

ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ปริญญาานิพนธ์  
ของ  
น้ำทิพย์ ชื่นน้อย

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา  
กรกฎาคม 2560

ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

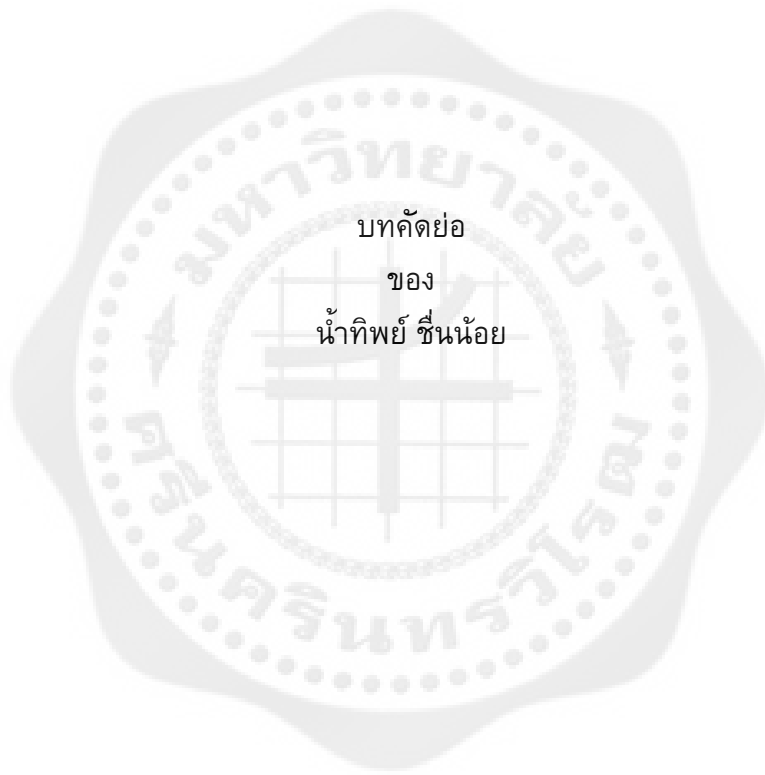


เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

กรกฎาคม 2560

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา  
กรกฎาคม 2560

น้ำทิพย์ ชื่นน้อย. (2560). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญาโท กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา).  
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษา:  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุนันทา ศรีศิริ .

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) และเพื่อศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารรวมทั้งศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มศว กลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มศว ที่ได้มาโดยสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) จำนวน 432 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S) การทดสอบค่าที (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างในเชิงสถิติทำการเปรียบเทียบพหุคูณ (Multiple Comparison) ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe's Method) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ผลการศึกษาพบว่า 1) นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มศว ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า นิสิตมีข้อพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับไม่ดี ได้แก่ นิสิตรับประทานอาหารผลไม้สดหลังอาหารทุกมื้อ นิสิตรับประทานอาหารที่มีกรรมวิธีประกอบอาหารด้วยการนั่งต้มมากกว่าการทอด ในแต่ละวันนิสิตรับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่ และรับประทานอาหารว่างระหว่างมื้อ 2) ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อจำแนกตามปัจจัยนำ ได้แก่ เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และเจตคติของการบริโภคอาหาร พบว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มศว ที่มีรายรับแตกต่างกัน และมีเจตคติของการบริโภคอาหารแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนเพศ กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ไม่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน 3) ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อจำแนกตามปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภคอาหาร และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับการมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่แตกต่างกันไม่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน 4) ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อจำแนกตามปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน พบว่า การได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการได้รับ

แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน ที่แตกต่างกัน ไม่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน 5) ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คือ รายรับของนิสิต เจตคติของการบริโภคอาหาร การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อ มีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ร้อยละ 17.1 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05



PREDICTION FACTORS OF FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR AMONG FIRST YEAR  
UNDERGRADUATE STUDENTS IN SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY



AN ABSTRACT  
BY  
NAMTIP CHEUNNOI

Presented in partial fulfillment of the requirements for the  
Master of Education degree in Health Education and Physical Education  
At Srinakharinwirot University

July 2017

Namtip Cheunnoi. (2017). *Prediction Factors of Eating Behavior in First Year Undergraduate Students at Srinakharinwirot University*. Master's thesis, M.Ed. (Health Education and Physical Education). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University.  
Advisor :Assistant Professor Dr.Sunanta Srisiri.

The objectives of this research were to study the food consumption behavior of first year undergraduate students at Srinakharinwirot University (SWU), investigate the predisposing, reinforcing and enabling factors affect the food consumption behavior and analyze the prediction factors. The sample was four hundred and thirty two of first year undergraduate students at Srinakharinwirot University by stratified random sampling. The data-gathering instruments used in the research were a questionnaire. The data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test, one-way analysis of variance, multiple comparison by scheffe's method, stepwise multiple regression analysis.

The results of the study were as follows: 1) Among first year undergraduate students in SWU had overall food consumption behavior level at fair. When considering each of the food consumption behavior, it was found that students eat fresh fruit after every meal, students eat food with cooking methods by steaming rather than frying and students eat the whole 5 groups in everyday were at a bad level. 2) The food consumption behavior of first year undergraduate students with different predisposing factors were found that different income and different attitudes were affected the food consumption behavior with statistical significance at the level of .05. Whereas it was expressed no differences in factors of gender, major, knowledge. 3) The food consumption behavior of first year undergraduate students with different reinforcing factors were found that the different access of food that promotes food consumption behavior was affected the food consumption behavior at a statistically significant level of .05. However, there are no different places to eat was affected the food consumption behavior. 4) The food consumption behavior of first year undergraduate students with different enabling factors were found that the supportive of different media influences were affected the food consumption behavior at a statistically significant level of .05. Nevertheless, it was expressed no differences in getting strong support from family and support from friends. 5) The income of the students and their attitudes, the access of food, and media support can be predicted to operation effectively in the food consumption behavior among first year undergraduate students in Srinakharinwirot University at 17.1% at a statistically significant level of .05.

ปริญญาโท

เรื่อง

ปัจจัยทำนายพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ของ

น้ำทิพย์ ชื่นน้อย

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

วันที่..... เดือน ..... พ.ศ.2560

อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

คณะกรรมการสอบปริญญาโท

.....ที่ปรึกษา

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ)

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรา สุนทรทรัพย์)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐสิน)

# สารบัญ

บทที่	หน้า
<b>1 บทนำ</b> .....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	2
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตการวิจัย.....	3
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	3
ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
สมมติฐานการวิจัย.....	7
<b>2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b> .....	8
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	9
ความหมายของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	9
พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น.....	9
แนวคิดแบบจำลอง Precede FRAMEWORK.....	11
ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	13
ปัจจัยนำที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	13
เพศ.....	13
รายรับ.....	13
กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน.....	13
ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาหาร.....	14
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร.....	14
ปัจจัยเอื้อที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	16
การมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร.....	16
การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	16
ปัจจัยเสริมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	16
แรงสนับสนุนจากสื่อ.....	17
แรงสนับสนุนจากครอบครัว.....	17

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
<b>2 (ต่อ)</b>	
แรงสนับสนุนจากเพื่อน.....	17
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า.....	18
งานวิจัยในประเทศ.....	18
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	21
<b>3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....</b>	<b>23</b>
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	23
การสร้างเครื่องมือ.....	24
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	30
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	30
<b>4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....</b>	<b>31</b>
<b>5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....</b>	<b>56</b>
ความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า.....	56
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	58
อภิปรายผล.....	59
ข้อเสนอแนะ.....	63
<b>บรรณานุกรม.....</b>	<b>64</b>
<b>ภาคผนวก.....</b>	<b>69</b>
ภาคผนวก ก.....	70
ภาคผนวก ข.....	78
ภาคผนวก ค.....	80
ภาคผนวก ง.....	86
<b>ประวัติย่อผู้วิจัย.....</b>	<b>88</b>

## บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ตารางสอนรายวิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle) ภาคการศึกษา 2/2559 .....	23
2 ตารางประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	24
3 จำนวนร้อยละ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .....	32
4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ ของพฤติกรรม .....	33
5 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน .....	34
6 จำนวนและร้อยละความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .....	35
7 ร้อยละ ของความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ.....	36
8 จำนวนและร้อยละเจตคติของการบริโภคอาหารเกี่ยวกับพฤติกรรม การบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ...	37
9 จำนวนและร้อยละเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ	37
10 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของ นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม เพศ .....	38
11 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม รายรับของนิสิต.....	38
12 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม รายรับของนิสิต	49
13 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน .....	50
14 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ความรู้เกี่ยวกับการบริโภค อาหาร.....	40

## บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
15 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม เจตคติของการบริโภค อาหาร .....	41
16 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม เจตคติของการ บริโภคอาหาร .....	41
17 จำนวนและร้อยละปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.....	42
18 จำนวนและร้อยละปัจจัยทางด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภค อาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .....	43
19 ค่าเฉลี่ยของ ปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภค ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ.....	43
20 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ปัจจัยด้านการมี เอื้อต่อการบริโภคอาหาร.....	44
21 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ปัจจัยด้านการมี สถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร.....	44
22 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม การมีสถานที่เอื้อต่อการ บริโภคอาหาร.....	45
23 จำนวน และร้อยละ ของปัจจัยเสริม ด้าน แรงสนับสนุนจากจากสื่อ ของนิสิต ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.....	46
24 จำนวนร้อยละ ปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากจากครอบครัว และแรงสนับสนุน จากเพื่อนของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ	46
25 ค่าเฉลี่ยของ ปัจจัยเสริม คือ แรงสนับสนุนจากจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ .....	47
26 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม แรงสนับสนุนจากจากสื่อ...	48

## บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
27 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร .....	49
28 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม แรงสนับสนุนจากครอบครัว.....	50
29 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม แรงสนับสนุนจากครอบครัว	50
30 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปร ปัจจัยนำ ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒกลุ่มตัวอย่าง 432 คน	51
31 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปร ปัจจัยเอื้อ ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒกลุ่มตัวอย่าง 432 คน	52
32 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนาย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปรปัจจัยเสริมของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒกลุ่มตัวอย่าง 432 คน	53
33 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนาย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปร ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒกลุ่มตัวอย่าง 432 คน	54

# บทที่ 1

## บทนำ

### ภูมิหลัง

สังคมไทยปัจจุบันได้รับกระแสโลกาภิวัตน์ ที่ก้าวไปสู่ความเป็นหนึ่งเดียวในการเชื่อมต่อกันระหว่างประเทศ ในด้านเศรษฐกิจ การเมือง เทคโนโลยี สังคมและวัฒนธรรม ส่งผลให้คนไทยมีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไปจากอดีต ศ.นพ.ประเวศ วะสี กล่าวไว้ว่า “วันนี้ชีวิตของผู้บริโภคเมืองไทย ถูกล้อมไว้ด้วยสารพัดพิษ แผ่นดินของเราประดุจแผ่นดินอาบยาพิษ แม้แต่ในสิ่งที่ถือว่าเป็นปลอดภัยที่สุดสำหรับมนุษย์ คือ มดลูกซึ่งธรรมชาติสร้างสิ่งแวดลอมไว้ให้ ปลอดภัยที่สุด ก็ยังไม่วายถูกสารพิษซึมเข้าไปเล่นงานทำให้เกิดความพิการ และผิดปกติทางดีเอ็นเอ”(สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค.2554: ออนไลน์)แสดงให้เห็นว่าคนไทยมีการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ไม่ปลอดภัยและถือได้ว่าเป็นสิ่งที่น่ากังวลสำหรับสังคมไทย

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทยที่เกิดจากค่านิยมในปัจจุบัน พบว่ามีหลากหลาย เช่น พฤติกรรมบริโภคนิยม ซึ่งจะมีลักษณะที่ชอบบริโภคเป็นหลัก ไม่ได้คำนึงถึงสุขภาพ ชอบรับประทานอาหารอร่อยเกินความจำเป็น พฤติกรรมเลียนแบบต่างประเทศ เช่น รับประทานอาหารต่างชาติ เช่น ญี่ปุ่น เกาหลี หรือ ยุโรป ตลอดจนวัยรุ่นจะเน้นการรับประทานอาหารจานด่วน หรืออาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งเป็นอาหารที่สามารถรับประทานได้ทันที เช่น แฮมเบอร์เกอร์ โดนัท พิซซ่า ไก่ทอด เป็นต้น ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมักจะทำให้พลังงานมากและเกินความต้องการของร่างกายซึ่งหากรับประทานบ่อยๆก็อาจจะทำให้เกิดภาวะโรคอ้วนได้ หรือกล่าวได้ว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นสาเหตุหลักของปัญหาภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานและโรคอ้วน(กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.2550: ออนไลน์)

ทั้งนี้เมื่อพิจารณาจากสถิติของโรคอ้วนในวัยรุ่นมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ผลสำรวจล่าสุด พบว่าคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปเป็นโรคอ้วน ติดอันดับ 5 ของเอเชียแปซิฟิก โดยมีภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานมากถึง 17 ล้านคนทั่วประเทศ และยังมีแนวโน้มรุนแรงมากขึ้นอีกประมาณ 4 ล้านคนต่อปี นอกจากนี้ คนไทยที่อ้วนกว่าครึ่งหนึ่ง เมื่อเจาะเลือดหาไขมันในร่างกายแล้วพบว่าร้อยละ 70 มีปัญหาไขมันสูงเกินมาตรฐานทำให้รัฐบาลต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษามากกว่าปีละ 1 แสนล้านบาท (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.2555: ออนไลน์)

การเปลี่ยนแปลงภาวะทางสังคมของวัยรุ่นโดยการเข้าสู่การเรียนในระดับอุดมศึกษา นิสิตนักศึกษาต้องดูแลและรับผิดชอบตนเองมากขึ้น รวมทั้งกรณีที่นิสิตนักศึกษาเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยที่ตั้งอยู่นอกภูมิลำเนาของตนเอง จำเป็นต้องพักอาศัยที่หอพักทั้งในและนอกมหาวิทยาลัย นิสิต นักศึกษามีความเป็นอิสระและมีอำนาจในการตัดสินใจด้วยตนเอง ในหลาย ๆ ด้าน ได้แก่ การใช้จ่ายเงิน การกระทำกิจกรรมต่าง ๆ การเลือกรับประทานอาหาร เป็นต้น ประกอบกับรูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิต นักศึกษาหรือวัยรุ่นมีเปลี่ยนไปตามยุคสมัย การอยู่หอพักและชีวิต

ส่วนใหญ่ในรั้วมหาวิทยาลัย ทำให้นิสิตนักศึกษาขาดการดูแลเรื่องการบริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ดังนั้นมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจึงได้ให้ความสำคัญในการมีสุขภาพที่ดีของนิสิต เพราะสุขภาพมีผลต่อกระบวนการเรียนรู้ ทั้งนี้จากการวิจัยของ(วนิดา แก้วช่อมและนรินทร์ สังข์รักษา. 2553: 114) เรื่องพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัด นครปฐม: กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และ มหาวิทยาลัยศิลปากร พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารขยะ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง และการศึกษาของ (ศิริรักษ์ กิจชนะไพบุลย์.2555: 20) เรื่องพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับ ปานกลาง

ด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องของนิสิต มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ เนื่องจากนิสิต คือเยาวชนกลุ่มสำคัญที่จะเป็นกำลังในการพัฒนา ประเทศในอนาคต นอกจากนี้ผู้วิจัยเห็นว่ายังไม่มีการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารใน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเพื่อวิเคราะห์หาปัจจัยทำนายที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร อีกทั้งยังมีตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตยังไม่ได้นำมาศึกษา ผู้วิจัยจึงได้นำทฤษฎี PRECEDE FRAMEWORK เป็นคำย่อมาจาก (Predisposing Reinforcing and Enabling Constructs in Educational/Ecological Diagnosis and Evaluation) ซึ่ง ประกอบด้วยปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ผลการวิจัย จะได้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ สามารถหาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพและลดค่าใช้จ่ายในการ บริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ไม่มีประโยชน์ และมีราคาแพง และสามารถใช้เป็นแนวทางในการให้ ความรู้ จัดหา ให้บริการหรือจัดทำโครงการที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้นิสิตนักศึกษามีสุขภาพที่ดีต่อไป

### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

## ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒว่ามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารถูกต้องหรือไม่ถูกต้องอย่างไร
2. ทำให้ทราบปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ผลการศึกษาค้นคว้าเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพและลดค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ไม่มีประโยชน์ และมีราคาแพง
4. ผลการศึกษาค้นคว้าเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒต่อไปในอนาคต

## ขอบเขตของการวิจัย

### ประชากรที่ใช้ในงานวิจัย

ประชากร คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เรียนรายวิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle) จำนวน 1,186คน (จากจำนวนนิสิตที่ลงทะเบียนวิชา SWU 145 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559)

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ลงทะเบียนเรียนวิชา SWU 145 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร Taro Yamane (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์.2550:26) และทำการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) ตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา จากนั้นสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายกับ ตอนที่เรียน จนได้ครบตามจำนวนที่กำหนดไว้จำนวน 432 คน

### ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรพยากรณ์ ได้แก่

### ปัจจัยนำ

- เพศ
- รายรับของนิสิต
- กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน
- ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
- เจตคติของการบริโภคอาหาร

### ปัจจัยเอื้อ

- การมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร
- การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

### ปัจจัยเสริม

- แรงสนับสนุนจากสื่อ
- แรงสนับสนุนจากครอบครัว
- แรงสนับสนุนจากเพื่อน

### ตัวแปรเกณฑ์

คือพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

### นิยามศัพท์เฉพาะ

**1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร** หมายถึง การกระทำ หรือการปฏิบัติ ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเกี่ยวกับ การบริโภคอาหาร การบริโภคน้ำตาล การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ และการบริโภคอาหารเข้า

**2. ปัจจัยนำ** หมายถึง ปัจจัยภายในบุคคลที่เป็นพื้นฐานที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งประกอบด้วย เพศ รายรับ กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

**2.1 เพศ** หมายถึง เพศชายและเพศหญิงของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

**2.2 รายรับของนิสิต** หมายถึง จำนวนเงินที่ได้จากผู้ปกครอง หรือ รายได้พิเศษที่นิสิตสามารถทำงานมาเองได้ เป็นรายเดือน โดยยังไม่ได้หักค่าใช้จ่าย โดยแบ่งเป็น 6 กลุ่ม คือ ต่ำกว่า 3,000 บาท, 3,000 -5,000 บาท, 5,001 – 7,000บาท, 7,001 – 9,000 บาท, 9,001 – 10,000 บาท และมากกว่า 10,000 บาท

**2.3 กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน** หมายถึงกลุ่มสาขาวิชาที่นิสิตปริญญาตรีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เรียน จำแนกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1.กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ประกอบด้วย คณะมนุษยศาสตร์ ,คณะศึกษาศาสตร์,คณะสังคมศาสตร์ และคณะศิลปกรรมศาสตร์ 2. กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ประกอบด้วย คณะแพทยศาสตร์ ,คณะทันตแพทยศาสตร์ , คณะพยาบาลศาสตร์ ,คณะเภสัชศาสตร์ ,คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพลศึกษา 3.กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ประกอบด้วย คณะวิทยาศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์

**2.4 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร** หมายถึง ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การบริโภคน้ำตาล การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ และการบริโภคอาหารเข้า

**2.5 เจตคติของการบริโภคอาหาร** หมายถึงความเชื่อ ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อการบริโภคอาหาร การบริโภคน้ำตาล การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่และการบริโภคอาหารเข้า

**3. ปัจจัยเอื้อ** หมายถึงปัจจัยภายนอกตัวบุคคล และสิ่งที่เป็นแหล่งทรัพยากรที่จำเป็นที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมซึ่งประกอบด้วย การมีสถานที่ และการมีอาหารที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เช่น การมีร้านค้าอยู่ใกล้สถานที่พัก การมีโรงอาหารอยู่ใกล้หรือในบริเวณตึกที่เรียน การมีอาหารที่ซื้อเก็บไว้ในบ้านหรือที่พักเพื่อสะดวกในการหยิบมาบริโภค

