

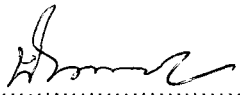
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา
กรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
วิธี แจ่มกระติก

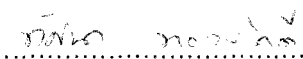
เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
มีนาคม 2541
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)

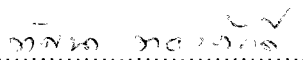
.....กรรมการ

(อาจารย์ ทศนา ทองภักดี)

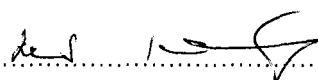
คณะกรรมการสอบ

.....ประธาน

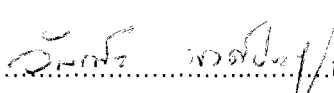
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ทศนา ทองภักดี)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ บังอร เสตนนท์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วันเพ็ญ พงศ์ประยูร)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศาสตราจารย์ ดร. เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2541

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และอาจารย์ ทศนา ทองภักดี กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อย่างใกล้ชิด ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ บังอร เสตนนท์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วันเพ็ญ พงศ์ประยูร กรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. สมสร วรชัยน้อย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทศพร มณีศรีขำ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบปรับปรุง และแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำปริญญานิพนธ์ครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร ที่กรุณาให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการวิเคราะห์ข้อมูล และให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการและคณาจารย์โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานครทุกท่าน ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ที่เป็นพื้นฐานในการวิจัยครั้งนี้ และขอบคุณเพื่อน ๆ และผู้มีส่วนร่วมในการทำปริญญานิพนธ์ครั้งนี้ทุกท่าน ที่คอยให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจในการปริญญานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณสมาชิกทุกคนในครอบครัวของผู้วิจัย ที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาที่ทำการวิจัย

คุณค่าและประโยชน์จากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบแต่ทุกท่านผู้มีส่วนร่วมในผลงาน

วิธี แจ่มกระจ่าง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	
คำนำ.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	6
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	8
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	12
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
ความหมายของพฤติกรรม.....	13
องค์ประกอบของพฤติกรรม.....	14
พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	19
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	21
อาหารจานด่วน.....	29
แนวทางแก้ไขและป้องกันภาวะทุพโภชนาการจากการบริโภคอาหาร จานด่วน.....	50
เอกสารและงานวิจัยที่สนับสนุนตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภค อาหาร.....	53
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร.....	66
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	84
ประชากร.....	84
กลุ่มตัวอย่าง.....	84
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	89

วิธีการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ.....	89
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	89
วิธีการสร้างเครื่องมือ.....	89
การหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	99
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	101
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	101
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	102
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า	
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผล.....	105
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	106
ผลการศึกษาค้นคว้า.....	107
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
บทย่อ.....	123
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	123
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	123
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	123
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	124
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	124
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	125
อภิปรายผล.....	128
ข้อเสนอแนะ.....	144
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป.....	145
บรรณานุกรม.....	147
ภาคผนวก.....	161

บทที่**หน้า**

ภาคผนวก ก.	162
ภาคผนวก ข.	186
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	194

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงตัวอย่างปริมาณสารอาหารและการกระจายพลังงาน ของอาหารจานด่วนแบบตะวันตก.....	38
2 แสดงคุณค่าสารอาหารหลักของอาหารจานด่วน (ปริมาณอาหารต่อการเสิร์ฟ 1 ที่).....	39
3 แสดงสัดส่วนของพลังงานจากสารอาหารหลัก.....	41
4 แสดงสารอาหารในอาหารจานด่วนแบบตะวันตกต่อการบริโภค 1 ครั้ง.....	42
5 แสดงสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย.....	50
6 แสดงรายชื่อเขตที่ทำการสุ่มเพื่อหากลุ่มตัวอย่าง (เฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร)	86
7 แสดงจำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	87
8 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปร.....	107
9 แสดงจำนวนและค่าร้อยละพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของกลุ่มตัวอย่าง	110
10 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสื่อ.....	114
11 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปร.....	116
12 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน.....	117
13 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบขั้นตอน.....	120
14 แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้วิธีการวิเคราะห์แบบขั้นตอน.....	121
15 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน.	187
16 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามตัวแปรลักษณะรูปร่างของอาหารจานด่วน.....	188
17 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามตัวแปรอิทธิพลของเพื่อน.....	189
18 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามตัวแปรอิทธิพลของสื่อโฆษณา.....	190

ตาราง

หน้า

19. แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จานด่วน.....	191
20 แสดงค่าความยากง่ายและค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบความรู้ ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน.....	192

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แผนภูมิแสดงกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	12
2 แสดงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทย.....	22
3 แสดงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น.....	24

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

ปัญหาโภชนาการเป็นปัญหาที่สำคัญอย่างยิ่ง เพราะเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของประชาชน รากฐานของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีมาจากการบริโภคอาหารอย่างถูกหลักโภชนาการ ซึ่งจะทำให้การเจริญเติบโตและการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ตลอดจนสติปัญญาเป็นไปอย่างเหมาะสม อาหารจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับมนุษย์ทุกคนและทุกวัย

ปัจจุบันอาหารจานด่วน (Fast Food) กำลังได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง เนื่องจากสภาพเศรษฐกิจและวิถีชีวิตที่เอื้ออำนวยให้พฤติกรรมการบริโภคเปลี่ยนไป ช่วง 1-2 ปีที่ผ่านมาแม้สภาพเศรษฐกิจจะซบเซา แต่กลุ่มธุรกิจอาหารจานด่วนกลับเติบโตอย่างต่อเนื่องถึงร้อยละ 20-30 ต่อปี จนปัจจุบันมีร้านอาหารจานด่วนเปิดให้บริการมากกว่า 30 ร้าน ทั้งร้านที่ได้รับสิทธิทางการค้าจากต่างประเทศและของคนไทย รวมสาขาทั้งสิ้นกว่า 1,000 สาขาทั่วประเทศ จากตลาดรวมมูลค่า 10,000 ล้านบาท (ฐานเศรษฐกิจ. 2539 : 40) ถ้าจะแบ่งประเภทของอาหารจานด่วนออกเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ สามารถแบ่งได้ตามกลุ่มธุรกิจที่ประกอบกิจการด้านนี้ได้เป็น 5 กลุ่ม (กองบรรณาธิการ. 2537 : 12) ได้แก่

1. กลุ่มพิซซ่า มีพิซซ่าฮัท (Pizza Hut) เป็นผู้นำตลาดในกลุ่มนี้
2. กลุ่มแฮมเบอร์เกอร์ มีแมคโดนัลด์ (McDonald's) เป็นผู้นำตลาดทั้งในแง่ของจำนวนร้านขายสินค้า และยอดขาย รองลงมาเป็นเอแอนด์ดับเบิลยู (A&W) และเบอร์เกอร์คิง (BURGER KING) ตามลำดับ
3. กลุ่มไก่ทอด มีเคเอฟซี (KFC) เป็นผู้นำทางการตลาด และรองลงมาคือเชสเตอร์กริลล์ (Chester's Grill)
4. กลุ่มโดนัท ผู้เป็นเจ้าของตลาดก็คือดันกินโดนัท (DUNKIN' DONUTS) และรองลงมาคือมิสเตอร์โดนัท (Mister Donut)
5. กลุ่มไอศกรีม มีสเวนเซ่นส์ (SWENSEN'S) กับทีซีบีวาย (TCBY) เป็นผู้นำทางการตลาด

พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เปลี่ยนแปลงไปนี้ ส่วนหนึ่งได้รับอิทธิพลของวัฒนธรรมการบริโภคอาหารจากชาวตะวันตก ส่งผลให้ธุรกิจอาหารจานด่วนเกิดขึ้นมากมายในเขตเมืองที่มีความเจริญ การแข่งขันทางการตลาดมีแนวโน้มสูงมากขึ้นทุกปี จากการโฆษณาทั้งทาง

โทรทัศน์และสื่อโฆษณาอื่น ๆ ทำให้อาหารจานด่วนได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นนักเรียน นิสิต และนักศึกษา

จากการสำรวจของวารสารคู่แข่ง เรื่องพฤติกรรมการใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนกรุงเทพมหานคร (คู่แข่ง. 2531 : 86-94) พบว่า อาชีพที่ใช้บริการมากที่สุดคือ นักเรียน นิสิต นักศึกษา ถึงร้อยละ 61.70 ช่วงอายุที่นิยมรับประทานอาหารจานด่วนมากที่สุดคือ อายุ 21-25 ปี ร้อยละ 58.14 รองลงมาคือ อายุ 15-20 ปี ร้อยละ 52.27 จะเห็นได้ว่าร้านอาหารจานด่วนเหล่านี้ วัยรุ่นใช้บริการกันมาก ทั้งนี้เนื่องมาจากร้านอาหารประเภทนี้มักจะอยู่ตามห้างสรรพสินค้าหรือในที่ชุมชน จึงมักใช้เป็นแหล่งนัดพบ ตลอดจนสถานที่ตกแต่งทันสมัย มีอาหารและเครื่องดื่มไว้คอยบริการจึงเป็นที่นิยมในกลุ่มวัยรุ่น อีกทั้งวัยรุ่นเหล่านี้มักคิดว่า การรับประทานอาหารจานด่วนแล้วโก้ เป็นคนทันสมัย ทั้ง ๆ ที่ราคาของอาหารเหล่านี้ค่อนข้างแพง จากเหตุผลดังกล่าวจึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

