและลักษณะรายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภคนั้นมีน้อย แต่จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและการรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่างสามารถอธิบายผลตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

2.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยภาพรวม พบว่า มีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.11 กล่าวได้ว่า ปัจจุบันวัยรุ่นในจังหวัดนนทบุรีมีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกันจำนวนมากพอสมควร สอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับกลาง และมีความสัมพันธ์กับผลการวิเคราะห์อาหารฟาสต์ฟู้ดที่วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีบริโภคของผู้วิจัยเอง คือ มีการบริโภคอยู่ในระดับกลาง มีค่าเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกันมาก คือ 3.12 โดยมีพฤติกรรมการบริโภคทั้งอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด ประเภทขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม รวมทั้งมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับอาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก อยู่ในระดับกลางทั้งหมด และสอดคล้องกับ ลลดา จันทร์สมบูรณ์ (2551) ที่ศึกษาพฤติกรรมในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในจังหวัดเพชรบุรี พบว่า ชนิดของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ผู้ตอบแบบสอบถามเคยรับประทานมากที่สุด คือ ไก่ทอด คิดเป็นร้อยละ 96.00 และเป็น

ชนิดของอาหารที่รับประทานบ่อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 30.00 คือ ซึ่งไก่ทอดจัดอยู่ในอาหาร ฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ในอันดับที่รองลงมา ชนิดของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ ผู้ตอบแบบสอบถามเคยรับประทานมากที่สุด คือ ไอศกรีม คิดเป็นร้อยละ 92.00 และเป็นชนิดของ อาหารที่รับประทานบ่อยที่สุดรองลงมาเช่นกัน คิดเป็นร้อยละ 22.00 ซึ่ง ไอศกรีมจัดอยู่ในอาหาร ฟาสต์ฟู้ดประเภทขนมแบบตะวันตก และจากการศึกษาของ ลลดา จันทร์สมบูรณ์ พบว่า ความถี่ ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยที่สุดคือ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของผู้วิจัย คือ วัยรุ่นจังหวัดนนทบุรีมีความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด บ่อยที่สุด 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ (คิด เฉพาะอาหารจานด่วนและขนมแบบตะวันตก)

2.2 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรที่มีความสัมพันธ์กับการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษา ลักษณะทางประชากรของวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ศึกษาลักษณะทางประชากรของวัยรุ่น ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ ศาสนา บุคคลที่วัยรุ่นพักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์

การศึกษา เพศ ผู้วิจัย พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แต่มีค่านัยสำคัญทางสถิติ 0.09 ซึ่งใกล้เคียงจะมีความสัมพันธ์ทางสถิติ โดยสอดคล้องกับการศึกษาของ วิไลวรรณ คงกิจ (2548) พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกัน มี พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่แตกต่างกัน และการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี และจากการศึกษาของผู้วิจัยเอง พบว่า เพศชายมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่น้อยกว่าเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของ อุดม นิยมคำ และคณะ (2548) การศึกษาปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องต่อพฤติกรรมการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาในเขตเทศบาลนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า นักศึกษาเพศชายมีจำนวนครั้งในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากกว่านักศึกษาเพศหญิง

การศึกษา อายุ ผู้วิจัย พบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ วิไลวรรณ คงกิจ (2548) พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ 0.05 และการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผู้วิจัยคิดว่า การที่ตัวแปรอายุของกลุ่ม ตัวอย่างไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น เพราะผู้วิจัยเก็บ ข้อมูลกับวัยรุ่นในกลุ่มชั้นเรียนระดับเดียวกันคือ มัธยมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งจะมีอายุที่ใกล้เคียงกันมาก

การศึกษา ภาวะโภชนาการ ผู้วิจัย พบว่า ภาวะโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์ทาง สถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แต่มีค่านัยสำคัญทางสถิติ 0.09 ซึ่งมีค่า นัยสำคัญทางสถิติเข้าใกล้ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า ภาวะโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยพบว่าเมื่อนำภาวะโภชนาการ ไปหาความสัมพันธ์กับเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นเกี่ยวกับภาวะ โภชนาการ พบว่า วัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการเกิน (ท้วม เริ่มอ้วน อ้วน) มีเจตคติในทางที่ดีเกี่ยวกับการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ตรงข้ามกับกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการไม่เกิน (ผอม ค่อนข้างผอม สมส่วน) ซึ่งวัยรุ่นที่มีภาวะโภชนาการเกินแล้ว อาจจะตระหนักในเรื่องการลด การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีไขมันสูงลงได้ และอาจมีการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของตนเองมากขึ้น ต่างจากกลุ่มที่ยังมีภาวะโภชนาการไม่เกิน ที่อาจจะไม่ใส่ใจพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากนัก เพราะคิดว่าตนเองยังมีรูปร่างสมส่วน

การศึกษา เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ ผู้วิจัย พบว่า เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อ สัปดาห์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติ 0.04 คือ วัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าอาหารมาก (ได้เงินรับค่าอาหาร > 400 บาท/สัปดาห์) จะมี พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดสูงกว่าวัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าอาหารน้อยกว่า (ได้รับเงิน ค่าอาหาร ≤ 400 บาท/สัปดาห์) ซึ่งสอดคล้องกับวัยรุ่นที่ตอบว่าไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด คิด เป็นร้อยละ 35.7 โดยให้เหตุผลว่าส่วนใหญ่ที่ไม่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะราคาแพงเกินไป คิดเป็นร้อยละ 54.7 และสอดคล้องกับการศึกษาของ พันระจิต ดังก้อง (2546) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผล ต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาสถาบันราชภัฏเชียงใหม่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเห็น

ด้วยว่าบุคคลที่ฐานะดี ทางการเงินดีสามารถที่จะรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดได้บ่อยครั้ง มีคะแนนเฉลี่ย 3.61 รายได้มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.58

การศึกษา ศาสนา ผู้วิจัย พบว่า ศาสนาไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แต่มีวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างบางคนระบุคำตอบในคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนว่า “บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะเพื่อนเป็นอิสลาม ไม่สามารถรับประทานอาหารอย่างอื่นได้” แต่เนื่องจากวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษามีผู้ที่นับถือศาสนาอื่น ๆ น้อยมาก จึงไม่สามารถจะศึกษาความแตกต่างได้มากนัก

การศึกษา บุคคลที่วัยรุ่นพักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน ผู้วิจัย พบว่า บุคคลที่วัยรุ่นพักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับทั้งบิดาและมารดา

2.3 ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นด้านความรู้ความเข้าใจและเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษา ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัย ได้ศึกษาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จากผลการวิเคราะห์ พบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กล่าวได้ว่า ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และสอดคล้องกับการศึกษาของ วิไลวรรณ คงกิจ (2548) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กวัยรุ่นมีความรู้ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ทั้งจากการศึกษาของประทุม จงอ่อนกลาง และวิไลวรรณ คงกิจ มีความไม่สอดคล้องกับการวิจัยของผู้วิจัยครั้งนี้ คือ การวิจัยของผู้วิจัย วัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี (ร้อยละ 80ขึ้นไป) ร้อยละ 72.3

แต่การศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่อยู่ใน ระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 41.20 และวิไลวรรณ คงกิจ พบว่า ความรู้ในการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลาง ($x=1.08$, $s=0.26$) ผู้วิจัยคิดว่าอาจเป็นเพราะปัจจุบันกระทรวง สาธารณสุขมีความตระหนักถึงปัญหาโรคอ้วนมากขึ้น และคำนึงถึงปัญหาการบริโภคอาหารที่ไม่ ถูกหลักโภชนาการอันนำไปสู่ปัญหาโรคอ้วนในทุกกลุ่มวัย จึงมีนโยบายหรือมาตรการในการ รณรงค์การบริโภคอาหารอย่างถูกหลักโภชนาการ มีการให้ความรู้หรือผลการวิจัยเกี่ยวกับอาหาร ฟาสต์ฟู้ดผ่านสื่อต่างๆมากขึ้น มีการลงกิจกรรมด้านโภชนาการสู่โรงเรียนมากขึ้น ทำให้วัยรุ่น ภายในโรงเรียนมีความรู้ด้านโภชนาการเป็นอย่างดี

กล่าวโดยสรุป คือ วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับที่ดี แต่ยังมีรู้อู้เกี่ยวกับผลกระทบจากส่วนประกอบอาหารภายในอาหาร ฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับที่ต้องปรับปรุง ได้แก่ เรื่องเกี่ยวกับไขมันอิ่มตัว “ไขมันทรานส์” ทำให้เสี่ยงต่อ การเกิดโรคหลอดเลือดแข็งตัว และเรื่องเกลือที่มีค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น

การศึกษา เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ศึกษาเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ วัยรุ่น จากผลการวิเคราะห์ พบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กล่าวได้ว่า เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 มีเจตคติโดยรวมอยู่ในระดับกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า เจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 มีเจตคติโดยรวมอยู่ในระดับกลาง และสอดคล้องกับการศึกษาของ วิไลวรรณ คงกิจ (2548) พบว่า เด็กวัยรุ่นมีเจตคติในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแตกต่างกัน มี พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และมี เจตคติโดยรวมอยู่ในระดับกลาง

ผู้วิจัยจึงมีความคิดเห็นว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับดี แต่ยังคงขาดความตระหนักเรื่องผลกระทบต่อสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่อาจเกิดขึ้นได้ โดยเฉพาะวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมองว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่กินง่าย สะดวก รวดเร็ว และรสชาติอร่อย เป็นอาหารที่เหมาะสมแก่การกินเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ และรู้สึกว่าการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบัน มีการนำเสนออย่างต่อเนื่องและน่าสนใจมาก ทำให้ความต้องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากขึ้น

2.4 ปัจจัยด้านครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษา ปัจจัยด้านครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยได้ศึกษาตัวแปรอิสระ ได้แก่ อายุของบิดา อายุของมารดา อายุของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา การศึกษาของบิดา การศึกษาของมารดา การศึกษาของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา รายได้ของครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น จากผลการวิเคราะห์สามารถนำมาอภิปรายได้ดังนี้

การศึกษา อายุของบิดา อายุของมารดา อายุของผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดา ผู้วิจัยพบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น แสดงว่า อายุของบิดามารดาที่แตกต่างกัน ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษา ระดับการศึกษาของบิดามารดา ผู้วิจัยพบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า ระดับการศึกษาของบิดา และระดับการศึกษาของมารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี

การศึกษา อาชีพของบิดามารดา ผู้วิจัย พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วิไลวรรณ คงกิจ (2548) พบว่า เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

การศึกษา รายได้ของครอบครัว ผู้วิจัย พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อน กลาง (2550) พบว่า รายได้ของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี แต่ไม่ สอดคล้องกับการศึกษาของ อุดม นิยมคำ และคณะ (2548) พบว่า นักศึกษาที่ครอบครัวมีรายได้ต่อ เดือนแตกต่างกัน มีจำนวนครั้งในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดต่อเดือนแตกต่างกัน

การศึกษา จำนวนสมาชิกในครอบครัว ผู้วิจัย พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา ผู้วิจัย พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วิไล วรรณ คงกิจ (2548) พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภค อาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน

การศึกษา การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ผู้วิจัย พบว่า มีความสัมพันธ์ ทางสถิติทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ <0.0001 มีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวอยู่ระหว่างกลาง-ดี ค่าเฉลี่ย การปฏิบัติโดยรวมอยู่ในระดับกลาง ซึ่งสอดคล้องกับคำถามรายชื่อเกี่ยวกับการปฏิบัติในการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น คือ ท่านกินอาหาร ฟาสต์ฟู้ดร่วมกับครอบครัว มีการปฏิบัติอยู่ในระดับกลาง ค่าเฉลี่ย 3.24 และสอดคล้องกับการศึกษา ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ของการวิจัยครั้งนี้

การศึกษา ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของ บุตร ผู้วิจัย พบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 มีลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง

เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรระดับกลาง-ดี ค่าเฉลี่ยการปฏิบัติโดยรวมอยู่ในระดับกลาง กล่าวได้ว่า ผู้ปกครองมีการดูแลบุตรเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่อยู่ในระดับกลางๆ โดยข้อที่ผู้ปกครองมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี คือ ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านกินของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่มคุณค่าทางอาหารในแต่ละวัน และสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับน้อย คือ นักเรียนได้รับคำแนะนำในเรื่องการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ จากครูอาจารย์ผู้สอน ค่าเฉลี่ย 1.58 และจากบิดา มารดา ค่าเฉลี่ย 1.68

2.4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

การศึกษา ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ศึกษาตัวแปรอิสระ ได้แก่ พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ จากผลการวิเคราะห์สามารถนำมาอภิปรายได้ดังนี้

การศึกษา พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน ผู้วิจัย พบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนมีค่าเฉลี่ยในการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับกลาง โดยข้อที่วัยรุ่นมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี คือ การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนๆท่าน เป็นการแสดงออกถึงการมีสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกัน สอดคล้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นข้อย่อยที่พบว่า ท่านสังสรรค์กับเพื่อนด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง ค่าเฉลี่ย 3.06 และสอดคล้องกับการศึกษาของ อุดม นิยมค้า และคณะ (2548) พบว่า นักศึกษาในเขตเทศบาลนครนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกับเพื่อนๆ คิดเป็นร้อยละ 71.6 การศึกษาของ พันระจิต ดังก้อง (2546) พบว่า การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะเพื่อนแนะนำ มีคะแนนเฉลี่ย 3.64 และการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550)

พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี มีค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับสูงสุด คือ นักเรียนได้รับคำชักชวนให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดจากเพื่อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.29

การศึกษา แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน ผู้วิจัย พบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติในทางตรงกันข้ามในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนมีค่าเฉลี่ยในการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับกลางในทุกข้อ โดยภายในโรงเรียนและรอบๆ โรงเรียนมีอาหารฟาสต์ฟู้ดจำหน่ายทั้งประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด ประเภทขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ และมีเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมจำหน่ายด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) พบว่า ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายด้านการส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียน และกิจกรรมส่งเสริมการบริโภคอาหารของโรงเรียนต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ผู้วิจัยคิดว่า การที่แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางสถิติในทางตรงกันข้ามกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น น่าจะมีสาเหตุมาจากการที่ทางโรงเรียนมีการให้ความรู้และสร้างมาตรการต่างๆภายในโรงเรียนเกี่ยวกับการลดการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นต่างๆมากมาย แต่ยังคงมีการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียน และรอบๆโรงเรียนมีอาหารฟาสต์ฟู้ดจำหน่ายจำนวนมาก ซึ่งโรงเรียนไม่สามารถที่จะควบคุมได้ เป็นเหตุให้วัยรุ่นยังคงมีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพิ่มขึ้น

การศึกษา แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ ผู้วิจัยได้ศึกษา การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ พบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยวัยรุ่นมีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยรวมอยู่ในระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 66.5 ซึ่งสื่อที่ศึกษาผู้วิจัยแบ่งเป็น 3 รูปแบบ คือ สื่อมวลชน สื่อเฉพาะกิจ และสื่อบุคคล โดยสื่อบุคคลมีการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดเฉลี่ยมากที่สุด ค่าเฉลี่ย

3.04 รองลงมาคือ สื่อมวลชน ค่าเฉลี่ย 2.60 และสื่อเฉพาะกิจ ค่าเฉลี่ย 2.48 สอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริม พบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภครอาหารจากสื่อต่างๆ ต่อการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลตามประเภทของสื่อสามารถนำมาอภิปรายได้ดังนี้