**3.1 การมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร** หมายถึง บริเวณรอบที่พักอาศัย มีแหล่งทรัพยากรที่จะเอื้อให้เกิดการบริโภคอาหาร เช่น มีร้านสะดวกซื้ออยู่ใกล้ที่พัก หรือใกล้หอพัก เป็นต้น

**3.2 การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร** หมายถึง ในที่พักอาศัย มีแหล่งทรัพยากรที่จะเอื้อให้เกิดการบริโภคอาหาร เช่น การมีอาหารที่ซื้อเก็บไว้ในบ้านหรือที่พักเพื่อสะดวกในการหยิบมาบริโภค เป็นต้น

**4. ปัจจัยเสริม** หมายถึง ปัจจัยภายนอกตัวบุคคลที่มีส่วนสนับสนุนส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมบริโภคซึ่งประกอบด้วย

**4.1 แรงสนับสนุนจากสื่อ** หมายถึง ปริมาณข้อมูล สื่อที่จูงใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจากในสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ อินเทอร์เน็ต หนังสือพิมพ์ วารสาร แผ่นพับ ที่นิสิตได้เคยรับรู้

**4.2 แรงสนับสนุนจากครอบครัว** หมายถึง บุคคลที่อาศัยอยู่ในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดา ญาติ พี่น้อง ที่ได้จัดการเตรียมอาหารหรือปรุงอาหารไว้ที่บ้าน รวมถึงการจัดซื้อเตรียมอาหารไว้ที่บ้านสำหรับการบริโภคให้สามารถนำมาบริโภคได้ตลอดเวลา

**4.3 แรงสนับสนุนจากเพื่อน** หมายถึง การชักชวน การเลียนแบบพฤติกรรมบริโภคของเพื่อนๆ

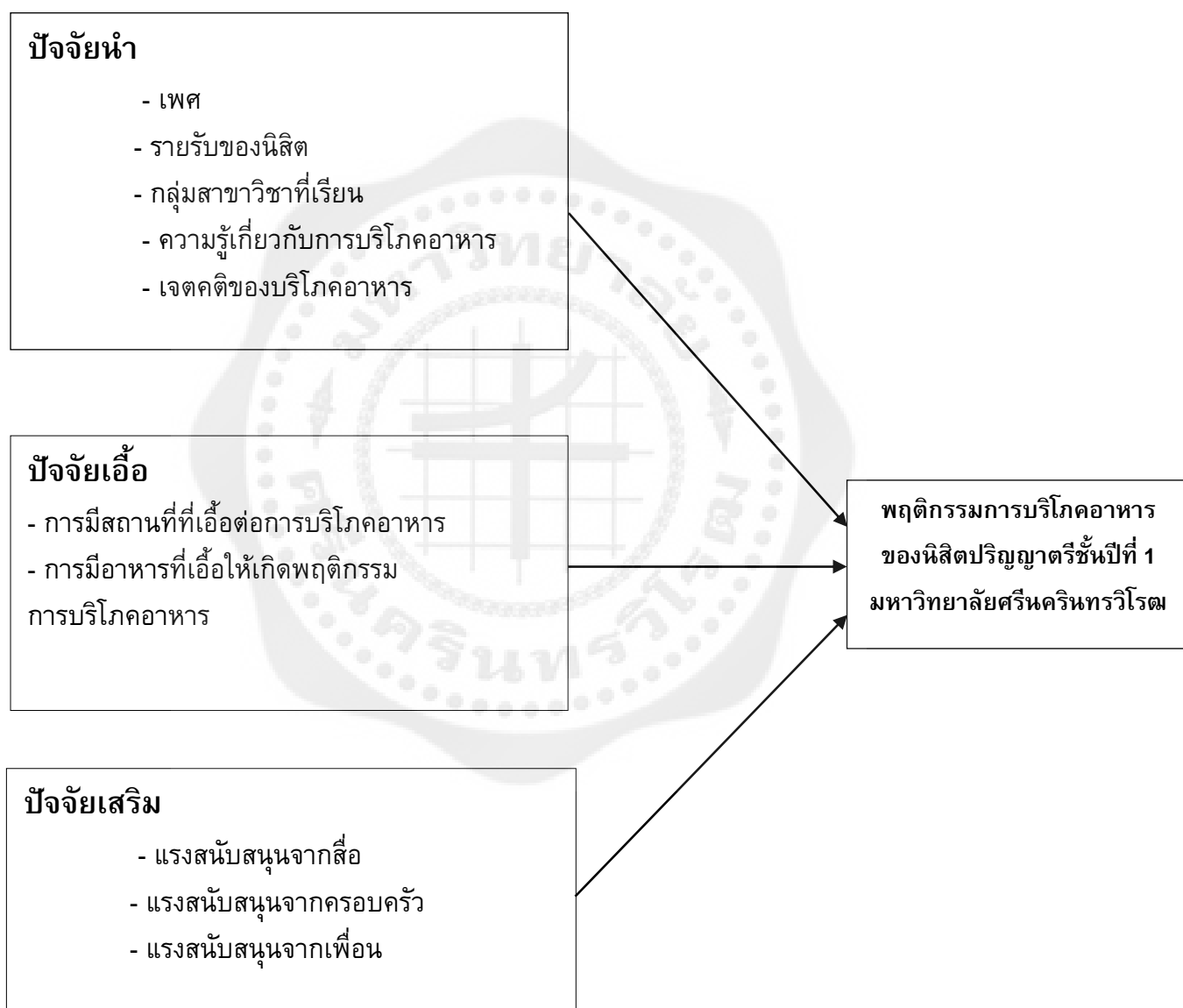
**5. วิชา มศว145 สุขภาวะ และวิถีเชิงสร้างสรรค์ SWU 145 (Wellness and Healthy)** หมายถึง เป็นวิชาที่ศึกษาหลักการและแนวคิดของสุขภาวะแบบองค์รวม เพื่อการบูรณาการแนวคิดดังกล่าวเข้ากับวิถีชีวิต โดยเน้นการสร้างเสริมศักยภาพส่วนบุคคลของนิสิต ให้สามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกาย จิต สังคม เพื่อคุณภาพชีวิตของตนเอง ตลอดจนสามารถใช้ชีวิตในเชิงสร้างสรรค์ได้อย่างเหมาะสมกับบริบททางสังคม

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผู้วิจัยได้นำมาประมวลเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย

### ตัวแปรพยากรณ์

### ตัวแปรเกณฑ์



## สมมุติฐาน

1. เพศที่ต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
2. รายรับของนิสิตที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
3. กลุ่มสาขาวิชาที่เรียนที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
4. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
5. เจตคติของบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
6. การมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
7. การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
8. แรงสนับสนุนจากสื่อที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
9. แรงสนับสนุนจากครอบครัวที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
10. แรงสนับสนุนจากเพื่อนที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
11. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสาร ตำรา ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสนับสนุนการศึกษาค้นคว้า โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
  - 1.1 ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
  - 1.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น
2. แนวคิดแบบจำลอง Precede FRAMEWORK
3. ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
  - 3.1 ปัจจัยนำที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
    - 3.1.1 เพศ
    - 3.1.2 รายรับ
    - 3.1.3 กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน
    - 3.1.4 ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาหาร
    - 3.1.5 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
  - 3.2 ปัจจัยเอื้อที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
    - 3.2.1 การมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร
    - 3.2.2 การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
  - 3.3 ปัจจัยเสริมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
    - 3.3.1 แรงสนับสนุนจากสื่อ
    - 3.3.2 แรงสนับสนุนจากครอบครัว
    - 3.3.3 แรงสนับสนุนจากเพื่อน
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
  - 4.1 งานวิจัยในประเทศไทย
  - 4.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

## 1. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

### 1.1 ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

การบริโภคอาหาร หมายถึง การปฏิบัติเกี่ยวกับการเลือก การเตรียมอาหาร การปรุงอาหาร หรือการแสดงออกของแต่ละบุคคลในการบริโภค สุขลักษณะ และวิธีการบริโภคอาหารที่สามารถสังเกตได้ซึ่งพฤติกรรมต่างเกิดจากปัจจัยทางด้านสังคม ค่านิยม สิ่งแวดล้อม และความรู้ทางด้านโภชนาการจนกลายเป็นความเคยชินในการบริโภค (วริยา บุญรินทร์. 2553: 7)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การประพฤติปฏิบัติที่กระทำจนเป็นนิสัยในการรับประทานอาหาร เช่น การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายการปฏิบัติตนตามสุขนิสัย และมารยาทในการรับประทานอาหารของสังคม และวัฒนธรรม (วิภาวี ปันนพศรี.2550: 31)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง ความสามารถในการแสดงของบุคคลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารในด้านการรับประทานอาหาร การเลือกซื้อที่กระทำหรือแสดงออกทางด้านความคิด ความรู้สึกจนเกิดเป็นนิสัย (ดวงพร โฆษินทร์เดชา.2554: 6)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง พฤติกรรมผู้บริโภคเป็นการปฏิบัติหรือการแสดงออกเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่บุคคลกระทำเป็นประจำเป็นการการแสดงทั้งทางด้านกรกระทำ และความคิดความรู้สึกต่าง ๆ ต่อการบริโภค (กัลยา ศรีมหันต์.2541: 21)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ไม่ได้มีมาแต่กำเนิดแต่เกิดจากการเรียนรู้ เลียนแบบจากครอบครัวและสภาพแวดล้อมซึ่งพฤติกรรมการบริโภคอาหารสามารถเปลี่ยนแปลงได้ (วลัย อินทร์มพรรย์.2530: 23)

จากการศึกษาความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า พฤติกรรมบริโภคอาหาร หมายถึง การกระทำหรือลักษณะที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การเลือกรับประทานอาหาร การแสดงออกทางความคิด การตัดสินใจในการเลือกรับประทานอาหารหรือไม่รับประทานอาหารบางอย่าง เกี่ยวกับ การบริโภคอาหารที่มีไขมันสูง การบริโภคน้ำตาลมากกว่า 6 ช้อนชาต่อวัน การรับประทานอาหารจานด่วน การรับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่ การไม่บริโภคอาหารเข้า

### 1.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

การบริโภคอาหารจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคม เศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรมและความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัย ทำให้ประชาชนในปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตไปจากเดิม ในแต่ละครอบครัวมีวิถีความเป็นอยู่ที่ดี แต่ในบางครอบครัวอาจขาดการดูแลเอาใจใส่ตนเองและบุคคลภายในครอบครัว เนื่องจากต้องเร่งรีบใช้ชีวิตในการเดินทางไปทำงาน ไปเรียนหนังสือ ทำงานแข่งกับเวลา ทำให้ไม่มีเวลาในการดูแลในเรื่องสุขภาพของตนเอง ทำให้ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง เช่น การบริโภคอาหารที่มีไขมันสูง การบริโภคน้ำตาลมากกว่า 6 ช้อนชาต่อวัน การรับประทานอาหารจานด่วน การรับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่ การไม่บริโภคอาหารเข้า เป็นต้น

น้ำตาลเป็นแหล่งพลังงานที่สำคัญของมนุษย์ เพราะร่างกายต้องการน้ำตาลกลูโคสส่งพลังงานไปเลี้ยงยังสมองและอวัยวะต่างๆ โดยปกติเราจะได้รับพลังงานน้ำตาลจากแหล่งอาหารธรรมชาติที่มีอยู่ข้าว หรือผลไม้ รวมทั้งน้ำตาลที่ผู้ประกอบอาหารปรุงหรือเติมลงในอาหาร การได้รับน้ำตาลจากธรรมชาติไม่เป็นอันตรายนักเพราะมีปริมาณน้อย แต่สิ่งที่น่าควรตระหนัก คือ น้ำตาลที่เติมลงไปในการปรุงหรือเครื่องดื่มที่มีปริมาณมากเกินไปซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพได้ คนไทยบริโภคน้ำตาลเฉลี่ยคนละ 104 กรัมต่อวัน หรือประมาณ 26 ช้อนชา สูงกว่าที่องค์การอนามัยโลก (WHO) แนะนำเกือบ 4 เท่าตัว จากการสำรวจพบว่าแหล่งน้ำตาลส่วนใหญ่มาจากเครื่องดื่มที่มีรสหวาน น้ำอัดลมมีน้ำตาลประมาณ 8 - 10 ช้อนชา ชาเขียวมีน้ำตาลประมาณ 12 - 14 ช้อนชา กาแฟสดหรือชาชงมีน้ำตาลประมาณ 10 ช้อนชา หากรับประทานเพียงขวดเดียวร่างกายของเราก็ได้รับน้ำตาลเกินค่าปกติที่ร่างกายควรได้รับ เครื่องดื่มบางชนิดใช้น้ำตาลฟรุคโตสไซรัปสังเคราะห์แทนน้ำตาลทราย เพราะมีความหวานมากกว่าช่วยลดต้นทุนได้ แต่น้ำตาลประเภทนี้ถ้ารับประทานมากเกินไป และร่างกายเผาผลาญไม่หมดจะเปลี่ยนเป็นไตรกลีเซอไรด์ และทำให้อ้วนลงพุง และเสี่ยงต่อการเกิดภาวะไขมันพอกตับ เพราะเมื่อน้ำตาลเข้าสู่ร่างกายจะตรงไปที่ตับทันที แต่ร่างกายจะดึงพลังงานจากส่วนอื่นไปใช้งานก่อนตับ เมื่อเผาผลาญหรือใช้ไม่หมดน้ำตาลก็จะเกาะอยู่ที่ตับ ดังนั้นสิ่งที่ประชาชนควรตระหนักคือ อ่านปริมาณน้ำตาลที่ฉลากและเลือกดื่มเครื่องดื่มที่มีปริมาณน้ำตาลอย่างพอเหมาะ คือ ไม่เกิน 6 ช้อนชาต่อวัน (ศูนย์สื่อสารสาธารณะ, 2558: ออนไลน์)

วันเพ็ญ บุญประกอบ (2537: 57) ได้ให้ความเห็นว่า ช่วงต่อของวัยรุ่นตอนกลางและวัยรุ่นตอนปลายเป็นระยะของการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน การมีเอกลักษณ์แห่งตนที่มั่นคงสำเร็จได้นั้นต้องการส่วนประกอบหลายอย่าง เช่น การมีประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมารอบรู้รอบเห็น และมั่นคง การมีแบบอย่างให้เห็นในทางสร้างสรรค์และประสบความสำเร็จ มีโอกาสได้สัมผัส ศึกษา และฝึกปฏิบัติในสิ่งที่ตนเองชอบหรือเลือก โดยมีพ่อแม่หรือบุคคลในครอบครัวที่มีความหมายต่อตัวเด็ก เกื้อหนุนและช่วยเหลือ สำหรับการแสดงภาพลักษณ์แห่งตนผ่านการบริโภคอาหารนั้น

วลัย อินทร์ทรัพย์ (2530: 23) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการนำเสนอตัวตนของวัยรุ่นผ่านสัญญาของการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยพบว่า วัยรุ่นได้เลือกอาหารฟาสต์ฟู้ด ให้เป็นเครื่องมือในการนำเสนอตัวตน และพฤติกรรมแสดงออกเกี่ยวกับรสนิยม ความเป็นตัวตน บุคลิกภาพ ลักษณะ และความชอบส่วนตัว โดยสร้างภาพลักษณ์และตัวตนของความเป็นคนรุ่นใหม่ เป็นบุคคลทันสมัยมีรสนิยม และมีฐานะทางเศรษฐกิจดี

อาหารเข้าเป็นมือสำคัญ สำหรับเด็กที่อยู่ในวัยเรียน หรือแม้แต่ผู้ใหญ่ทำงาน หากไม่รับประทานอาหารเช้า ติดต่อกันเป็นเวลานาน จะส่งผลให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่ไม่เพียงพอ เป็นผลให้สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง การเจริญเติบโตไม่เป็นตามเกณฑ์ และยังมีผลกระทบต่อระดับสติปัญญาของเด็กด้วย ทำให้ขาดสมาธิในการเรียน สำหรับเด็ก ๆ ที่อยู่ในวัยเรียนควรรับประทานอาหารเช้าทุกวัน เพราะจะช่วยให้อิ่มท้องจดจำในเรื่องที่เรียนรู้อย่างแม่นยำ และยังช่วยให้มีสมาธิในห้องเรียน ข้อเสียของการอดอาหารเช้า หลัก ๆ คือ อ้วนง่าย, ทำลายสุขภาพและเสียบุคลิกภาพ เช่น

ซีโมโท หงุดหงิด อารมณ์ฉุนเฉียวสิ่งเหล่านี้อาจเกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว เพราะอาหารเข้าคือหัวใจของวัน (ศูนย์เวชศาสตร์อายุรวัฒน์นานาชาติ.2558: ออนไลน์)

จากการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นจากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง มีภาวะทางโภชนาการที่ไม่ดี ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นมักจะอดอาหาร เนื่องจากมีความเชื่อความเข้าใจในสิ่งที่ผิด ว่าการพยายามอดอาหารจะทำให้มีรูปร่างที่บอบบาง เอวเล็ก คล้ายนางแบบหรือดารา และต้องการเลียนแบบเหมือนเพื่อน ในกลุ่มวัยรุ่นส่วนใหญ่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพื่อต้องการประหยัดเวลา รีบเร่งในการเดินทางไปเรียนและเพื่อให้มีมึนนานๆ จึงจำเป็นต้องรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด จะพวกแป้ง ไขมัน และน้ำตาล พฤติกรรมการบริโภคอาหารในวัยรุ่นจะเกี่ยวข้อง และมีความสัมพันธ์กับปัจจัยต่างๆ ที่อยู่รอบกายของวัยรุ่นซึ่งปัจจัยเหล่านี้จะส่งผลต่อการบริโภคอาหารในทางที่ถูกหรือผิด

## 2. แนวคิดแบบจำลอง PRECEDE FRAMEWORK

PRECEDE – PROCEED เป็นทฤษฎีด้านพฤติกรรม พัฒนาโดยลอเรนซกรีน (Lawrence W. Green) ในปีค.ศ.1968 – 1974 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำมาใช้ในการวินิจฉัยและประเมินผลโครงการสุขภาพและโครงการส่งเสริมสุขภาพอื่น ๆ (Green et al., 1980) ซึ่งแนวคิดนี้ให้ความสำคัญ ต่อปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ 3 ปัจจัย คือ ปัจจัยนำปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม และได้เสนอกระบวนการวิเคราะห์โดยเริ่มจากเป้าหมายและสภาพการณ์ของปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่ ย้อนกลับไปยังสาเหตุว่าเป็นเพราะปัจจัยใด ขั้นตอนการวิเคราะห์ PRECEDE – PROCEED Model กระบวนการวิเคราะห์ใน PRECEDE เป็นการวิเคราะห์แบบย้อนกลับ โดยเริ่มจาก ผลลัพธ์ที่ต้องการแล้วพิจารณาถึงสาเหตุหรือปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะสาเหตุที่มาจากพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งการวิเคราะห์ประกอบด้วย 7 ขั้นตอนซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเฉพาะขั้นตอนที่ 4 มาเป็นทฤษฎีในการศึกษาค้นคว้า ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์ทางการศึกษา (Phase 4 – Education Diagnosis) ในขั้นนี้เป็นการวิเคราะห์ปัจจัยด้านต่างๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญ 3 ปัจจัย คือ

**ปัจจัยนำ (Predisposing Factors)** หมายถึง ปัจจัยที่เป็นพื้นฐานและก่อให้เกิดแรงจูงใจ ในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล หรือในอีกด้านหนึ่งปัจจัยนี้จะเป็นความพอใจ (Preference) ของบุคคล ซึ่งได้มาจากประสบการณ์ในการเรียนรู้ (Education Experience) ความพอใจนี้อาจมีผลทั้งในทางสนับสนุนหรือยับยั้งการแสดงพฤติกรรม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล ปัจจัยซึ่งเป็นองค์ประกอบของ ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้ ทศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม การรับรู้ นอกจากนี้ยังรวมถึงสถานภาพทางสังคมเศรษฐกิจ (Socio-Economic Status) และอายุ เพศ ระดับการศึกษา ขนาดของครอบครัว ซึ่งปัจจัยเหล่านี้จะมีผลต่อการวางแผนโครงการทางสุขภาพด้วย