ฮิลด์ (Heald.1992 : 380) ได้อธิบายถึงผลกระทบของการบริโภคอาหารจานด่วนต่อภาวะโภชนาการไว้ 3 ประการคือ

1. การได้รับพลังงานสูง มีความสัมพันธ์กับปริมาณพลังงานที่สูงในอาหารจานด่วน
2. ผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์ จากการได้รับไขมันชนิดอิ่มตัว และโคเลสเตอรอลในปริมาณสูง

3. ผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์ จากการได้รับเกลือในปริมาณสูง

ผลกระทบทั้ง 3 ประการ อาจนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงด้านชีวเคมี และมีความสัมพันธ์กับโรคในกลุ่มของชาวตะวันตก ได้แก่ โรคหลอดเลือดแดงแข็ง โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคมะเร็ง โรคไตอักเสบ และความผิดปกติอื่น ๆ ที่เกี่ยวเนื่องกับความไม่สมดุลที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตของประชากร ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของแพทย์หญิงสาคร ธนมิตร (วนิตา อยู่ประพันธ์. 2539 : 36) ที่ปรึกษาสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งได้กล่าวไว้ว่า

...เด็กญี่ปุ่นในขณะนี้นิยมบริโภคอาหารจานด่วนกันมาก ทำให้เด็กจำนวนถึงร้อยละ 70 มีปริมาณโคเลสเตอรอลในเลือดสูงเกินไป อาจเป็นเหตุให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจแข็ง รัฐบาลญี่ปุ่นจึงต้องรณรงค์ให้เด็กออกกำลังกายกันมากขึ้น สำหรับในประเทศไทยเรานั้นพบว่า อัตราการเป็นโรคอ้วนในเด็กชั้นประถมและมัธยมมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ...

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมโดยเฉพาะอาหารที่ให้พลังงานสูงส่งผลให้เด็กกรุงเทพมหานคร มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานถึงร้อยละ 20 กลุ่มวัยรุ่นจึงเป็นกลุ่มที่น่าเป็นห่วง ในเรื่องความเสี่ยงต่อโรคอ้วนจากภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน (จรีพร จิตจาบุญไชย. 2537 : 25) สอดคล้องกับคำกล่าวของ ผศ.ดร. ประไพศรี ศิริจักรวาล นักวิชาการหญิงด้านการโภชนาการประจำสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (กองบรรณาธิการ. 2537 : 17) ซึ่งได้กล่าวว่า "หากวัยรุ่นยังรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบนี้ต่อไปเรื่อย ๆ จะเกิดการสะสมและทำให้จำนวนคนที่มีปัญหาโรคหัวใจ โรคอ้วนเพิ่มมากขึ้น"

ปัญหาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน กำลังมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด จากการสำรวจภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในปี 2537 โดยกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (กองโภชนาการ. 2537 : ไม่มีเลขหน้า) พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีน้ำหนักเกินมาตรฐานร้อยละ 11.50 และโรคอ้วนร้อยละ 11.63 ซึ่งปัญหาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน นอกจากจะมีแนวโน้มสูงแล้ว อัตราการเสียชีวิตความตายยังสูงตามไปด้วย จากรายงานการศึกษา โรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่น (สุชาติ มะโนทัย. 2539 : 3 ; อ้างอิงมาจาก Sorensen and Sonne-Holm.1983) พบว่า เด็กและวัยรุ่นที่อ้วนมีความเสี่ยงต่อการตายเป็น 2 เท่า มีโอกาสเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วนมากกว่าวัยรุ่นที่มีรูปร่างปกติถึงร้อยละ 80 และมีโอกาสเป็นโรคหัวใจ มะเร็งในลำไส้ ข้ออักเสบ และเก๊าต์ เมื่ออายุถึง 70 ปี ด้วยเหตุนี้โรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่นจึงสำคัญกว่าโรคอ้วนในผู้ใหญ่

เมื่อพิจารณาสาเหตุการเสียชีวิตของประชาชนไทยในปัจจุบัน (กระทรวงสาธารณสุข. 2539 : ไม่มีเลขหน้า) พบว่า สาเหตุอันดับแรกที่เกิดขึ้นมาเป็นเวลาหลายปีคือ โรคหัวใจและหลอดเลือดดังสถิติคิดเป็นอัตราส่วนต่อประชากร 100,000 คน ในปี 2529 พบอัตรา 37.40 คน ปี 2531 พบอัตรา 44.50 คน ปี 2533 พบอัตรา 51.30 คน ปี 2536 พบอัตรา 58.50 คน ปี 2537 พบอัตรา 62.50 และในปี 2538 พบอัตรา 69.20 ซึ่งจะเห็นได้ว่าอัตราการเสียชีวิตมีแนวโน้มสูงมากขึ้นทุกปี โดยที่ปัญหาโรคหัวใจและหลอดเลือดนี้มีสาเหตุและปัจจัยเสี่ยงหลายประการสาเหตุที่สำคัญประการหนึ่งคือปัญหาโภชนาการ

ปัญหาโภชนาการส่วนหนึ่งเนื่องมาจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ได้แก่อาหารที่ให้พลังงานและไขมันในปริมาณสูง รวมทั้งอาหารสำเร็จรูปต่าง ๆ และเมื่อพิจารณาถึงปัจจัยจะพบว่าปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารดังกล่าว ได้แก่ ปัจจัยด้านตัวบุคคล ด้านครอบครัว ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการโฆษณาและสื่อมวลชนที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมขึ้น

จากรายงานของศูนย์วิจัยกสิกรไทย (ไทยรัฐ. 2539 : 9) สำนักรับประทานอาหารจานด่วนของประชาชน ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร มีความถี่ในการรับประทานอาหารจานด่วน 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ใช้จ่ายเฉลี่ยครั้งละ 50 บาทต่อคน สื่อโทรทัศน์มีอิทธิพลมากที่สุดในการที่ประชาชน เลือกรับประทานอาหารจานด่วนถึงร้อยละ 78.30 รองลงมาเป็นหนังสือพิมพ์ร้อยละ 4.50 นิตยสารร้อยละ 3.80 และวิทยุร้อยละ 2.10 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาขององค์การคุ้มครองผู้บริโภคนานาชาติ (ทันโลก. 2539 : 7) สำนักรับประทานอาหารจานด่วนที่ออกอากาศในโทรทัศน์ 13 ประเทศ ในแถบอเมริกา ยุโรป และออสเตรเลีย ปรากฏว่า เด็กในประเทศเหล่านี้ต้องพบกับโฆษณาอาหารจานด่วนในอัตราที่แตกต่างกันไป โดยเฉลี่ยเด็กในประเทศออสเตรเลียจะได้เห็นโฆษณาอาหารพวกนี้ถึง 10 ครั้งในหนึ่งชั่วโมง ส่วนเด็กยุโรปเห็นโฆษณามากกว่าเด็กอื่น ๆ คือ 11 ครั้งต่อชั่วโมง ในสวีเดนและนอร์เวย์ เด็กเห็นโฆษณาเหล่านี้บ่อยที่สุด ประมาณไม่ถึง 1 ครั้งใน 1 ชั่วโมง จากการสำรวจใช้เวลาประมาณ 20 ชั่วโมง ของรายการเด็กในโทรทัศน์ 13 ประเทศที่สำรวจ พบว่าร้อยละ 95 ของโฆษณาที่มีอยู่ในรายการโทรทัศน์ของอังกฤษนั้น เป็นอาหารที่มีแต่ไขมันสูง อุดมไปด้วยน้ำตาล และเกลือ หรือไม่มีส่วนประกอบของสารอาหารพวกนี้ แต่โฆษณาอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างเช่น ผักและผลไม้ กลับไม่มีให้เห็นเลย ซึ่งจะเห็นได้ว่านักทำโฆษณาอาหารจานด่วนสนใจมุ่งที่จะใช้เด็กเป็นเป้ากลุ่มหมาย เพื่อหวังเพิ่มยอดขายให้สูงขึ้น เนื่องจากเป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า เด็กมักถูกชักจูงจากสิ่งต่าง ๆ ได้ง่าย จากปัจจัยที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นว่าล้วนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นทั้งสิ้น

จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานครนิยมเข้าไปนั่งรับประทานอาหารจานด่วน ในร้านอาหารจานด่วนที่เปิดกิจการภายใต้ระบบให้สิทธิทางการค้า หรือที่เรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchising System) จากต่างประเทศซึ่งเปิดให้บริการอยู่ภายในห้างสรรพสินค้ากันมากขึ้น จากการสังเกตของผู้วิจัยโดยการนับจำนวนผู้ที่เข้ามารับประทานอาหารจานด่วน เมื่อวันที่ 9 มีนาคม 2540 เวลา 11.00-14.00 ที่ร้านพิซซ่าฮัท (Pizza Hut) ซึ่งเปิดบริการอยู่ภายในห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัลพลาซ่า สาขาลาดพร้าว พบว่าเด็กนักเรียนอายุต่ำกว่า 12 ปี เข้าไปรับประทานพิซซ่าที่ร้านพิซซ่าฮัท (Pizza Hut) ร้อยละ 11.43 อายุ 12-15 ปี ร้อยละ 12.86 อายุ 16-20 ปี ร้อยละ 45 และอายุมากกว่า 20 ปี ร้อยละ 30.71 จะเห็นได้ว่าเด็กวัยรุ่นนิยมเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนกันมากกว่าวัยอื่น นอกจากนี้ยังพบว่า เด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่นิยมมารับประทานอาหารจานด่วนกับเพื่อนมากกว่าบุคคลอื่น และใช้เวลาในการรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ย 45-60 นาที พฤติกรรมดังกล่าวเป็นพฤติกรรมที่น่าสนใจ เนื่องจาก

จากพฤติกรรมการบริโภคของชาวตะวันตก ซึ่งรับประทานอาหารจานด่วนเพราะต้องดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบและใช้เวลาอย่างประหยัด แต่วัยรุ่นในกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ ไม่ได้รับประทานอาหารจานด่วนเพราะต้องการประหยัดเวลาในการรับประทานเพื่อทำงานอย่างอื่นที่เร่งรัด แต่พบว่าวัยรุ่นไทยรับประทานอาหารจานด่วนอย่างไม่รีบด่วน ส่วนใหญ่จะใช้เวลารับประทานอาหารในร้านเป็นเวลานาน ซึ่งไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์หลักของการบริโภคอาหารจานด่วนที่ต้องการประหยัดเวลา แต่เป็นพฤติกรรมการบริโภคเพื่อวัตถุประสงค์อื่นมากกว่า และพบว่าบางครั้งวัยรุ่นใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นสถานที่นัดพบระหว่างเพื่อนฝูงและคนใกล้ชิดมากกว่าตั้งใจไปรับประทานอาหารกันจริงๆ

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้นชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารในวัยรุ่น กำลังเป็นพฤติกรรมที่น่าสนใจ เพราะแนวโน้มการเกิดปัญหาโภชนาการมีสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ปัญหาภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม เนื่องจากสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันไม่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมให้คงทนถาวรได้เท่าที่ควร และการที่วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมได้นั้นจำเป็นต้องทราบสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เนื่องจากเด็กวัยรุ่นนี้เป็นกลุ่มผู้บริโภคที่สำคัญในสังคมปัจจุบัน ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำไปวางแผนแก้ไข และหาแนวทางป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของวัยรุ่น และเพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องในวงการศึกษา ในการจัดหารูปแบบและวิธีการให้ความรู้ด้านโภชนาการ เพื่อให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมเพื่อให้วัยรุ่นมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการเป็นไปตามศักยภาพที่ควรจะเป็น อันจะเป็นการช่วยป้องกันและลดปัญหาสาธารณสุขของประเทศได้ในระดับหนึ่ง

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

3. เพื่อศึกษาการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้ตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ตัวแปรในปัจจัยด้านครอบครัว ตัวแปรในปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นทำนาย

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อจะได้ทราบถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
2. ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำไปวางแผนแก้ไข และหาแนวทางป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน
3. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องในวงการศึกษา ในการจัดหารูปแบบและวิธีการให้ความรู้ด้านโภชนาการ เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
2. ปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานครได้

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของประชากร กลุ่มตัวอย่าง และตัวแปรที่จะศึกษาดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษาจำนวน 25 โรงเรียน ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในรวม 18 เขต จำนวนนักเรียนทั้งหมด

23,360 คน เป็นนักเรียนชาย 11,097 คน และนักเรียนหญิง 12,263 คน (กรมสามัญศึกษา. 2540 : 1-8)

จากการแบ่งสภาพชุมชนของกองมั่งเมือง กรุงเทพมหานคร ซึ่งได้แบ่งกรุงเทพมหานครออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กรุงเทพมหานครชั้นใน กรุงเทพมหานครชั้นกลาง และกรุงเทพมหานครชั้นนอก ในที่นี้ศึกษาเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน เนื่องจากพื้นที่ของเขตกรุงเทพมหานครชั้นในส่วนใหญ่เป็นที่ตั้งของย่านธุรกิจการค้าและห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง ซึ่งมีร้านอาหารจานด่วนตั้งอยู่เป็นจำนวนมาก และในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในประกอบด้วยเขตต่าง ๆ รวม 18 เขต ได้แก่ เขตพระนคร เขตปทุมวัน เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย เขตบางรัก เขตสาทร เขตสัมพันธวงศ์ เขตดุสิต เขตพญาไท เขตห้วยขวาง เขตธนบุรี เขตดินแดง เขตบางกอกใหญ่ เขตบางคอแหลม เขตบางซื่อ เขตราชเทวี เขตคลองเตย เขตคลองสาน และเขตจตุจักร (กรุงเทพมหานคร. 2536 : 6)

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษา จำนวน 13 โรงเรียน จำนวนนักเรียนรวมทั้งสิ้น 1,391 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) ตามลำดับดังนี้

1.2.1 สุ่มเขตที่จะทำการศึกษาโดยวิธีการจับสลากรายชื่อเขต ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน จำนวน 18 เขต ทำการสุ่มมาร้อยละ 50 ได้มา 9 เขต ซึ่งมีโรงเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษา จำนวน 13 โรงเรียน

1.2.2 สุ่มห้องเรียนในแต่ละโรงเรียนแยกตามระดับชั้น ระดับชั้นละ 1 ห้องเรียน โดยใช้วิธีจับสลากห้องเรียน ได้ห้องเรียนจำนวน 39 ห้องเรียน และให้นักเรียนทุกคนในห้องเรียนนั้นเป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีจำนวนนักเรียนรวมทั้งสิ้น 1,391 คน

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

2.1.1 ปัจจัยด้านตัวบุคคล ได้แก่

- เพศ
- เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ
- เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน
- เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
- ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

2.1.2 ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่

- ผู้ปกครอง
- ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
- ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา
- อาชีพของบิดาและมารดา
- ขนาดของครอบครัว

2.1.3 ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

- ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน
 - ด้านคุณลักษณะของอาหาร
 - ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร
 - ด้านราคาของอาหาร
 - ด้านความสะดวกและรวดเร็ว
 - ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร
- อิทธิพลของเพื่อน
- อิทธิพลของสื่อโฆษณา

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ในด้านของ สถานที่ที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน ชนิดของอาหารที่นักเรียนรับประทาน ทำเลที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วนที่นักเรียนเลือกใช้บริการ ช่วงเวลาที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เวลาที่นักเรียนใช้ในการรับประทานอาหารจานด่วน ความถี่โดยเฉลี่ยในการรับประทานอาหารจานด่วนต่อสัปดาห์ เหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารจานด่วน และการรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อต่าง ๆ ได้แก่ วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ สื่อสิ่งพิมพ์เย็บเล่ม แผ่นพับ ป้ายโฆษณา และบุคคลของนักเรียน และปริมาณการบริโภคอาหารจานด่วนว่ามากหรือน้อยเพียงใด ซึ่งสามารถวัดได้โดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารที่เตรียมและปรุงไว้สำเร็จรูปแล้ว สามารถรับประทานได้ทันที หรือใช้เวลาสำหรับกรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนรับประทานเพียงไม่กี่นาที สามารถที่จะนั่งรับประทานในร้าน หรือนำออกไปรับประทานนอกร้านก็ได้ ได้แก่อาหารประเภท

แฮมเบอร์เกอร์ แชนดวิช ไส้กรอก ฮีทดอก ไก่ทอด ไก่ย่าง มันฝรั่งทอด และพิซซ่า ในที่นี้ศึกษาเฉพาะอาหารจานด่วนประเภทรับประทานอิม ที่ขายในร้านอาหารที่เปิดกิจการภายใต้ระบบให้สิทธิทางการค้า หรือที่เรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchising System) จากต่างประเทศ กล่าวคือผู้ลงทุนเปิดกิจการขายอาหารยอมอยู่ภายใต้ลิขสิทธิ์ของยี่ห้ออาหารจานด่วนจากต่างประเทศที่มีชื่อเสียงยี่ห้อใดยี่ห้อหนึ่ง

3. ปัจจัยด้านตัวบุคคล หมายถึง ตัวแปรด้านตัวบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่

3.1 เพศ หมายถึง เพศของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้แก่ เพศหญิงและเพศชาย

3.2 เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ หมายถึง จำนวนเงินที่ผู้ปกครองได้จ่ายให้แก่ นักเรียนเพื่อใช้เป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัวของนักเรียนต่อสัปดาห์

3.3 เงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารจานด่วน หมายถึง จำนวนเงินที่นักเรียนจ่ายเป็นค่าอาหารจานด่วนในการรับประทานอาหารจานด่วนต่อ 1 มื้อ

3.4 เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง ความคิดเห็น ความสนใจ ความรู้สึก ท่าทีของนักเรียนที่มีต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

3.5 ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน หมายถึง ข้อเท็จจริง ข้อมูล หรือกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการศึกษาค้นคว้า สังเกต ประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

4. ปัจจัยด้านครอบครัว หมายถึง ตัวแปรด้านครอบครัวที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่