การศึกษา แหล่งความรู้เรื่องการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน ผู้วิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชนมีค่าเฉลี่ยในการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับกลาง โดยสื่อมวลชนที่มีค่าเฉลี่ยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับต่ำ คือ โทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด 1.63 และรองลงมาคือ อินเทอร์เน็ต ค่าเฉลี่ย 2.18 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พันระจิต ดังก้อง (2546) พบว่า ด้านการส่งเสริมการขาย/สื่อโฆษณา กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยว่า สื่อทางโทรทัศน์ทำให้อยากไปใช้บริการอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.98 และสอดคล้องกับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) ศึกษาการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภครอาหารจากสื่อต่างๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับสูงสุด ได้แก่ นักเรียนได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ย 3.03 และการได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภครอาหารจากสื่อต่างๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ นักเรียนได้รับความรู้เรื่องประโยชน์ของการบริโภครอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการจากโทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ย 1.83

การศึกษา แหล่งความรู้เรื่องการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจ ผู้วิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.05 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเฉพาะกิจมีค่าเฉลี่ยในการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภครอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับกลาง โดยสื่อเฉพาะกิจที่มีค่าเฉลี่ยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับต่ำ คือ สื่อโฆษณา ณ จุดขาย มีค่าเฉลี่ย 2.13 และสื่อแผ่นพับ/ใบปลิว มีค่าเฉลี่ย 2.31 ซึ่งสอดคล้องกับ

การศึกษาของ พันชะจิต ดังก้อง (2546) พบว่า ด้านการส่งเสริมการขาย/สื่อ โฆษณา กลุ่มตัวอย่าง เห็นด้วยว่า การโฆษณาทางใบปลิวทำให้อยากไปใช้บริการอาหารฟาสต์ฟู้ด มีคะแนนเฉลี่ย 3.81

การศึกษา แหล่งความรู้เรื่องการบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคล ผู้วิจัย พบว่า มีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <0.0001 แหล่งความรู้เรื่องการบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคลมี ค่าเฉลี่ยในการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับกลาง โดย สื่อบุคคลที่มีค่าเฉลี่ยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดสูงสุด คือ ครู/อาจารย์ ค่าเฉลี่ย 3.53 ส่วนสื่อบุคคลที่มีค่าเฉลี่ยการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดต่ำสุด คือ เพื่อน ซึ่งสอดคล้อง กับการศึกษาของ ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) ศึกษาการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริหาร โภคอาหารจานด่วนเป็นรายชื่อ พบว่า การได้รับคำแนะนำสนับสนุนจาก บุคคลต่างๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับสูงที่สุด ได้แก่ นักเรียน ได้ รับคำชักชวนให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดจากเพื่อน มีค่าเฉลี่ย 3.29 ส่วนประเด็นที่มีการได้รับ คำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลต่างๆ ที่เป็นปัจจัยเสริมต่อการบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับสูง ที่สุด คือ นักเรียนได้รับคำแนะนำในเรื่องการบริหาร โภคอาหารหลัก 5 หมู่จากเพื่อน มีค่าเฉลี่ย 2.95 และต่ำที่สุดนักเรียนได้รับคำแนะนำในเรื่องการบริหาร โภคอาหารหลัก 5 หมู่จากครูอาจารย์ผู้สอน มี ค่าเฉลี่ย 1.58 แต่ไม่สอดคล้องกับ การที่นักเรียนได้รับคำชักชวนให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดต่ำ ที่สุดจากบิดา มารดา มีค่าเฉลี่ย 2.14

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริหาร โภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี” ในครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนะการนำผลการวิจัยที่ได้ไปใช้ ดังนี้

3.1.1 จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการ บริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรม การบริหาร โภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กล่าวคือ กลุ่มที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหาร โภค

อาหารฟาสต์ฟู้ดสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีความรู้ความเข้าใจน้อยกว่า ดังนั้น ทางโรงเรียน และผู้ปกครอง ควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดทั้งในเรื่องสารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด คุณค่าทางโภชนาการ ผลกระทบจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ไม่ถูกต้องหลักโภชนาการและการบริโภคเป็นเวลานานๆ โดยเฉพาะในเรื่องของผลกระทบทางสุขภาพที่อยู่ในระดับต้องปรับปรุง คือ การบริโภคเฟรนช์ฟรายส์ที่มีไขมันอิ่มตัว “ไขมันทรานส์” ซึ่งเป็นไขมันที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดแข็งตัว และพิชซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นอาหารที่มีเกลือค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น อาจจะทำให้หลอดเลือดหัวใจในวิชาเรียนให้มากขึ้น มีการสร้างสื่อรณรงค์ให้ความรู้ ให้ข้อมูลข่าวสารและคำแนะนำที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับเรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างถูกต้องหลักโภชนาการ ในแนวเพื่อสุขภาพที่ดีของประชาชนผ่านทางสื่อที่เข้าถึงประชาชนได้ดี

3.1.2 จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น และมีเจตคติโดยรวมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง กล่าวคือ กลุ่มที่มีเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดสูงจะมีลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยเจตคติน้อยกว่า ดังนั้น ครอบครัว และอาจารย์ ควรเสริมสร้างเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ดีที่ถูกต้องเหมาะสมให้แก่บุตรและวัยรุ่น โดยเฉพาะการให้วัยรุ่นหันมาบริโภคอาหารแบบไทยๆ เพื่อแก้หัวในภาวะเร่งรีบ หรือเมื่อไม่มีเวลาปรุงอาหารแทนการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะอาหารไทยมีสารอาหารที่หลากหลายมากกว่า

รวมถึงเงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์จากผู้ปกครองเพื่อมาใช้จ่ายเป็นค่าอาหารซึ่งมีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กลุ่มที่ได้รับเงินค่าอาหารต่อสัปดาห์เพื่อมาใช้จ่ายเป็นค่าอาหารน้อยจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยกว่ากลุ่มที่ได้รับเงินค่าอาหารต่อสัปดาห์มาก ดังนั้น ผู้ปกครองควรมีการแนะนำการใช้จ่ายเงินค่าอาหารของบุตร ให้เลือกซื้ออาหารที่มีสารอาหารเหมาะสมกับร่างกาย และมีคุณค่าทางอาหารครบถ้วน

3.1.3 จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านครอบครัวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับสูง และในส่วนของลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรมีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กล่าวคือ กลุ่มที่มีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว และลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ในทางที่ดีสูงกว่า จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัวและลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรน้อยกว่า ดังนั้น ควรที่จะส่งเสริมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว หรือส่งเสริมให้ถูกหลักภาวะโภชนาการ ในข้อที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลางให้มากขึ้น ได้แก่ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด การกินอาหารฟาสต์ฟู้ด ตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว การดื่มเครื่องดื่มน้ำอัดลมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด การเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ และส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีการดูแลการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตรมากขึ้น ในเรื่องดังนี้ การแนะนำให้บุตรเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดแค่ 1 อย่าง แทนการสั่งเป็นชุดๆ การแนะนำไม่ให้บุตรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ขายในโรงเรียน การดูแลการตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมาบริโภคของบุตร ฝึกให้บุตรลดสัดส่วนปริมาณอาหารมื้ออื่นในวันที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด เพื่อไม่ให้ได้รับปริมาณอาหารที่มากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย ไม่สนับสนุนให้บุตรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดจำพวกเนื้อสัตว์ติดมัน ไม่ให้รางวัลตอบแทนโดยนำบุตรไปกินอาหารฟาสต์ฟู้ด และไม่ตอบสนองความต้องการของบุตรเมื่อบุตรอยากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามที่โฆษณาหน้าจอโทรทัศน์ เช่น พิซซ่า ไก่ทอด เป็นต้น

3.1.4 จากการศึกษาพบว่า พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กล่าวคือ ในกลุ่มที่มีพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนทางที่ดีสูงจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนทางที่ดีน้อยกว่า ซึ่งในภาพรวมแล้วเพื่อนๆมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับกลาง ดังนั้น ควรมีการส่งเสริมให้วัยรุ่นและเพื่อนๆ นัดเจอกันในสถานที่ที่ไม่ใช่

ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด ตามศูนย์การค้า ให้ทำกิจกรรมสร้างสรรค์อื่นๆ อาจเกี่ยวกับการเรียน การออกกำลังกาย การทำกิจกรรมรณรงค์เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ แทนการนัดพบหรือสังสรรค์กันด้วยการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ การสังสรรค์ด้วยการบริโภคขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท ลูกก็ รวมถึงการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดพร้อมเครื่องดื่มน้ำอัดลม

3.1.5 จากการศึกษาพบว่า แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางสถิติในทางตรงกันข้ามในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น กล่าวคือ ในกลุ่มที่มีแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนน้อยจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่บ่อยเมื่อเทียบกับกลุ่มที่มีแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียนสูงกว่า ดังนั้น ทางโรงเรียนจึงควรจะมีมาตรการการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดทั้งภายในโรงเรียนและรอบๆ โรงเรียนให้มากขึ้น ทั้งอาหารจานด่วนแบบตะวันตก อาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก และเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม ควรมีการสอดแทรกเนื้อหาผลกระทบเกี่ยวกับเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ในวิชาเรียน การให้ความรู้เรื่องคุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องโทษของการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด และแนะนำวิธีปฏิบัติในการเลือกบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่ ให้กับนักเรียน อาจสอดแทรกเนื้อหาไว้ในทั้งวิชาสุขศึกษา วิชาพลศึกษา และวิชากิจกรรมชุมนุม จัดเป็นกิจกรรมรณรงค์ ดัดป้ายข่าวสารเกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้ถูกต้องหลักโภชนาการให้นักเรียนได้อ่าน

3.1.6 จากการศึกษาพบว่า แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อบุคคลมีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ดังนั้น วัยรุ่นและเพื่อนๆ ควรหันมาทำกิจกรรมอย่างอื่นที่ไม่ใช่การชักชวนกันไปบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดตามร้านฟาสต์ฟู้ดหรือสั่งมาสังสรรค์ร่วมกัน อาจทดแทนด้วยการชวนกันไปบริโภคอาหารไทยที่มีคุณค่าทางอาหารที่หลากหลายและสารอาหารครบ 5 หมู่ เปลี่ยนค่านิยมที่คิดว่าการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นการแสดงออกถึงความโก้เก๋ ทันสมัย

แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อมวลชน และจากสื่อเฉพาะกิจ มีความสัมพันธ์ทางสถิติทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยเฉพาะสื่อมวลชนประเภทสื่อโทรทัศน์ และสื่ออินเทอร์เน็ต สื่อเฉพาะกิจประเภทสื่อโฆษณา วิทยุ และแผ่นพับ/ใบปลิว ซึ่งวัยรุ่นมีระดับการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดน้อยสุด ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสื่อควรมีการออกนโยบายหรือมาตรการในการควบคุมการเผยแพร่โฆษณาข่าวสารเกี่ยวกับการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดให้มากขึ้น และเพิ่มข่าวสารคำแนะนำเกี่ยวกับหลักในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างถูกต้องตามหลักโภชนาการ หรือเผยแพร่สูตรอาหารการปรุงอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกับผักผลไม้ให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่มากยิ่งขึ้น

3.1.7 จากการศึกษาพบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่ชอบบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยบริโภคทั้งอาหารฟาสต์ฟู้ดจำพวกอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ขนมแบบตะวันตก และมีการดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับอาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก และวัยรุ่นส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับกลางถึงระดับสูง ดังนั้น การทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่พึงประสงค์หรือถูกต้องเหมาะสม ควรมีการร่วมมือกันทั้งในส่วนของตัววัยรุ่นเอง ครอบครัว โรงเรียน สื่อต่างๆ และผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบในการกำหนดนโยบายระดับประเทศ ในการที่จะรณรงค์และลดพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดให้น้อยลง ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการอาหารมากขึ้น

3.2 ข้อเสนอแนะของกลุ่มตัวอย่างในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น

3.2.1 ด้านตนเอง

วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างแนะนำให้ปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นโดยการออกกำลังกายสม่ำเสมอ เสนอแนะให้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมกับร่างกาย โดยรับประทานให้ครบ 5 หมู่ ไม่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยเกินไป ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อต่างๆเพิ่มเติมสม่ำเสมอ เช่น คุณค่าทางอาหาร ผลกระทบทางสุขภาพ เสนอแนะให้ปรับเปลี่ยนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภค โดยไม่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะมองว่าเป็นอาหารแฟชั่น โก้เก๋ ทันสมัย ไม่บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดควบคู่กับน้ำอัดลม เสนอแนะให้ควบคุมอารมณ์ความอยากบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของตนเอง จัดรายการอาหารหรือ

เริ่มลงมือทำอาหารบริโภคเอง เปลี่ยนมาบริโภคอาหารไทย ไม่บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยไม่
จำเป็น ลดการบริโภคสื่อโฆษณาอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีอยู่ เพราะอาหารฟาสต์ฟู้ดบางอย่างมีราคาแพง
และคุณค่าทางโภชนาการน้อย

3.2.2 ด้านครอบครัว

วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเสนอแนะให้ผู้ปกครองปฏิบัติเพื่อปรับปรุง
พฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยการให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มี
คุณค่าทางอาหารและดีต่อสุขภาพแก่บุตรวัยรุ่น ให้ผู้ปกครองควรปรุงอาหารที่มีคุณค่าทาง
โภชนาการครบ 5 หมู่ ให้บุตรวัยรุ่นรับประทาน ควรให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่บุตรวัยรุ่น
ควรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างแก่บุตรวัยรุ่นในการลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ควร
เสริมสร้างเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องเหมาะสมให้แก่บุตรวัยรุ่น ไม่ส่งเสริม
บุตรวัยรุ่นให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดด้วยวิธีการต่างๆ อาทิ ให้รางวัลแก่บุตรวัยรุ่นด้วยการซื้อ
ให้เงินไปซื้อ หรือพาไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด

3.2.3 ด้านเพื่อน

วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเสนอแนะให้กลุ่มเพื่อนปฏิบัติเพื่อปรับปรุง
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นด้วยกัน โดยการรวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ในการออก
กำลังกายหรือทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ ควรเปลี่ยนสถานที่นัดพบปะสังสรรค์กันของเพื่อนๆ จาก
ตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่อื่น หลีกเลียงหรือลดการสังสรรค์กันด้วยอาหารฟาสต์ฟู้ด โดย
เลือกสังสรรค์กันด้วยผลไม้หรืออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่แทน เสนอแนะให้เปลี่ยน
เจตคติของเพื่อนๆ ในกลุ่ม โดยให้มองว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดตามห้างสรรพสินค้า ไม่ใช่
การแสดงออกถึงความทันสมัย ชักชวนเพื่อนๆ ร่วมจัดกิจกรรม นิทรรศการ เพื่อรณรงค์ลดการ
รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นภายในโรงเรียน และแลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลใหม่ๆ
เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกันกับเพื่อนๆ

3.2.4 ด้านโรงเรียน

วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเสนอแนะให้โรงเรียนปฏิบัติเกี่ยวกับการปรับปรุง
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น โดยให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่นักเรียน
โดยสอดแทรกเนื้อหาไว้ในวิชาเรียน ควรให้ข้อมูล ข่าวสาร และคำแนะนำแก่นักเรียนเกี่ยวกับการ

บริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และโทษของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เสริมสร้างทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ให้ออกนโยบายควบคุมการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียน จัดกิจกรรมรณรงค์ให้นักเรียนลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด จัดช่วงเวลาให้นักเรียนร่วมอภิปรายเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ด

3.3 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.3.1 เนื่องจากส่วนใหญ่จะมีการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเกี่ยวกับรายการอาหารฟาสต์ฟู้ดที่บริโภคศึกษาชนิดของอาหารฟาสต์ฟู้ดที่รับประทาน แต่การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็นลักษณะของการปฏิบัตินั้นมีน้อย ดังนั้นควรที่จะมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดให้มากขึ้น