**ปัจจัยเอื้อ (Enabling Factors)** หมายถึง สิ่งที่เป็นแหล่งทรัพยากรที่จำเป็นในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ชุมชน รวมทั้ง ทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ได้และความสามารถที่จะใช้แหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับ ราคา ระยะเวลา ฯลฯ นอกจากนี้สิ่งที่สำคัญ ก็คือ การหาได้ง่าย (Available) และความสามารถเข้าถึงได้ (Accessibility) ปัจจัยเอื้อจึงเป็นสิ่งช่วยให้การแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ เป็นไปได้ง่ายยิ่งขึ้น

**ปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors)** หมายถึง ปัจจัยที่แสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติ หรือพฤติกรรมสุขภาพได้รับการสนับสนุนหรือไม่เพียงใด ลักษณะและแหล่งของปัจจัยเสริม จะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับปัญหาในแต่ละเรื่อง เช่น การดำเนินงานสุขศึกษาในโรงเรียนหรือสถานศึกษาในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นนักเรียน ปัจจัยเสริมที่สำคัญ ได้แก่ เพื่อนนักเรียน ครู อาจารย์ หรือบุคคลในครอบครัว เป็นต้น ปัจจัยเสริม อาจเป็นการกระตุ้นเตือน การให้รางวัลที่เป็นสิ่งของ คำชมเชย การยอมรับ การเอาเป็นแบบอย่าง การลงโทษ การไม่ยอมรับการกระทำนั้น ๆ หรืออาจเป็นกฎระเบียบที่บังคับควบคุมให้บุคคลนั้น ๆ ปฏิบัติตามก็ได้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้บุคคลจะได้รับจากบุคคลอื่นที่มีอิทธิพลต่อตนเอง และอิทธิพลของบุคคลต่าง ๆ นี้ก็จะแตกต่างกันไปตามพฤติกรรมของบุคคลและสถานการณ์โดยอาจจะช่วยสนับสนุนหรือยับยั้งการแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ก็ได้

การดำเนินงานในขั้นตอนการวิเคราะห์ทางการศึกษา จะเป็นการพิจารณาว่าปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และ ปัจจัยเสริม นั้น มีปัจจัยเฉพาะอะไรบ้าง ที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพในลักษณะที่ต้องการได้ ถ้าได้มีการปรับปรุงแก้ไขหรือเปลี่ยนแปลงใหม่ให้เหมาะสม จัดลำดับความสำคัญของปัจจัย จัดกลุ่มปัจจัย และ ความยากง่ายของการเปลี่ยนแปลงปัจจัยต่าง ๆ เหล่านั้น ก็จะทำให้การวางแผนในขั้นต่อไปมีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

จากปัจจัยทั้งสามดังกล่าว กรีนและคณะ (Green, et al. 1980: 14-15) ได้นำมาแสดงให้เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างปัจจัยทั้งสามกับพฤติกรรมสุขภาพ ที่เป็นปัญหาเฉพาะเพื่อใช้ในการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุทางพฤติกรรมกับปัจจัยดังกล่าว

เนื่องจากผู้วิจัยได้นำกรอบแนวคิด PRECEDE FRAMEWORK มาเป็นกระบวนการวิเคราะห์เพื่อการวางแผนการดำเนินงานสุขศึกษามีแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมบุคคลมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย ดังนั้นจะต้องมีการวิเคราะห์ถึงปัจจัยสำคัญ ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้น ๆ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการวางแผนกลวิธีในการดำเนินงานสุขศึกษา เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพต่อไป ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้จะนำไปใช้เป็นข้อมูลในการสนับสนุนส่งเสริม ป้องกัน หรือชะลอความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ ให้กับกลุ่มนิสิตหั้นมาบริโภคอาหารให้ถูกสุขลักษณะ และมีประโยชน์ต่อร่างกายมากขึ้น โดยจะศึกษาในขั้นตอนที่ 4 เท่านั้น

### 3. ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร

มนุษย์จะดำรงชีวิตอยู่ได้ ล้วนแต่จะต้องอาศัยปัจจัย 4 เพื่อการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย จะเห็นได้ว่า อาหารนั้นเป็นปัจจัยอันดับแรกที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ในการดำเนินชีวิตของเราทุกวันนี้ เราจำเป็นต้องหาอาหารที่เพียงพอและมีประโยชน์ต่อความต้องการของร่างกาย ซึ่งปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามทฤษฎี PRECEDE FRAMEWORK จะประกอบด้วย 3 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม

#### 3.1 ปัจจัยนำที่ส่งผลต่อการบริโภคอาหาร

##### 3.1.1 เพศ

เพศชายและเพศหญิงนั้น ต่างก็ต้องการพลังงาน เพื่อที่จะใช้ในการดำรงชีวิต ซึ่งก็มีความต้องการในปริมาณที่แตกต่างกัน อาจจะได้เห็นว่า ผู้ชายนั้นมีความต้องการพลังงาน หรือสารอาหาร ต่างๆมากกว่าเพศหญิง ซึ่งก็เป็นมาจากโครงสร้างของเพศชายนั้น มีรูปร่างใหญ่กว่าเพศหญิง เพศชายนั้นทำงานหนักกว่าเพศหญิง เพศหญิงจึงมีพฤติกรรมการบริโภคแตกต่างจากเพศชาย และจากการสำรวจ การบริโภคอาหารของประชาชนไทยครั้งที่ 4 พ.ศ.2551-2552 พบว่าเพศชายมี ค่าเฉลี่ยของพลังงาน ปริมาณสารอาหาร และส่วนประกอบเคมีที่ได้รับจากสารอาหารจากการบริโภคอาหาร ใน 1 วันมากกว่าเพศหญิง สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย (2555: 23)

พฤติกรรมการบริโภคนั้น ในแต่ละบุคคลย่อมมีการเลือกรับประทานอาหารที่ต่างกัน เพศก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่ง ที่บ่งบอกถึงพฤติกรรมการบริโภค ได้อย่างชัดเจน จากการศึกษาของ ดารินทร์ ฤกษ์ (2550: 110) แสดงให้เห็นว่า เพศหญิงมีผลต่อการบริโภคอาหารเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ดีกว่าเพศชาย

##### 3.1.2 รายรับ

รายรับ คือ เงินที่ได้จากการทำงาน การค้าขาย หรือการดำเนินการบริการ รวมถึงผลตอบแทนอื่นๆ ที่ไม่ได้เกิดจากการทำงานปกติ รายได้ยังเป็นสิ่งที่บ่งบอกสถานะทางเศรษฐกิจ ได้อีกด้วย เช่น หากบุคคลใดมีรายได้ดี จะมีโอกาสจะเลือกซื้ออาหารมาบริโภค ได้มากกว่าบุคคลที่มีรายได้น้อย และจากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ จะพบได้ว่า ผู้ที่มีรายได้น้อยจะมี ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหาร มากกว่า ผู้ที่มีรายได้มาก รายจ่ายส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องเกี่ยวกับการกิน ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า รายได้เป็นปัจจัยที่สำคัญในการตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหารเพื่อการบริโภค ซึ่งสอดคล้องกับ ปรมา สตะเวทิน (2532: 221) กล่าวว่า คนที่มีรายได้ต่างกัน จะเลือกซื้ออาหารเพื่อการบริโภคที่ต่างกัน ฉะนั้นการที่จะให้คนที่มีความฐานะทางบ้านยากจนเลือกทานอาหารให้ครบตามหลักโภชนาการจึงทำได้ยากกว่าคนที่มีความฐานะดี หรือคนที่มีความร่ำรวยนั่นเอง

##### 3.1.3 สาขาวิชาที่เรียน

กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน หมายถึง กลุ่มสาขาวิชาที่นิสิตปริญญาตรีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เรียน จำแนกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1.กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ประกอบด้วย คณะมนุษยศาสตร์ ,คณะศึกษาศาสตร์ ,คณะสังคมศาสตร์ และคณะศิลปกรรมศาสตร์

2. กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ประกอบด้วย คณะแพทยศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์, คณะเภสัชศาสตร์, คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพลศึกษา 3. กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ประกอบด้วย คณะวิทยาศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์ กลุ่มสาขาวิชาที่เรียนแตกต่างกันจะส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคที่แตกต่างกัน นิสิตที่มีเพศกลุ่มสาขาวิชา ได้รับเงินจากผู้ปกครอง และผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติไม่แตกต่างกัน(นงคินุช ประยูรหงษ์ .2547:บทคัดย่อ)

### 3.1.4 ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหาร

บลูม (Bloom.1975: 271) ได้ให้ความหมายความรู้ว่า คือ สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการระลึกถึงสิ่งเฉพาะเรื่อง หรือเรื่องทั่วไประลึกถึงวิธีการบวนการ หรือสถานการณ์ต่างๆ โดยในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะเป็นความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต บุคคลที่มีความรู้เรื่องการบริโภคอาหาร จะสามารถเลือกบริโภคอาหารได้สัดส่วนที่เหมาะสมกับ เพศ และสภาพบุคคลนั้น (อรพินท์ แพทย์เจริญ.2553: 41)

สรุปได้ว่า ความรู้ที่ถูกต้องมีความสัมพันธ์และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตและการเจริญเติบโตของร่างกาย เพื่อที่จะนำไปสู่การเกิดพฤติกรรม ดังนั้น ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหาร จึงเป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

### 3.1.5 เจตคติในการบริโภคอาหาร

บลูม (Bloom.1975: 271)จิตพิสัย ( Affective Domain ) เป็นจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในจิตใจของผู้เรียนเกี่ยวข้องกับความรู้สึกหรืออารมณ์ เช่น เจตคติ ( Attitude ) ค่านิยม ( Value ) ความสนใจ ( Interest ) และความซาบซึ้ง ( Appreciation ) ซึ่งอาจสังเกตได้จากท่าทีที่แสดงออกมา Krathwohl และคณะได้จัดแบ่งพฤติกรรมด้านความรู้สึกได้ 5 ระดับดังนี้

1. การรับรู้ ( Receiving or Attending ) เป็นขั้นแรกของความรู้สึกซึ่งเหมือนกับขั้นความรู้ ความจำด้านพุทธิพิสัย ถือเป็นสัมผัสเบื้องต้น เพียงได้รู้ได้เห็นเท่านั้นแต่ยังไม่ได้นำไปใช้อะไร ซึ่งการรับรู้แบ่งออกเป็น 3 ขั้น คือ

- การรู้จัก ( Awareness ) เป็นพฤติกรรมขั้นแรกที่คนรู้จักกับสิ่งเร้าว่ามันเป็นอะไร เป็น การรู้จักเพียงผิวเผินเท่านั้น

- การเต็มใจที่จะยอมรับสิ่งเร้า ( Willingness to Receive ) ขั้นนี้เป็นขั้นเต็มใจหรือพอใจที่จะรับรู้ มีความอ่อนโยนต่อสิ่งที่พบเห็น

- การควบคุมหรือคัดเลือกความสนใจที่มีต่อสิ่งเร้า ( Controlled or Selected Attention ) ความรู้สึกระดับนี้เป็นความรู้สึกต่อเนื่องจากขั้นที่แล้ว ที่แตกต่างออกไปคือความรู้สึกที่จะบอกได้ว่าอะไรควรเอาใจใส่ อะไรไม่ควรเอาใจใส่ เช่น ความรู้สึกชอบต่อสิ่งนั้นอยากได้สิ่งนั้น จึงมองในลักษณะควบคุมหรือเลือกมากขึ้น

2. การตอบสนอง ( Responding ) ชั้นนี้เป็นชั้นที่มีจิตใจจดจ่อเริ่มมีปฏิกิริยาโต้ตอบกับสิ่งเร้าเกิดความสนใจ ซึ่งชอบกิจกรรมหนึ่งมากกว่ากิจกรรมอื่น ๆ ซึ่งปฏิกิริยาโต้ตอบนั้นเป็นกระบวนการ 3 ขั้นตอน คือ

- การยินยอมในการตอบสนอง ( Acquiescence in Responding ) เป็นความรู้สึกเชื่อฟังหรือยอมรับที่จะทำเอาแต่อาจจะไม่พอใจเท่าไรนัก เช่น การเชื่อฟังกฎเกณฑ์ที่กำหนด ความตั้งใจทำตามระเบียบ

- การเต็มใจตอบสนอง ( Willingness to Response ) เป็นระดับความรู้สึกเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความตั้งใจ ความร่วมมือทำตามความต้องการหรือความสมัครใจ เช่น มีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตน

- การพึงพอใจที่ได้รับจากการตอบสนอง ( Satisfaction in Response ) เป็นลักษณะที่เห็นได้จากหลังการตอบสนองแล้ว

3. การเห็นคุณค่า ( Valuing ) ชั้นนี้เป็นความรู้สึกรู้คุณค่าและเริ่มผูกพันตนเองกับสิ่งนั้น ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ชั้น

- การยอมรับคุณค่า ( Acceptance of Value ) เป็นความพร้อมที่จะรับว่าสิ่งเร้ามีคุณค่าหรือมีประโยชน์อย่างไรเป็นการยอมรับทางอารมณ์

- การนิยมในคุณค่า ( Preference for a Value ) ในระดับนี้ไม่เพียงแต่เป็นการยอมรับคุณค่า แต่เพิ่มความรู้สึกเอาใจใส่ในคุณค่าหรือค่านิยมนั้นเพิ่มขึ้นอีก

- การผูกพันในคุณค่า ( Committing or Conviction ) เป็นความรู้สึกหรือความคิดฝังแน่นในคุณค่านั้น ซึ่งจิตพิสัยในชั้นนี้เป็นลักษณะของเจตคติ ( Attitude ) และความซาบซึ้ง ( Appreciation ) ที่เห็นชัดเจน

4. การจัดระบบ ( Organization ) เป็นขั้นการจัดระบบค่านิยมหลายอย่างที่กระจัดกระจายเข้าเป็นหมวดหมู่และส่วนหนึ่งของความคิดที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีความหมายที่พอใจ โดยสามารถตัดสินใจได้ว่าอะไรมีคุณค่าที่สำคัญหรือมีบทบาทมากที่สุดและนำไปใช้เป็นประจำ ความรู้สึกระดับนี้แบ่งเป็น 2 อย่างคือ

- การสร้างมโนภาพของคุณค่า ( Conceptualization of Value System ) เป็นการจัดคุณค่าเรื่องต่าง ๆ ได้ อันเป็นผลจากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้สึกมาแล้วมาเรียกชื่อใหม่กลายเป็นมโนภาพของคุณค่าใหม่

- การจัดระบบคุณค่าให้เป็นระเบียบ ( Organization of Value System ) เป็นการรวบรวมคุณค่าเข้าด้วยกันจนเห็นภาพทั้งหมดจนเป็นอุดมการณ์ทางความคิดของแต่ละบุคคล

5. การสร้างลักษณะนิสัย ( Characterization by a Value or Value Complex ) ชั้นนี้เป็นการผลิตผสมผสานระบบค่านิยมจนกลายเป็นความประพฤติหรือคุณลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล ความรู้สึกระดับนี้แบ่งเป็น 2 ชั้นคือ

- การสรุปคุณค่าหรือค่านิยมในรูปใดรูปหนึ่ง ( Generalized Set ) เป็นระบบคุณค่าหรือค่านิยมที่เป็นผลให้มีการแสดงออกในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง

- การสร้างลักษณะนิสัย ( Characterization ) เป็นผลรวมของความรู้สึกและการแสดงออกของแต่ละบุคคล

เจตคติเป็นตัวแปรที่มีความสำคัญต่อพฤติกรรมทางสังคมส่วนใหญ่ของมนุษย์ เจตคติทางด้านสุขภาพ หมายถึง การให้คุณค่าหรือให้ความสำคัญต่อสุขภาพของบุคคล หรือกลุ่มคนในสังคม โดยพิจารณาประเมินค่าแล้วว่าสิ่งนั้นมีค่ามีความสำคัญต่อสุขภาพ และต้องการยึดเป็นหลักในการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อการมีสุขภาพที่ดีของตนเอง ครอบครัว และสังคม รสริณทร์ แก้วตา (2551: 71) พบว่า ค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายของบุคคลากรคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### 3.2 ปัจจัยเอื้อที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยเอื้อ หมายถึง ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล และสิ่งที่เป็นแหล่งทรัพยากรที่จำเป็นที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วย การมีสถานที่ และการมีอาหารที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เช่น การมีร้านค้าอยู่ใกล้สถานที่พัก การมีร้านอาหารอยู่ใกล้หรือในบริเวณที่เรียน การมีอาหารที่ซื้อเก็บไว้ในบ้านหรือที่พักเพื่อสะดวกในการหยิบมาบริโภค

3.2.1 การมีสถานที่ การที่มีสถานที่ที่เอื้อต่อการทำให้เกิดพฤติกรรมได้ เช่น ภายในสถานศึกษา หากมีการจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหาร หลากหลาย ก็จะทำให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคที่หลากหลาย เนื่องจากสามารถเลือกทานได้หลากหลาย ปัจจุบันจะเห็นได้ว่าการเลือกรับประทานอาหาร สามารถเลือกทานได้หลากหลาย และง่าย สะดวกต่อผู้บริโภค เช่น ร้านสะดวกซื้อต่างๆ ราคาของอาหารก็มีส่วนในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร นอกจากนี้อาหารที่มีในท้องถิ่นสามารถหาได้ง่าย คนก็จะมีนิสัยการบริโภคอาหารตามท้องถิ่นนั้นๆ

3.2.2 การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค การมีอาหารที่เตรียมไว้ซื้อไว้เพื่อการบริโภค เช่น มีอาหารสำรองอยู่ในบ้าน หรือหอบพัก การมีอาหารสำเร็จรูปเตรียมไว้สำหรับรับประทานได้ทันทีเมื่ออุ่น การมีตู้เย็นสำหรับเก็บอาหาร เป็นต้น (อรพินท์ แพทย์เจริญ.2553: 45)

### 3.3 ปัจจัยเสริม

คือ สิ่งที่บุคคลจะได้รับ หรือน่าจะได้รับจากบุคคลอื่น ซึ่งจะเป็นผลมาจากการกระทำของตน สิ่งที่บุคคลจะได้รับเป็นรางวัล ไม่ว่าจะเป็น สิ่งของ คำชมเชย การลงโทษ การไม่ยอมรับการกระทำนั้นๆ หรือจะเป็นกฎระเบียบที่บังคับให้บุคคลนั้น ปฏิบัติตามได้สิ่งเหล่านี้บุคคลจะได้รับจากบุคคลอื่นที่มีอิทธิพลต่อตนเอง ปัจจัยเสริมในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ การได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อครอบครัว และเพื่อน

3.3.1 สื่อมวลชน ได้แก่ หนังสือพิมพ์ วารสาร วิทยุ โทรทัศน์ วิดีโอ ภาพยนตร์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น จะมีความใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นมาก เพราะเป็นแหล่งบันเทิง และสามารถติดตามความเคลื่อนไหวต่างๆ ได้ง่ายที่สุด ในวัยรุ่นที่มีนิสัยเลียนแบบเพราะ สนใจประทับใจ อยากดำเนินตามแบบอย่างของผู้คนจากสื่อมวลชนที่ตนเองพบเห็นสำหรับโฆษณาอาหารในโทรทัศน์ มักเน้นที่ แม่บ้านและเด็ก แสดงออกในเรื่องความอร่อย สนุกสนาน มีประโยชน์และคำพูดที่ต้องการให้จดจำได้นานๆ ส่วนเนื้อหาสาระทางวิชาการมีน้อยมาก (อรพินท์ แพทย์เจริญ. 2553: 46)

3.3.2 ครอบครัว เป็นสังคมแรกสำหรับมนุษย์ ที่เติบโต การอบรม เลี้ยงดู สั่งสอน เจตคติของบุคคลในครอบครัวจะเป็นกรอบความคิดและต้นแบบสำหรับเด็ก ลักษณะพฤติกรรมในอนาคต เช่น ลักษณะนิสัยหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ความชอบ ความเชื่อ เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หากครอบครัวมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ดี ก็จะส่งผลให้บุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ดี แต่หากครอบครัวมีพฤติกรรมรับประทานอาหารที่ไม่ดี ก็จะทำให้บุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่ดี