4.1 ผู้ปกครอง หมายถึง บุคคลผู้ให้การอบรมเลี้ยงดูนักเรียนในช่วงที่ทำการศึกษา เป็นผู้ดูแลและรับผิดชอบเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ ความประพฤติ สุขภาพ การศึกษาเล่าเรียน รวมทั้งค่าใช้จ่ายของนักเรียน ได้แก่ บิดาและมารดา ญาติพี่น้อง หรือบุคคลอื่น

4.2 ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว หมายถึง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวที่ได้จากเงินเดือน และค่าตอบแทนอื่น ๆ จากการประกอบกิจการต่าง ๆ โดยใช้เกณฑ์การคำนวณรายได้ของผู้ที่มีงานทำในเขตกรุงเทพมหานคร จากข้อมูลในรายงานการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว พ.ศ. 2529 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี แบ่งฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวไว้ 3 กลุ่ม คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2531 : 6)

4.2.1 ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับสูง หมายถึง ครอบครัวที่มีรายได้สุทธิรวมสูงกว่า 25,000 บาทต่อเดือน

4.2.2 ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับปานกลาง หมายถึง ครอบครัวที่มีรายได้สุทธิรวมระหว่าง 9,000-25,000 บาทต่อเดือน

4.2.3 ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำ หมายถึง ครอบครัวที่มีรายได้สุทธิรวมต่ำกว่า 9,000 บาทต่อเดือน

4.3 ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา หมายถึง ระดับการศึกษาสูงสุดของบิดาและมารดาของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำแนกระดับการศึกษาออกเป็น 3 กลุ่ม คือ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2529 : 25-26)

4.3.1 ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า หมายถึง ระดับประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่าประถมศึกษาปีที่ 6

4.3.2 มัธยมศึกษา ปวช. ปวส. หรืออนุปริญญา หมายถึง ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) หรืออนุปริญญา

4.3.3 ปริญญาตรีหรือสูงกว่า หมายถึง ระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่าปริญญาตรีขึ้นไป

4.4 อาชีพของบิดาและมารดา หมายถึง อาชีพที่ทำรายได้หลักให้กับบิดาและมารดา ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2534 : 6)

4.4.1 รับราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ หมายถึง ผู้ที่ทำงานในหน่วยงานของทางราชการและหน่วยงานของรัฐวิสาหกิจ

4.4.2 พนักงานบริษัทเอกชน ค้าขาย หรือประกอบธุรกิจส่วนตัว หมายถึง ผู้ที่ทำงานในหน่วยงานของเอกชน ผู้ที่ทำการค้า หรือประกอบธุรกิจทุกชนิด

4.4.3 เกษตรกร หมายถึง ผู้ประกอบอาชีพทำนา ทำสวน ทำไร่ หรือเลี้ยงสัตว์เพื่อจำหน่าย

4.4.4 รับจ้าง หมายถึง ผู้ที่รับจ้างเป็นรายวัน รายเดือน หรือรายปี ซึ่งมีรายได้ไม่แน่นอน

4.5 ขนาดของครอบครัว หมายถึง จำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวกันของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยแบ่งขนาดของครอบครัวออกเป็น 3 กลุ่ม คือ (สมาคมเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทย. 2525 : 185-188)

4.5.1 ครอบครัวขนาดเล็ก หมายถึง บุคคลในครอบครัวต่ำกว่า 5 คน

4.5.2 ครอบครัวขนาดกลาง หมายถึง บุคคลในครอบครัว 5-7 คน

4.5.3 ครอบครัวขนาดใหญ่ หมายถึง บุคคลในครอบครัวมากกว่า 7 คน

5. ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม หมายถึง ตัวแปรด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่

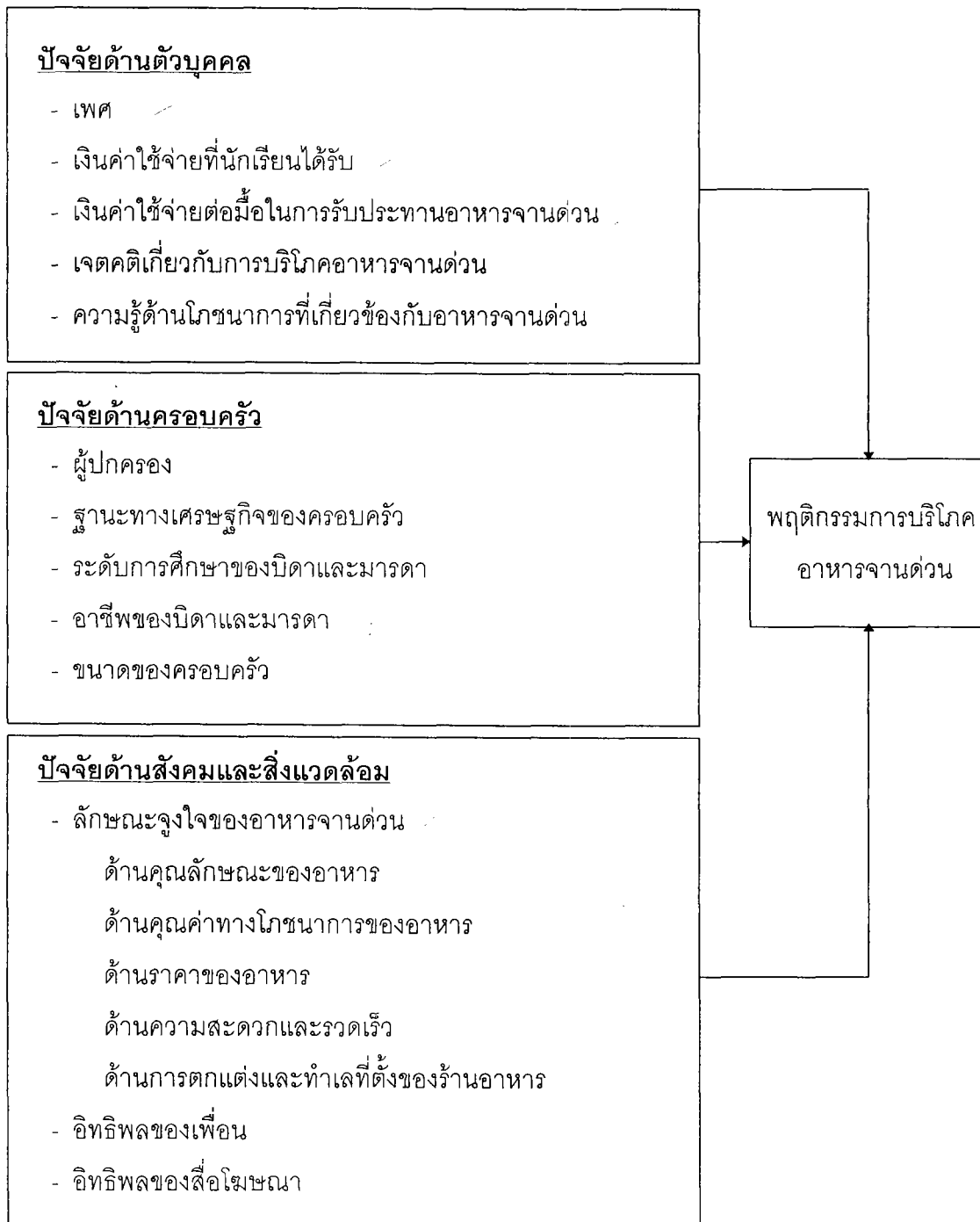
5.1 ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน หมายถึง สิ่งเร้าซึ่งเป็นเหตุชักนำหรือโน้มน้าวให้นักเรียนบริโภคอาหาร ในที่นี้ได้แก่ คุณลักษณะของอาหาร คุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ราคาของอาหาร ความสะดวกและรวดเร็ว การตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร

5.2 อิทธิพลของเพื่อน หมายถึง การยอมรับ การชักชวน และบทบาทของเพื่อนมีผลต่อการตัดสินใจของนักเรียนในการบริโภคอาหารจานด่วน

5.3 อิทธิพลของสื่อโฆษณา หมายถึง ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับจากสื่อโฆษณา รูปแบบการโฆษณา และความถี่ในการรับสื่อโฆษณา มีผลต่อการตัดสินใจของนักเรียนในการบริโภคอาหารจานด่วน

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้า เรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร มีกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า รายละเอียดดังแสดงในภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 แผนภูมิแสดงกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดแบ่งหัวข้อตามลำดับดังนี้

1. ความหมายของพฤติกรรม
2. องค์ประกอบของพฤติกรรม
3. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
4. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
5. อาหารจานด่วน (Fast Food)
6. แนวทางแก้ไขและป้องกันภาวะทุพโภชนาการจากการบริโภคอาหารจานด่วน
7. เอกสารและงานวิจัยที่สนับสนุนตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ความหมายของพฤติกรรม

พฤติกรรม (Behavior) ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังต่อไปนี้

ศรียา นิยมธรรม และ ประภัสสร นิยมธรรม (2519 : 15) ได้ให้คำจำกัดความของพฤติกรรม หมายถึง การแสดงออกใด ๆ ที่ผู้อื่นสามารถสังเกตเห็นได้ หรืออาจสังเกตได้จากเครื่องมือที่นักทดลองนำมาใช้