3.3.2 เนื่องจากอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่ให้พลังงานสูงและมีสารอาหารน้อยหากบริโภคเป็นเวลานาน และบริโภคไม่ถูกหลักโภชนาการ อาจนำไปสู่สาเหตุโรคอ้วนและโรคอื่นๆ ได้ อีกทั้งปัจจุบันมีเด็กอ้วนมากขึ้นในทุกกลุ่มอายุ แสดงให้เห็นว่า ปัญหาดังกล่าวมีแนวโน้มที่รุนแรงขึ้นเรื่อยๆ จึงควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเด็กกลุ่มช่วงวัยอื่นๆ เพิ่มขึ้น เช่น ในกลุ่มเด็กเล็ก ประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น และกลุ่มผู้ที่นับถือศาสนาอิสลาม ที่มีข้อจำกัดในการบริโภคอาหารอย่างอื่น ซึ่งมีโอกาสที่จะบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดได้มากเช่นกัน การศึกษาในกลุ่มอื่นๆ นี้เพื่อให้เห็นการศึกษาเป็นไปอย่างกว้างขวางมากขึ้น

3.3.3 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในพื้นที่อื่นๆ ที่มีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ มีการขยายความเจริญ หรือห้างสรรพสินค้าเข้าไปเปิดให้บริการ เนื่องจากอาหารฟาสต์ฟู้ดมักจะตามไปเปิดบริการจำหน่ายตามห้างสรรพสินค้า ซูเปอร์มาร์เก็ต ปั๊มน้ำมัน แหล่งชุมชน เขตปริมณฑลจังหวัดอื่นๆ เป็นต้น

3.3.4 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ที่มีสภาพแวดล้อมทางครอบครัว และสังคมที่มีความแตกต่างกัน เช่น วิจัยกลุ่มครอบครัวที่ไม่ค่อยมีเวลาในการดูแลเรื่องการบริโภคอาหารของบุตร ต้องใช้เวลาด้วยความเร่งรีบในการไปทำงานนอกบ้าน กลุ่มที่มีการให้เงินค่าอาหารบุตรสูง เพื่อเป็นแนวทางต่อการส่งเสริมสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น คนในครอบครัว และพัฒนาสังคมต่อไป

3.3.5 ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงลึกเพิ่มเติม ในประเด็นที่ทางผู้วิจัยศึกษาพบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ในส่วนของความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ในส่วนของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น ในส่วนของพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน และจากสื่อทั้งหมดชน สื่อเฉพาะกิจ สื่อบุคคล และอาหารฟาสต์ฟู้ดที่วัยรุ่นบริโภค โดยศึกษาเน้นในเชิงเกี่ยวกับสุขภาพให้มากกว่าเชิงการตลาด เนื่องจากในเชิงการตลาดนั้นมีผู้ศึกษาวิจัยมากพอสมควรแล้ว แต่ในเชิงสุขภาพนั้นยังมีน้อย ซึ่งจะเป็ประโยชน์ต่อการลดภาวะโภชนาการเกินในวัยรุ่น และเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น ที่จะเป็กำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

3.3.6 การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยภาคตัดขวาง (cross sectional) ดังนั้นควรมีการศึกษาเพิ่มเติมทั้งข้อมูลปัจจุบันและข้อมูลย้อนหลังของพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น เพื่อให้สามารถเปรียบเทียบความแตกต่างหรือความสัมพันธ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องได้มากขึ้น

3.3.7 ควรมีการปรับปรุงคำถามให้สั้น กระชับ อ่านเข้าใจง่าย และลดจำนวนข้อให้น้อยลง เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามเข้าใจได้ง่าย และให้ข้อมูลได้ถูกต้อง เช่น คำถามเรื่องเงินที่ท่านได้รับประจำวันจากบิดามารดาหรือผู้ปกครอง เพื่อใช้จ่ายเป็นค่าอาหาร อาจจะต้องถามแยกเป็น 2 ส่วนคือ เงินที่ท่านได้รับประจำวันจากบิดามารดาหรือผู้ปกครองทั้งหมด และเงินที่ได้รับเฉพาะเป็นค่าอาหาร



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2549) รายงาน การสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ปี พ.ศ. 2546 กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (รสพ)
- กิติมา ปรีดาติลก (2520) *ปรัชญาการศึกษา* กรุงเทพมหานคร ประเสริฐการพิมพ์
- กุลวดี รัศมีวิจารณ์ (2539) “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร” *ปรัชญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตรศึกษา) สาขาคหกรรมศาสตรศึกษา ภาควิชาอาชีพศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*
- กัญยิกา เจตนเสน (2546) “พฤติกรรมการบริโภคสินค้าของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร” *ภาคนิพนธ์มหาบัณฑิต สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์*
- โครงการเด็กไทยสุขภาพดี (ม.ป.ป.) “Fast food –Junk food กินอย่างไร ไม่ทำลายสุขภาพ” ค้นคืนวันที่ 03 มิถุนายน 2552 จาก <http://www2.nestle.co.th/dekthaidd>
- โครงการวิจัยสุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2550) *รักษ์สุขภาพกับโครงการวิจัยสุขภาพ* นนทบุรี จิตรา วสุวานิช (2538) *สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์* พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร คุณพินอักษรกิจจิราภรณ์ ชมบุญ และคณะ (2556) “ผลลัพท์การเปลี่ยนแปลงทางจิตและพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงหลังได้รับโปรแกรมทางพฤติกรรมศาสตร์ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและพฤติกรรมกรออกกำลังกายที่เหมาะสมของเด็กที่เป็นโรคอ้วนโรงพยาบาลหัวเฉียว กรุงเทพมหานคร” *วารสารพฤติกรรมศาสตร์* 19, 1 (มกราคม) : 77
- จี เมอร์ฟี , แอล เมอร์ฟี และ ที นิวคอมบ์ G. Murphy, L. Murphy and T. Newcomb (1973) โรเจอร์ Roger (1978)
- จ้านง พรายเข้มแข (2535) *เทคนิคการวัดและประเมินผลการเรียนรู้กับการซ่อมเสริม* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- ชนุคร ชาญวิรวงศ์ (2541) “พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากต่างประเทศของกลุ่มเจนเนอเรชั่นเอ็กซ์ในกรุงเทพมหานคร” *ปรัชญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเศรษฐศาสตร์ธุรกิจ ภาควิชาเศรษฐศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*
- ชาติชาย มุกสง (2550) “ฟาสต์ฟู้ดกลายเป็นฟู้ด : การเปลี่ยนแปลงความหมายของอาหารกับการบริโภคเชิงสัญลักษณ์ข้ามวัฒนธรรม” ใน *วิภาส ปรัชญาภรณ์ และคณะ การเดินทางของสินค้าสมัยใหม่* 201-265 กรุงเทพมหานคร ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน)

- ชุติมา สมสืบ (2551) “อ้วนระดับโลกแล้วทั่วโลก” ค้นคืนวันที่ 11 มีนาคม 2552 จาก http://www.elib-online.com/doctors50/child_obese001.html
- ชูจิต อางนานนท์ (2555) “เลือก “Fast Food” อย่างไรให้สุขภาพดี” ค้นคืนวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2556 จาก <http://www.kpsw.ac.th/teacher/chujit/image/animation/chu7.htm>
- เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์ (2522) *การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- จิตินันท์ ศรีสถิต, อวยพร เต้ชูตระกูล (2546) “อาหารขยะแปลงร่าง :เบื้องหลังความอ้วนแบบโลกาภิวัตน์” *โลกสีเขียว* 12, 4 (กันยายน-ตุลาคม) : 20-32
- ดวงเดือน พันธมนาวิน (2524) *จิตวิทยาจริยธรรมและจิตวิทยาภาษา* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- เทพนม เมืองแมน และคณะ (2529) *พฤติกรรมองค์กร* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- ทัศนีย์ วงษ์จิรายุทธ์ (2538) “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการบริโภคอาหารเช้าของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร” สาขาเกษตรศาสตร์ศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- ธงชัย สันติวงษ์ (2539) *องค์กรและการบริหารการศึกษาจัดการแผนใหม่* พิมพ์ครั้งที่ 11 กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช
- บัญญัติ สุขศรีงาม (2548) “มนุษย์กับสิ่งแวดล้อม อาหารฟาสต์ฟู้ดกับการเกิดโรคอ้วนและโรคหัวใจ” ค้นคืนวันที่ 23 พฤษภาคม 2554 จาก <http://www.uniserv.buu.ac.th/>
- ประทุม จงอ่อนกลาง (2550) “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุราชประสิทธิ์ จังหวัดนนทบุรี” วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526) *ทัศนคติ : การวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย* พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ และคณะ (2538) *การประเมินสภาวะการณด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคอ้วน* ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2544) *จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล* กรุงเทพมหานคร ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพฯ
- ปัญญาเดช พันธุ์วัฒน์ และคณะ (2550) รายงานวิจัยเรื่อง “ทัศนคติของบุคลากรต่อมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต”
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536) *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น* กรุงเทพมหานคร ทบวงมหาวิทยาลัย
- พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน(๒๕๔๒) ค้นคืนวันที่ 18 เมษายน 2552 จาก <http://rirs3.royin.go.th/dictionary.asp>

- พิภพ วังเงิน (2547) *แนวคิดพื้นฐานการสร้างและการพัฒนาหลักสูตรยุคปฏิรูปการศึกษาไทย*
กรุงเทพมหานคร เดอะ โนเลทเซ็นเตอร์
- พิมพ์ รุจิรกุล (2550) “ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของ
นักเรียนระดับมัธยมศึกษา” การค้นคว้าอิสระปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2545) *จิตวิทยาครอบครัว* กรุงเทพมหานคร เท็กซ์ แอนด์ เจอร์นัล
พับลิเคชั่น
- พันธะจิต ดังก้อง (2546) “ปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาสถาบันราชภัฏ
เชียงใหม่” วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี (2545) “Family Life Cycle”
ค้นคืนวันที่ 22 เมษายน 2552 จาก <http://www.ramamental.com/topics/inter6.htm>
- มยุรี นภาพรรณสกุล (2547) “การพยาบาลเด็กที่มีความผิดปกติด้านโภชนาการ” สงขลา ชานเมือง
การพิมพ์
- มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค (ม.ป.ป.) “ฟาสต์ฟู้ดคืออะไร” อ้างถึงในโครงการสร้างเสริมศักยภาพเด็กไทยใน
การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ยั่งยืน ค้นคืนวันที่ 11 มีนาคม 2552
จาก <http://www.stou.ac.th/ANU/HealtyThaiTeen>
- มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค (2552) “ห่วงฟาสต์ฟู้ดรุกรอนบทเสี่ยงสารพัดโรค” ค้นคืนวันที่ 01 มิถุนายน
2552 จาก <http://old.consumerthai.org>
- มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ (2548 ก) *โรคอ้วนในเด็ก สถานการณ์ปัจจุบัน Fact Sheet 1*
- รีเคอร์ส ไคเจท์ (2544) *รู้คุณรู้โทษ โภชนาการ* พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร อัมรินทร์พรินต์ติ้ง
รังสรรค์ ตั้งตรงจิตร (2550) *โรคอ้วน : การเปลี่ยนแปลงทางด้านโภชนาการและชีวเคมี* กรุงเทพมหานคร
ภาควิชาโภชนศาสตร์เขตร้อนและวิทยาศาสตร์อาหาร คณะเวชศาสตร์เขตร้อน
มหาวิทยาลัยมหิดล
- รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548) *การวิจัยในชั้นเรียน* กรุงเทพมหานคร สุวีริยาสาส์น
- รัชนี ยนต์นิยม (2530) “ทัศนคติของนักศึกษาที่มีต่อกิจการร้านฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร”
วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร
- ลดดา จันทร์สมบูรณ์ (2551) “พฤติกรรมในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในจังหวัด
เพชรบุรี” วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- ลัดดา กิติวิภาต (2532) *ทัศนคติทางสังคมเบื้องต้น* พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร ชวนพิมพ์
 วนิดา อยู่ประพัฒน์ (2539) “วัยรุ่น : นำเป็นห่วง” ใน *ทำไมต้องกินฟาสต์ฟู้ดให้น้อยลง งาน
 สัมมนาเกษตรกรรมทางเลือกครั้งที่ 2 มหกรรมเกษตรและอาหารปลอดภัย 5-7
 เมษายน 2539 ณ ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือก/
 กรมวิชาการเกษตร/สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ/
 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์* หน้า 35
- วิเชียร วิทญูตม (2547) *การจูงใจในองค์กรธุรกิจ* กรุงเทพมหานคร คณะบริหารสถาบันพัฒนา
 บริหารศาสตร์
- วิธิ แจ่มกระตึก (2541) “ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
 มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร” ปรินญา
 นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- วิไลวรรณ คงกิจ (2548) “พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร”
 วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- วิศาล เขาวงศ์ศิริ (2551) “วิกฤติ “โรคอ้วน” ป่วนไทย” อ้างถึงใน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการ
 สร้างเสริมสุขภาพ คั่นคืนวันที่ 11 มีนาคม 2552
 จาก <http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/2098>
- ศิริพงษ์ จึงประเสริฐศักดิ์ (2538) “ฟาสต์ฟู้ด : ธุรกิจที่มีมูลค่าตลาดสูงขึ้นอย่างน่าจับตามอง” *เศรษฐกิจพิเศษ*
 13, 2 (เมษายน-มิถุนายน) : 33-34
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ (2541) *กลยุทธ์การตลาดและการบริการการตลาด* กรุงเทพมหานคร
 ซีรฟิล์ม
- ศูนย์ข้อมูลโรคไม่ติดต่อ สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2549)
 “พฤติกรรมการบริโภคอาหาร” คั่นคืนวันที่ 19 มิถุนายน 2552
 จาก <http://www.kmncd.org/Article/NCD/pdf/NCD001.pdf>
- ศูนย์อนามัยที่ 1 (2553) รายงานการเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการเด็กอายุ 6-18 ปี ใน รายงาน
 18 *แฟ้ม สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข* คั่นคืนวันที่ 26
 มิถุนายน 2556 จาก http://nutrition.anamai.moph.go.th/temp/files/reports_53/1.pdf
- ศูนย์อนามัยที่ 5 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2556) “เปิดโผล่!! มะเร็ง อ้วน ดิดเดียวขบวนการ
 ชัยบุรินทร์รับบริการครอบคลุมจริงหรือ??” *เพื่อนสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5* คั่นคืน

- วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2556 จาก http://hpc5.anamai.moph.go.th/download/file_pdf/factsheet/factsheet_yNo7jan.pdf
- ศุภวรรณ สันติกุล (2550) “เงื่อนไขที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast Food) ของเยาวชน : กรณีศึกษาเยาวชนระดับประถมศึกษาในจังหวัดภูเก็ต” ค้นคืนวันที่ 10 มิถุนายน 2552 จาก http://202.29.50.80/~graduate/thesis/abstract/development%20strategies/abstract52_supawon.htm
- สยามรัฐ (2525) “ฟาสต์ฟู้ด อาหารสำหรับคนไทยวันนี้” *สยามรัฐฉบับพิเศษ* (ธันวาคม) : 6-17
- สร้อยตระกูล อรรถมานะ (2542) *พฤติกรรมองค์การ : ทฤษฎีและการประยุกต์* กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- สิทธิโชค วรานุสันติกุล (2532) *จิตวิทยาการจัดการพฤติกรรมมนุษย์* กรุงเทพมหานคร อักษราพิพัฒน์
- สิรินทร์ยา พูลเกิด และคณะ (2555) “การรับรู้ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในเด็กไทยของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง” ใน *วารสารวิชาการสาธารณสุข* 21, 1 (มกราคม-กุมภาพันธ์) : 22
- สุรเกียรติ์ อาชานานุภาพ (2549) *คู่มือหมอมหาวิทยาลัย* พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร หมอมหาวิทยาลัยบูรพา
- สุวิทย์ บุญช่วย และคณะ (2541) “รายงานการวิจัยเจตคติของครู ผู้ปกครอง และนักเรียนต่อโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้” มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
- สมคิด สัญญาณเพ็ญฟูไชย (2552) *ให้ลูกกินแบบนี้ไม่มีอ้วน* กรุงเทพมหานคร Feel Good
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2549) *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม* พิมพ์ครั้งที่ 5 สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สาขาวิชาศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2538) *เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมมนุษย์ = Human behavior* สาขาวิชาศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช หน่วยที่ 1-8 นนทบุรี โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สำออง สืบสมาน (2545) *โครงการ แนวทางการสร้างภูมิคุ้มกันการบริโภคอาหารกินด่วนและอาหารขยะของเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร* นนทบุรี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (2548) *การประชุมวิชาการโภชนาการ ๔๘* เรื่อง “การเผชิญความท้าทายด้านอาหาร และโภชนาการเพื่อสุขภาพที่ดี” ม.ป.ท. สถาบันวิจัยโภชนาการ
- สุชาดา มะโนทัย (2539) “การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร” *วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*

- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ (2538) *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์* พิมพ์ครั้งที่ 9 กรุงเทพมหานคร
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์
- สุนิสา พิลาสกุล (2540) *ฟาสต์ฟู้ด : การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย* ปริญญาศิลปศาสตรมหา
บัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล
- สุพรรณฉนิกา เหมือนแสน (2543) “พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดส์ของนักศึกษาปริญญาตรี
ในมหาวิทยาลัยเอกชน” บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย
- ห้องสมุดสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ศูนย์ข้อมูลสุขภาพจิตเด็ก วัยรุ่น และ
ครอบครัว (2546) *เค้กดุโทรมที่ศึ้นน่านเกลียดผักผลไม้หากหันไปรักชอบอาหาร
ฟาสต์ฟู้ด* ค้นคืนวันที่ 18 เมษายน 2552 จาก: <http://www.library.icamtalk.com>
- อุดม นิยมคำ และคณะ (2550) “การศึกษาปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
ฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาในเขตเทศบาลนครนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา วาสุกีรี
- Allport, Gordon., “Attitude.” In c. (1985) Murchison (Ed.) *Handbook of Social Psychology*.
_Worcester Mass Clark University Press.
- ASTVผู้จัดการออนไลน์ (2550, 5 มกราคม) “ธุรกิจร้านอาหารบริการด่วนปีทุนเงินสะพัด 21,000
ล้านบาท” *ผู้จัดการออนไลน์* ค้นคืนวันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2552
จาก <http://www.manager.co.th/iBizchannel/ViewNews.aspx?NewsID=950000001012>
- Bloom, B.S. etat., (1975). *Taxonomy of education objectives handbook I : Cognitive domain*
etch-ed. New York : David Nckay. อ้างอิงใน สมศักดิ์ สุเมธยาจารย์ (2544) “ความรู้
ทัศนคติ การดำเนินงานการสร้างหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าของเจ้าหน้าที่
สาธารณสุขอำเภอสวี จังหวัดชุมพร” กรุงเทพมหานคร
- Walters, C.G. (1978). *Consumer Behavior : Theory and Practice*. 3rded., Homewood, Illinois :
Richard, D. Irwin.
- Emerson, Robert L. (1979). *Fast food : the endless shakeout*. New York : Chian Store Pub. ;
Lebhar-Friedman Books.
- Engel, J.F., Kollat, D.T. and Blackwell, R.D. (1968). *Consumer Behavior*. New York Holt :
Rinehart and Winston.
- Gordon W. Allport. (1967) *Attitude” Reading in Attitude Theory and Measurement* Edited by
Martin Fishbein, N.Y. John Wiley and Sons.
- Johns, G. (1996). *Organizational behavior : Understanding and managing live at work*.

th
4 ed., Moutreal : Harper Collins College Pub.

Krech D. Crutchfield & E.L. Ballachy. (1948). *Individual in Society*. Bombay : Tata Mcgraw – Hill.

Katz, Daniel (1960). *The “Fuctional Approach to Study of Attitudes.” Puplic Opinion Quarterly*, Vol.4.

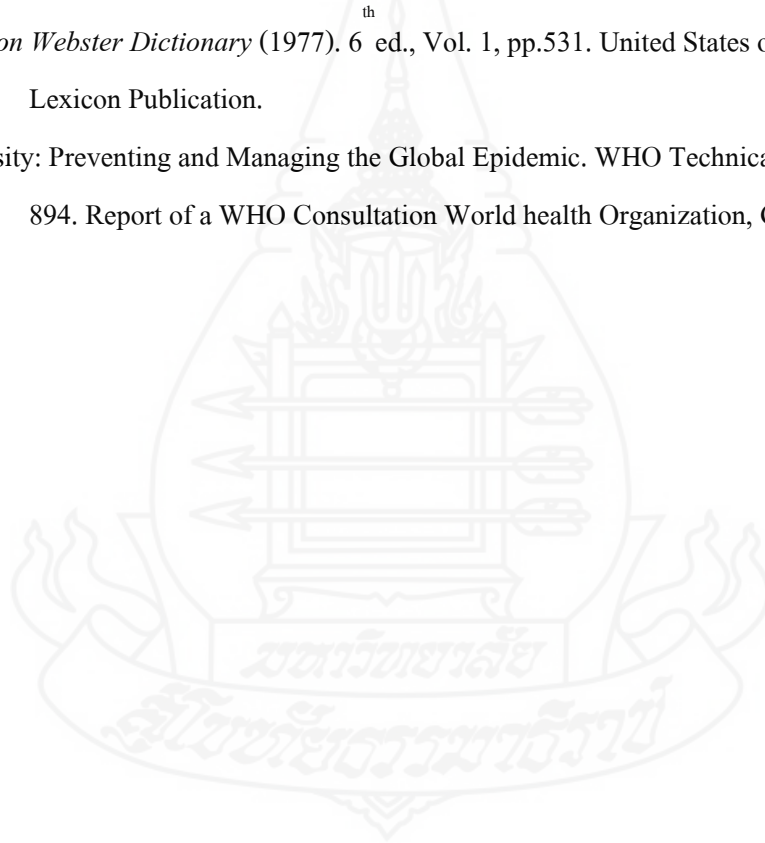
Kendler, H. H. (1963). *Basic psychology* New York: Applliton-Century-Grofte.

Mary Donkersloot (1991). *The fast-food diet : quick and healthy eating at home and
on the go* / Mary Donkersloot. New York : Simon & Schuster

Scott, William A. (1975). “Attitude Measurement.” In Lindzey, Gardner. and Aronson, Elliot.
(eds.), *the Handbook of Social Psychology*. pp. 265. New Delhi : Amerind
Puplishing.

th
The Lexicon Webster Dictionary (1977). 6 ed., Vol. 1, pp.531. United States of America :
Lexicon Publication.

Who Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. WHO Technical Report Series
894. Report of a WHO Consultation World health Organization, Geneva 2000.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์ทดลองเครื่องมือ





ที่ ศธ 0522.21/ 1145

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมศาสตร์
ตำบลบางพลู อำเภอป่าเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

15 สิงหาคม 2555

เรื่อง ขอลงความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนป่าเกร็ด

เนื่องด้วย นางสาวจรรยา พึ่งสอน นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาภาษาอังกฤษและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมศาสตร์ กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ในการนี้ นักศึกษามีความจำเป็นจะต้องทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัย โดยการให้แบบสอบถามแก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนป่าเกร็ด จำนวน 40 คน ทั้งนี้จะมีให้เป็นควรรบกวนเวลาเรียนของนักเรียน และผลการวิจัยที่ได้จะเป็นประโยชน์แก่งานวิชาการสืบไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านในการอนุญาตให้นักศึกษาได้ทดลองเครื่องมือตามวัน เวลา และรายละเอียดที่นักศึกษาเสนอมาพร้อมนี้ หวังว่าจะได้รับความกรุณาจากท่าน และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วศินา ถิ่นทรศิริ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์

สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์

โทร. 0-2503-3573

โทรสาร 0-2503-3639

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย





ที่ สศ 0522.21/ว 146

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ศาลากลางพุด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

1๕ สิงหาคม 2555

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม

เนื่องด้วย นางสาวจรรยา พึ่งสอน นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา วิชาเอกการ
พัฒนาคอร์ปอร์เรชั่นและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัด
นนทบุรี

ในกรณีนี้ นักศึกษาจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยจากนักเรียนใน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม จำนวน 137 คน โดยขอความร่วมมือจากนักเรียน
ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ตอบแบบสอบถามซึ่งมีในเครื่องมือในการวิจัยดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ในการอนุญาตให้นักศึกษาได้
ดำเนินการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยตามวัน เวลา และรายละเอียดที่นักศึกษาเสนอมาพร้อมนี้ หวังว่าจะ
ได้รับความกรุณาจากท่านและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิชนี จันทร์ศิริ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์

สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์

โทร. 0-2503-3573

โทรสาร 0-2503-3639



ที่ ศศ 0522.21/ ว ๑๑๕๖

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

๑๕ สิงหาคม 2555

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี

เนื่องด้วย นางสาวจรรยา พึ่งสอน นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา วิชาเอกการพัฒนารอบครัวและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ในการนี้ นักศึกษาจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยจากนักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี จำนวน 263 คน โดยขอความร่วมมือจากนักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 คัดแบบสอบถามซึ่งเป็นเครื่องมือในการวิจัยดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ในการอนุญาตให้นักศึกษาได้ดำเนินการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยตามวัน เวลา และรายละเอียดที่นักศึกษาเสนอมาพร้อมนี้ หวังว่าจะได้รับความกรุณาจากท่านและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วดีนา จันทร์ศิริ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์

สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์

โทร. 0-2503-3573

โทรสาร 0-2503-3639

ภาคผนวก ค

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม)



ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม)

1. **ชื่อ/นามสกุล** รองศาสตราจารย์ ดร.สุรีย์ จันทร์โมลี
ตำแหน่งทางบริหาร/วิชาการ อธิการบดีประจำภาควิชาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
 คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
วุฒิทางการศึกษา ปริญญาเอก ส.ค. (สาธารณสุขศาสตร์) ปีที่จบ 2535
 มหาวิทยาลัยมหิดล

2. **ชื่อ/นามสกุล** รองศาสตราจารย์ ปาริฉัตร ช้างสิงห์
ตำแหน่งทางบริหาร/วิชาการ รองศาสตราจารย์
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
วุฒิทางการศึกษา ปริญญาโท วท.บ., Diploma (Applied Nutrition),
 วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล

3. **ชื่อ/นามสกุล** รองศาสตราจารย์ ศศิมน ปรีดา
ตำแหน่งทางบริหาร/วิชาการ รองศาสตราจารย์
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
วุฒิทางการศึกษา ปริญญาโท วท.บ., วท.ม. (เทคโนโลยีทางอาหาร)
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง

แบบสอบถาม

แบบสอบถามปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการพัฒนาครอบครัวและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาเพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี และเพื่อศึกษาแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น ข้อมูลของท่านจะถูกเก็บเป็นความลับ แต่จะนำเสนอข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น

ดังนั้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัย กรุณาตอบแบบสอบถามทุกข้อให้ตรงกับความคิดเห็นของท่านหรือข้อเท็จจริงมากที่สุด ขอขอบพระคุณยิ่งในความร่วมมือ

แบบสอบถามมีทั้งหมด 5 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 ความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านครอบครัวต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 6 ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น



ในที่นี้ **อาหารฟาสต์ฟู้ด** หมายถึง วัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารที่มีการเตรียมและปรุงไว้สำเร็จรูปหรือเกือบสำเร็จรูปแบบตะวันตก หรือเป็นอาหารที่พร้อมประกอบเป็นอาหารโดยใช้เวลาไม่กี่นาที ซึ่งวัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารที่เป็นอาหารสามารถที่จะส่งมอบให้แก่ผู้ซื้อได้ทันที สามารถรับประทานที่ร้านหรือนำออกไปรับประทานนอกร้าน และมีจำหน่ายหรือหาซื้อได้จากร้านอาหาร ร้านขายขนม และสถานที่อื่นๆทั่วไป ได้แก่

1) อาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช ไก่ทอด ไข่ย่าง มันฝรั่ง สปาเก็ตตี้

2) อาหารระหว่างมือที่เป็นอาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม ขนมอบ

แบบสอบถามปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความในช่องว่างให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง

- เพศ () ชาย () หญิง
- อายุปี (ระบุอายุปีเต็ม)
- ปัจจุบันท่านมีน้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร
- ศาสนา () พุทธ () อิสลาม () คริสต์ () อื่นๆ โปรดระบุ.....
- บุคคลที่ท่านอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน () บิดา () ญาติ/ผู้ปกครอง () มารดา () เพื่อนที่หอพัก/บ้านเช่า () บิดา-มารดา () อื่นๆ โปรดระบุ.....
- เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์ () น้อยกว่า 300 บาท/สัปดาห์ () 301-350 บาท/สัปดาห์ () 351-400 บาท/สัปดาห์ () มากกว่า 400 บาท/สัปดาห์ () อื่นๆ โปรดระบุ.....



ตอนที่ 2 ความรู้ ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

2.1 ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องเลือกคำตอบที่ถูกที่สุด เพียงคำตอบเดียว

ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ
1. อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก คือ อาหารหรือขนมที่ส่งเร็ว ได้เร็ว กินเร็ว			
2. อาหารฟาสต์ฟู้ดมีส่วนประกอบหลัก คือ แป้ง ไขมัน เนื้อสัตว์ เกลือ			
3. การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะทำให้ขาดสารอาหารประเภทวิตามินได้ง่าย			
4. ในอาหารฟาสต์ฟู้ดทุกชนิดมีสารอาหารที่สมดุล			
5. อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่ให้พลังงานสูง			
6. อาหารฟาสต์ฟู้ดมีไขมันน้อย ถ้ารับประทานเป็นประจำ เสี่ยงต่อการเกิดโรคเมเร็งลำไส้			
7. เฟรนช์ฟรายส์มีไขมันอิ่มตัว “ไขมันทรานส์” ซึ่งเป็นไขมันที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดแข็งตัว			
8. วัยรุ่นควรกินขนมโดนัท ทุกๆ พร้อมกับน้ำอัดลม			
9. พิซซ่า แซมเบอร์เกอร์ เป็นอาหารที่มีเกลือค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น			
10. วัยรุ่นไม่ควรที่จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยๆ เพราะมีไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย			
11. อาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทโดนัทมีน้ำตาลปริมาณสูง ถ้ากินในปริมาณมากก่อให้เกิดโรคเบาหวาน และเป็นต้นเหตุของการเกิดฟันผุได้			
12. วัยรุ่นที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดมากเกินไปจนอ้วน มีแนวโน้มเป็นโรคอ้วน เมื่อเป็นผู้ใหญ่			

2.2 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาว่า ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อความนั้นๆอย่างไร โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โดยมีเกณฑ์ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนมาก

ไม่แน่ใจ เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นบางส่วน

ไม่เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนมาก

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด



เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ระดับความคิดเห็น				
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่กินง่าย สะดวก รวดเร็ว และรสชาติอร่อย					
2. การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสิ่ง โก้เก๋ ทันสมัย					
3. แฮมเบอร์เกอร์ เฟรนช์ฟราย ฮอตดอก เป็นอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่น					
4. อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเหมาะแก่การกินเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ หรือไม่มีเวลาปรุงอาหาร					
5. การเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด งานฉลองนั้น ช่วยให้ประหยัด					
6. ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมีบริการส่งถึงบ้าน สะดวกในการซื้อมากินร่วมกับ ครอบครัวช่วยให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่แนบแน่นยิ่งขึ้น					
7. อาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสำหรับที่จะกินเมื่อต้องการเปลี่ยนรสชาติจาก อาหารแบบไทยๆ					
8. ท่านชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็น “เมนูสุดสุดคุ้ม” เพราะได้ปริมาณ อาหารและน้ำอัดลมเพิ่มขึ้น					
9. ถ้าท่านได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยขึ้น					
10. ท่านชอบให้บิดา มารดา หรือผู้ปกครอง พาไปกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
11. ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสมเป็นแหล่งสังสรรค์ในการพบปะเพื่อนๆ					
12. สื่อโฆษณาอาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบัน มีการนำเสนออย่างต่อเนื่องและ น่าสนใจมาก ทำให้ต้องการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดมากขึ้น					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัว

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง (กรุณาตอบเพียงข้อเดียว)

3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัว

1. อายุของบิดาปี (ระบุอายุปีเต็ม)
2. อายุของมารดาปี (ระบุอายุปีเต็ม)
3. อายุของผู้ดูแล (ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว กรณีนักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา-มารดา)ปี (ระบุอายุปีเต็ม)



4. ระดับการศึกษาสูงสุดของ บิดา	ระดับการศึกษาสูงสุดของ มารดา	ระดับการศึกษาสูงสุดของ ผู้ดูแล (ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว) (กรณีนักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา-มารดา)
() 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา	() 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา	() 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา
() 2. มัธยมศึกษาตอนต้น	() 2. มัธยมศึกษาตอนต้น	() 2. มัธยมศึกษาตอนต้น
() 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	() 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	() 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
() 4. อนุปริญญา/ปวส.	() 4. อนุปริญญา/ปวส.	() 4. อนุปริญญา/ปวส.
() 5. ปริญญาตรี	() 5. ปริญญาตรี	() 5. ปริญญาตรี
() 6. สูงกว่าปริญญาตรี	() 6. สูงกว่าปริญญาตรี	() 6. สูงกว่าปริญญาตรี

5. อาชีพของ บิดา	อาชีพของ มารดา	อาชีพของ ผู้ดูแล (ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว) (กรณีนักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา-มารดา)
() 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ	() 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ	() 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ
() 2. รับจ้างทั่วไป	() 2. รับจ้างทั่วไป	() 2. รับจ้างทั่วไป
() 3. เกษตรกรรม	() 3. เกษตรกรรม	() 3. เกษตรกรรม
() 4. ค้าขาย	() 4. ค้าขาย	() 4. ค้าขาย
() 5. ประกอบธุรกิจส่วนตัว	() 5. ประกอบธุรกิจส่วนตัว	() 5. ประกอบธุรกิจส่วนตัว
() 6. รับราชการหรือวิสาหกิจ	() 6. รับราชการหรือวิสาหกิจ	() 6. รับราชการหรือวิสาหกิจ
() 7. ทำงานบริษัท/เอกชน	() 7. ทำงานบริษัท/เอกชน	() 7. ทำงานบริษัท/เอกชน
() 8. อื่นๆ.....	() 8. อื่นๆ.....	() 8. อื่นๆ.....

6. รายได้เฉลี่ยของผู้ปกครองต่อเดือน

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| () น้อยกว่า 10,001 บาท/เดือน | () 10,001-20,000 บาท/เดือน |
| () 20,001-30,000 บาท/เดือน | () 30,001-40,000 บาท/เดือน |
| () 40,001-50,000 บาท/เดือน | () มากกว่า 50,000 บาท/เดือน |

7. จำนวนสมาชิกในครอบครัวครอบครัว (รวมตัวท่าน)คน (กรณีท่านอยู่กับบิดามารดา/ผู้ดูแล)



8. ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองของท่านตรงกับข้อใด

- () การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย () การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
 () การอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจมาก () การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละเลย
 () อื่นๆ โปรดระบุ.....

3.2 การปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด



3.2.1 ลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว	ความถี่ในการปฏิบัติ				
	ประจำ (ทุกวัน)	บ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/ สัปดาห์)	บางครั้ง (2-3ครั้ง/ สัปดาห์)	นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด					
2. ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท ลูกก๊าก					
3. โดยปกติครอบครัวของท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำอัดลมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
4. เมื่อมีโอกาสพิเศษครอบครัวของท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
5. ครอบครัวของท่านจะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ด					
6. ครอบครัวของท่านใช้บริการ โทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน					
7. เมื่อคนในครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดจะเลือกเมนูที่มีผักหรือผลไม้ร่วมด้วย เพื่อให้ได้อาหารหลักครบ 5 หมู่					
8. ครอบครัวของท่านมักจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร					
9. คนในครอบครัวของท่านเชื่อว่าคนที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้น ใจก็เก๋ทันสมัย					
10. ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะ "ง่าย สะดวก รวดเร็ว"					
11. ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเนื่องจากสถานที่สะอาด บรรยากาศดี					
12. ครอบครัวของท่านมักจะกินอาหารนอกบ้านที่ร้านแฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด					

3.2.2 ลักษณะการดูแลของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร	ระดับการปฏิบัติ				
	ประจำ (ทุกวัน)	บ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/ สัปดาห์)	บางครั้ง (2-3ครั้ง/ สัปดาห์)	นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ให้อิสระแก่ท่านในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมา กินด้วยตนเอง					
2. ฝึกให้ท่านลดสัดส่วนปริมาณอาหารมื้ออื่นในวันที่กินอาหาร ฟาสต์ฟู้ด เพื่อไม่ให้ได้รับปริมาณอาหารที่มากเกินไปเกินความต้องการ ของร่างกาย					
3. เมื่อท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด จะซื้อหรือเลือกอาหารที่เป็นผัก และผลไม้ให้ท่านกินด้วย					
4. ผู้ปกครองไม่สนับสนุนให้กินอาหารฟาสต์ฟู้ดจำพวกเนื้อสัตว์ ติดมัน					
5. ผู้ปกครองแนะนำไม่ให้ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ขายใน โรงเรียน					
6. ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดแค่ 1 อย่าง แทนการสั่งเป็นชุดๆ					
7. ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านกินของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่ม คุณค่าทางอาหารในแต่ละวัน					
8. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเฉพาะเมื่อมีโอกาสสำคัญ หรือมีความ จำเป็นจริงๆ					
9. ผู้ปกครองให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบต่อสุขภาพจากการ บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด					
10. ผู้ปกครองให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มี คุณค่าทางอาหาร					
11. ผู้ปกครองให้รางวัลตอบแทนโดยนำพาท่านไปกินอาหาร ฟาสต์ฟู้ด					
12. ครอบครัวของท่าน ตอบสนองความต้องการท่านเมื่อท่าน อยากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามที่โฆษณาหน้าจอโทรทัศน์ เช่น พิซซ่า ไม้ทอด					



ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (เพื่อน โรงเรียน หรือสื่อ)
คำชี้แจง โปรดเลือกตอบคำถาม โดยเลือกกาเครื่องหมาย ✓ หรือ เติมข้อความ ในข้อ 4.1-4.3



4.1 พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน

ลักษณะพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	ระดับการปฏิบัติ				
	ประจำ (ทุกวัน)	บ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/ สัปดาห์)	บางครั้ง (2-3ครั้ง/ สัปดาห์)	นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ท่านและเพื่อนมักจะนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า					
2. ท่านและเพื่อนมักสังสรรค์ด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์					
3. ท่านและเพื่อนมักสังสรรค์ด้วยการกินขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท ลูกกี					
4. ท่านและเพื่อนมักสังสรรค์กันด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดพร้อมเครื่องดื่ม น้ำอัดลม					
5. การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนๆท่าน เป็นการแสดงออกถึงการมีสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกัน					
6. เพื่อนในกลุ่มของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า เพื่อแสดงออกถึงความทันสมัย					
7. เพื่อนของท่านใช้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นที่แสดงออกถึงความอิสระในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามความนิยมของกลุ่ม					
8. อิทธิพลจากเพื่อนลักษณะอื่นๆ ต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด (โปรดระบุ).....					

4.2 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน

4.2.1 ลักษณะแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน	ระดับการปฏิบัติ				
	ประจำ (ทุกวัน)	บ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/ สัปดาห์)	บางครั้ง (2-3ครั้ง/ สัปดาห์)	นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. โรงเรียนของท่านมีมาตรการการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด					
2. โรงเรียนของท่านมีการสอดแทรกเนื้อหาผลกระทบต่อเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ในวิชาเรียน					
3. โรงเรียนของท่านมีการให้ความรู้เรื่องคุณค่าทางโภชนาการและสารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด					
4. โรงเรียนของท่านมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องโทษของการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
5. โรงเรียนของท่านมีการแนะนำวิธีปฏิบัติในการเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่					

4.2.2 ภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียนของท่านมีอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทใดจำหน่ายบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

- () 1. อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด
 () 2. อาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้
 () 3. เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม
 () 4. อื่นๆ โปรดระบุ.....



© T. McCracken mckramer.com

4.3 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ

4.3.1 ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

ประเภทของสื่อ	ระดับของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด				
	บ่อยที่สุด	บ่อยมาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
สื่อมวลชน					
1. วิทยุ					
2. โทรทัศน์					
3. หนังสือพิมพ์					
4. นิตยสาร/วารสาร					
5. อินเทอร์เน็ต					
สื่อเฉพาะกิจ					
6. แผ่นพับ/ใบปลิว					
7. โปสเตอร์					
9. ป้ายโฆษณากลางแจ้ง					
8. โฆษณานบนแผ่นป้ายในรายการเกมส์โชว์ทางโทรทัศน์					
10. สื่อโฆษณาเคลื่อนที่ เช่น ป้ายโฆษณาท้ายรถรับจ้าง/รถประจำทาง					
11. สื่อโฆษณา จดขาย					
สื่อบุคคล					
12. เพื่อน					
13. ครู/อาจารย์					
14. บิดา-มารดา/ผู้ปกครอง					
15. คนในครอบครัวที่ไม่ใช่ผู้ปกครอง					
16. พนักงานขายของร้านฟาสต์ฟู้ด					

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

5.1 อาหารฟาสต์ฟู้ดที่กิน

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ลงใน ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง



1. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

รายการอาหารฟาสต์ฟู้ด	ความถี่ในการกิน				
	วันละครั้ง หรือมากกว่า	3-6 ครั้ง / สัปดาห์	1-2 ครั้ง / สัปดาห์	1-3 ครั้ง / เดือน	ไม่เคย/ น้อยกว่า เดือนละครั้ง
1.1 อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด					
1.2 ขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม					
1.3 เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับ อาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก					

2. ท่านชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดหรือไม่ () ชอบ (ข้ามไปตอบตอนที่ 5.2) () ไม่ชอบ

3. กรณีที่ไม่ชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ด เนื่องจาก (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

- () 1. ไม่เคยชินกับการรับประทานอาหารประเภทนี้ () 2. รสชาติไม่ถูกปาก
 () 3. ไม่ใช่อาหารของไทย () 4. การให้บริการไม่ดี
 () 5. ไม่มีคุณค่าทางอาหาร () 6. ราคาแพงเกินไป
 () 7. ความไม่สะดวกในการเดินทางไปซื้อ () 8. บุคคลรอบข้างไม่สนับสนุนให้รับประทาน
 () 9. อื่นๆ (โปรดระบุ)

5.2 ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ลงใน ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง

ลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ความถี่ในการปฏิบัติ				
	ประจำ (ทุกวัน)	บ่อยครั้ง (4-6 ครั้ง/ สัปดาห์)	บางครั้ง (2-3 ครั้ง/ สัปดาห์)	นานๆ ครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
2. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นมื้ออาหารปกติ					
3. เมื่อมีโอกาสพิเศษ ท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
4. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกับครอบครัว					
5. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ด					
6. ท่านใช้บริการโทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน					

ลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด(ต่อ)	ความถี่ในการปฏิบัติ				
	ประจำ (ทุกวัน)	บ่อยครั้ง (4-6ครั้ง/ สัปดาห์)	บางครั้ง (2-3ครั้ง/ สัปดาห์)	นานๆครั้ง (น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์)	ไม่เคย ปฏิบัติ
7. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเลือกเมนูที่มีผักหรือผลไม้ เพื่อให้ได้รับอาหารครบ 5 หมู่					
8. ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเมนูที่มีแป้ง ไขมันน้อย					
9. ท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำตาลร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
10. ท่านออกกำลังกายทุกครั้งในวันที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด					
11. ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร					
12. ในยามที่ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร ท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด แทนอาหารไทยทั่วไป					
13. ท่านกินอาหารนอกบ้านที่ร้านแฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด					
14. ท่านมีอิสระในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง					
15. หลังจากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ร้านแล้ว ท่านจะซื้อกลับไปกินที่บ้านด้วย					
16. ท่านและเพื่อนนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า					
17. ท่านสังสรรค์กับเพื่อนด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด					

ตอนที่ 6 ข้อเสนอแนะ

การปรับปรุงพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น ท่านคิดว่าควรทำอย่างไรในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง ด้านครอบครัว ด้านเพื่อน ด้านโรงเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

6.1 ท่านคิดว่า



ควรมีการปฏิบัติตัวอย่างใดเกี่ยวกับการปรับปรุงพฤติกรรมกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

() 1. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อต่างๆเพิ่มเติมสม่ำเสมอ เช่น คุณค่าทางอาหาร

ผลกระทบต่อสุขภาพ

() 2. ปรับเปลี่ยนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภค โดยไม่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะมองว่าเป็นอาหารแฟชั่น โกงเก้ ทันสมัย

- () 3. คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมกับร่างกาย โดยรับประทานให้ครบ 5 หมู่
- () 4. ไม่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยเกินไป
- () 5. ไม่บริโภคน้ำอัดลม
- () 6. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

6.2 ด้านครอบครัว

ท่านคิดว่าบิดา-มารดาหรือผู้ปกครองควรปฏิบัติอย่างไร เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

- () 1. ควรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างแก่บุตรวัยรุ่นในการลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 2. ควรให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่บุตรวัยรุ่น
- () 3. ให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีคุณค่าทางอาหารและดีต่อสุขภาพแก่บุตรวัยรุ่น
- () 4. ควรปรุงอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่ ให้บุตรวัยรุ่นรับประทาน
- () 5. ควรเสริมสร้างเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องเหมาะสมให้แก่บุตรวัยรุ่น
- () 6. ไม่ส่งเสริมบุตรวัยรุ่นให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดด้วยวิธีการต่างๆ อาทิ ให้รางวัลแก่บุตรวัยรุ่นด้วยการซื้อ ให้เงินไปซื้อ หรือพาไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

6.3 ด้านเพื่อน

ท่านคิดว่ากลุ่มเพื่อนควรปฏิบัติอย่างไร เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นด้วยกัน