3.3.3 เพื่อน จะมีอิทธิพลมากในช่วงชีวิตวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการ การได้การยอมรับจากกลุ่มเพื่อนวัยรุ่นจะมีความเข้าใจดี ว่าเพื่อนนั้นมีความรู้สึกต่อตนเองอย่างไร ถ้าได้รับการยกย่องจากเพื่อนมากเท่าใด จะทำให้เขามีลักษณะเป็นมิตรน่าคบ กล้าแสดงออกวางตัวในการเข้าสังคม มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น วัยรุ่นจะพยายามยอมรับและคล้อยตามความคิดเห็นของเพื่อน ผู้เป็นที่รัก และนิยมยกย่องกลุ่มซึ่งบางทีอาจจะไม่เต็มใจก็ตาม(สุพัตรา สุภาพ 2536: 71)

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ครอบครัว เพื่อน และสื่อต่างๆ มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจบริโภคอาหารเป็นอย่างมาก การที่นิสิตอยู่ในครอบครัวที่เอาใจใส่ในเรื่องการรับประทานอาหารจะส่งผลให้นิสิตนั้นมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ดีตามไปด้วย อีกทั้งเพื่อนซึ่งเป็นบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดนิสิตเวลาไปเรียนมากที่หากกลุ่มเพื่อน มีพฤติกรรมบริโภคเป็นอย่างไรจะมีส่วนทำให้นิสิตมีพฤติกรรมบริโภคเป็นแบบเพื่อนด้วย และในปัจจุบันที่มีสื่อต่างๆ ที่ นิสิตสามารถเข้าถึงได้อย่างง่ายเช่น อินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ ยิ่งมีอิทธิพลส่งผลถึงการตัดสินใจในการบริโภคอาหารด้วยทั้งสิ้น

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น มีทั้งสอดคล้องและขัดแย้งกัน ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยเลือกใช้ PRECEDE FRAMEWORK เป็นกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ปัจจัยต่างๆ ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งจะต้องมีการวิเคราะห์ปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้น เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการวางแผนและกำหนดกลยุทธ์ในการดำเนินงานเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งการวิเคราะห์เพื่อหาปัจจัยด้านต่างๆ ทั้งปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ปัจจัยด้านคุณลักษณะประชากร ได้แก่ เพศ อายุ ภูมิฐานะ รายได้

คณะหรือสาขาวิชาที่เรียน และปัจจัยภายนอกตัวบุคคล แบ่งเป็นปัจจัย 3 กลุ่ม ได้แก่ ตัวแปรด้านปัจจัยนำ เช่น ความรู้ เจตคติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ตัวแปรด้านปัจจัยเอื้อ เช่น สภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการบริโภคอาหาร เช่น โรงอาหารหรือร้านค้าที่ตั้งอยู่ในบริเวณมหาวิทยาลัยหรือใกล้หอพักนิสิต เวลาในการเปิด-ปิดร้านอาหารหรือร้านสะดวกซื้อ ตัวแปรด้านปัจจัยเสริม การได้เปิดรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ ซึ่งผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผน และเป็นแนวทางในการพัฒนาการบริโภคอาหารของนิสิตให้มีความเหมาะสมได้

#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

##### 4.1 งานวิจัยในประเทศไทย

เครือมาศ มีเกษม (2554: 89) ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขต กรุงเทพมหานคร ในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานครตลอดจนศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมีอายุต่ำกว่า 30 ปี มีสถานภาพโสด ด้านระดับการศึกษาสูงสุดพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาสูงสุดอยู่ในระดับปริญญาตรี หรือเทียบเท่าประกอบอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชนและมีรายได้ต่อเดือน 10,000-20,000 บาท ด้านทัศนคติที่มีต่ออาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วนในระดับมาก ส่วนทัศนคติด้านความรู้สึกที่มีต่ออาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกเกี่ยวกับอาหารจานด่วนในระดับมาก ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกบริโภคอาหารจานด่วนประเภทไก่ทอดบอยที่สุด รองลงมาเลือกบริโภคอาหารจานด่วนประเภทพิซซ่าโดยกลุ่มตัวอย่างมีความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วนน้อยกว่า 5 ครั้งต่อเดือนและพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกซื้ออาหารจานด่วนตามห้างสรรพสินค้า

เครือวัลย์ แก้วเอี่ยม (2544: 76) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจำแนกตามเพศ ช่วงอายุ ระดับการศึกษา รายได้ สถานภาพงาน ระยะเวลาทำงาน การรับรู้ ภาวะสุขภาพ ระดับความเครียด ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ระดับดีร้อยละ 64.4 ระดับดีมากร้อยละ 29.8 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นงศ์นุช ประยูรหงษ์ (2547: 42) ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนิสิตปริญญาตรีปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ การศึกษาครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายที่จะศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนิสิตตามตัวแปรเพศ กลุ่มสาขาวิชา เงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติในหารบริโภคอาหาร ค่านิยมด้านสุขภาพ ความเชื่ออำนาจภายในตนเองด้านสุขภาพ การมุ่งอนาคตควบคุมตน อิทธิพลของสื่อมวลชนและวัฒนธรรมการ

บริโภคอาหารกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติ และศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติ

ปริญทร์ ศรีศศลักษณ์ (2554: 108) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลเครือข่าย ภาคกลาง 2 สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข โดยใช้ PRECEDE FRAMEWORK เป็นกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร คือ เพศ และภูมิลำเนา ปัจจัยนำ ได้แก่ ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การรับรู้ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร การรับรู้ประโยชน์ในการบริโภคอาหาร การรับรู้อุปสรรคในการบริโภคอาหาร ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ โรงอาหารในวิทยาลัย การจัดการเรียนการสอนในวิทยาลัย นโยบายและกฎระเบียบของวิทยาลัยมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วิภาวี บัณฑิตศรี (2550: 51) ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรในอำเภอลำลูกกาจังหวัดปทุมธานี พบว่าอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรในอำเภอลำลูกกาจังหวัดปทุมธานีอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.007 และรายได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรในอำเภอลำลูกกาจังหวัดปทุมธานีอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.010 และปัจจัยทางจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพคือทัศนคติด้านสุขภาพการรับรู้ด้านสุขภาพและความเชื่อด้านสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.010

วิชฎา เพ็ญศรีสิริกุล (2555: 67) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร และเพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยมุ่งเน้นศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลวัยทำงานในกรุงเทพมหานครโดยรวมอยู่ในระดับดี โดยมีพฤติกรรมการเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาดถูกสุขลักษณะ อยู่ในระดับดีมาก และมีพฤติกรรมการล้างผัก ผลไม้สดแล้วแช่ในน้ำส้มสายชู ใช้นาน 5 นาทีอยู่ในระดับน้อย และปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารและโภชนาการ ทัศนคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการรับรู้ความสามารถของตนเองในการบริโภคอาหาร ปัจจัยเอื้อ ด้านสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการบริโภค ปัจจัยเสริม ด้านการเปิดรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและการได้รับคำแนะนำสนับสนุนในการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มาตฤดี ชุณหภัณฑิต (2548: 72) ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอี่ยมละออ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอี่ยมละออ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพส่วนบุคคล ภูมิหลังการบริโภค

อาหารเช้าของครอบครัว ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ 1-3 จำนวน 300 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าที่ถูกต้องอยู่ในระดับดี และมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดีถึงดีมาก ความสม่ำเสมอในการบริโภคอาหารเช้าของครอบครัวในวัยทำงานมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศิริพร สุริวง (2549: 115) ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการมีน้ำหนักเกินของเด็กปฐมวัยในโรงเรียนประถมศึกษา กล่าวว่า น้ำหนักเกินเกณฑ์มีความสัมพันธ์กับปัจจัยเชิงสาเหตุทั้ง 6 ตัว โดยระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ค่านิยมของผู้ปกครอง พฤติกรรมการเลี้ยงดู และการรับรู้สื่อโฆษณาต่างๆ เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุทางอ้อมต่อการมีน้ำหนักเกินเกณฑ์ของเด็กปฐมวัย ส่วนรายได้ของผู้ปกครอง เป็นปัจจัยทางตรงที่มีผลต่อการมีน้ำหนักเกินเกณฑ์ของเด็กประถม ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.08 และความรู้เกี่ยวกับโภชนาการของผู้ปกครองเป็นปัจจัยทางตรงเชิงลบต่อการมีน้ำหนักเกินเกณฑ์ของเด็กปฐมวัย ด้วยอิทธิพลเท่ากับ .05

อนุกุล พลศิริ (2551: 49) ได้ศึกษา ความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า ความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาตามตัวแปรที่ศึกษา พบว่า 1)เพศหญิงมีความรู้ในการบริโภคอาหารมากกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะคิดและพฤติกรรมไม่แตกต่างกัน 2)ความรู้และทักษะคิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักศึกษาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตามปัจจัยพื้นฐานที่ศึกษาทุกตัวยกเว้น ปัจจัยรายได้ของนักศึกษา 3)ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะคิดและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา พบว่า พฤติกรรมและทักษะคิดการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อรพินท์ แพทย์เจริญ (2553: 169) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปฏิบัติกิจกรรมทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานและภาวะอ้วน โรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปฏิบัติกิจกรรมทางกายของนักเรียน โดยจำแนกตามปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม และเพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปฏิบัติกิจกรรมทางกายของนักเรียน พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับเสี่ยงน้อยมากต่อการเกิดภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานและภาวะอ้วน และมีพฤติกรรมปฏิบัติกิจกรรมทางกายน้อย และพบว่าปัจจัยนำต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร นักเรียนที่มี เพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ปัจจัยเอื้อ พบว่า นักเรียนที่มีปัจจัยเอื้อต่อการบริโภคอาหารต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยเสริม พบว่า นักเรียนที่มีปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

## 5.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

คูซาติน (Cusatis.1995: 66) ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยทางจิตวิทยาสังคมที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยรุ่น (Psychosocial Influences on Adolescent Eating Behavior) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคของเด็กวัยรุ่นกับพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลแวดล้อม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจำนวน 242 คน เป็นชาย 107 เป็นหญิง 135 คน ครอบครัวยุโรปใต้ต่ำถึงปานกลาง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย คือแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือรูปแบบแนวทางการบริโภคในแต่ละวัน การบริโภคไขมัน และการบริโภคน้ำตาล ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยที่ชอบรับประทานอาหารมื้อหลักและอาหารว่างจากบ้านมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของตนเองความพร้อมของครอบครัว และจำนวนมื้ออาหารของครอบครัว นักเรียนชายมีกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมด้วย ส่วนบริโภคนิสัยเกี่ยวกับไขมันและน้ำตาลและความถี่ในการบริโภคอาหารระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่แตกต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นแตกต่างกันด้วย

บริแมน (Brenman 1990: 31) ได้ศึกษา อิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและวัยรุ่น (The Influence of Health Belief on Eating Behavior in Children and Adolescents) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารว่างของเด็กและวัยรุ่น เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามความเชื่อทางสุขภาพประกอบด้วย หัวเรื่องใหญ่ ๆ 4 หัวข้อ(โอกาสที่เจ็บป่วย ความรุนแรงของการเจ็บป่วย การติดต่อจากครอบครัว การติดต่อของโรค และความเข้าใจถึงคุณประโยชน์) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการกิน (อิทธิพลจากครอบครัว และกลุ่มเพื่อน อารมณ์ ความรู้ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพและค่านิยมทางสุขภาพ) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน เกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 จำนวน 344 คน ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบความเชื่อทางสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กได้ว่า ความเชื่อทางสุขภาพของเด็กทั้ง 3

วอส (Ward 1991: 69-81) ได้ศึกษา พฤติกรรมการบริโภคกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมมาอธิบายพฤติกรรมการบริโภคของเด็กวัยรุ่น มีตัวแปรที่ศึกษาคือ รายได้ที่ใช้จ่ายเกี่ยวกับการบริโภค การควบคุมการบริโภคของตนเอง และความรู้ทางโภชนาการ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาทั้งเพศชาย และหญิง จำนวน 136 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการเลือกรับประทานอาหารและแบบบันทึกรายการอาหารที่บริโภคใน 24 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า ความรู้ทางโภชนาการไม่มีผลต่อบริโภคนิสัย และพบว่าความสามารถในการเลือกบริโภค สามารถทำนายตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อ

การเลือกบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้ นอกจากนี้การเรียนรู้ทางสังคมยังช่วยหล่อหลอมลักษณะรูปแบบการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้

ปิรินชีและคณะ (Pirincci et al. 2008: 25) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคลากรวิชาการทางการศึกษาและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่าบุคลากรวิชาการทางการศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารสูงที่สุดและมีการออกกำลังกายน้อยที่สุดและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา เงินเดือนและการมีโรคประจำตัว

จากการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นจากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง มีภาวะทางโภชนาการที่ไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ในกลุ่มวัยรุ่นส่วนใหญ่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพื่อต้องการประหยัดเวลา รับแรงในการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวัน จึงจำเป็นต้องรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด พฤติกรรมการบริโภคอาหารในวัยรุ่นจะเกี่ยวข้อง และมีความสัมพันธ์กับปัจจัยต่างๆ ที่อยู่รอบกายของวัยรุ่น ซึ่งปัจจัยเหล่านี้จะส่งผลต่อการบริโภคอาหารในทางที่ถูกหรือผิดได้ ได้แก่ ปัจจัยนำ เพศ จากการศึกษาวัยรุ่นวัยรุ่น เพศ เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เพศที่ต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เพศหญิงมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีกว่าเพศชาย และเพศที่ต่างกัน มีความรู้ เจตคติ ในการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน รายรับ จากการศึกษาวัยรุ่น รายรับมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร รายรับเป็นปัจจัยสำคัญต่อการตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหาร คนที่มีรายได้แตกต่างกันจะเลือกซื้ออาหารเพื่อการบริโภคแตกต่างกัน สาขาที่เรียนจากการศึกษาวัยรุ่นวัยรุ่น กลุ่มสาขาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ปัจจัยเอื้อ การมีสถานที่และอาหารที่เอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภค เช่น การมีแหล่งการเลือกซื้ออาหาร และการมีอาหารเก็บไว้เพื่อการบริโภค มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปัจจัยเสริมจากการศึกษางานวิจัยข้างต้น สื่อ ต่างๆ อาทิ โฆษณา อินเทอร์เน็ต มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และครอบครัว และเพื่อน มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร

### บทที่ 3

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มาเป็นแนวทางในการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒในการทำวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือ
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

### 1. กำหนดประชากรและตัวอย่าง

ประชากร คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เรียนรายวิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle) จำนวน 1,186 คน (จากจำนวนนิสิตที่ลงทะเบียนวิชา SWU 145 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559)

ตาราง 1 ตารางสอนรายวิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle) ภาคการศึกษา 2/2559

กลุ่มที่เรียน	จำนวน	หมายเหตุ
B01	80	SC1ED1,5,8 คณะวิทยาศาสตร์
B02	89	SC18 คณะวิทยาศาสตร์
B03	115	SC14,1H คณะวิทยาศาสตร์
B04	71	SC12,SC1ED7 คณะวิทยาศาสตร์
B05	116	SS11,1G คณะสังคมศาสตร์
B06	115	EG13,16 คณะวิศวกรรมศาสตร์
B07	93	EG18,19 คณะวิศวกรรมศาสตร์
B08	112	EG12 คณะวิศวกรรมศาสตร์
B09	77	SS12 คณะสังคมศาสตร์
B10	96	SS11,SS1ED1 คณะสังคมศาสตร์
B11	126	PT12,PH23,24 คณะสหเวชศาสตร์คณะเภสัชศาสตร์
B12	96	SS16,1P คณะสังคมศาสตร์

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ลงทะเบียนเรียนวิชา SWU 145 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร Taro Yamane (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์.2550: 26) และทำการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) ตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา จากนั้นสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายกับ ตอนที่เรียน จนได้ครบตามจำนวนที่กำหนดไว้ จำนวน 432 คน ดังนี้

ตาราง 2 ตารางประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มสาขาวิชา	จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (คน)			
	ประชากร	กลุ่ม	กลุ่มตัวอย่าง	ตอน
กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์	385	B05,B09,B10, B12	212	B05,B10
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สุขภาพ	126	B11	96	B11
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี	675	B01,B02,B03, B04,B06,B07, B08	253	B02,B04, B07
รวม	1,186		432	

หมายเหตุ กลุ่มสาขาวิชาที่นิสิตปริญญาตรีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เรียน จำแนกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1.กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ประกอบด้วย คณะมนุษยศาสตร์ , คณะศึกษาศาสตร์ , คณะสังคมศาสตร์ และคณะศิลปกรรมศาสตร์ 2. กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ประกอบด้วย คณะแพทยศาสตร์ ,คณะทันตแพทยศาสตร์ ,คณะพยาบาลศาสตร์ ,คณะเภสัชศาสตร์ ,คณะสหเวชศาสตร์ และคณะพลศึกษา 3.กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ประกอบด้วย คณะวิทยาศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์

## 2. การสร้างเครื่องมือ

1. ทบทวนวรรณกรรมและศึกษางานวิจัยเกี่ยวข้องเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมบริโภคอาหาร
2. ผู้วิจัยทำการศึกษาข้อมูลและวิธีการสร้างแบบสอบถามจากเอกสารงานวิจัยแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
3. กำหนดขอบเขตเนื้อหาของคำถามในแบบสอบถาม เพื่อให้ครอบคลุมในเรื่องที่ศึกษาและมีลักษณะที่ทุกคนสามารถให้ข้อเท็จจริงได้ และกำหนดกฎเกณฑ์การให้คะแนนและการแปล

4. สร้างแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้ครอบคลุมตามเนื้อหาแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยนำเข้า ได้แก่ เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบสอบถามปลายปิด ความรู้เกี่ยวกับอาหาร จำนวน 10 ข้อ เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 11 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค จำนวน 4 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน จำนวน 12 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จำนวน 20 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า

5. นำแบบสอบถามเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบและนำข้อบกพร่องมาปรับปรุงแก้ไขจากนั้นจะนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมก่อนนำไปทดลองใช้

6. การหาคุณภาพเครื่องมือ

6.1 การหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา(Content Validity)

6.1.1 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น จำนวน 65 ข้อ มาเสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบ ค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (IOC : Index of Item Objective Congruence) ว่าแบบสอบถามมีความตรงของเนื้อหากับวัตถุประสงค์ของงานวิจัยซึ่งผู้วิจัยจะเลือกข้อคำถามที่ไม่น้อยกว่า 0.05

6.1.2 นำผลการพิจารณาความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ในแต่ละข้อมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ของข้อคำถามโดยใช้สูตร IOC (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543: 117) โดยเลือกข้อคำถามที่มี IOC เท่ากับหรือมากกว่า 0.5 ขึ้นไปเป็นแบบทดสอบที่มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.5 ตัดทิ้งหรือนำไปปรับปรุงแก้ไขใหม่ได้ข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ คือ ข้อมูลข้อมูลทั่วไปทางลักษณะประชากร เช่น เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน 6 ข้อ, แบบสอบถามปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับอาหาร 10 ข้อ เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร 9 ข้อ ,แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค 3 ข้อ,แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน 11 ข้อ และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร 11 ข้อ และนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วตามคำแนะนำของ

ผู้เชี่ยวชาญ และอาจารย์ควบคุมปริญญาโทไปทดลองใช้กับนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

6.1.3 นำแบบทดสอบปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยหาสหสัมพันธ์แบบพอยต์ไบเซเรียล (Point biserial correlation) เลือกข้อคำถามที่มีอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป (พวงรัตน์ ทวีรัตน์.2543: 130) ได้แบบสอบถามจำนวน 10 ข้อ ที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.36 -0.80

$$P = \frac{R}{N}$$

ค่าความยากระหว่าง 0.36 – 0.80 เป็นข้อสอบที่มีความเหมาะสมกับการนำไปใช้

6.1.4 นำแบบสอบถามนอกจากความรู้มาหาค่าอำนาจจำแนกโดยการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected item to total correlation) เลือกข้อคำถามที่มีอำนาจจำแนก ตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป(สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539: 117) แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร 9 ข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.40 – 0.60 จำนวน 9 ข้อ แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภค 3 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.33 – 0.53 แบบสอบถามแบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน 11 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.30 – 0.36 และแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร 11 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.37 – 0.97