ไพบูลย์ เทวรักษ์ (2523 : 1) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึง อากัปกริยาทั้งมวลของบุคคลที่เราสามารถสังเกตได้ด้วยประสาทสัมผัสโดยตรงหรือโดยอ้อม ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ได้แก่ การนั่ง เดิน นอน อารมณ์โกรธ เกลียด รักและฝัน เป็นต้น

✓ ชูดา จิตพิทักษ์ (2525 : 6) ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึงการกระทำของบุคคล ไม่เฉพาะสิ่งที่แสดงปรากฏออกมาภายนอกเท่านั้น แต่รวมถึงสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคล สังเกตเห็นไม่ได้โดยตรง เช่น คุณค่า เจตคติ ความคิดเห็น ความเชื่อ ค่านิยม เป็นต้น

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526 : 15) ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึง ปฏิกริยาหรือกิจกรรมทุกชนิดที่มนุษย์กระทำไม่ว่าสิ่งนั้นจะสังเกตได้หรือไม่ เช่น การทำงานของ

หัวใจ การทำงานของกล้ามเนื้อ การเดิน การพูด การเกิดความรู้สึก ความชอบ ความสนใจ เป็นต้น

สิทธิโชค วรรณสันติกุล (2529 : 9-11) ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึง ปฏิกริยาทุกชนิดที่มนุษย์แสดงออกมาภายนอก พฤติกรรมภายในอาจมีทั้งสิ่งที่เป็นรูปธรรม นามธรรม เช่น ปฏิกริยาของอวัยวะภายในร่างกาย ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ มักจะเป็น พฤติกรรมที่ไม่สามารถเห็นได้ชัด ส่วนพฤติกรรมภายนอกเป็นปฏิกริยาที่คนเราแสดงออกตลอดเวลาของการดำรงชีวิต เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกมาให้ผู้อื่นมองเห็นทั้งจากวาจาและการกระทำ

สุชาติ สุธรรมรักษ์ (2531 : 6) ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึงการกระทำทุกอย่างของสิ่งมีชีวิต

ปรีชา วิหคโต (สุชาติ มะโนทัย. 2539 : 8 ; อ้างอิงมาจาก ปรีชา วิหคโต. 2532) ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึงการกระทำที่ทุกคนสังเกตได้โดยตรง สังเกตไม่ได้โดยตรง หรือผู้กระทำรู้ตัว ไม่รู้ตัว หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ไม่พึงประสงค์

โกลเดนสัน (Goldenson. 1984 : 90) ได้ให้คำจำกัดความของพฤติกรรมไว้ว่า เป็นการกระทำหรือตอบสนองการกระทำทางจิตวิทยาของแต่ละบุคคล และเป็นปฏิสัมพันธ์ในการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นภายในหรือภายนอก รวมทั้งเป็นกิจกรรมการกระทำต่าง ๆ ที่เป็นไปอย่างมีจุดหมายหมายสังเกตเห็นได้ หรือเป็นกิจกรรมการกระทำต่าง ๆ ที่ได้ผ่านการใคร่ครวญมาแล้วหรือเป็นไปอย่างไม่รู้ตัว

จากแนวความคิดของพฤติกรรมที่กล่าวมานั้น สรุปความหมายของพฤติกรรมไว้ว่า

พฤติกรรม หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกของบุคคล ที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าภายในจิตใจและสิ่งเร้าภายนอก โดยการกระทำนั้นเป็นไปโดยรู้ตัวหรือเป็นไปอย่างไม่รู้ตัว อาจเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือไม่พึงประสงค์ ถึงแม้บุคคลอื่นสามารถสังเกตการกระทำนั้นได้หรือไม่ก็ตามแต่สามารถใช้เครื่องมือทดสอบได้

องค์ประกอบของพฤติกรรม

พฤติกรรมมนุษย์มีองค์ประกอบ 7 ประการ (สุชาติ มะโนทัย. 2539 : 9-10 ; อ้างอิงมาจาก Cronbach. 1972)

1. ความมุ่งหมาย (Goal) เป็นความต้องการที่ทำให้เกิดกิจกรรมเพื่อตอบสนองต่อความต้องการที่เกิดขึ้น ความต้องการบางอย่างสามารถตอบสนองได้ทันที แต่บางอย่างต้องใช้เวลาจึงจะบรรลุความต้องการได้

2. ความพร้อม (Readiness) คือระดับวุฒิภาวะหรือความสามารถที่จำเป็นในการทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการ
3. สถานการณ์ (Situation) เป็นเหตุการณ์ที่เปิดโอกาสให้เลือกทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการ
4. การแปลความหมาย (Interpretation) ก่อนที่จะทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งลงไปมนุษย์จะพิจารณาสถานการณ์ก่อนแล้วจึงตัดสินใจเลือกวิธีการที่เกิดความพึงพอใจมากที่สุดเพื่อตอบสนองความต้องการ
5. การตอบสนอง (Response) เป็นการกระทำกิจกรรมเพื่อสนองตอบความต้องการ โดยวิธีการที่ได้เลือกแล้วในขั้นแปลความหมาย
6. ผลที่ได้รับหรือผลที่ตามมา (Consequence) เมื่อทำกิจกรรมแล้วย่อมได้ผลการกระทำนั้น ผลที่ได้รับอาจเป็นไปตามที่คาดคิดหรืออาจตรงข้ามก็ได้
7. ปฏิกริยาต่อความผิดหวัง (Reaction to Thwarting) ในกรณีที่ไม่สามารถตอบสนองความต้องการได้ มนุษย์ก็อาจจะย้อนกลับไปแปลความหมายของสถานการณ์และเลือกวิธีการใหม่

บลูม (Bloom. 1975 : 65-197) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมว่าเป็นกิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำ อาจเป็นสิ่งที่สังเกตได้ว่าเป็นกิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำอาจจะเป็นสิ่งที่สังเกตได้หรือไม่ได้ องค์ประกอบของพฤติกรรมทางด้านการศึกษา จัดแบ่งออกเป็น 3 ด้านดังนี้

1. พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) พฤติกรรมด้านนี้เป็นที่เข้าใจกันโดยทั่วไปว่าเป็นด้านความรู้ หมายถึง การมีประสบการณ์เกี่ยวกับข้อเท็จจริง หรือหลักการต่าง ๆ ซึ่งเกิดจากการศึกษาหรือการตรวจสอบ ความรู้ที่จัดเป็นความสามารถด้านสติปัญญา จำแนกออกได้ดังนี้

- 1.1 ความรู้ (Knowledge) หมายถึงความสามารถที่จะจดจำและระลึกได้ถึงเรื่องราวที่ได้รับไปแล้ว

- 1.2 ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นทักษะและความสามารถทางสติปัญญาระดับแรก รู้ว่าผู้อื่นสื่อสารมาอย่างไรและสามารถที่จะนำเอาข้อมูล หรือปัจจัยที่ได้รับมาให้เป็นประโยชน์ ความเข้าใจนี้จะแสดงออกมาในรูปของการแปลความ ตีความ และคาดคะเน

1.3 การนำไปประยุกต์ (Application) คือความสามารถที่จะนำความรู้ความเข้าใจ จากกฎเกณฑ์และวิธีดำเนินการต่าง ๆ ของเรื่องนั้นไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่ไม่เหมือนเดิมได้

1.4 การวิเคราะห์ (Analysis) หมายถึงความสามารถในการแยกแยะเรื่องราวที่สมบูรณ์ใด ๆ ให้กระจายออกเป็นส่วนย่อยและมองเห็นหลักการผสมผสานระหว่างส่วนที่ประกอบกันขึ้นเป็นปัญหาหรือสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง

1.5 การสังเคราะห์ (Synthesis) หมายถึงความสามารถและทักษะที่จะนำองค์ประกอบหรือส่วนต่าง ๆ เข้ามารวมกันเพื่อเป็นภาพลักษณะที่สมบูรณ์ เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการพิจารณาส่วนย่อยแต่ละส่วนแล้วจัดรวมกันเป็นหมวดหมู่ เพื่อให้เกิดความกระจ่างในสิ่งเหล่านั้น

1.6 การประเมินค่า (Evaluation) หมายถึงความสามารถที่จะพิจารณาและตัดสินคุณค่าของเนื้อหาวัสดุ วิธีการ วินิจฉัยดีราคำสั่งของต่าง ๆ โดยมีกฎเกณฑ์และมาตรฐานเป็นเครื่องช่วยประกอบการวินิจฉัย ซึ่งกฎเกณฑ์ที่ใช้ช่วยประเมินค่านี้อาจเป็นกฎเกณฑ์ที่บุคคลสร้างขึ้นหรือมีอยู่แล้วก็ได้

2. พฤติกรรมด้านเจตพิสัย (Affective Domain) หมายถึงความสนใจ ความรู้สึก ทำที่ ความชอบในการให้คุณค่าหรือปรับปรุงค่านิยมที่ยึดถืออยู่ เป็นพฤติกรรมที่ยากแก่การอธิบายเพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของตน การเกิดพฤติกรรมด้านเจตพิสัยแบ่งขั้นได้ตอนดังนี้