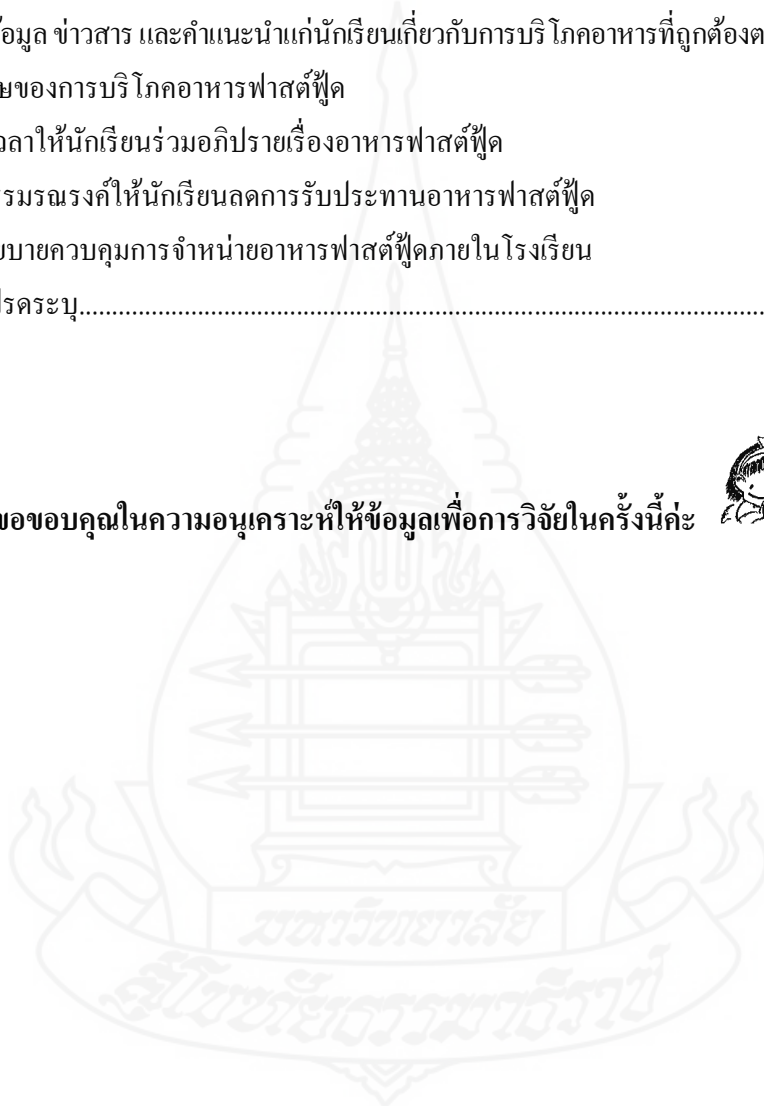
- () 1. ควรเปลี่ยนสถานที่นัดพบปะสังสรรค์กันของเพื่อนๆ จากตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่อื่น
- () 2. หลีกเลี่ยงหรือลดการสังสรรค์กันด้วยอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเลือกสังสรรค์กันด้วยผลไม้หรืออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่แทน
- () 3. เปลี่ยนเจตคติของเพื่อนๆ ในกลุ่ม โดยให้หมั่นว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดตามห้างสรรพสินค้า ไม่ใช่การแสดงออกถึงความทันสมัย
- () 4. รวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ในการออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์
- () 5. ชักชวนเพื่อนๆ ร่วมจัดกิจกรรม/ นิทรรศการเพื่อรณรงค์ลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของโรงเรียน
- () 6. แลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลใหม่ๆ เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกันกับเพื่อนๆ
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

6.4 ด้านโรงเรียน

ท่านคิดว่าโรงเรียนควรทำอย่างไรเกี่ยวกับการปรับปรุงพฤติกรรมกรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

- () 1. ให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่นักเรียนโดยสอดแทรกเนื้อหาไว้ในวิชาเรียน
- () 2. เสริมสร้างทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 3. ควรให้ข้อมูลข่าวสาร และคำแนะนำแก่นักเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และโทษของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 4. จัดช่วงเวลาให้นักเรียนร่วมอภิปรายเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 5. จัดกิจกรรมรณรงค์ให้นักเรียนลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 6. ออกนโยบายควบคุมการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียน
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

ขอขอบคุณในความอนุเคราะห์ให้ข้อมูลเพื่อการวิจัยในครั้งนี้ค่ะ





ภาคผนวก จ

ลักษณะคำถามในแบบสอบถาม

ลักษณะคำถามในแบบสอบถาม

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการพัฒนาคอร์ปและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาเพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี และเพื่อศึกษาแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น ข้อมูลของท่านจะถูกเก็บเป็นความลับ แต่จะนำเสนอข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น

ดังนั้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัย กรุณาตอบแบบสอบถามทุกข้อให้ตรงกับความคิดเห็นของท่านหรือข้อเท็จจริงมากที่สุด ขอขอบพระคุณยิ่งในความร่วมมือ

แบบสอบถามมีทั้งหมด 5 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 ความรู้ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านครอบครัวต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตอนที่ 6 ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น



ในที่นี้ อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง วัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารที่มีการเตรียมและปรุงไว้สำเร็จรูปหรือเกือบสำเร็จรูปแบบตะวันตก หรือเป็นอาหารที่พร้อมประกอบเป็นอาหารโดยใช้เวลาไม่มากนัก ซึ่งวัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารที่เป็นอาหารสามารถที่จะส่งมอบให้แก่ผู้ซื้อได้ทันที สามารถรับประทานที่ร้านหรือนำออกไปรับประทานนอกร้าน และมีจำหน่ายหรือหาซื้อได้จากร้านอาหาร ร้านขายขนม และสถานที่อื่นๆทั่วไป ได้แก่

- 1) อาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช ไก่ทอดไก่ย่าง มันฝรั่ง สปาเก็ตตี้
- 2) อาหารระหว่างมือที่เป็นอาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้ ไอศกรีม ขนมอบ

ลักษณะคำถามในแบบสอบถาม

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความในช่องว่างให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง

- เพศ () ชาย () หญิง
- อายุปี (ระบุอายุปีเต็ม)
- ปัจจุบันท่านมีน้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร
- ศาสนา
() พุทธ () อิสลาม
() คริสต์ () อื่นๆ โปรดระบุ.....
- บุคคลที่ท่านอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน
() บิดา () ญาติ/ผู้ปกครอง
() มารดา () เพื่อนที่หอพัก/บ้านเช่า
() บิดา-มารดา () อื่นๆ โปรดระบุ.....
- เงินค่าอาหารที่ได้รับต่อสัปดาห์
() น้อยกว่า 300 บาท/สัปดาห์ () 301-350 บาท/สัปดาห์
() 351-400 บาท/สัปดาห์ () มากกว่า 400 บาท/สัปดาห์
() อื่นๆ โปรดระบุ.....



ตอนที่ 2 ความรู้ ความเข้าใจ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

2.1 ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด เพียงคำตอบเดียว

ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด	ลักษณะคำถาม
1. อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก คือ อาหารหรือขนมที่สั่งเร็ว ได้เร็ว กินเร็ว	ถูก
2. อาหารฟาสต์ฟู้ดมีส่วนประกอบหลัก คือ แป้ง ไขมัน เนื้อสัตว์ เกลือ	ถูก
3. การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะทำให้ขาดสารอาหารประเภทวิตามินได้ง่าย	ถูก
4. ในอาหารฟาสต์ฟู้ดทุกชนิดมีสารอาหารที่สมดุล	ผิด
5. อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่ให้พลังงานสูง	ถูก
6. อาหารฟาสต์ฟู้ดมีใยอาหารน้อย ถ้ารับประทานเป็นประจำ เสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งลำไส้	ถูก
7. เฟรนช์ฟรายส์มีไขมันอิ่มตัว “ไขมันทรานส์” ซึ่งเป็นไขมันที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดแข็งตัว	ถูก

ความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ด	ลักษณะคำถาม
8. วัยรุ่นควรจะกินขนมโดนัท ลูกเกี๋ย พร้อมกับน้ำอัดลม	ผิด
9. พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นอาหารที่มีเกลือค่อนข้างสูง มีผลทำให้ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น	ถูก
10. วัยรุ่นไม่ควรที่จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยๆ เพราะมีไขมันมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย	ถูก
11. อาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทโดนัทที่มีน้ำตาลปริมาณสูง ถ้ากินในปริมาณมากก่อให้เกิดโรคเบาหวาน และเป็นต้นเหตุของการเกิดฟันผุได้	ถูก
12. วัยรุ่นที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดมากเกินไปจนอ้วน มีแนวโน้มเป็นโรคอ้วน เมื่อเป็นผู้ใหญ่	ถูก

2.2 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาว่า ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อความนั้นๆอย่างไร โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โดยมีเกณฑ์ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนมาก

ไม่แน่ใจ เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นบางส่วน

ไม่เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนมาก

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด



เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ลักษณะคำถาม
1. อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่กินง่าย สะดวก รวดเร็ว และรสชาติอร่อย	ทางลบ
2. การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสิ่งโก้เก๋ ทันสมัย	ทางลบ
3. แฮมเบอร์เกอร์ เฟรนช์ฟราย ฮอตดอก เป็นอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่น	ทางลบ
4. อาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเหมาะแก่การกินเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ หรือไม่มีเวลาปรุงอาหาร	ทางลบ
5. การเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด งานฉลองนั้นช่วยให้ประหยัด	ทางลบ
6. ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมีบริการส่งถึงบ้าน สะดวกในการซื้อมากินร่วมกับครอบครัวช่วยให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่แนบแน่นยิ่งขึ้น	ทางลบ
7. อาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสำหรับที่จะกินเมื่อต้องการเปลี่ยนรสชาติจากอาหารแบบไทยๆ	ทางลบ
8. ท่านชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็น “เมนูชุดสุดคุ้ม” เพราะได้ปริมาณอาหารและน้ำอัดลมเพิ่มขึ้น	ทางลบ
9. ถ้าท่านได้รับเงินค่าอาหารเพิ่มขึ้น จะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยขึ้น	ทางลบ

เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ลักษณะคำถาม
10. ท่านชอบให้บิดา มารดา หรือผู้ปกครอง พาไปกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
11. ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเหมาะสมเป็นแหล่งสังสรรค์ในการพบปะเพื่อนๆ	ทางลบ
12. สื่อโฆษณาอาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบัน มีการนำเสนออย่างต่อเนื่องและน่าสนใจมาก ทำให้ต้องการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดมากขึ้น	ทางลบ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัว

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง (กรุณาตอบเพียงข้อเดียว)

3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัว

1. อายุของบิดาปี (ระบุอายุปีเต็ม)
2. อายุของมารดาปี (ระบุอายุปีเต็ม)
3. อายุของผู้ดูแล (ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว กรณีนักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา-มารดา)ปี (ระบุอายุปีเต็ม)



4. ระดับการศึกษาสูงสุดของ บิดา	ระดับการศึกษาสูงสุดของ มารดา	ระดับการศึกษาสูงสุดของ ผู้ดูแล (ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว) (กรณีนักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา-มารดา)
() 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา	() 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา	() 1. ต่ำกว่ามัธยมศึกษา
() 2. มัธยมศึกษาตอนต้น	() 2. มัธยมศึกษาตอนต้น	() 2. มัธยมศึกษาตอนต้น
() 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	() 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	() 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
() 4. อนุปริญญา/ปวส.	() 4. อนุปริญญา/ปวส.	() 4. อนุปริญญา/ปวส.
() 5. ปริญญาตรี	() 5. ปริญญาตรี	() 5. ปริญญาตรี
() 6. สูงกว่าปริญญาตรี	() 6. สูงกว่าปริญญาตรี	() 6. สูงกว่าปริญญาตรี
5. อาชีพของ บิดา	อาชีพของ มารดา	อาชีพของ ผู้ดูแล (ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว) (กรณีนักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา-มารดา)
() 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ	() 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ	() 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ
() 2. รับจ้างทั่วไป	() 2. รับจ้างทั่วไป	() 2. รับจ้างทั่วไป
() 3. เกษตรกรรม	() 3. เกษตรกรรม	() 3. เกษตรกรรม
() 4. ค้าขาย	() 4. ค้าขาย	() 4. ค้าขาย
() 5. ประกอบธุรกิจส่วนตัว	() 5. ประกอบธุรกิจส่วนตัว	() 5. ประกอบธุรกิจส่วนตัว
() 6. รับราชการหรือวิสาหกิจ	() 6. รับราชการหรือวิสาหกิจ	() 6. รับราชการหรือวิสาหกิจ
() 7. ทำงานบริษัท/เอกชน	() 7. ทำงานบริษัท/เอกชน	() 7. ทำงานบริษัท/เอกชน
() 8. อื่นๆ.....	() 8. อื่นๆ.....	() 8. อื่นๆ.....

6. รายได้เฉลี่ยของผู้ปกครองต่อเดือน

- () น้อยกว่า 10,001 บาท/เดือน () 10,001-20,000 บาท/เดือน
 () 20,001-30,000 บาท/เดือน () 30,001-40,000 บาท/เดือน
 () 40,001-50,000 บาท/เดือน () มากกว่า 50,000 บาท/เดือน



7. จำนวนสมาชิกในครอบครัวครอบครัว (รวมตัวท่าน)คน (กรณีท่านอยู่กับบิดามารดา/ผู้ดูแล)

8. ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองของท่านตรงกับข้อใด

- () การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย () การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
 () การอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจมาก () การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย
 () อื่นๆ โปรดระบุ.....

3.2 การปฏิบัติของครอบครัวเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด



3.2.1 ลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของครอบครัว	ลักษณะคำถาม
1. ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด	ทางลบ
2. ครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้	ทางลบ
3. โดยปกติครอบครัวของท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำอัดลมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
4. เมื่อมีโอกาสพิเศษครอบครัวของท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
5. ครอบครัวของท่านจะกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
6. ครอบครัวของท่านใช้บริการโทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน	ทางลบ
7. เมื่อคนในครอบครัวของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดจะเลือกเมนูที่มีผักหรือผลไม้ร่วมด้วย เพื่อให้ได้อาหารหลักครบ 5 หมู่	ทางบวก
8. ครอบครัวของท่านมักจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร	ทางลบ
9. คนในครอบครัวของท่านเชื่อว่าคนที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดนั้น ไก่เก็ง ทัศนสมัย	ทางลบ
10. ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะ "ง่าย สะดวก รวดเร็ว"	ทางลบ
11. ครอบครัวของท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเนื่องจากสถานที่สะอาด บรรยากาศดี	ทางลบ
12. ครอบครัวของท่านมักจะกินอาหารนอกบ้านที่ร้านเฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ

3.2.2 ลักษณะการดูแลของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของบุตร	ลักษณะคำถาม
1. ให้อิสระแก่ท่านในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง	ทางลบ
2. ฝึกให้ท่านลดสัดส่วนปริมาณอาหารมื้ออื่นในวันที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด เพื่อไม่ให้ได้รับปริมาณอาหารที่มากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย	ทางบวก
3. เมื่อท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด จะซื้อหรือเลือกอาหารที่เป็นผักและผลไม้ให้ท่านกินด้วย	ทางบวก
4. ผู้ปกครองไม่สนับสนุนให้กินอาหารฟาสต์ฟู้ดจำพวกเนื้อสัตว์ไขมัน	ทางบวก
5. ผู้ปกครองแนะนำไม่ให้ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ขายในโรงเรียน	ทางบวก
6. ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดแค่ 1 อย่าง แทนการสั่งเป็นชุดๆ	ทางบวก
7. ผู้ปกครองแนะนำให้ท่านกินของว่างที่เป็นผลไม้สด เพื่อเพิ่มคุณค่าทางอาหารในแต่ละวัน	ทางบวก
8. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเฉพาะเมื่อมีโอกาสสำคัญ หรือมีความจำเป็นจริงๆ	ทางบวก
9. ผู้ปกครองให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบต่อสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางบวก
10. ผู้ปกครองให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีคุณค่าทางอาหาร	ทางบวก
11. ผู้ปกครองให้รางวัลตอบแทนโดยนำพาท่านไปกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
12. ครอบครัวของท่าน ตอบสนองความต้องการท่านเมื่อท่านอยากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามที่โฆษณาหน้าจอโทรทัศน์ เช่น พิซซ่า ไข่ทอด	ทางลบ

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (เพื่อน โรงเรียน หรือสื่อ)

คำชี้แจง โปรดเลือกตอบคำถาม โดยเลือกกาเครื่องหมาย ✓ หรือ เติมข้อความ ในข้อ 4.1-4.3



4.1 พฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน

ลักษณะพฤติกรรมด้านบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อน	ลักษณะคำถาม
1. ท่านและเพื่อนมักจะนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า	ทางลบ
2. ท่านและเพื่อนมักสังสรรค์ด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์	ทางลบ
3. ท่านและเพื่อนมักสังสรรค์ด้วยการกินขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท ลูกกี	ทางลบ
4. ท่านและเพื่อนมักสังสรรค์กันด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดพร้อมเครื่องดื่มน้ำอัดลม	ทางลบ
5. การกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของเพื่อนๆท่าน เป็นการแสดงออกถึงการมีสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกัน	ทางลบ
6. เพื่อนในกลุ่มของท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า เพื่อแสดงออกถึงความทันสมัย	ทางลบ
7. เพื่อนของท่านใช้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นที่แสดงออกถึงความอิสระในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามความนิยมของกลุ่ม	ทางลบ
8. อิทธิพลจากเพื่อนลักษณะอื่นๆ ต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด (โปรดระบุ).....	