6.1.5 หาความเที่ยงของแบบสอบถาม (Reliability) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยหาค่าสัมประสิทธิ์ ( $\alpha$ =Coefficient) ของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.345 แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภค มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.536 แบบสอบถามแบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.717 สำหรับการหาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับอาหารและพฤติกรรมกรรมการบริโภควิเคราะห์หาค่าความเที่ยงโดยใช้วิธีของ Kuder-Richardson (KR-20)

$$r_{KR-20} = \left[ \frac{K}{K-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum pq}{s^2} \right]$$

ค่าความเที่ยงโดยใช้วิธีของ Kuder-Richardson (KR-20) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.44

### เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยนำแบบสอบถาม การศึกษาข้อมูลและวิธีการสร้างแบบสอบถามจากเอกสารงานวิจัยแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับ งานวิจัย มาประยุกต์สร้างแบบสอบถามขึ้นมา

จากการโดยลักษณะของเครื่องมือเป็นแบบสอบถามแบบปลายปิดโดยแบ่งเป็น 4 ส่วนคือ

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลทางปัจจัยนำของนิสิตปริญญาตรีของ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 ได้แก่ คำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะเป็น แบบสอบถามปลายปิด เช่น เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน

1.1 แบบทดสอบวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเป็นลักษณะเลือกตอบข้อที่ถูกต้อง ที่สุด 1 ข้อ โดยกำหนดเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

ตอบถูก เท่ากับ 1 คะแนน

ตอบผิด เท่ากับ 0 คะแนน

เกณฑ์ในการแปลผลคะแนนความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แบ่งเป็น 3 ระดับ โดย พิจารณาตามเกณฑ์ของบลูม (Bloom, et al., 1975 อ้างอิงจาก มจรุส จิรสิริสุนทร, 2554) ดังนี้

คะแนนร้อยละ 00.00 – 49.99 หมายถึง มีความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ในระดับความปรับปรุง

คะแนนร้อยละ 50.00 – 79.99 หมายถึง มีความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ในระดับปานกลาง

คะแนนร้อยละ 80.00 – 100.00 หมายถึง มีความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ในระดับดี

1.2 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับเจตคติของการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 ลักษณะแบบสอบถามซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ โดยมีความหมายดังนี้

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4	1
เห็นด้วย	3	2
ไม่เห็นด้วย	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	4

การแปลผล พิจารณาคะแนน(วิเชียร เกตุสิงห์.2526:10) เป็น 3 ระดับ ดังนี้

เกณฑ์	การแปลผล
คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.	มีเจตคติของการบริโภคอาหารอยู่ในระดับไม่ดี
คะแนนเฉลี่ย 2.01 - 3.00	มีเจตคติของการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 3.01 - 4.00	มีเจตคติของการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี

**ส่วนที่ 2** แบบสอบถามข้อมูลทางปัจจัยเอื้อในพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 ได้แก่ การมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียวซึ่งคำตอบถูกสร้างขึ้นจะประกอบด้วย ประโยคบอกเล่าเชิงบวก และเชิงลบมีการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
ได้รับมากที่สุด	5	1
ได้รับมาก	4	2
ได้รับปานกลาง	3	3
ได้รับน้อย	2	4
ได้รับน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมายระดับการได้รับปัจจัยเอื้อ แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้  
(วิเชียร เกตุสิงห์.2526:10)

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.32	หมายถึง	ได้รับปัจจัยเอื้อระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67	หมายถึง	ได้รับปัจจัยเอื้อระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00	หมายถึง	ได้รับปัจจัยเอื้อระดับมาก

**ส่วนที่ 3** แบบสอบถามข้อมูลทางปัจจัยเสริมในพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5

ระดับโดยให้ผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียวซึ่งคำตอบถูกสร้างขึ้นจะประกอบด้วยประโยคบอกเล่าเชิงบวก และเชิงลบมีการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
ได้รับมากที่สุด	1	5
ได้รับมาก	2	4
ได้รับปานกลาง	3	3
ได้รับน้อย	4	2
ได้รับน้อยที่สุด	5	1

เกณฑ์การแปลความหมายระดับการได้รับปัจจัยเสริม แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้  
(วิเชียร เกตุสิงห์.2526:10)

คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00	หมายถึง	ได้รับปัจจัยเสริมระดับดี
คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67	หมายถึง	ได้รับปัจจัยเสริมระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.32	หมายถึง	ได้รับปัจจัยเสริมระดับควรปรับปรุง

**ส่วนที่ 4** แบบสอบถามทางด้านพฤติกรรมบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียวซึ่งคำถามถูกสร้างขึ้นจะมีการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ตัวเลือก	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
ปฏิบัติเป็นประจำ	4	1
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	3	2
ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	2	3
ไม่ปฏิบัติเลย	1	4

ผู้วิจัยได้กำหนดการแปรความของระดับทางด้านพฤติกรรมบริโภคได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.74	หมายถึง	มีพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับไม่ดี
คะแนนเฉลี่ย 1.75-2.49	หมายถึง	มีพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.24	หมายถึง	มีพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี
คะแนนเฉลี่ย 3.25-4.00	หมายถึง	มีพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับดีมาก

(วิเชียร เกตุสิงห์.2526: 10)

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยได้เข้าไปติดต่อ และขออนุญาตในการเก็บข้อมูล กับอาจารย์ที่สอน วิชา มศว 145 ทั้งที่องค์กรฯ และประสานมิตร
2. ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นแจกให้กลุ่มตัวอย่าง พร้อมอธิบายคำถาม และวิธีการตอบคำถามให้เข้าใจ จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยรับแบบสอบถามพร้อมตรวจความเรียบร้อยและกล่าวขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถาม
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้มารวบรวมข้อมูล มาจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยจะนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ กำหนดระดับความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือ
  - 1.1 ค่า IOC (Index of Item – Objectives Congruence) เพื่อหาค่า ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)
  - 1.2 ค่า สหสัมพันธ์แบบ Corrected Item Total Correlation เพื่อหาค่า อำนาจจำแนก (Discrimination)
  - 1.3 ค่า Cronbach Alpha Coefficient เพื่อหาค่า ความเชื่อมั่น (Reliability)
  - 1.4 ค่าความเที่ยง Kuder-Richardson (KR-20) เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น
2. การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารการมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน โดยการนำค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่าความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percentage)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยใช้การทดสอบค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe)
4. วิเคราะห์ปัจจัยทำนายที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์การแจกแจงแบบเอฟ (F- distribution)
df	แทน	ชั้นแห่งความอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Sum of Square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Mean of Square)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์การแจกแจงแบบที (t-distribution)
p	แทน	ความน่าจะเป็น
n	แทน	จำนวน
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าทำวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ในการทดสอบสมมติฐานผู้วิจัยยอมรับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 วิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารเมื่อจำแนกตาม ปัจจัยนำ ตามตัวแปร เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชา ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 3 วิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารเมื่อจำแนกตามปัจจัยเอื้อ ตามตัวแปร คือ การมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบ

ความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 4 วิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเมื่อจำแนกตามปัจจัยปัจจัยเสริม คือ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 วิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตาราง 3 จำนวนร้อยละ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับพฤติกรรม	จำนวน	ร้อยละ
มีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับดีมาก ( คะแนนเฉลี่ย 3.25 – 4.00)	0	0
มีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับดี ( คะแนนเฉลี่ย 2.50 – 3.24 )	17	4.0
มีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับปานกลาง ( คะแนนเฉลี่ย 1.75 - 2.49 )	307	71.6
มีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับไม่ดี ( คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.74 )	108	24.4
รวม	432	100

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 71.6 รองลงมา คือ มีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับไม่ดี ร้อยละ 24.4 และมีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับดี ร้อยละ 4.0 ตามลำดับ

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของ  
 นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ ของพฤติกรรม

พฤติกรรมบริโภคอาหาร	$\bar{x}$	S	แปลผล
1.ในแต่ละวันนิสิตรับประทานอาหารครบ 5 หมู่	1.69	0.69	ไม่ดี
2. นิสิตรับประทานอาหารหลัก 3 มื้อต่อวัน	1.98	0.78	ปานกลาง
3. นิสิตเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกสะอาดถูกสุขอนามัย	2.50	0.68	ดี
4. นิสิตใส่ใจรสชาติในการปรุงอาหาร	1.81	0.77	ปานกลาง
5. นิสิตรับประทานอาหารที่มีรสชาติที่ปรุงแต่งรสเค็มจัด	2.15	0.79	ปานกลาง
6. นิสิตรับประทานอาหารที่มีกรรมวิธีประกอบอาหารด้วยการนึ่ง ต้มมากกว่าการทอด	1.36	0.59	ไม่ดี
7. นิสิตสังเกตวันหมดอายุที่ระบุไว้ในผลิตภัณฑ์ก่อนตัดสินใจซื้อ	2.38	0.79	ปานกลาง
8. นิสิตนิยมรับประทานอาหารที่มีสีสังเคราะห์มารับประทาน เช่น ลูกอม ลูกชุบ	1.95	0.71	ปานกลาง
9. นิสิตรับประทานผลไม้สดหลังอาหารทุกมื้อ	1.37	0.63	ไม่ดี
10. นิสิตรับประทานอาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว ขนมจูปจิบ ระหว่างมื้อ	1.57	0.73	ไม่ดี
11. นิสิตดื่มน้ำอัดลมเมื่อกระหาย	1.91	0.78	ปานกลาง
12. นิสิตดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง	2.42	0.68	ปานกลาง
รวม	1.79	0.65	ปานกลาง

จากตาราง 4 แสดงว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ภาพรวมมีพฤติกรรมบริโภคอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกรายชื่อ พบว่า นิสิตมีข้อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับไม่ดี ได้แก่ นิสิตรับประทานผลไม้สดหลังอาหารทุกมื้อ ( $\bar{X} = 1.37, S = 0.63$ ) นิสิตรับประทานอาหารที่มีกรรมวิธีประกอบอาหารด้วยการนึ่งต้มมากกว่าการทอด ( $\bar{X} = 1.36, S = 0.59$ ) ในแต่ละวันนิสิตรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ( $\bar{X} = 1.69, S = 0.69$ ) และรับประทานอาหารว่างระหว่างมื้อ ( $\bar{X} = 1.57, S = 0.73$ ) นิสิตมีข้อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ นิสิตดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง ( $\bar{X} = 2.42, S = 0.68$ ) นิสิตสังเกตวันหมดอายุที่ระบุไว้ในผลิตภัณฑ์ก่อนตัดสินใจซื้อ ( $\bar{X} = 2.38, S = 0.97$ ) นิสิตรับประทานอาหารที่มีรสชาติที่ปรุงแต่งรสเค็มจัด ( $\bar{X} = 2.15, S = 0.79$ ) นิสิตรับประทานอาหารหลัก 3 มื้อต่อวัน ( $\bar{X} = 1.98, S = 0.78$ ) นิสิตนิยมรับประทานอาหารที่มีสีสังเคราะห์มารับประทาน เช่น ลูกอม ลูกชุบ ( $\bar{X} = 1.95, S = 0.71$ ) นิสิตดื่มน้ำอัดลมเมื่อกระหาย ( $\bar{X} = 1.91, S = 0.78$ ) และนิสิตใส่ใจรสชาติใน

การปรุงอาหาร ( $\bar{X} = 1.81$ ,  $S = 0.77$ ) และนิสิตมีข้อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ได้แก่ นิสิตเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกสะอาดถูกสุขอนามัย ( $\bar{X} = 2.50$ ,  $S = 0.68$ )

ตอนที่ 2 วิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเมื่อจำแนกตาม ปัจจัยนำ ตามตัวแปร เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชา ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ **t-test (Independent samples)** แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (**One-way ANOVA**) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตาราง 5 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชา ที่เรียน

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	96	22.2
หญิง	336	77.8
รวม	432	100
<b>รายรับของนิสิต</b>		
ต่ำกว่า 3,000 บาท	30	6.9
3,000 -5,000 บาท	162	37.5
5,001 – 7,000บาท	114	26.4
7,001 – 9,000 บาท	66	15.3
9,001 – 10,000บาท	33	7.6
มากกว่า 10,000 บาท	27	6.3
รวม	432	100
<b>กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน</b>		
กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	212	49.1
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ	96	22.2
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	124	28.7
รวม	432	100

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่า

นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 77.8 และเป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 22.2 สำหรับรายรับของนิสิตนั้น นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายรับอยู่ที่ 3,000 -5,000 บาทต่อเดือน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.5 รองลงมา มีรายรับอยู่ที่ 5,001 – 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 26.4 มีรายรับ 7,001 – 9,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.3 มีรายรับ 9,001 – 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 7.6 มีรายรับ ต่ำกว่า 3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 6.9 และมีรายรับมากกว่า 10,000 บาท น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 6.3 ส่วนกลุ่มสาขาวิชาที่เรียน นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 49.1 รองลงมาอยู่ในกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คิดเป็นร้อยละ 28.7 และอยู่ในกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 22.2 ตามลำดับ

ตาราง 6 จำนวนและร้อยละความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับความรู้	จำนวน	ร้อยละ
ระดับความรู้ดี (ร้อยละ 80.00 – 100)	304	70.4
ระดับความรู้ปานกลาง (ร้อยละ 50.00 – 79.99)	127	29.4
ระดับความรู้ควรปรับปรุง (ร้อยละ 0.00 – 49.99)	1	0.2
รวม	432	100

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี ร้อยละ 70.4 รองลงมา คือ ระดับความรู้ปานกลาง ร้อยละ 29.4 และมีระดับความรู้ควรปรับปรุง ร้อยละ 0.2 ตามลำดับ

ตาราง 7 ร้อยละ ของความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายข้อ

ข้อความ	ถูก	ผิด
	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)
1.ปริมาณน้ำตาลที่ควรบริโภคไม่ควรเกินวันละกี่ช้อนชา	28.9	71.1
2.ผลไม้ชนิดใดมีวิตามินซีสูงสุด	57.6	42.4
3.ในช่วงฤดูหนาว ร่างกายต้องความอบอุ่น ควรรับประทานอาหารในข้อใด	79.6	20.4
4. อาหารต่อไปนี้ให้สารอาหารคาร์โบไฮเดรต <u>ยกเว้น</u> ข้อใด	95.4	4.6
5. คอเลสเตอรอล พบมากในข้อใด	94.2	5.8
6.การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง และมีปริมาณน้ำตาลมาก ในช่วงวัยรุ่นจะส่งผลต่อสุขภาพในวัยผู้ใหญ่ หรือไม่ เพราะเหตุใด	99.3	0.7
7.ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานควร <u>งด</u> อาหารในข้อใด	99.1	0.9
8.หากรับประทานอาหารที่มีเกลือ น้ำปลา เป็นส่วนผสมจำนวนมาก เป็นประจำร่างกายจะเสี่ยงเกิดโรคใด	91.7	8.3
9.ผลไม้ชนิดใดป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน	66.0	34.0
10.ข้อใดคือการรับประทานอาหารเพื่อการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมที่สุด	99.3	0.7

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง และมีปริมาณน้ำตาลมากในช่วงวัยรุ่นจะส่งผลต่อสุขภาพในวัยผู้ใหญ่หรือไม่ เพราะเหตุใด (ร้อยละ 99.3) ข้อใดคือการรับประทานอาหารเพื่อการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมที่สุด (ร้อยละ 99.3) ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานควรงดอาหารในข้อใด (ร้อยละ 99.1) อาหารต่อไปนี้ให้สารอาหารคาร์โบไฮเดรต ยกเว้นข้อใด (ร้อยละ 95.4) คอเลสเตอรอล พบมากในข้อใด (ร้อยละ 94.2) หากรับประทานอาหารที่มีเกลือ น้ำปลา เป็นส่วนผสมจำนวนมากเป็นประจำร่างกายจะเสี่ยงเกิดโรคใด (ร้อยละ 91.7) มีระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ในช่วงฤดูหนาว ร่างกายต้องความอบอุ่น ควรรับประทานอาหารในข้อใด (ร้อยละ 79.6) ผลไม้ชนิดใดป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน (ร้อยละ 66.0) และผลไม้ชนิดใดมีวิตามินซีสูงสุด (ร้อยละ 57.6) มีระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปรับปรุง ได้แก่ ปริมาณน้ำตาลที่ควรบริโภคไม่ควรเกินวันละกี่ช้อนชา (ร้อยละ 28.9)

ตาราง 8 จำนวนและร้อยละเจตคติของการบริโภคอาหารเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร  
ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับเจตคติ	จำนวน	ร้อยละ
มีเจตคติอยู่ในระดับดี(คะแนนเฉลี่ย 3.01 – 4.00)	185	42.8
มีเจตคติอยู่ในระดับปานกลาง(คะแนนเฉลี่ย 2.01 – 3.00)	245	56.7
มีเจตคติอยู่ในระดับไม่ดี(คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.00)	2	0.5
รวม	432	100

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่านิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.7 และมีเจตคติในระดับไม่ดี ร้อยละ 0.5 ตามลำดับ

ตาราง 9 จำนวนและร้อยละเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ

ข้อรายการ	$\bar{X}$	S	แปล
ผล			
1.อาหารมือเข้าเป็นมือที่ต้องรับประทานทุกวัน	3.59	0.68	ดี
2.การรับประทานอาหารแต่ละมื้อต้องครบ 5 หมู่ และหลากหลายประเภท	3.20	0.75	ดี
3.การลดน้ำหนัก ควรดอาหารประเภทแป้งทุกชนิด	2.68	0.80	ปานกลาง
4.ควรรับประทานผลไม้ เช่น ข้าวโพด มะละกอสสามารถ ช่วยต้านอนุมูลอิสระได้	3.12	0.65	ดี
5.ควรรับประทานผักมากกว่าเนื้อสัตว์สามารถช่วย คุมน้ำหนักและมีสุขภาพดี	3.00	0.73	ปานกลาง
6.ควรรับประทานปลาเป็นประจำ ช่วยให้มีน้ำจืด	3.12	0.69	ดี
7.วัยรุ่นควรดื่มนมสดรสจืดที่มีแคลเซียมสูงเท่านั้น	2.82	0.74	ปานกลาง
8.การรับประทานอาหารประเภทต้ม หนึ่งแทนการทอดและผัด เป็นอาหารของคนลดน้ำหนักเท่านั้น	2.39	0.94	ปานกลาง
9.การรับประทานอาหารรสจืด เช่น เผ็ดจัด เปรี้ยวจัด ทำให้ทานอาหารได้มาก	2.94	0.89	ปานกลาง

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ควรรับประทานผักมากกว่าเนื้อสัตว์สามารถช่วยคุมน้ำหนักและมีสุขภาพดี ( $\bar{X} = 3.00, S = 0.73$ ) การรับประทานอาหารรสจัด เช่น เผ็ดจัด เปรี้ยวจัดทำให้ทานอาหารได้มาก ( $\bar{X} = 2.94, S = 0.89$ ) วัยรุ่นควรดื่มนมสดรสจืดที่มีแคลเซียมสูงเท่านั้น ( $\bar{X} = 2.82, S = 0.74$ ) การลดน้ำหนัก ควรลดอาหารประเภทแป้งทุกชนิด ( $\bar{X} = 2.68, S = 0.8$ ) การรับประทานอาหารประเภทต้ม และนึ่งแทนการทอดและผัดเป็นอาหารของคนลดน้ำหนักเท่านั้น ( $\bar{X} = 2.39, S = 0.94$ ) และมีระดับเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี ได้แก่ อาหารมื้อเช้าเป็นมื้อที่ต้องรับประทานทุกวัน ( $\bar{X} = 3.59, S = 0.68$ ) การรับประทานอาหารเช้าแต่ละมื้อต้องครบ 5 หมู่และหลากหลายประเภท ( $\bar{X} = 3.20, S = 0.75$ ) ควรรับประทานผลไม้ เช่น ข้าวโพด มะละกอสสามารถช่วยต้านอนุมูลอิสระได้ ( $\bar{X} = 3.12, S = 0.65$ ) และควรรับประทานปลาเป็นประจำ ช่วยให้มีสมาธิ ( $\bar{X} = 3.12, S = 0.69$ )

ตาราง 10 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม เพศ

ตัวแปรเพศ	n	$\bar{X}$	S	t	p
ชาย	95	1.91	0.33	1.814	0.179
หญิง	336	1.97	0.29		

จากตาราง 10 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ ที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