2.1 การรับหรือการให้ความสนใจ (Receiving or Attending) เป็นขั้นที่บุคคลถูกกระตุ้นให้ทราบว่าเหตุการณ์หรือสิ่งเร้าบางอย่างเกิดขึ้น และบุคคลนั้นมีความยินดีหรือมีภาวะจิตใจพร้อมที่จะรับหรือให้ความสนใจต่อสิ่งเร้า นั้น ในการยอมรับนี้ประกอบด้วยความตระหนักความยินดีที่ควรรับและการเลือกรับ

2.2 การตอบสนอง (Responding) เป็นขั้นที่บุคคลถูกจูงใจให้เกิดความรู้สึกผูกมัดต่อสิ่งเร้า เป็นเหตุให้บุคคลพยายามทำให้เกิดการตอบสนอง พฤติกรรมขั้นนี้ประกอบด้วย ความยินยอม ความพอใจ และพอใจที่จะตอบสนอง

2.3 การให้ค่านิยม (Valuing) เป็นขั้นที่บุคคลมีปฏิกิริยาซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นยอมรับว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับตนเอง และนำไปพัฒนาให้เป็นของตนเองอย่างแท้จริง พฤติกรรมขั้นนี้ส่วนมากใช้คำว่า “ค่านิยม” ซึ่งการเกิดค่านิยมนี้ประกอบด้วย การยอมรับ ความชอบและผูกมัดค่านิยมเข้ากับตนเอง

2.4 การจัดกลุ่มค่านิยม (Organization) ขั้นที่บุคคลจัดระบบค่านิยมต่าง ๆ ให้เข้ากลุ่ม โดยพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมเหล่านี้ ในการจัดกลุ่มนี้ประกอบด้วย การสร้างแนวคิดเกี่ยวกับค่านิยมและจัดระบบค่านิยม

2.5 การแสดงลักษณะตามค่านิยมที่ยึดถือ (Characterization by a Value or Value Complex) พฤติกรรมขั้นนี้ถือว่าบุคคลมีค่านิยมหลายชนิดและจัดอันดับของค่านิยมเหล่านั้นจากมากที่สุดไปถึน้อยที่สุด และพฤติกรรมเหล่านี้จะเป็นตัวคอยควบคุมพฤติกรรมของบุคคล พฤติกรรมในขั้นนี้ประกอบด้วย การวางแนวทางของการปฏิบัติและแสดงลักษณะที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่เขากำหนด

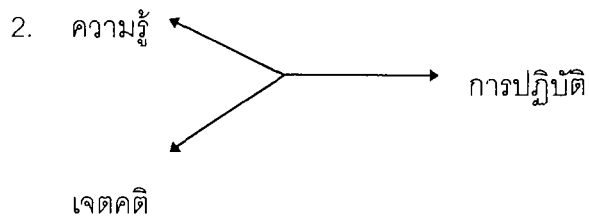
3. พฤติกรรมด้านการทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) เป็นพฤติกรรมที่ใช้ความสามารถในการแสดงออกของร่างกาย ซึ่งรวมถึงการปฏิบัติที่อาจแสดงออกในสถานการณ์หนึ่ง ๆ หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่คาดคะเนว่าอาจจะปฏิบัติในโอกาสต่อไป พฤติกรรมด้านนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้ายซึ่งต้องอาศัยพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย และพฤติกรรมด้านเจตพิสัยเป็นส่วนประกอบ พฤติกรรมด้านนี้เมื่อแสดงออกมาจะสามารถประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการในการจะก่อให้เกิดพฤติกรรมนี้ต้องอาศัยระยะเวลาและการตัดสินใจหลายขั้นตอน แต่นักวิชาการก็เชื่อว่ากระบวนการทางการศึกษาจะช่วยให้เกิดพฤติกรรมการปฏิบัติได้

ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการเรียนรู้

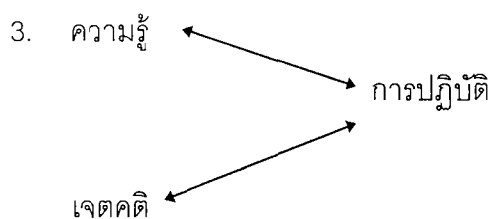
ชาร์ท (Schwartz. 1975 : 28-31) ได้ศึกษาถึงรูปแบบความสัมพันธ์ของพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน คือ ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ สามารถสรุปรูปแบบของความสัมพันธ์ได้ เป็น 4 ลักษณะคือ

1. ความรู้ $\longleftrightarrow$ เจตคติ $\longleftrightarrow$ การปฏิบัติ

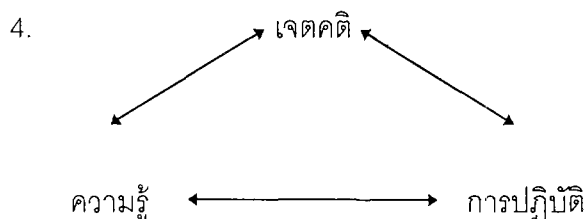
เจตคติเป็นตัวกลางที่ทำให้เกิดความรู้และการปฏิบัติ ดังนั้นความรู้มีความสัมพันธ์กับเจตคติ และเจตคติมีผลต่อการปฏิบัติ



ความรู้และเจตคติมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดการปฏิบัติตามมา



ความรู้และเจตคติต่างกัน ทำให้เกิดการปฏิบัติได้ โดยที่ความรู้และเจตคติไม่จำเป็นต้องสัมพันธ์กัน



ความรู้มีผลต่อการปฏิบัติทั้งทางตรงและทางอ้อม สำหรับทางอ้อมนั้นมีเจตคติเป็นตัวกลางทำให้เกิดการปฏิบัติตามมาได้

จากรูปแบบความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการเรียนรู้ พบว่าพฤติกรรมแต่ละด้านส่งผลทำให้เกิดการปฏิบัติตามมาในตอนสุดท้าย ซึ่งเป็นการกระทำของสิ่งมีชีวิตที่สามารถวัดได้หรือสังเกตได้นั่นเอง มนุษย์มีพฤติกรรมต่าง ๆ มากมาย พฤติกรรมที่นับได้ว่ามีความสำคัญอย่างหนึ่งคือ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งนับว่าเป็นการปฏิบัติของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับอาหาร เพื่อช่วยทำให้ร่างกายเจริญเติบโต ช่วยให้อาหารมีชีวิตรอดได้อย่างมีความสุขที่ดี ดังนั้นเพื่อเป็นการให้บรรลุผลดังกล่าว บุคคลควรมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมเกี่ยวกับเรื่องอาหาร

โดยเฉพาะอาหารจานด่วน ซึ่งปัจจุบันได้เข้ามามีบทบาทต่อชีวิตประจำวันของมนุษย์เราเป็นอย่างมาก และโดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยแห่งความอยากรู้อยากเห็น อยากเข้าใจสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ชอบแสวงหาความแปลกใหม่ ต้องการประสบการณ์ใหม่ ๆ เช่น การแต่งตัวตามสมัยนิยมหรือการเที่ยวสถานเริงรมณ์ หรือแม้แต่การบริโภคอาหารแปลก ๆ ที่ได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมตะวันตก

✓เด็กในวัยนี้มีความหวั่นไหวในสุขภาพของตนเอง ดังนั้นการปลูกฝังเจตคติที่ดีต่อสุขภาพให้แก่เด็กจึงเป็นสิ่งสำคัญ ในด้านสุขภาพนั้นเจตคติที่ดีจะช่วยให้เกิดการปฏิบัติที่ดีได้ (ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. 2531 : 53-55) เมื่อเด็กมีเจตคติที่ดีต่อสุขภาพย่อมเป็นแรงชักนำให้เด็กได้ค้นคว้าหาความรู้และการปฏิบัติ ซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมได้ต่อไป

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเป็นพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตของบุคคล พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

✓เอกสิทธิ์ บุตรคล้าย (ยศ อัมพรรัตน์. 2536 : 12 ; อ้างอิงมาจาก เอกสิทธิ์ บุตรคล้าย. 2532 : 8) ได้อธิบายไว้ว่า การรับประทานอาหารของมนุษย์จะต้องประกอบไปด้วยพฤติกรรมหลายขั้นตอน โดยเริ่มตั้งแต่การเลือกซื้ออาหาร การปรุงอาหาร การรับประทานอาหาร ซึ่งจะเป็นกระบวนการที่จะนำไปสู่การได้อาหารอร่อย สะอาด และมีประโยชน์ต่อร่างกาย และในกรณีที่มีอาหารเหลือจากการบริโภค หรือมีอาหารมากเกินไปจนเกิดความจำเป็น ก็มีวิธีในการเก็บรักษาถนอมอาหารเพื่อช่วยให้มีอาหารบริโภคนาน ๆ โดยอาหารไม่เสีย ดังนั้น พฤติกรรมการบริโภคอาหารก็เป็นการกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับ การเลือก การปรุง