4.2 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน

4.2.1 ลักษณะแหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากโรงเรียน	ลักษณะคำถาม
1. โรงเรียนของท่านมีมาตรการการควบคุมร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางบวก
2. โรงเรียนของท่านมีการสอดแทรกเนื้อหาผลกระทบเกี่ยวกับเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดไว้ในวิชาเรียน	ทางบวก
3. โรงเรียนของท่านมีการให้ความรู้เรื่องคุณค่าทางโภชนาการและ สารอาหารในอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางบวก
4. โรงเรียนของท่านมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องโทษของการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางบวก
5. โรงเรียนของท่านมีการแนะนำวิธีปฏิบัติในการเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดให้ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่	ทางบวก

4.2.2 ภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียนของท่านมีอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทใดจำหน่ายบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)



อาหารฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายภายในโรงเรียนและรอบๆโรงเรียน	ลักษณะคำถาม
() 1. อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด	ทางลบ
() 2. อาหารฟาสต์ฟู้ดขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท คุกกี้	ทางลบ
() 3. เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม	ทางลบ
() 4. อื่นๆ โปรดระบุ.....	ทางลบ

4.3 แหล่งความรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อ

4.3.1 ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

ประเภทของสื่อ	ลักษณะคำถาม
สื่อมวลชน	
1. วิทยุ	ทางลบ
2. โทรทัศน์	ทางลบ
3. หนังสือพิมพ์	ทางลบ
4. นิตยสาร/วารสาร	ทางลบ
5. อินเทอร์เน็ต	ทางลบ

ประเภทของสื่อ	ลักษณะคำถาม
สื่อเฉพาะกิจ	
6. แผ่นพับ/ใบปลิว	ทางลบ
7. โปสเตอร์	ทางลบ
9. ป้ายโฆษณากลางแจ้ง	ทางลบ
8. โฆษณานบนแผ่นป้ายในรายการเกมส์โชว์ทางโทรทัศน์	ทางลบ
10. สื่อโฆษณาเคลื่อนที่ เช่น ป้ายโฆษณาท้ายรถรับจ้าง/รถประจำทาง	ทางลบ
11. สื่อโฆษณา ณ จุดขาย	ทางลบ
สื่อบุคคล	
12. เพื่อน	ทางลบ
13. ครู/อาจารย์	ทางลบ
14. บิดา-มารดา/ผู้ปกครอง	ทางลบ
15. คนในครอบครัวที่ไม่ใช่ผู้ปกครอง	ทางลบ
16. พนักงานขายของร้านฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ

ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

5.1 อาหารฟาสต์ฟู้ดที่กิน

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ลงใน ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง



1. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

รายการอาหารฟาสต์ฟู้ด	ลักษณะคำถาม
1.1 อาหารจานด่วนแบบตะวันตก เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด	ทางลบ
1.2 ขนมแบบตะวันตก เช่น เค้ก โดนัท ลูกเกด ไอศกรีม	ทางลบ
1.3 ดื่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมควบคู่กับอาหารจานด่วน/ขนมแบบตะวันตก	ทางลบ

2. ท่านชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดหรือไม่

() ชอบ (ข้ามไปตอบตอนที่ 5.2)	ทางลบ
() ไม่ชอบ	ทางบวก

3. กรณีที่ไม่ชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ด เนื่องจาก (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

- | | |
|---|--|
| () 1. ไม่เคยชินกับการรับประทานอาหารประเภทนี้ | () 2. รสชาติไม่ถูกปาก |
| () 3. ไม่ใช่อาหารของไทย | () 4. การให้บริการไม่ดี |
| () 5. ไม่มีคุณค่าทางอาหาร | () 6. ราคาแพงเกินไป |
| () 7. ความไม่สะดวกในการเดินทางไปซื้อ | () 8. บุคคลรอบข้างไม่สนับสนุนให้รับประทาน |
| () 9. อื่นๆ (โปรดระบุ) | |

5.2 ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ลงใน ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง

ลักษณะการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	ลักษณะคำถาม
1. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
2. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นมื้ออาหารปกติ	ทางลบ
3. เมื่อมีโอกาสพิเศษ ท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
4. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกับครอบครัว	ทางลบ
5. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า หรือร้านฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
6. ท่านใช้บริการโทรสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินที่บ้าน	ทางลบ
7. ท่านกินอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเลือกเมนูที่มีผักหรือผลไม้ เพื่อให้ได้รับอาหารครบ 5 หมู่	ทางบวก
8. ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเมนูที่มีแป้ง ไขมัน น้อย	ทางบวก
9. ท่านดื่มเครื่องดื่มน้ำอัดลมร่วมกับการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
10. ท่านออกกำลังกายทุกครั้งในวันที่กินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางบวก
11. ท่านเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแก้หิวในภาวะเร่งรีบ ซึ่งผู้ปกครองไม่มีเวลาปรุงอาหาร	ทางลบ
12. ในยามที่ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร ท่านจะเลือกกินอาหารฟาสต์ฟู้ด แทนอาหารไทยทั่วไป	ทางลบ
13. ท่านกินอาหารนอกบ้านที่ร้านแฟรนไชส์ประเภทฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ
14. ท่านมีอิสระในการที่จะตัดสินใจเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดมากินด้วยตนเอง	ทางลบ
15. หลังจากกินอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ร้านแล้ว ท่านจะซื้อกลับบ้านกินที่บ้านด้วย	ทางลบ
16. ท่านและเพื่อนนัดพบกันที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดตามศูนย์การค้า	ทางลบ
17. ท่านสังสรรค์กับเพื่อนด้วยการกินอาหารฟาสต์ฟู้ด	ทางลบ

ตอนที่ 6 ข้อเสนอแนะ

การปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น ท่านคิดว่าควรทำอย่างไรในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง ด้านครอบครัว ด้านเพื่อน ด้านโรงเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก)

6.1 ท่านคิดว่า

ควรมีการปฏิบัติตัวอย่างใดเกี่ยวกับการปรับปรุงพฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

- () 1. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดจากสื่อต่างๆเพิ่มเติมสม่ำเสมอ เช่น คุณค่าทางอาหาร ผลกระทบทางสุขภาพ
- () 2. ปรับเปลี่ยนเจตคติเกี่ยวกับการบริโภค โดยไม่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะมองว่าเป็นอาหารแป่ชั้น ไร้คุณค่า

- () 3. คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่เหมาะสมกับร่างกาย โดยรับประทานให้ครบ 5 หมู่
- () 4. ไม่กินอาหารฟาสต์ฟู้ดบ่อยเกินไป
- () 5. ไม่บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดควบคู่กับน้ำอัดลม
- () 6. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

6.2 ด้านครอบครัว

ท่านคิดว่าบิดา-มารดาหรือผู้ดูแลที่ไม่ใช่บิดามารดาควรปฏิบัติอย่างไร เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

- () 1. ควรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างแก่บุตรวัยรุ่นในการลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 2. ควรให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่บุตรวัยรุ่น
- () 3. ให้คำแนะนำในการเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีคุณค่าทางอาหารและดีต่อสุขภาพแก่บุตรวัยรุ่น
- () 4. ควรปรุงอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่ ให้บุตรวัยรุ่นรับประทาน
- () 5. ควรเสริมสร้างเจตคติต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ถูกต้องเหมาะสมให้แก่บุตรวัยรุ่น
- () 6. ไม่ส่งเสริมบุตรวัยรุ่นให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดด้วยวิธีการต่างๆ อาทิ ให้รางวัลแก่บุตรวัยรุ่นด้วยการซื้อ ให้เงินไปซื้อ หรือพาไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

6.3 ด้านเพื่อน

ท่านคิดว่ากลุ่มเพื่อนควรปฏิบัติอย่างไร เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นด้วยกัน

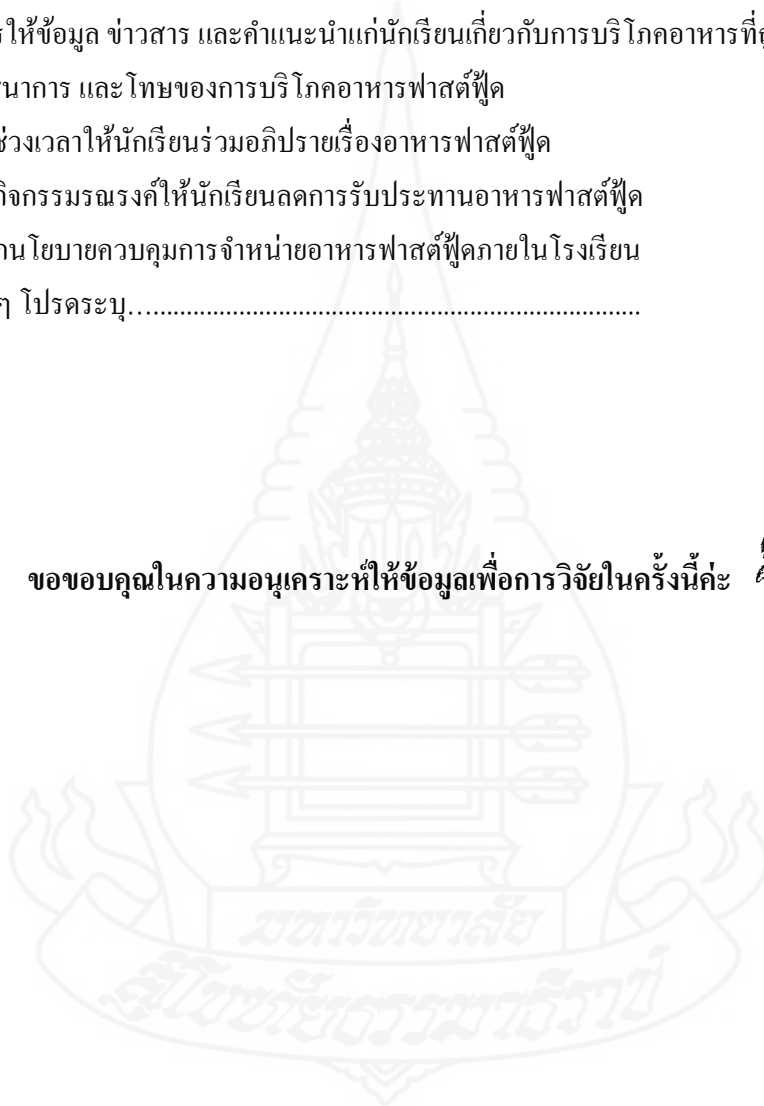
- () 1. ควรเปลี่ยนสถานที่นัดพบปะสังสรรค์กันของเพื่อนๆ จากตามร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่อื่น
- () 2. หลีกเลี่ยงหรือลดการสังสรรค์กันด้วยอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเลือกสังสรรค์กันด้วยผลไม้หรืออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่แทน
- () 3. เปลี่ยนเจตคติของเพื่อนๆ ในกลุ่ม โดยให้มองว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดตามห้างสรรพสินค้า ไม่ใช่การแสดงออกถึงความทันสมัย
- () 4. รวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ในการออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์
- () 5. ชักชวนเพื่อนๆ ร่วมจัดกิจกรรม/ นิทรรศการเพื่อรณรงค์ลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของโรงเรียน
- () 6. แลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลใหม่ๆ เกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดร่วมกันกับเพื่อนๆ
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

6.4 ด้านโรงเรียน

ท่านคิดว่าโรงเรียนควรทำอย่างไรเกี่ยวกับการปรับปรุงพฤติกรรมการกินอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

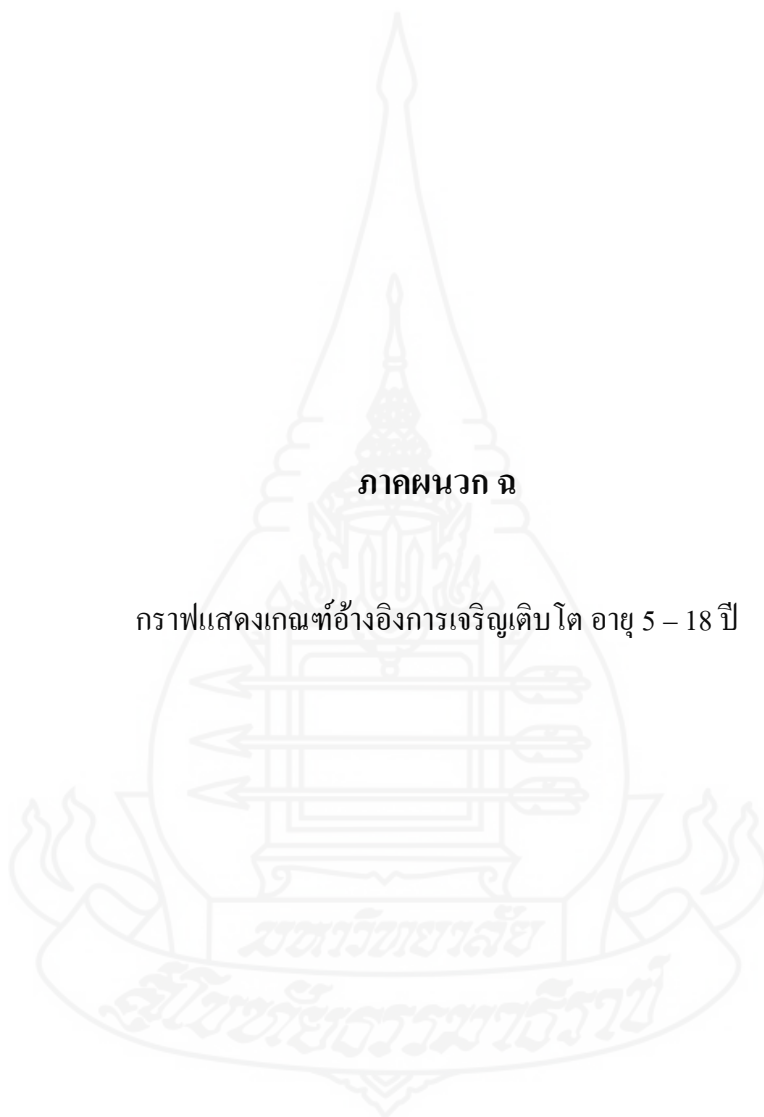
- () 1. ให้ความรู้เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดแก่นักเรียนโดยสอดแทรกเนื้อหาไว้ในวิชาเรียน
- () 2. เสริมสร้างทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 3. ควรให้ข้อมูล ข่าวสาร และคำแนะนำแก่นักเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และโทษของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 4. จัดช่วงเวลาให้นักเรียนร่วมอภิปรายเรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 5. จัดกิจกรรมรณรงค์ให้นักเรียนลดการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด
- () 6. ออกนโยบายควบคุมการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดภายในโรงเรียน
- () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....