ตาราง 11 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม รายรับของนิสิต

ตัวแปรรายรับของนิสิต	n	$\bar{X}$	S	F	p
ต่ำกว่า 3,000 บาท	30	1.86	0.29	3.105	0.009
3,000-5,000 บาท	162	1.94	0.30		
5,001-7,000บาท	114	1.96	0.28		
7,001-9,000บาท	65	1.92	0.28		
9,001-10,000บาท	33	1.99	0.30		
มากกว่า 10,000บาท	28	2.14	0.30		

จากตาราง 11 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีรายรับต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน

ตาราง 12 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม รายรับของนิสิต

ระดับรายได้	ค่าแตกต่างของค่าเฉลี่ย	ผลความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ย	Std. Error	p	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ต่ำกว่า 3,000 บาท	3,000 - 5,000 บาท	-.078	.059	.879	-.276	.119
	5,001 - 7,000 บาท	-.100	.061	.744	-.305	.103
	7,001 - 9,000 บาท	-.056	.065	.981	-.276	.163
	9,001 - 10,000 บาท	-.125	.075	.735	-.376	.126
	มากกว่า 10,000	-.281*	.079	.028	-.545	-.017
3,000 - 5,000 บาท	ต่ำกว่า 3,000 บาท	.078	.059	.879	-.119	.276
	5,001 - 7,000 บาท	-.021	.036	.996	-.143	.100
	7,001 - 9,000 บาท	.022	.043	.998	-.123	.168
	9,001 - 10,000 บาท	-.046	.056	.985	-.236	.144
	มากกว่า 10,000	-.202	.061	.060	-.409	.004
5,001 - 7,000 บาท	ต่ำกว่า 3,000 บาท	.100	.061	.744	-.103	.305
	3,000 - 5,000 บาท	.021	.036	.996	-.100	.143
	7,001 - 9,000 บาท	.044	.046	.969	-.110	.199
	9,001 - 10,000 บาท	-.024	.058	.999	-.221	.172
	มากกว่า 10,000	-.180	.063	.156	-.394	.032
7,001 - 9,000 บาท	ต่ำกว่า 3,000 บาท	.056	.065	.981	-.163	.276
	3,000 - 5,000 บาท	-.022	.043	.998	-.168	.123
	5,001 - 7,000 บาท	-.044	.046	.969	-.199	.110
	9,001 - 10,000 บาท	-.068	.063	.948	-.281	.144
	มากกว่า 10,000	-.225	.068	.056	-.453	.003
9,001 - 10,000 บาท	ต่ำกว่า 3,000 บาท	.125	.075	.735	-.126	.376
	3,000 - 5,000 บาท	.046	.056	.985	-.144	.236
	5,001 - 7,000 บาท	.024	.058	.999	-.172	.221
	7,001 - 9,000 บาท	.068	.063	.948	-.144	.281
	มากกว่า 10,000	-.156	.077	.537	-.414	.102
มากกว่า 10,000	ต่ำกว่า 3,000 บาท	.281*	.079	.028	.017	.545
	3,000 - 5,000 บาท	.202	.061	.060	-.004	.409
	5,001 - 7,000 บาท	.180	.063	.156	-.032	.394
	7,001 - 9,000 บาท	.225	.068	.056	-.003	.453
	9,001 - 10,000 บาท	.15641	.07731	.537	-.1020	.4149

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 พบว่า นิสิตที่มีรายรับต่ำกว่า 3,000 บาท มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร แตกต่างกับนิสิตที่มีรายรับมากกว่า 10,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตาราง 13 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน

ตัวแปรกลุ่มสาขาวิชาที่เรียน	n	$\bar{X}$	S	F	p
กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์	212	1.94	0.29	0.130	0.878
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สุขภาพ	96	1.96	0.31		
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี	253	1.96	0.32		

จากตาราง 13 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีกลุ่มสาขาวิชาที่เรียนต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

ตาราง 14 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ตัวแปรความรู้เกี่ยวกับการ บริโภคอาหาร	n	$\bar{X}$	S	F	p
ระดับความรู้ดี	304	1.95	0.30	0.823	0.553
ระดับความรู้ปานกลาง	127	2.0	0.31		
ระดับความรู้ดีควรปรับปรุง	1	1.63	0.01		

จากตาราง 14 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

ตาราง 15 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม เจตคติของการบริโภคอาหาร

ตัวแปรเจตคติของ การบริโภคอาหาร	n	$\bar{X}$	S	F	p
มีเจตคติอยู่ในระดับดี	2	1.50	0.70	9.017*	0.000
มีเจตคติอยู่ในระดับปานกลาง	246	1.91	0.29		
มีเจตคติอยู่ในระดับไม่ดี	184	2.02	0.28		

จากตาราง 15 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีเจตคติของการบริโภคอาหารต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารต่างกัน

ตาราง 16 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม เจตคติของการบริโภคอาหาร

ระดับเจตคติ	ค่าแตกต่างของ ค่าเฉลี่ย	ผลความ แตกต่างของ			95% Confidence Interval	
		ค่าเฉลี่ย	Std. Error	Sig.	Lower Bound	Upper Bound
มีเจตคติอยู่ในระดับดี	มีเจตคติอยู่ในระดับ ปานกลาง	.415	.210	.143	-.932	.100
	มีเจตคติอยู่ในระดับไม่ดี	.520*	.210	.048	-1.037	-.003
มีเจตคติอยู่ในระดับ ปานกลาง	มีเจตคติอยู่ในระดับดี	.415	.210	.143	-.100	.932
	มีเจตคติอยู่ในระดับไม่ดี	-.104*	.028	.001	-.175	-.034
มีเจตคติอยู่ในระดับไม่ดี	มีเจตคติอยู่ในระดับดี	.520*	.210	.048	.003	1.037
	มีเจตคติอยู่ในระดับ ปานกลาง	.104*	.028	.001	.034	.175

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 พบว่า นิสิตที่มีมีเจตคติอยู่ในระดับดี มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกับนิสิตที่มี เจตคติอยู่ในระดับไม่ดี และนิสิตที่มีเจตคติอยู่ในระดับปานกลางดี มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกับนิสิตที่มี เจตคติอยู่ในระดับไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตอนที่ 3 วิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเมื่อจำแนกตามปัจจัยเอื้อ ตามตัวแปร คือ การมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเซฟเฟ (Scheffe) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตาราง 17 จำนวนและร้อยละปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับของปัจจัยเอื้อด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับมาก ( คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00)	85	19.7
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับปานกลาง ( คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67 )	231	53.5
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในเอื้อระดับน้อย ( คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.32 )	116	26.8
รวม	432	100

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่ดี อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.5 รองลงมา คือ ได้รับปัจจัยเอื้อด้านสถานที่ในระดับน้อย ร้อยละ 26.8 และได้รับปัจจัยเอื้อด้านสถานที่ในระดับมาก ร้อยละ 19.7 ตามลำดับ

ตาราง 18 จำนวนและร้อยละปัจจัยทางด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร  
ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับปัจจัยเอื้อทางด้านการมีอาหารที่ เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับมาก( คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00 )	11	2.5
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับปานกลาง(คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67 )	51	11.8
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับน้อย( คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.32 )	370	85.7
รวม	432	100

จากตาราง 18 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ดี อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 85.7 รองลงมา คือ ได้รับปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ดี ในระดับปานกลาง ร้อยละ 11.8 และได้รับปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ดี ในระดับมาก ร้อยละ 2.5 ตามลำดับ

ตาราง 19 ค่าเฉลี่ยของ ปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการบริโภค ของนิสิตปริญญาตรี  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ

ชื่อรายการ	$\bar{X}$	S	แปลผล
<b>การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร</b>			
1.ที่บ้านหรือหอพักของนิสิตมีอาหารว่าง เช่น อาหารขบเคี้ยว ที่นิสิตสามารถหยิบกินได้ตลอดเวลา	2.65	1.04	ปานกลาง
2.ที่บ้านหรือหอพักของนิสิตมีเครื่องดื่ม เช่น น้ำหวาน น้ำอัดลม น้ำผลไม้ ที่สามารถหยิบดื่มได้ตลอดเวลา	3.16	1.16	ปานกลาง
<b>การมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร</b>			
3.รอบ ๆ หรือในมหาวิทยาลัยมีร้านสะดวกซื้ออยู่	1.65	0.79	น้อย

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒส่วนใหญ่มีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ที่บ้านหรือหอพักของนิสิตมีเครื่องดื่ม เช่น น้ำหวาน น้ำอัดลม น้ำผลไม้ ที่สามารถหยิบดื่มได้ตลอดเวลา ( $\bar{X} = 3.16$ ,  $S = 1.16$ ) และที่บ้านหรือหอพักของนิสิตมีอาหารว่าง เช่น อาหารขบเคี้ยว ที่นิสิต

สามารถหยิบกินได้ตลอดเวลา ( $\bar{X}=2.65, S = 1.04$ ) ส่วนการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับน้อย คือ รอบ ๆ หรือในมหาวิทยาลัยมีร้านสะดวกซื้ออยู่ ( $\bar{X} = 1.65, S = 0.79$ )

ตาราง 20 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร

ตัวแปรปัจจัยด้านการมีสถานที่ ต่อการบริโภคอาหาร	n	$\bar{X}$	S	F	p
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับมาก	84	2.05	0.31	8.36*	0.000
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ ปานกลาง	231	1.96	0.28		
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับน้อย	117	1.88	0.30		

จากตาราง 20 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่ต่างกันมีปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารต่างกัน

ตาราง 21 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร

ระดับปัจจัยเอื้อ	ค่าแตกต่างของ ค่าเฉลี่ย	ผลความ แตกต่างของ		Sig.	95% Confidence Interval	
		ค่าเฉลี่ย	Std. Error		Lower Bound	Upper Bound
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ ปานกลาง	มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ ปานกลาง	.262 <sup>*</sup>	.099	.032	.017	.507
	มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ น้อย	.243 <sup>*</sup>	.091	.030	.018	.468
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ ปานกลาง	มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ มาก	-.262 <sup>*</sup>	.099	.032	-.507	-.017
	มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ น้อย	-.018	.044	.915	-.128	.091
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ น้อย	มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ มาก	-.243 <sup>*</sup>	.091	.030	-.468	-.018
	มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ ปานกลาง	.018	.044	.915	-.091	.128

จากตาราง 21 นิสิตที่มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับมากมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกับ นิสิตที่มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับปานกลาง นิสิตที่มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับมากมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกับนิสิตที่มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตาราง 22 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม การมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร

ตัวแปรการมีสถานที่ เอื้อต่อการบริโภคอาหาร	n	$\bar{X}$	S	F	p
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับมาก	11	2.19	0.36	3.69*	0.026
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับ ปานกลาง	52	1.93	0.29		
มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับน้อย	369	1.95	0.29		

จากตาราง 22 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่ต่างกันมีการมีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ต่างกัน

ตอนที่ 4 วิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารเมื่อจำแนกตามปัจจัยปัจจัยเสริม คือ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

ตาราง 23 จำนวน และร้อยละ ของปัจจัยเสริม ด้าน แรงสนับสนุนจากจากสื่อ ของนิสิตปริญญาตรี  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับปัจจัยเสริม	จำนวน	ร้อยละ
ได้รับข้อมูลข่าวสารทางบวกอยู่ในระดับดี ( คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00)	0	0
ได้รับข้อมูลข่าวสารทางบวกอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67 )	397	91.9
ได้รับข้อมูลข่าวสารทางบวกอยู่ในระดับควรปรับปรุง (คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.32 )	35	8.1
รวม	432	100

จากตาราง 23 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับแรงสนับสนุน จากสื่ออยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 91.9 และได้รับแรงสนับสนุน จากสื่ออยู่ในระดับควรปรับปรุง ร้อยละ 8.1 ตามลำดับ

ตาราง 24 จำนวนร้อยละ ปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อนของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับปัจจัยเสริม	จำนวน	ร้อยละ
<b>แรงสนับสนุนจากจากครอบครัว</b>		
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวกอยู่ในระดับดี ( คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00)	2	0.5
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวกอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67 )	161	37.2
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวกอยู่ในระดับควรปรับปรุง ( คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.32 )	269	62.3
รวม	432	100
<b>แรงสนับสนุนจากเพื่อน</b>		
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวกอยู่ในระดับดี ( คะแนนเฉลี่ย 3.68 – 5.00)	0	0.0
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวกอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 2.33 – 3.67 )	55	12.7
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวกอยู่ในระดับควรปรับปรุง ( คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.32 )	377	87.3
รวม	432	100

จากตาราง 24 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่ได้รับปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากครอบครัวอยู่ในระดับควรปรับปรุง ร้อยละ 62.3 รองลงมา คือ ได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.2 และได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในระดับดี ร้อยละ 0.5 ตามลำดับ

นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่ได้รับแรงสนับสนุนจากเพื่อนอยู่ในระดับควรปรับปรุง ร้อยละ 87.3 และได้รับปัจจัยเสริมในระดับปานกลาง ร้อยละ 12.7 ตามลำดับ

ตาราง 25 ค่าเฉลี่ยของ ปัจจัยเสริม คือ แรงสนับสนุนจากจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามรายชื่อ

ข้อรายการ	$\bar{X}$	S	แปลผล
<b>แรงสนับสนุนจากจากสื่อ</b>			
1. วิทยุ	1.42	0.85	ปรับปรุง
2. โทรทัศน์	2.26	0.72	ปรับปรุง
3. หนังสือพิมพ์	1.39	0.75	ปรับปรุง
4. นิตยสาร วารสาร	1.58	0.18	ปรับปรุง
5. แผ่นพับ	1.37	0.79	ปรับปรุง
6. โปสเตอร์ ป้ายประกาศ	1.71	0.78	ปรับปรุง
7. อินเทอร์เน็ต	2.50	0.69	ปานกลาง
รวม	$\bar{X} = 1.75$	$S = 0.47$	ปรับปรุง
<b>แรงสนับสนุนจากจากครอบครัว</b>			
1. บิดา	2.13	1.63	ปรับปรุง
2. มารดา	2.36	0.79	ปรับปรุง
3. พี่/น้อง	1.57	0.92	ปรับปรุง
รวม	$\bar{X} = 2.04$	$S = 0.68$	ปรับปรุง
<b>แรงสนับสนุนจากเพื่อน</b>			
1. เพื่อน	1.69	0.77	ปรับปรุง

จากตาราง 25 แสดงให้เห็นว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แรงสนับสนุนทั้งจากสื่อ จากครอบครัวและเพื่อน ภาพรวมนั้น อยู่ในระดับปรับปรุง เมื่อพิจารณาการ แรงสนับสนุนจากสื่อ ส่วนใหญ่จะได้จากอินเทอร์เน็ต ( $\bar{X}$  = 2.50, S = 0.69) รองลงมา คือ โทรทัศน์ ( $\bar{X}$  = 2.26, S = 0.75) แลโปสเตอร์ ป้ายประกาศ ( $\bar{X}$  = 1.71, S = 0.78) ตามลำดับ และแรงสนับสนุนจากครอบครัว ส่วนใหญ่จะได้จาก มารดา ( $\bar{X}$  = 2.36, S = 0.79) รองลงมา คือ บิดา ( $\bar{X}$  = 2.13, S = 1.63) และ จากพี่น้อง ( $\bar{X}$  = 2.06, S = 0.74) ตามลำดับ และได้รับแรงสนับสนุนจากเพื่อน อยู่ในระดับปรับปรุง ( $\bar{X}$  = 1.69, S = 0.77)

ตาราง 26 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม แรงสนับสนุนจากจากสื่อ

ตัวแปรแรงสนับสนุนจากจากสื่อ	n	$\bar{X}$	S	F	p
ได้รับข้อมูลข่าวสารทางบวก อยู่ในระดับดี	11	2.19	0.36	1.916*	0.013
ได้รับข้อมูลข่าวสารทางบวก ในระดับปานกลาง	52	1.93	0.29		
ได้รับข้อมูลข่าวสารทางบวก อยู่ในระดับควรปรับปรุง	369	1.95	0.29		

จากตาราง 26 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีแรงสนับสนุนจากจากสื่อ ต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารต่างกัน

ตาราง 27 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของของนิสิต  
ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม ปัจจัยด้านการมีสถานที่เอื้อต่อ  
การบริโภคอาหาร

(I)	(J)	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับดี	ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับปาน กลาง	.262 <sup>*</sup>	.092	.032	.018	.572
	ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับน้อย	.248 <sup>*</sup>	.099	.030	.015	.489
ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับปาน กลาง	ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับมาก	-.262 <sup>*</sup>	.092	.032	-.502	-.078
	ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับน้อย	-.014	.047	.915	-.128	.011
ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับน้อย	ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับมาก	-.248 <sup>*</sup>	.099	.030	-.469	-.085
	ได้รับข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับปาน กลาง	.014	.047	.915	-.091	.188

จากตาราง 27 นิสิตที่ได้รับข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับมากมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกับนิสิตที่ได้รับข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับปานกลาง และนิสิตที่ได้รับข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับมากมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกับนิสิตที่มีปัจจัยเอื้ออยู่ในระดับน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตาราง 28 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม แรงสนับสนุนจากครอบครัว

ตัวแปรแรงสนับสนุน จากครอบครัว	n	$\bar{X}$	S	F	p
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวก อยู่ในระดับดี	2	1.89	0.94	1.29	0.27
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวก อยู่ในระดับปานกลาง	161	1.94	0.48		
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวก อยู่ในระดับควรปรับปรุง	269	1.98	0.42		

จากตาราง 28 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีแรงสนับสนุนจากครอบครัวต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่ต่างกัน

ตาราง 29 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตาม แรงสนับสนุนจากครอบครัว

ตัวแปรแรงสนับสนุน จากครอบครัว	n	$\bar{X}$	S	F	p
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวก อยู่ในระดับดี	55	1.93	0.34	1.43	0.23
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวก อยู่ในระดับปานกลาง	213	1.97	0.44		
ได้รับแรงสนับสนุนทางบวก อยู่ในระดับควรปรับปรุง	164	1.99	0.96		

จากตาราง 29 ผลการทดสอบด้วยค่าสถิติ F (f-test) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 พบว่า นิสิตที่มีแรงสนับสนุนจากเพื่อนต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่ต่างกัน

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจ  
จำแนกในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตาราง 30 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกใน  
การทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปร ปัจจัยนำ ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่าง 432 คน

ตัวทำนายปัจจัยนำ	B	Std.Error	Beta	t	p
รายรับของนิสิต	0.320	0.011	0.136	2.791*	0.005
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	0.277	0.043	0.302	6.500*	0.000
R = 0.343 $R^2$ ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.105    ค่าคงที่ 0.885					

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

a. Predictors(Constant) : รายรับของนิสิต และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

b. Dependent Variable : พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จากตาราง 30 พบว่า ตัวแปรปัจจัยนำสองตัวแปร ได้แก่ รายรับของนิสิต และเจตคติ  
เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้น  
ปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในระดับต่ำ ( $R = 0.343$ ) และตัวแปรทั้งสองตัวสามารถอธิบาย  
ความผันแปรพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ ร้อยละ 10.50 ( $R^2$  ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.105)

จากตาราง 30 สามารถเขียนสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\bar{X} = 1.350 + 0.320 (\text{รายรับของนิสิต}) + 0.277 (\text{เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร})$$

ค่า B ของรายรับของนิสิตเท่ากับ 0.320 หมายความว่า การเพิ่มขึ้นของรายรับของนิสิตต่อ  
พฤติกรรมการบริโภค

อาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วยจะทำให้  
พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพิ่มขึ้น  
0.320 หน่วยค่า B ของเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเท่ากับ 0.277 หมายความว่า การเพิ่มขึ้น  
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของต่อพฤติกรรมการบริโภคของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วยจะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้น

ปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพิ่มขึ้น 0.277 หน่วยแสดงว่า รายรับของนิสิต และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนตัวแปรที่เหลือ คือ เพศ กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ไม่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้

ตาราง 31 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปร ปัจจัยเอื้อ ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒกลุ่มตัวอย่าง 432 คน