ศิริลักษณ์ สิ้นธวาลัย (2533 : 86) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารว่า พฤติกรรมการบริโภคเป็นเรื่องของลักษณะวิธีการรับประทานอาหาร ว่ารับประทานอะไร รับประทานอย่างไร มากหรือน้อย บ่อยหรือไม่ในรอบวันหรือเดือน มีระเบียบมารยาทการรับประทานอาหารเป็นเช่นไร เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจำแนกไปตามลักษณะหรือประเภทของบุคคล เป็น เด็ก ผู้ใหญ่ คนชรา เป็นต้น หรืออาจจำแนกการรับประทานตามโอกาส เช่น รับประทานอาหารที่บ้าน รับประทานอาหารที่ร้านอาหาร เป็นต้น พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ไปถึงเรื่องเกี่ยวกับการหา และการทำอาหารก่อนที่จะเอามารับประทาน ว่า ได้วัสดุอาหารนั้นมาจากไหน วิธีใดรักษาหรือเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด วิธีใดทำลายหรือลดคุณค่าทางโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ใช่พฤติกรรมธรรมชาติเอกเทศส่วนบุคคลที่จะทำได้โดย

เสรีตามอำเภอใจ แต่เป็นการกระทำทางสังคมและวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นเสมอ จึงต้องเป็นไปตามรูปแบบและกฎเกณฑ์ที่กลุ่มนั้นกำหนดไว้ เรื่องอาหารและการรับประทานอาหารจึงเป็นพฤติกรรมทางสังคมและวัฒนธรรมที่จะเข้าใจได้ชัดเจนก็ต่อเมื่อได้พิจารณาปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมนั้นด้วย

✓ สุทธิลักษณ์ สมิตตะสิริ (2533 : 4-5) กล่าวถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารไว้ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นการแสดงออกของบุคคลทั้งที่สังเกตได้และสังเกตไม่ได้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร โดยมีความสัมพันธ์กับสิ่งอื่น เช่น ความเชื่อเรื่องอาหาร ข้อห้ามในเรื่องอาหาร ความนิยมในเรื่องอาหาร และนิสัยการบริโภคอาหาร ล้วนมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารทั้งสิ้น

ความเชื่อในการบริโภค (Food Belief) เป็นความเข้าใจและประสบการณ์ที่ได้ถ่ายทอดและสะสมกันมา โดยมักจะมีเหตุผลหรือข้ออ้างอิงเป็นคำอธิบายถึงผลของความเชื่อนั้น ๆ ซึ่งอาจจะจริงหรือไม่จริงก็ได้ เช่น หญิงมีครรภ์เชื่อว่ากินน้ำมะพร้าวจะช่วยล้างไขมันของทารกช่วยให้คลอดง่าย เป็นต้น

ข้อห้ามในการบริโภค (Food Taboo) เป็นกฎเกณฑ์ของสังคมที่ถือปฏิบัติสืบทอดกันมาในสภาวะ หรือสถานการณ์บางอย่าง เช่น ห้ามหญิงตั้งครรภ์กินไข่ หรือห้ามหญิงคลอดบุตรอยู่ใ้รับประทานของแสลง (ซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละชุมชน) เป็นต้น

ความนิยมในการบริโภค (Food Fad) เป็นการกระทำที่เอาจนอย่างกัน เพื่อแสดงความมีส่วนร่วมหรือเพื่อรักษาสถานะของคนในสังคม หรือเพื่อความจำเป็นทางเศรษฐกิจและสภาพแวดล้อม โดยไม่จำเป็นต้องถูกต้องและไม่จำเป็นต้องมีเหตุผล เช่น การเลี้ยงลูกด้วยนมขวดที่แสดงถึงความทันสมัยหรือตามอย่างเพื่อน หรือเพราะความจำเป็นทางอาชีพที่เปลี่ยนไปตามลักษณะของสังคมสมัยใหม่

นิสัยการบริโภค (Food Habits) หมายถึงลักษณะหรือการกระทำอันซ้ำซาก ซึ่งบุคคลใดบุคคลหนึ่งทำด้วยความเข้าใจ เพื่อให้การรับประทานอาหารของเขาบรรลุถึงความประสงค์ทางอารมณ์และของสังคม บริโภคนิสัยมักจะเป็นสิ่งที่สืบทอดเนื่องกันมาเป็นเวลานาน และเป็นการยากที่จะไปเปลี่ยน การที่บุคคลรับประทานอาหารแตกต่างกันไปนั้น เป็นผลเรียนรู้จากประสบการณ์ เด็กแต่ละคนไม่ได้เกิดมาพร้อมด้วยบริโภคนิสัย ซึ่งถ่ายทอดทางพันธุกรรม แต่เขาจะได้จากการเรียนรู้คือ ดูตัวอย่างจากผู้ที่สูงอายุกว่าหรือจากเพื่อน ๆ นิสัยการบริโภคและความเชื่อในเรื่องคุณสมบัติและคุณภาพของอาหาร จะมีอิทธิพลมากต่อภาวะโภชนาการของแต่ละบุคคลซึ่งสืบเนื่องจากการเลือกอาหารของเขา

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม นับเป็นสาเหตุประการหนึ่งของปัญหาภาวะทุพโภชนาการในประเทศไทย ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่ต้องทำความเข้าใจในพฤติกรรมของผู้บริโภค หรืออีกนัยหนึ่ง จะต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของแต่ละบุคคล ซึ่งจะแตกต่างกันไป อีกทั้งยังต้องเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้วย

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

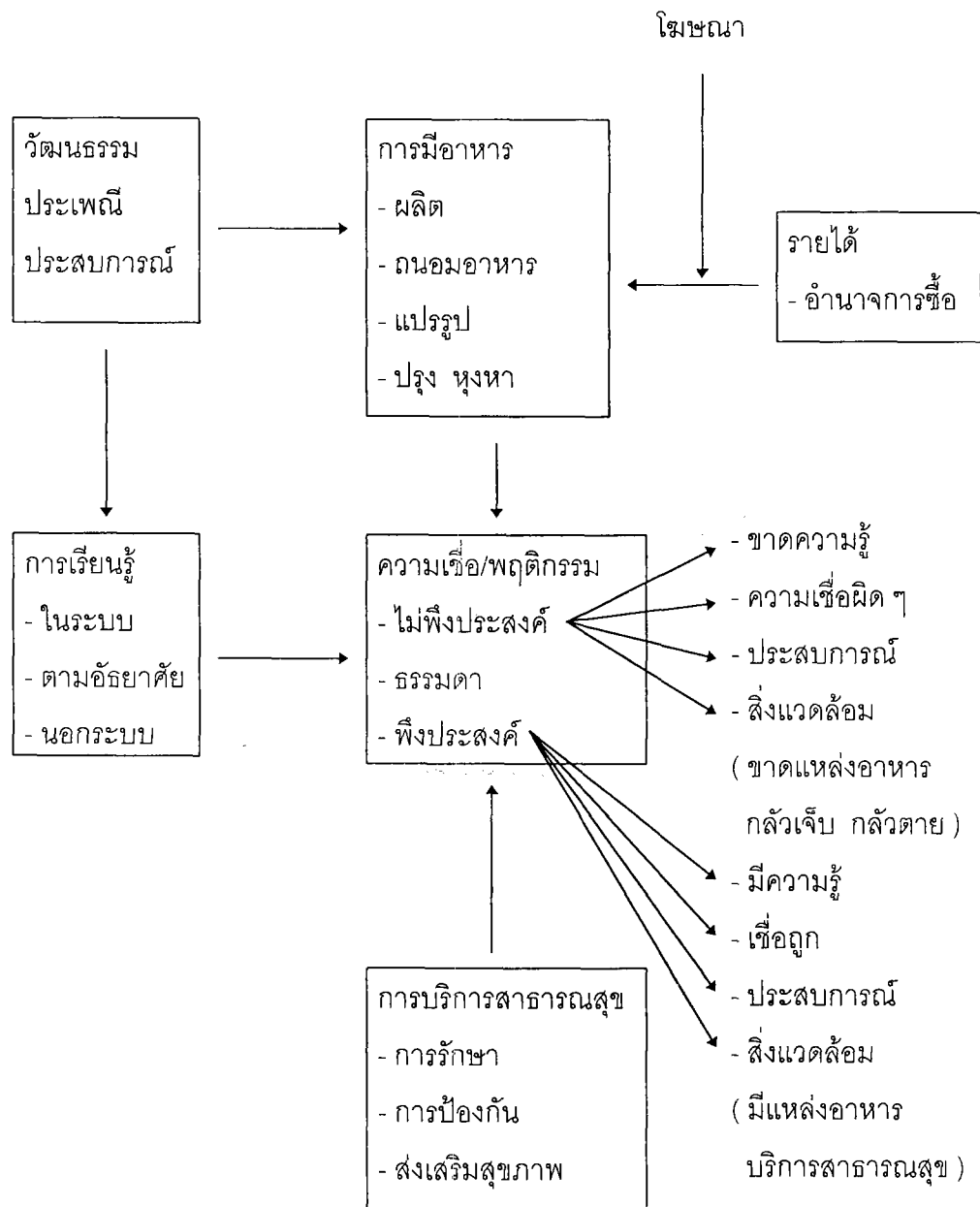
นักพฤติกรรมศาสตร์และนักสุขภาพ (สุชาติดา มะโนทัย, 2539 : 12-13) ได้สรุปแนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมไว้เป็น 3 กลุ่มดังนี้