ขอขอบคุณในความอนุเคราะห์ที่ให้ข้อมูลเพื่อการวิจัยในครั้งนี้ค่ะ

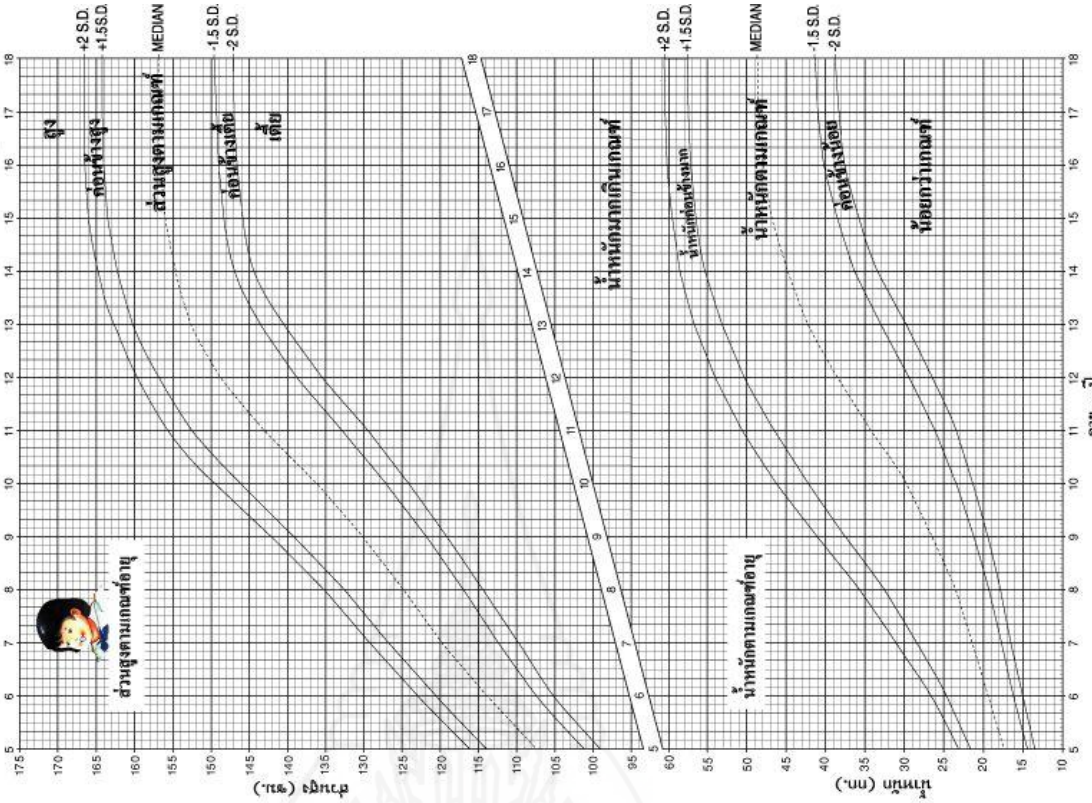


ภาคผนวก ฉ

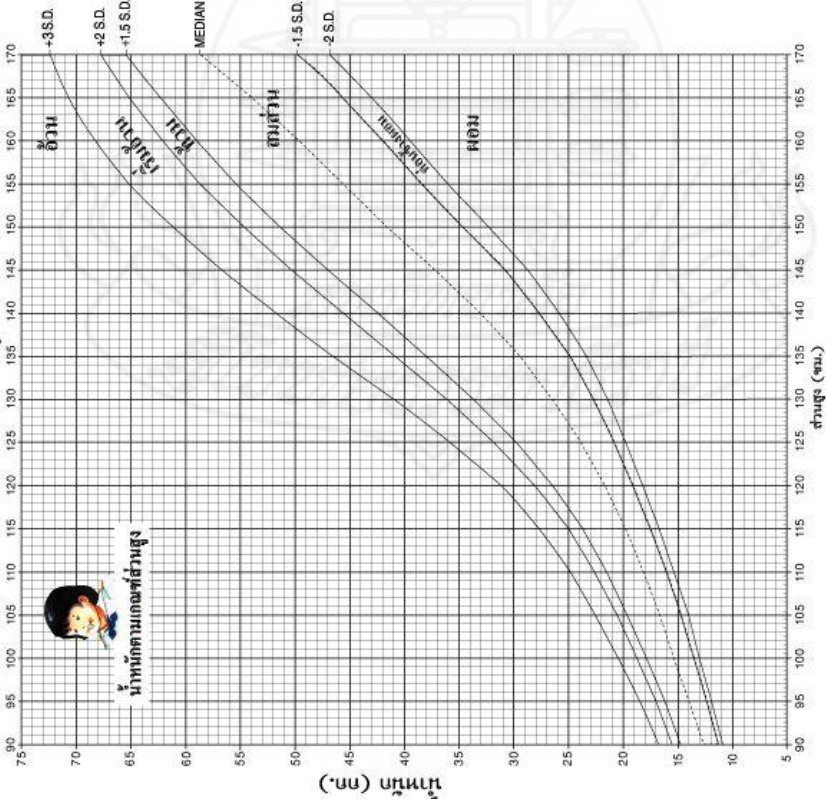
กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต อายุ 5 – 18 ปี



กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต

ส่วนสูงตามเกณฑ์สูง
 เป็นตัวชี้วัดที่บ่งชี้ถึงภาวะโภชนาการที่ดีเกินไป ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น การรับประทานอาหารที่มีพลังงานสูงเกินไป การขาดการออกกำลังกาย และการขาดการออกกำลังกายเป็นประจำ

ส่วนสูงตามเกณฑ์
 เป็นตัวชี้วัดที่บ่งชี้ถึงภาวะโภชนาการที่เหมาะสม ซึ่งหมายถึงการมีน้ำหนักตัวที่เหมาะสมตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

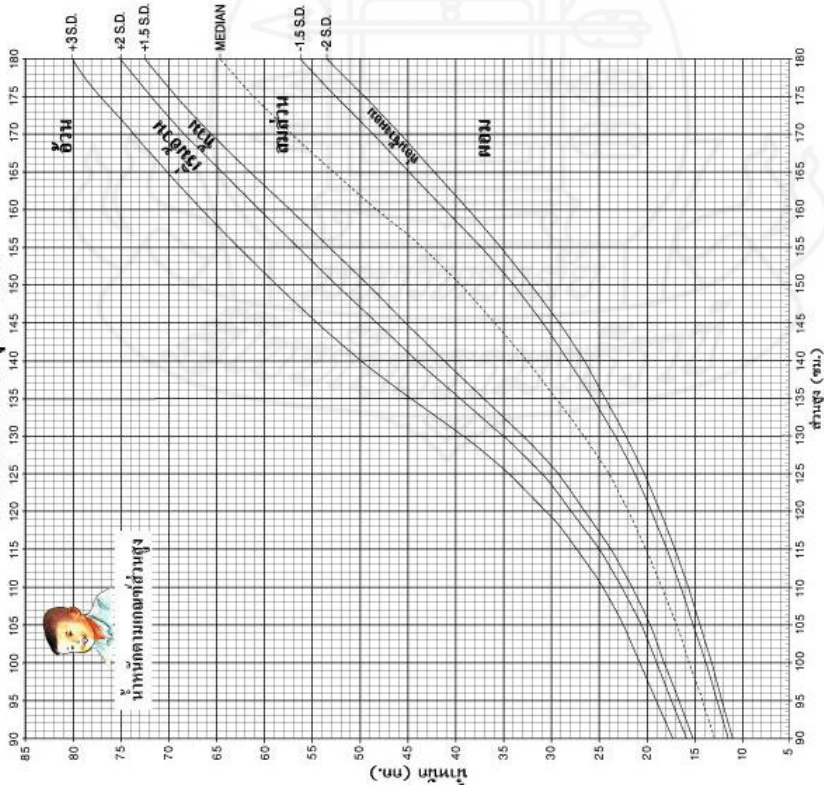
ส่วนสูงตามเกณฑ์ต่ำ
 เป็นตัวชี้วัดที่บ่งชี้ถึงภาวะโภชนาการที่ไม่ดี ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น การขาดการรับประทานอาหารที่มีพลังงานสูงเกินไป การขาดการออกกำลังกาย และการขาดการออกกำลังกายเป็นประจำ

ส่วนสูงตามเกณฑ์ต่ำสุด
 เป็นตัวชี้วัดที่บ่งชี้ถึงภาวะโภชนาการที่ไม่ดี ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น การขาดการรับประทานอาหารที่มีพลังงานสูงเกินไป การขาดการออกกำลังกาย และการขาดการออกกำลังกายเป็นประจำ

หมายเหตุ : เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตเป็นเพียงแนวทางเท่านั้น การใช้ข้อมูลเหล่านี้เพื่อวินิจฉัยโรคหรือภาวะสุขภาพควรใช้ร่วมกับข้อมูลทางการแพทย์อื่น ๆ

ที่มา : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๖๓

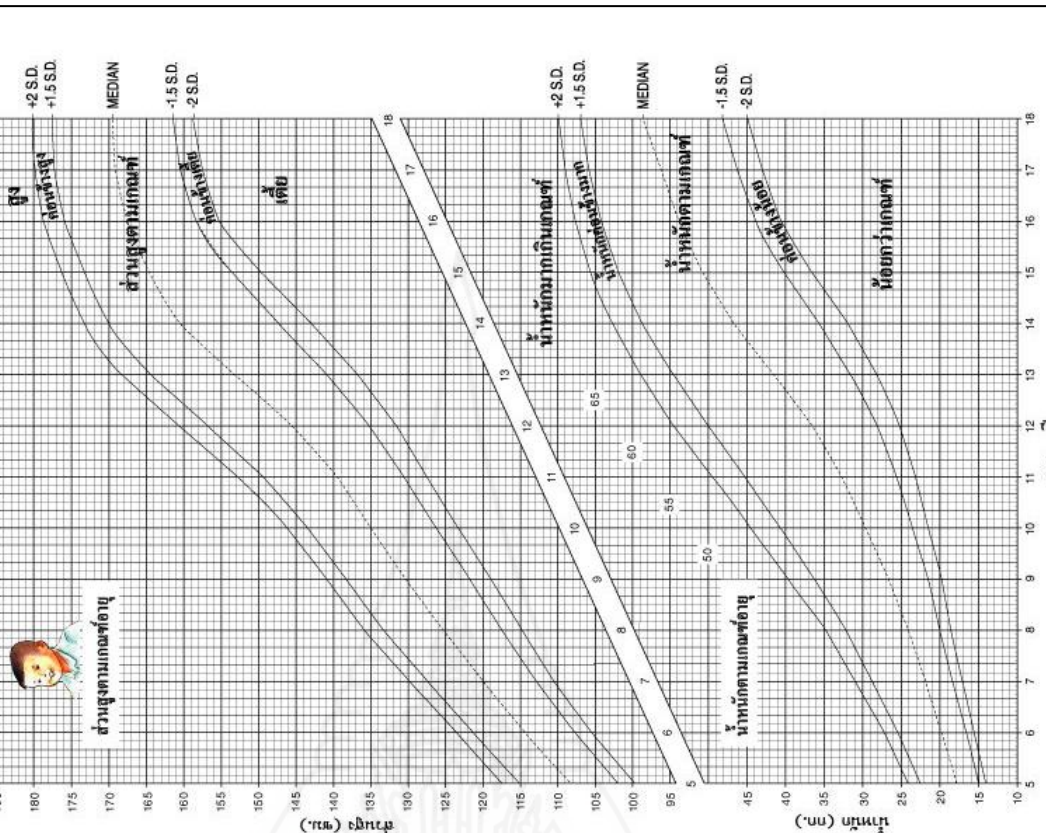
กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



วิธีการอ่านกราฟ

- น้ำหนักตามเกณฑ์สูง**
แสดงภาวะอ้วน-อสม
จุดข้อมูลมากกว่าอยู่ที่จุดใด
ส่วนนี้คือความแปรปรวนที่มากกว่าปกติ
ที่จุดใด อ่านผลการอ่านที่จุดนั้น :
สูง อ้วนเกินไป ส่วนสูงตามเกณฑ์
ตัวรับอ้วน เต็ม
- น้ำหนักตามเกณฑ์สูง**
แสดงภาวะอ้วน-อสม
จุดข้อมูลมากกว่าอยู่ที่จุดใด
ส่วนนี้คือความแปรปรวนที่มากกว่าปกติ
ที่จุดใด อ่านผลการอ่านที่จุดนั้น :
สูง อ้วนเกินไป ส่วนสูงตามเกณฑ์
ตัวรับอ้วน เต็ม
- น้ำหนักตามเกณฑ์สูง**
แสดงภาวะอ้วน-อสม
จุดข้อมูลมากกว่าอยู่ที่จุดใด
ส่วนนี้คือความแปรปรวนที่มากกว่าปกติ
ที่จุดใด อ่านผลการอ่านที่จุดนั้น :
สูง อ้วนเกินไป ส่วนสูงตามเกณฑ์
ตัวรับอ้วน เต็ม

กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



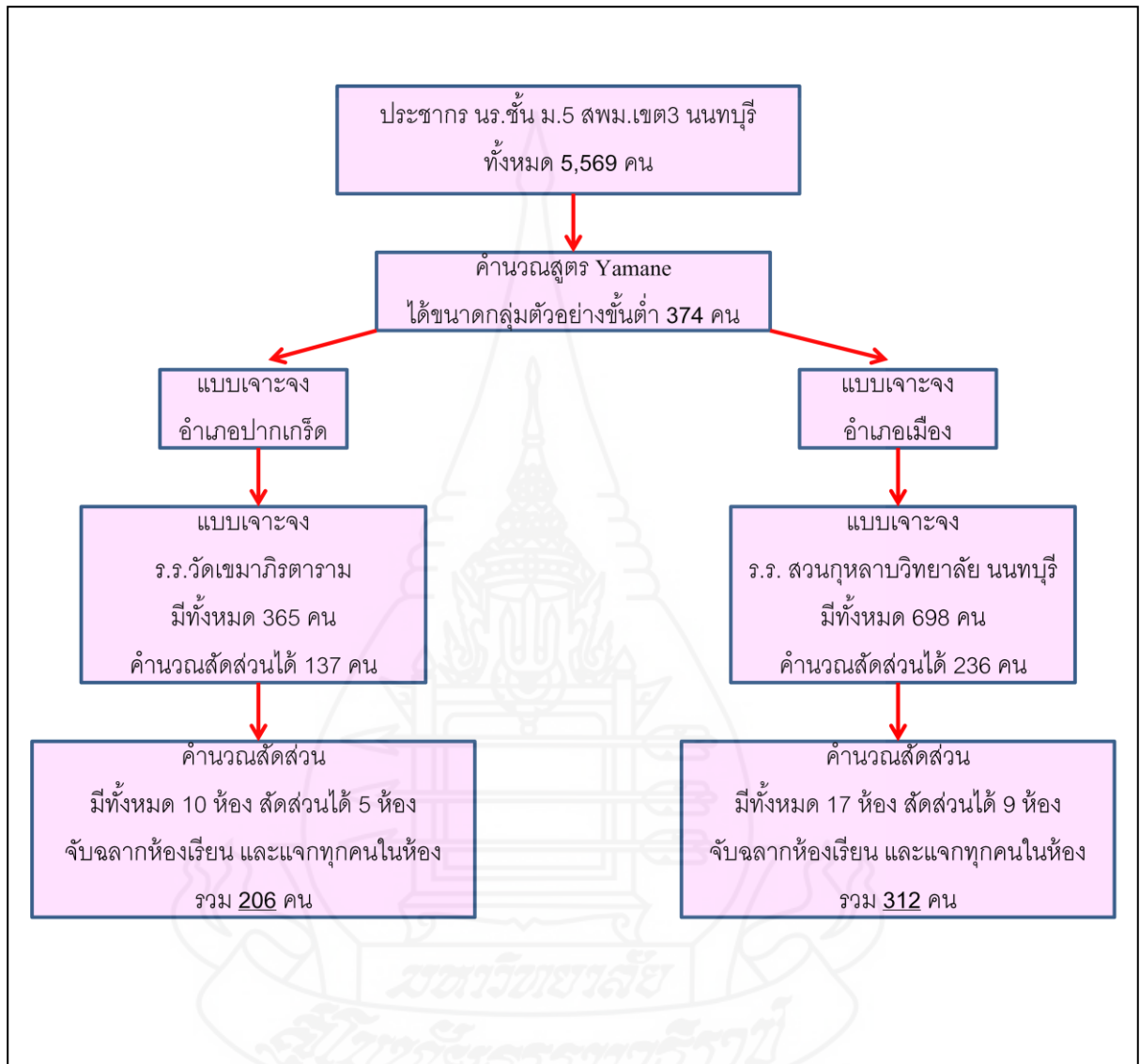
ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ อายุ 5 ปี - 18 ปี

ภาคผนวก ข

ขั้นตอนการเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่าง



แผนภาพ แสดงขั้นตอนการเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวจรรยา พึ่งสอน
วัน เดือน ปีเกิด	25 กันยายน 2526
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
ประวัติการศึกษา	ค.บ. (เทคโนโลยีและนวัตกรรมการศึกษา) มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร พ.ศ.2549
สถานที่ทำงาน	โครงการวิจัยสุขภาพ Thai Health-Risk Transition: a National Cohort Study อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
ตำแหน่ง	Data Manager