ตัวทำนายด้านปัจจัยเอื้อ	B	Std.Error	Beta	t	p
การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร	0.067	0.015	0.218	4.619*	0.000
R = 0.221 $R^2$ ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.045 ค่าคงที่ 1.749					

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**a. Predictor (Constant) :** ปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

**b. Dependent Variable :** พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จากตาราง 31 พบว่า ตัวแปรปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในระดับต่ำ ( $R = 0.221$ ) และตัวแปรด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารสามารถอธิบายความผันแปรพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒร้อยละ 4.5 ( $R^2$  ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.045)

จากตาราง 31 สามารถเขียนสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\bar{X} = 1.749 + 0.067 (\text{การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร})$$

ค่า B ของการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารเท่ากับ 0.067 หมายความว่า การเพิ่มขึ้นของปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารต่อพฤติกรรมการบริโภคของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วย จะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพิ่มขึ้น 0.067 หน่วยแสดงว่า ปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารส่งผลต่อ

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนตัวแปรด้านการมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร ไม่สามารถทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารได้

ตาราง 32 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปรปัจจัยเสริมของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่าง 432 คน

ตัวทำนายด้านปัจจัยเสริม	B	Std.Error	Beta	t	p
แรงสนับสนุนจากสื่อ	-0.930	0.032	-0.145	-2.881*	0.004

R = 0.154  $R^2$  ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.017 ค่าคงที่ 2.086

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

a. Predictor (Constant) : ปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ

b. Dependent Variable : พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จากตาราง 32 พบว่า ตัวแปรปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในระดับต่ำ (R = 0.154 ) และตัวแปรปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ สามารถอธิบายความผันแปรของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร้อยละ 1.17 ( $R^2$  ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.017)

จากตาราง 32 สามารถเขียนสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$$\bar{X} = 2.086 + -0.930 (\text{ปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ})$$

ค่า B ของปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อเท่ากับ -0.930 หมายความว่า การลดลงของปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วย จะทำให้พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ลดลง 0.930 หน่วยแสดงว่า ปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนตัวแปรที่เหลือ คือ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน ไม่สามารถทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารได้

ตาราง 33 ผลวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกในการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากตัวแปร ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่าง 432 คน

ตัวทำนายปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม	B	Std.Error	Beta	t	p
รายรับของนิสิต	0.290	0.011	0.125	2.620*	0.009
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	0.295	0.042	0.321	7.026*	0.000
การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรม					
การบริโภคอาหาร	0.054	0.014	0.174	3.867*	0.000
แรงสนับสนุนจากสื่อ	-0.104	0.030	-0.163	-3.450*	0.001
R = 0.438 $R^2$ ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.171 ค่าคงที่ 0.801					

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

\*\* ฐานในการเปรียบเทียบของกลุ่มสาขาวิชา คือ สาขามนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์

a. Predictors(Constant) : รายรับของนิสิต เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ

b. Dependent Variable : พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จากตาราง 33 พบว่า ตัวแปรปัจจัยนำสี่ตัวแปร ได้แก่ รายรับของนิสิต เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในระดับต่ำ (R = 0.438) และตัวแปรทั้งสี่ตัวสามารถอธิบายความผันแปรพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร้อยละ 17.1 ( $R^2$  ที่ปรับแล้วเท่ากับ 0.171)

จากตาราง 33 สามารถเขียนสมการพยากรณ์ได้ดังนี้

$\hat{Y} = 1.350 + 0.290$  (รายรับของนิสิต) +  $0.295$  (เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร) +  $0.054$  (การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร) +  $-0.104$  (ปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ)

ค่า B ของรายรับของนิสิตเท่ากับ 0.290 หมายความว่า การเพิ่มขึ้นของรายรับของนิสิตต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วย จะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพิ่มขึ้น 0.290 หน่วย

ค่า B ของเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเท่ากับ 0.295 หมายความว่า การเพิ่มขึ้นเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของต่อพฤติกรรมการบริโภคของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วยจะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพิ่มขึ้น 0.295 หน่วย

ค่า B ของการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารเท่ากับ 0.054 หมายความว่า การเพิ่มขึ้นของปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารต่อพฤติกรรมการบริโภคของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วย จะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพิ่มขึ้น 0.054 หน่วย

ค่า B ของปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อเท่ากับ -0.104 หมายความว่า การลดลงของปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อต่อพฤติกรรมการบริโภคของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 1 หน่วย จะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของ

นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ลดลง 0.104 หน่วยแสดงว่า รายรับของนิสิต เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ปัจจัยเอื้อด้านการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากสื่อ ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อ 11. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และเพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมี 3 ปัจจัย คือ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ คือ นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เรียน วิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle จำนวน 432 คน ซึ่งจะนำเสนอรายละเอียด ดังนี้

#### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

#### สมมุติฐานการวิจัย

1. เพศ ที่ต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
2. รายรับของนิสิต ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
3. กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
4. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
5. เจตคติของบริโภคอาหาร ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
6. การมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน

7. การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
8. แรงสนับสนุนจากสื่อ ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
9. แรงสนับสนุนจากครอบครัว ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
10. แรงสนับสนุนจากเพื่อน ที่แตกต่างกัน ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน
11. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

### 3. วิธีดำเนินงานวิจัย

#### 3.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle) ภาคการศึกษา 2/2559 จำนวน 1,186 คน

#### 3.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ลงทะเบียนเรียนวิชา SWU 145 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร Taro Yamane (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2550:26) และทำการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) ตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา จากนั้นสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายกับ ตอนที่เรียน จนได้ครบตามจำนวนที่กำหนดไว้ จำนวน 432 คน

#### 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 4 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยนำ ได้แก่ เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน มีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (Checklist) แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับอาหาร มีคำตอบเป็นแบบให้เลือกลักษณะเป็นแบบปรนัย 4 ตัวเลือก และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

### 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเข้าไปใช้ประกอบในการขออนุญาตและติดต่อในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้เข้าไปติดต่อ และขออนุญาตในการเก็บข้อมูล กับอาจารย์ที่สอน วิชา มศว 145 ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นแจกให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 432 ชุด พร้อมอธิบายคำถาม และวิธีการตอบคำถามให้เข้าใจ จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยรับแบบสอบถามพร้อมตรวจความเรียบร้อย และกล่าวขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถาม ในระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ 2560 ถึงเดือน มีนาคม 2560 เป็นเวลา 2 เดือน

### 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ของสังคมศาสตร์

1. การวิเคราะห์ลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)
2. การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารการมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยการใช้การทดสอบค่าที่ t-test (Independent samples) แบบอิสระต่อกัน และการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความแตกต่าง เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe)
4. วิเคราะห์ปัจจัยทำนายที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

## 4. สรุปผลการวิจัย

4.1. นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มศว ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า นิสิตมีข้อพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับไม่ดี ได้แก่ นิสิตรับประทานอาหารผลไม้สดหลังอาหารทุกมื้อ นิสิตรับประทานอาหารที่มีกรรมวิธีประกอบอาหารด้วยการนึ่งต้มมากกว่าการทอด และในแต่ละวันนิสิตรับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่

4.2 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อจำแนกตามปัจจัยนำ ได้แก่ เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และเจตคติของการบริโภคอาหาร พบว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มศว ที่มีรายรับแตกต่างกัน และมีเจตคติของการบริโภคอาหารแตกต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนเพศ กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน ไม่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน

4.3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อจำแนกตามปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภคอาหาร และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับการมีสถานที่ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่แตกต่างกันไม่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน

4.4 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร เมื่อจำแนกตามปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน พบว่า การได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน ที่แตกต่างกัน ไม่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน

4.5 ปัจจัยทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คือ รายรับของนิสิต เจตคติของการบริโภคอาหาร การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร และการได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อ มีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ร้อยละ 17.1 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

## อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่องปัจจัยทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. จากการศึกษพบว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มศว ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}=1.79$ ,  $S = 0.65$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า นิสิตมีข้อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับไม่ดี ได้แก่ ในแต่ละวันนิสิตรับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่ นิสิตรับประทานอาหารเช้าที่มีกรรมวิธีประกอบอาหารด้วยการนั่งต้มมากกว่าการทอด นิสิตรับประทานอาหารเช้าผลไม้สดหลังอาหารทุกมื้อ และนิสิตรับประทานอาหารเช้าว่าง ขนมขบเคี้ยว ขนมจูปิบระหว่างมื้อซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุนีย์ โยคะกุล (2542: 72) ที่ศึกษาพบว่า นิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ นิสิตมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ และการศึกษาของศิริรักษ์ กิจชนะไพบูลย์(2555: 20) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 68.1 รวมทั้ง

สอดคล้องกับการศึกษาของชนกนาถ ชูพยัคฆ์ (2544: 19) พบว่า นักเรียนมีความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง พฤติกรรมบริโภคอาหารขยะ ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจากการที่นิสิตได้เรียนวิชา SWU 145 สุขภาวะและวิถีชีวิตเชิงสร้างสรรค์ (Wellness and Healthy Lifestyle) ซึ่งเรียนเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองให้ดี มีสุขภาวะและวิถีชีวิตที่ดี อาจมีผลทำให้นิสิตมีการดูแลสุขภาพของตนเองในทางที่ถูกต้องได้มากขึ้น แต่อย่างไรก็ตามรูปแบบการใช้ชีวิตประจำวัน และมีแนวโน้มการบริโภคอาหารของนิสิตอาจได้มาจากวัฒนธรรมต่างชาติที่เข้ามาในประเทศไทยอย่างขาดการขัดเกลา จึงทำให้รูปแบบการบริโภคอาหารที่ต้องให้ความเร่งรีบ รวดเร็ว แข่งกับการพัฒนาและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปแบบสังคมสมัยใหม่

2. จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่าเพศที่ต่างกันไม่ทำให้พฤติกรรมการบริโภคแตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศแตกต่างกัน ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแตกต่างกัน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีเพศหญิงจำนวนมากว่า กล่าวคือ เพศหญิง ร้อยละ 78 และเพศชายจำนวนร้อยละ 22 จึงอาจทำให้สมมติฐานในเรื่องเพศ ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวิจัยหลายเรื่องที่แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เครือวัลย์ เก้าเอี้ยน (255: 76) และจากผลการวิจัยของ ดารินทร์ ฤกษ์ (2550: 110) แสดงให้เห็นว่า เพศหญิงมีผลต่อการบริโภคอาหารเพื่อส่งเสริมสุขภาพดีกว่าเพศชาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. จากการศึกษาพบว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่มีรายรับแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจากรายรับของนิสิตนั้นทำให้มีผลในการเลือกการตัดสินใจในการบริโภคอาหารมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการผลการวิจัยของ วสุนธรี เสรีสุชาติ (2543: 33) ที่พบว่า รายได้เป็นปัจจัยที่สำคัญในการตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหารเพื่อการบริโภค และสอดคล้องกับ ปรมมา สตะเวทิน (2532: 221) กล่าวว่า คนที่มีรายได้ต่างกัน จะเลือกซื้ออาหารเพื่อการบริโภค ที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4. จากการศึกษาพบว่า กลุ่มสาขาที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒไม่แตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับการวิจัยของ ณรงค์นุช ประยูรหงส์ (2547: บทคัดย่อ) ที่ว่ากลุ่มสาขาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน จะส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

5. จากการศึกษาพบว่า ความรู้เกี่ยวกับอาหารของ พบว่านิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดี อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับ อรพินท์ แพทย์เจริญ (2553: 41) ที่ว่าความรู้เกี่ยวกับการบริโภค

อาหารจะส่งผลต่อพฤติกรรมอาหารของนิสิต บุคคลที่มีความรู้เรื่องการบริโภคอาหาร จะสามารถเลือกบริโภคอาหารได้สัดส่วนที่เหมาะสมกับ เพศและสภาพบุคคลนั้น และ เครือวัลย์ เก้าเอี้ยน (2555: 78) ที่ว่า ความรู้เรื่องโภชนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

6. จากการศึกษาพบว่า นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่มีเจตคติของการบริโภคอาหารแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจากประเทศไทยเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ หรือยุคแห่งการสื่อสารไร้พรมแดน ย่อมมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตด้านการบริโภคอาหารของคนไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่พ้น พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารจะเปลี่ยนเป็นการบริโภคอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น ความเสี่ยงต่อการบริโภคอาหารให้ถูกหลักโภชนาการตลอดจนถูกหลักอนามัยอาหารย่อมสูงขึ้น เสี่ยงต่อการมีภาวะโภชนาการเกิน โรคขาดสารอาหารและพิษภัยจากอาหาร โดยปัญหาของสังคมบริโภคนิยมในระบบทุนนิยมสมัยใหม่ที่เกิดขึ้นบนฐานของกระบวนการปลูกปั่นความต้องการของมวลชน ซึ่งสอดคล้องกับ รสรินทร์ แก้วตา (2551: 71) ที่ว่าค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกายของบุคคลากร คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และสอดคล้องกับ วิชาญ เพ็ญศรีศิริกุล (2555: 67) ที่เสนอต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

7. จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานที่เอื้อต่อการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวก กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับ อรพินท์ แพทย์เจริญ (2553: 133) พบว่าแหล่งอาหารที่นักเรียนสามารถเข้าถึงเลือกซื้อได้ มา ทั้งร้านค้าที่จำหน่ายรอบโรงเรียน ตลาด และร้านค้าใกล้บ้าน ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และไม่สอดคล้องกับ วิชาญ เพ็ญศรีศิริกุล (2555: 69) พบว่า ปัจจัยเอื้อด้านสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการบริโภค มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8. จากการศึกษาพบว่า การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการที่นิสิตนั้นสะดวกในการซื้ออาหารไว้บริโภคได้ง่าย เช่น มีร้านสะดวกซื้อที่สามารถหาซื้ออาหาร ขนม เครื่องดื่มไว้บริโภคได้ง่าย จึงเป็นอีกปัจจัยที่นิสิตสามารถซื้อหาไว้บริโภคได้ตลอด และบ่อยครั้งที่นิสิตต้องการ อีกทั้งยังซื้อหาไว้ที่หอพักหรือที่บ้านของนิสิตเอง ยิ่งทำให้สะดวกในการบริโภคได้ตลอดเวลาที่ต้องการบริโภค ซึ่งสอดคล้องกับ อรพินท์ แพทย์เจริญ(2553: 133) พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีผู้ปกครอง ซื้ออาหารไว้ที่บ้านทำให้นักเรียนสามารถหยิบบริโภคได้สะดวกตลอดเวลา ด้วยปัจจัยเอื้อมากมายจึงทำให้เกิดแรงจูงใจในการมีพฤติกรรมในการบริโภคอาหาร

9. จากการศึกษพบว่า การได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักศึกษามีการรับรู้ข่าวสาร การเลือกรับข่าวสารจากโฆษณา สื่อโฆษณาทางโทรทัศน์เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นในการบริโภคอาหารมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ อรพินท์ แพทย์เจริญ (2553: 134) สื่อมวลชน ได้แก่ หนังสือพิมพ์ วารสาร วิทยุ โทรทัศน์ วิดีโอ ภาพยนตร์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น จะมีความใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นมาก เพราะเป็นแหล่งบันเทิง และสามารถติดตามความเคลื่อนไหวต่างๆได้ง่ายที่สุด ในวัยรุ่นที่มีนิสัยเลียนแบบเพราะ สนใจ ประทับใจ อยากทำตามแบบอย่างของผู้คนจากสื่อมวลชนที่ตนเองพบเห็นสำหรับโฆษณาอาหารในโทรทัศน์ มักเน้นที่ แม่บ้านและเด็ก แสดงออกในเรื่องความอร่อย สนุกสนาน มีประโยชน์และคำพูดที่ต้องการให้จดจำได้นานๆ ส่วนเนื้อหาสาระทางวิชาการมีน้อยมาก และสอดคล้องกับวิชา เพ็ญศรีศิริกุล (2555: 69) พบว่าปัจจัยเสริมด้านการเปิดรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการรับประทานอาหารรวมถึงการได้รับคำแนะนำสนับสนุนในการบริโภคอาหารที่มีความสัมพันธ์ทางบวก ในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลวัยทำงานในกรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

10. ผลการศึกษพบว่า แรงสนับสนุนจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวก กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับ อรพินท์ แพทย์เจริญ (2553: 46) ครอบครัว เป็นสังคมแรกสำหรับมนุษย์ ที่เติบโต การอบรม เลี้ยงดู สั่งสอน เจตคติของบุคคลในครอบครัวจะเป็นกรอบความคิดและต้นแบบสำหรับเด็ก ลักษณะพฤติกรรมในอนาคต เช่น ลักษณะนิสัยหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ความชอบ ความเชื่อ เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หากครอบครัวมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดี ก็จะส่งผลให้บุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดี แต่หากครอบครัวมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ไม่ดี ก็จะทำให้บุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ดี

11. ผลการศึกษพบว่า แรงสนับสนุนจากเพื่อนนั้นมีความสัมพันธ์ทางลบ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพัตรา สุภาพ (2536:71) เพื่อน จะมีอิทธิพลมากในช่วงชีวิตวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการ การได้การยอมรับจากกลุ่มเพื่อนวัยรุ่นจะมีความเข้าใจดี ว่าเพื่อนนั้นมีความรู้สึกต่อตนเองอย่างไร ถ้าได้รับการยกย่องจากเพื่อนมากเท่าใด จะทำให้เขามีลักษณะเป็นมิตรน่าคบ กล้าแสดงออกวางตัวในการเข้าสังคม มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น วัยรุ่นจะพยายามยอมรับและคล้อยตามความคิดเห็นของเพื่อน ผู้เป็นที่รัก และนิยมยกย่องกลุ่มซึ่งบางที่อาจจะไม่เต็มใจก็ตาม

12. ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คือ รายรับของนิสิต เจตคติของการบริโภคอาหาร การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อ มีประสิทธิภาพในการทำนาย

ร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ร้อยละ 17.1 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 สอดคล้องกับ วนิดา แก้วช่อม และนรินทร์ สังข์รักษา (2553: 114) พบว่าปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ คือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และ ความเชื่อในการบริโภคอาหารมีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ร้อยละ 41.5 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

### ข้อเสนอแนะของการวิจัย

1. จากผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง สถานศึกษา ควรให้ความรู้ และปลูกฝังค่านิยมที่ถูกต้องที่ส่งผลต่อสุขภาพแก่นิสิต เรื่องการใช้ชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารให้ถูกสุขลักษณะมากกว่าเดิม
2. สถานศึกษาควรเพิ่มจำนวนร้านจำหน่ายอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อเพิ่มตัวเลือกในการบริโภคอาหาร
3. การวิเคราะห์ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คือ รายรับของนิสิต เจตคติของการบริโภคอาหาร การมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อ มีประสิทธิภาพในการทำนายร่วมกันต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ดังนั้นควรมีการควบคุมการโฆษณาอาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ และการส่งเสริมการขายในการทำตลาดของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด

### ข้อเสนอแนะของการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ไปเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการคิดโปรแกรมสร้างเสริมการบริโภคที่ดีต่อไป
2. เนื่องจากงานวิจัยนี้เก็บข้อมูลเฉพาะมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ดังนั้นในงานวิจัยครั้งต่อไปจึงควรขยายกลุ่มตัวอย่างในมหาวิทยาลัยอื่นๆ ซึ่งมีคุณลักษณะประชากรใกล้เคียงกัน มาเปรียบเทียบ



บรรณานุกรม

## บรรณานุกรม

- กัลยา ศรีมหันต์. (2541). *ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี*. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็กบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2550). *รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2533*. กรุงเทพฯ:องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2555). *กรมอนามัย เผยเด็กอ้วนเสี่ยงโรคเพียบ ตั้งเป้าปี 60 ลดเด็กอ้วนเหลือร้อยละ 15* สืบค้นเมื่อ 25 ธันวาคม 2555 จาก [http://www.anamai.moph.go.th/ewt\\_news.php?nid=6387](http://www.anamai.moph.go.th/ewt_news.php?nid=6387)
- กองสุขศึกษา. (2558). *PRECEDE - PROCEED Model* .สืบค้นเมื่อ 25 พฤศจิกายน 2558 จาก <http://www.hed.go.th>.
- เครือมาศ มีเกษม. (2554). *การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร*. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ. ถ่ายเอกสาร.
- เครือวัลย์ เก้าเอี้ยน. (2544). *พฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคลากรกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.* วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาโภชนศึกษา,บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชนิดา สุนาญ. (2558). *วิตามินและแร่ธาตุ 8 อย่างที่ควรมีในอาหารเข้าสำหรับลูก*. สืบค้นเมื่อ 6 ธันวาคม 2558 จาก <http://th.theasianparent.com>
- ชนกนาถ ชูพยัคฆ์. (2544). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการ บริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยม ศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตสังกัด ทบวงมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ดารินทร์ ฤชาชัย. (2552). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อส่งเสริมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสังกัดกระทรวงกลาโหมในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาเอกสุขศึกษา และพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ดวงพร โฉมจันทร์เดชา. (2551). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- นงค์นุช ประยูรหงษ์. (2547). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนิสิตปริญญาตรีปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- ปริญทร์ ศรีศศลักษณ์ . (2554). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลเครือข่าย ภาคกลาง 2 สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข. ปรินญาวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.*
- ปรมา สตะเวทิน. (2532). *เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการกับชีวิตมนุษย์ หน่วยที่ 1-5. พิมพ์ครั้งที่ 5.นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช.*
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ . พิมพ์ครั้งที่ 7 . กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- มธุรส จิรสิริสุนทร. (2554). *ความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.*
- มาตฤดี ชุณหบัณฑิต. (2550). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอี่ยมล่อ. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง.*
- รสรินทร์ แก้วตา. (2551). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการรับประทานอาหารและออกกำลังกายของ บุคลากร คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาริบัติ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- วนิดา แก้วช่อมนและนรินทร์ สังข์รักษา. (2553). *พฤติกรรมการบริโภคอาหารขยะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดนครปฐม. วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัยคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.*
- วัลย์ อินทร์มพรรย์.(2538). *นิสัยการรับประทานอาหารของเด็ก คหเศรษฐศาสตร์. กรุงเทพฯ: แสงทวีการพิมพ์*
- วสุนทร์ เสรีสุชาติ. (2543). *การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของหญิงวัยเจริญพันธุ์ในโรงงานอุตสาหกรรมที่สัมพันธ์กับภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิตมหาวิทยาลัยมหิดล*
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2526). *สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช.*
- วิริยา บุญรินทร์. (2553). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.*
- วิภาวี ปั้นนพศรี. (2550). *พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรใน อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี.วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาบริหารธุรกิจบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.*

- วัชฎา เพ็ญศรีสิริกุล. (2555). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลวัยทำงาน ในกรุงเทพมหานคร*. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.  
ถ่ายเอกสาร
- วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2537). *พฤติกรรมการกินของคนไทยและวิธีการศึกษาวิจัย.รายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการทางพฤติกรรมการกินของคนไทย*. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยโภชนาการมหาวิทยาลัยมหิดล
- ศิริพร จันทร์โพศรี. (2548). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ชายไทยวัยกลางคน จังหวัดปทุมธานี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2550). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สามลดา.
- สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. (2539). *การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง.
- สุนีย์ โยคะกุล. (2542). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปี 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน.วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*.
- สุพัตรา สุภาพ. (2536). *สังคมและวัฒนธรรมไทย ค่านิยม ครอบครัว ศาสนา ประเพณี*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ :ไทยวัฒนาพานิช.
- สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค. (2554). *ผู้บริโภคไทยรอค้นกฎหมายอาถรรพณ์*. สืบค้นเมื่อ 25 ธันวาคม 2558 จาก <http://www.thairath.go.th/contneth/161212>
- สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย. *รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 4 พ.ศ.2551-2552*. สืบค้นเมื่อ (25 พฤศจิกายน 2558) จาก <http://www.hiso.ro.th>.
- ศูนย์เวชศาสตร์อายุรวัฒน์. (2558). *10 ข้อเสียเมื่ออดอาหารเช้า*. สืบค้นเมื่อ 25 พฤศจิกายน 2558 จาก <http://www.thaipr.net>.
- ศูนย์สื่อสารสาธารณะ. (2558). *ข้อเสนอองค์การอนามัยโลกเพื่อลดการบริโภคน้ำตาล*. สืบค้นเมื่อ 25 พฤศจิกายน 2558 จาก <http://www.manager.co.th>.
- อนุกุล พลศิริ. (2551). *ความรู้ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง .วารสารวิจัยรามคำแหง11(ฉบับพิเศษ)*.
- อรพินท์ แพทย์เจริญ. (2553). *ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารและปฏิบัติกิจกรรมทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานและภาวะอ้วน โรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.  
ถ่ายเอกสาร
- Bloom,Benjamin S. (1975).*Taxonomy of Educational Objectives Hand Book I:Cognitive Domain*. New York:David Mckay.

- Brenman, Anjan V. (1990). *Shareholder Preferences and Dividend Policy*. Retrieved April 9, 2015, from <http://www.onlinelibrary.wiley.com>.
- Cronbach L.J. (1990). *The Dependability of Behavioral Easements: Theory of Generitizability for Sores and Profile*. New York: Willey.
- Cusatis, D.C. (1995). *Psychosocial influences on adolescent eating behavior* *Disertation Abstracts Internationnal*.
- Green, L. Krueter, M. (1980). *Health Promotion Planning An Education Approach*. 3 ed. Toronto: Mayfield Publishing Company.
- Food, Nutrition and the Prevention of Cancer (1997) : *a Global Perspective World Cancer Research. Fund in Association with American Institute for Cancer Research*.
- Pirince. E. Rahman, S. Durmus, (2008). A. & Erdem, R. *Factors affecting health-promoting behavioours in academic staff*. *Public Health Journal* 122.
- Ward, J. Restall. (2015). *Ketamine, midazolam and vecuronium infusion*. Retrieved April 9, 2015, from <http://www.onlinelibrary.wiley.com>.
- Yamane, T. *Statistics . (2008) .An Introductory Analysis 3rded Tokyo : Harper International Edition, 1973*. *Behavioours in academic staff*. *Public Health Journal* 122.





ภาคผนวก ก  
แบบสอบถาม

## แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ปัจจัยทำนายกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของ  
นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

### คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จึงขอความร่วมมือ ได้โปรดตอบแบบสอบถาม ให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งจะนำไปประมวลผล และแปลผลในลักษณะรวมเท่านั้น คำตอบของนิสิตเป็นการแสดงความคิดเห็น ซึ่งไม่ถือว่าถูกหรือผิด ดังนั้นขอให้นิสิตตอบให้ตรงกับความคิดเห็นและความรู้สึกที่แท้จริงของนิสิตมากที่สุด

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

**ตอนที่ 1** แบบสอบถามปัจจัยนำ ได้แก่เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

**ตอนที่ 2** แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค

**ตอนที่ 3** แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน

**ตอนที่ 4** แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย

นิสิตปริญญาโท สาขาพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

**ตอนที่ 1** แบบสอบถามปัจจัยนำ ได้แก่เพศ รายรับของนิสิต กลุ่มสาขาวิชาที่เรียน ความรู้เกี่ยวกับอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

**คำชี้แจง** โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบ

1. เพศ  ชาย  หญิง

2. คณะหรือสาขาวิชาที่เรียน

กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ  กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

3. รายได้นิสิต (เงินที่นิสิตได้รับจากผู้ปกครอง หรือ จากรายพิเศษที่นิสิตทำงานเองได้) ต่อเดือน

- |  |                    |
|--|--------------------|
| <input type="checkbox"/> ต่ำกว่า 3,000 บาท | 3,000 -5,000 บาท   |
| <input type="checkbox"/> 5,001 – 7,000บาท  | 7,001 – 9,000 บาท  |
| <input type="checkbox"/> 9,001 – 10,000บาท | มากกว่า 10,000 บาท |

## ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

**คำชี้แจง** โปรดเขียนเครื่องหมาย X ลงบน ก ข ค หรือ ง ในข้อที่ท่านคิดว่าถูกต้องที่สุด

1. ปริมาณน้ำตาลที่ควรบริโภคไม่ควรเกินวันละกี่ช้อนชา
 

ก. 4 ช้อนชา      ข. 5 ช้อนชา      ค. 6 ช้อนชา      ง. 7 ช้อนชา
2. ผลไม้ชนิดใดมีวิตามินซีสูงสุด
 

ก. ส้ม      ข. ฝรั่ง      ค. ลิ้นจี่      ง. สับปะรด
3. ในช่วงฤดูหนาว ร่างกายต้องความอบอุ่น ควรรับประทานอาหารในข้อใด
 

ก. ส้มตำ      ข. ข้าวมันไก่      ค. กุ้งอบเสฉน      ง. น้ำพริก ผักสด
4. อาหารต่อไปนี้ให้สารอาหารคาร์โบไฮเดรต **ยกเว้น** ข้อใด
 

ก. พักทอง      ข. ข้าวโพด      ค. ผักคะน้า      ง. ผีอก มัน
5. คอเลสเตอรอล พบมากในข้อใด
 

ก. ไข่แดง      ข. ตับไก่      ค. เนื้อปลา      ง. ผักใบเขียว
6. การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง และมีปริมาณน้ำตาลมาก ในช่วงวัยรุ่นจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพในวัยผู้ใหญ่ หรือไม่ เพราะเหตุใด
 

ก. ส่งผล เพราะสุขภาพจะไม่ดีตั้งแต่วัยรุ่น

ข. ส่งผล เพราะเป็นการสะสมความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

ค. ไม่ส่งผล เพราะร่างกายของวัยรุ่นจะสามารถขับไขมัน และน้ำตาลได้

ง. ไม่ส่งผล เพราะเมื่อเป็นผู้ใหญ่ไขมันและน้ำตาลจะสลายหมดแล้ว
7. ผู้ที่เป็นโรคเบาหวานควรงดอาหารในข้อใด
 

ก. ขนมปัง      ข. สับปะรด      ค. มักกะโรนี      ง. น้ำอัดลม
8. หากรับประทานอาหารที่มีเกลือ น้ำปลา เป็นส่วนผสมจำนวนมาก เป็นประจำร่างกายจะเสี่ยงเกิดโรคใด
 

ก. โรคภูมิแพ้      ข. โรคโลหิตจาง

ค. โรคความดันโลหิตสูง      ง. โรคความหัวใจ
9. ผลไม้ชนิดใดป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน
 

ก. ส้ม      ข. ชมพู่      ค. กัลฉ่าย      ง. มะละกอ
10. ข้อใดคือการรับประทานอาหารเพื่อการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมที่สุด
 

ก. งดอาหารบางมื้อ      ข. เคี้ยวอาหารให้ละเอียด

ค. รับประทานอาหารจุกจิก      ง. เลือกรับประทานอาหารแต่ที่ตนเองชอบ

### เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามการให้คุณค่าหรือความสำคัญต่อการปฏิบัติในการบริโภคอาหารของนิสิตตามความเป็นจริงมากที่สุด ซึ่งในแต่ละข้อให้ตอบเพียงข้อเดียว

- มากที่สุด หมายถึง ผู้ตอบให้คุณค่าหรือความสำคัญต่อการปฏิบัติในการบริโภคอาหารของตนเองมากที่สุด  
 มาก หมายถึง ผู้ตอบให้คุณค่าหรือความสำคัญต่อการปฏิบัติในการบริโภคอาหารของตนเองมาก  
 น้อย หมายถึง ผู้ตอบให้คุณค่าหรือความสำคัญต่อการปฏิบัติในการบริโภคอาหารของตนเองน้อย  
 น้อยที่สุด หมายถึง ผู้ตอบให้คุณค่าหรือความสำคัญต่อการปฏิบัติในการบริโภคอาหารของตนเองน้อยที่สุด

ข้อความ	การให้คุณค่าและความสำคัญต่อการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร			
	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1.อาหารมือเข้าเป็นมือที่ต้องรับประทานทุกวัน				
2.การรับประทานอาหารแต่ละมื้อต้องครบ 5หมู่และหลากหลายประเภท				
3.การลดน้ำหนัก ควรดอาหารประเภทแป้งทุกชนิด				
4.ควรรับประทานผลไม้ เช่น ข้าวโพด มะละกอสสามารถช่วยต้านอนุมูลอิสระได้				
5.ควรรับประทานผักมากกว่าเนื้อสัตว์สามารถช่วยคุมน้ำหนักและมีสุขภาพดี				
6.ควรรับประทานปลาเป็นประจำ ช่วยให้มีสมาธิ				
7.วัยรุ่นควรดื่มนมสดรสจืดที่มีแคลเซียมสูงเท่านั้น				
8.การรับประทานอาหารประเภทต้ม หนึ่งแทนการทอดและผัด เป็นอาหารของคนลดน้ำหนักเท่านั้น				
9.การรับประทานอาหารรสจัด เช่น เผ็ดจัด เปรี้ยวจัด ทำให้ทานอาหารได้มาก				

ตอนที่ 2 แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การมีสถานที่ต่อการเอื้อต่อการบริโภค และการมีอาหารที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค  
คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.ที่บ้านหรือหอพักของนิสิตมีอาหารว่าง เช่น อาหารขบเคี้ยว ที่นิสิตสามารถหยิบกินได้ตลอดเวลา					
2.ที่บ้านหรือหอพักของนิสิตมีเครื่องดื่ม เช่น น้ำหวาน น้ำอัดลม น้ำผลไม้ ที่สามารถหยิบดื่มได้ตลอดเวลา					
3.รอบๆหรือในมหาวิทยาลัยมีร้านสะดวกซื้ออยู่					

**ตอนที่ 3** แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากสื่อ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และแรงสนับสนุนจากเพื่อน

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านได้รับการสนับสนุนในการบริโภคอาหาร

ได้รับเป็นประจำ หมายถึง ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อต่างๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนในการบริโภคอาหาร 6-7 วันต่อสัปดาห์

ได้รับบางครั้ง หมายถึง ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อต่างๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนในการบริโภคอาหาร 3-5 วันต่อสัปดาห์

ได้รับนานๆครั้ง หมายถึง ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อต่างๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนในการบริโภคอาหาร 1-2 วันต่อสัปดาห์

ไม่ได้รับ หมายถึง ท่านไม่ได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อต่างๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนในการบริโภคอาหารเลย

ข้อความ	ความถี่ในการรับข้อมูล			
	ได้รับประจำ	ได้รับบางครั้ง	ได้รับนานๆครั้ง	ไม่ได้รับ
1. นิสิตได้เห็นได้ยินเกี่ยวกับการจูงใจในการบริโภคอาหารในเชิงบวกจากสื่อต่างๆ ต่อไปนี้ เช่น เลือกกินลดพุงลดโรค ,ลดพุงลดโรคแกลงแขน 1.1 วิทยู				
1.2 โทรทัศน์				
1.3 หนังสือพิมพ์				
1.4 นิตยสาร วารสาร				
1.5 แผ่นพับ				
1.6 โปสเตอร์ ป้ายประกาศ				
1.7 อินเทอร์เน็ต				
2. นิสิตได้รับการสนับสนุนเรื่องการบริโภคอาหารในเชิงบวก เช่น การไม่กินหวาน การไม่กินอาหารจานด่วนการบริโภคอาหารเช้า จากบุคคลต่อไปนี้ 2.1 บิดา				
2.2 มารดา				
2.3 พี่/น้อง				
2.4 เพื่อน				

**ตอนที่ 5** แบบสอบถามทางด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับพฤติกรรมปฏิบัติของนิสิตมากที่สุด

เพียงข้อเดียว โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	ปฏิบัติทุกวัน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติมากกว่า 3 วันใน 1 สัปดาห์
ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	หมายถึง	ปฏิบัติน้อยกว่า 3 วันใน 1 สัปดาห์
ไม่ปฏิบัติเลย	หมายถึง	ไม่เคยปฏิบัติเลย

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	ไม่ปฏิบัติเลย
1. ในแต่ละวันนิสิตรับประทานอาหารครบ 5 หมู่				
2. นิสิตรับประทานอาหารหลัก 3 มื้อต่อวัน				
3. นิสิตเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุก สะอาดถูกสุขอนามัย				
4. นิสิตใส่ถุงช้อนในการปรุงอาหาร				
5. นิสิตรับประทานอาหารที่มีรสชาติที่ปรุงแต่งรสเค็มจัด				
6. นิสิตรับประทานอาหารที่มีกรรมวิธีประกอบอาหารด้วยการนึ่ง ต้ม มากกว่าการทอด				
7. นิสิตสังเกตวันหมดอายุที่ระบุไว้ในผลิตภัณฑ์ก่อนตัดสินใจซื้อ				
8. นิสิตนิยมรับประทานอาหารที่มีสีสังเคราะห์ รับประทาน เช่น ลูกอม ลูกชุบ				
9. นิสิตรับประทานผลไม้หลังอาหารทุกมื้อ				
10. นิสิตรับประทานอาหารว่าง ขนมขบเคี้ยว ขนมจูปจิบ ระหว่างมือ				
11. นิสิตดื่ม น้ำอัดลมเมื่อกระหาย				
12. นิสิตดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง				



ภาคผนวก ข  
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

## รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

1. รองศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์  
รองศาสตราจารย์ประจำภาควิชาวิทยาการส่งเสริมสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐสิน  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์ ดร.อนันต์ มาลารัตน์  
อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. อาจารย์ธนวัฒน์ ชัยพงศ์พัชรา  
อาจารย์ประจำวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
5. อาจารย์วัลลภา วาสนาสมปอง  
อาจารย์ประจำวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา



ภาคผนวก ค

หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

ที่ ศธ 0519.12/ 5789



บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
สุโขวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

31 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุขภาพและพลศึกษา (การจัดการเรียนรู้พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง "ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์ เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)  
คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 144 7246



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15644

ที่ ศธ 0519.12/ 5989

วันที่ 31 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา (การจัดการเรียนรู้พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐิน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 144 7246

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/ 578 9



บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

31 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

เนื่องด้วย นางสาวน้ำทิพย์ ชีนน้อย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา (การจัดการเรียนรู้พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาานิพนธ์ เรื่อง "ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ธนวัฒน์ ชัยพงศ์พัชรา เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวน้ำทิพย์ ชีนน้อย ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 144 7246

ที่ ศบ 0519.12/ 5789



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

31 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

เนื่องด้วย นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุขภาพศึกษาและพลศึกษา (การจัดการเรียนรู้พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง “ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์วัลลภา วาสนาสมปอง เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 144 7246



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15644

ที่ ศธ 0519.12/ 5784

วันที่ 31 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นางสาวน้ำทิพย์ ชีนน้อย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา (การจัดการเรียนรู้พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง “ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ ดร.อนันต์ มลารัตน์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 144 7246

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวน้ำทิพย์ ชีนน้อย ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ภาคผนวก ง  
หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย





## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 6918 / 143

วันที่ 14 มกราคม 2560

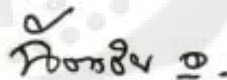
เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน คณะบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา (การจัดการเรียนรู้สุศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาานิพนธ์ เรื่อง "ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาานิพนธ์

ในการนี้ นิสิตขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ทุกสาขาวิชา ตอบแบบสอบถาม เรื่อง "ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ" เพื่อเป็นข้อมูลในการวิจัย และขอใช้สถานที่ในห้องเรียนวิชา SWU 145 คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างเดือนมกราคม 2560 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2560 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 144 7246

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

  
พธชชัย อ.

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณะดีบัณฑิตวิทยาลัย

ประวัติย่อผู้วิจัย



## ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวน้ำทิพย์ ชื่นน้อย
วันเดือนปีเกิด	วันที่ 13 มิถุนายน 2532
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	18 หมู่ 1 ตำบลบางช้าง อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม 73110
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ.2544	ประถมศึกษาปีที่ 6 จาก โรงเรียนบุญสมวิทยา จังหวัดจันทบุรี
พ.ศ.2547	มัธยมศึกษาปีที่ 3 จาก โรงเรียนบุญสมวิทยา จังหวัดจันทบุรี
พ.ศ.2550	มัธยมศึกษาปีที่ 6 จาก โรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดจันทบุรี
พ.ศ.2554	วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาสุขศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ.2560	การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