แนวความคิดที่ 1 เชื่อว่าเกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคล (Intra Individual Causal Assumption) ฐานแนวคิดนี้เชื่อสมมติฐานที่ว่าสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมหรือปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมนั้นๆ มาจากองค์ประกอบภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้ ทศนคติ ค่านิยม แรงจูงใจ ความตั้งใจใฝ่พฤติกรรม เป็นต้น

แนวความคิดที่ 2 เชื่อว่าเกิดจากปัจจัยภายนอกตัวบุคคล (Extra Individual) ฐานแนวคิดนี้เชื่อสมมติฐานที่ว่าสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมนั้นๆ มาจากปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม ระบบสังคม การเมือง เศรษฐกิจ การศึกษา ศาสนา องค์ประกอบทางด้านประชากรศาสตร์ เป็นต้น แนวความคิดนี้จะนำทฤษฎีในศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้

แนวความคิดที่ 3 เชื่อว่าเกิดจากสหปัจจัย (Multiple Assumption) กลุ่มนี้มีฐานแนวคิดที่ว่าพฤติกรรมของคนนั้นเกิดจากหลาย ๆ ปัจจัย ทั้งปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคล

สุชาติดา มะโนทัย (2539 : 15) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทย จำแนกออกได้เป็น 3 แบบ ได้แก่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และพฤติกรรมแบบกลาง ๆ ธรรมดาที่ไม่ทำให้เกิดผลเสีย รายละเอียดดังแสดงในภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 แสดงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทย

ที่มา : สุชาดา มะโนทัย. 2539 : 14 ; อ้างอิงมาจาก สถาบันโภชนาการมหิดล. 2529

จากภาพประกอบ 2 แสดงให้เห็นถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทย ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่พึงประสงค์เนื่องมาจาก

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

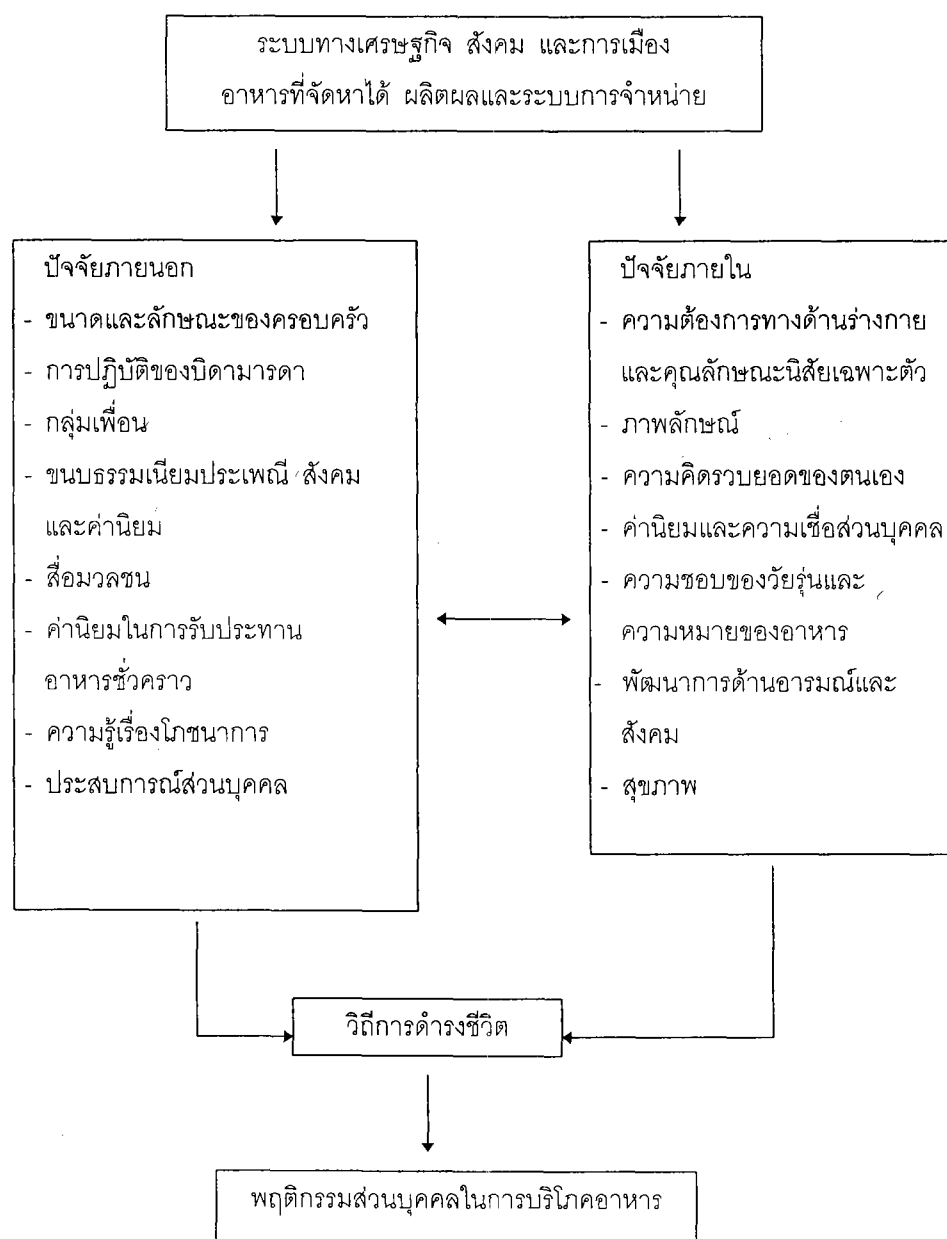
พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่พึงประสงค์จะเกิดขึ้นได้ เมื่อเปลี่ยนจากการขาดความรู้ เป็นมีความรู้ เปลี่ยนจากความเชื่อที่ผิด ๆ ให้ถูก ส่งเสริมสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการมีแหล่งอาหาร และลดภาวะจำยอมต่าง ๆ ปรับปรุงรูปแบบการสาธารณสุขเพื่อให้ความมั่นใจต่อความปลอดภัยของชีวิตนั่นเอง

สาเหตุและปัจจัยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่พึงประสงค์เหล่านี้ มักจะเกิดร่วมกันไปและมีผลเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน เสริมความเชื่อที่ผิดต่าง ๆ ให้แน่นแฟ้นมากขึ้น ความเชื่อที่ผิด ๆ ที่แก้ไขยากที่สุด คือความเชื่อที่มีอิทธิพลมาจากวัฒนธรรมและประเพณี ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญ สำหรับแหล่งอาหารมีความสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคไม่น้อยไปกว่าการเรียนรู้และบริการสาธารณสุข ส่วนปัจจัยทางด้านรายได้ และอำนาจการซื้อจะมีผลต่อการได้มาซึ่งอาหารสำหรับเลี้ยงสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มประชากรที่ไม่ใช่เกษตรกร การเลือกซื้ออาหารอยู่ภายใต้อิทธิพลของการโฆษณา นอกจากนี้การกระจายอาหารที่มีบริการไปขายถึงบ้าน ทั้งอาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ มักจะมีวิธีการดึงดูดใจผู้ซื้อได้มากกว่า ดังนั้นการเลือกซื้ออาหารจึงขึ้นอยู่กับความรู้ของผู้บริโภคเป็นสำคัญ

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยมีดังนี้

1. การเรียนรู้ทั้งในระบบและนอกระบบ
2. การมีแหล่งอาหาร การผลิต การถนอมอาหาร การเตรียมและปรุงอาหาร
3. รายได้ อำนาจการซื้อ ซึ่งมีผลต่อการมีอาหาร แต่อยู่ภายใต้อิทธิพลของการโฆษณา
4. วัฒนธรรม ประเพณี และประสบการณ์ต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ในด้านการเตรียม การหาอาหาร และปรุงอาหาร
5. การบริการสาธารณสุข ทั้งทางด้านการรักษา ป้องกัน และส่งเสริมสุขภาพ

จากการศึกษาของฟาร์ติงค์ (Farthing. 1991 : 35-39) ได้เสนอรูปแบบการรับประทานอาหารของเด็กวัยรุ่นในปัจจุบัน โดยกล่าวถึงโภชนาการตลอดวงจรชีวิตของบุคคลและแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของปัจจัยภายในและภายนอกที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยรุ่น รายละเอียดดังแสดงในภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 แสดงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

ที่มา : Farthing. 1991 : 36 ; citing Eating Schematic Diagram. 1991

จากภาพประกอบ 3 แสดงให้เห็นถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ซึ่งพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในแต่ละสังคมจะแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรม หรืออาจกล่าวได้ว่ามีปัจจัยหลายประการที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ซึ่งประกอบไปด้วยปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในดังอธิบายได้ดังนี้

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น มีปัจจัยหลายประการที่มีอิทธิพล ที่เป็นปัจจัยภายนอกได้แก่ ทางด้านครอบครัวและการปฏิบัติของบิดามารดาในการเตรียมอาหารมาให้เด็กบริโภค ทำให้ประสบการณ์ในวัยเด็กที่สะสมมาจากครอบครัว ก่อให้เกิดบริโภคนิสัยที่ติดตัวเรื่อยมา ประกอบกับ สิ่งแวดล้อมทางด้านสังคม วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี ความเชื่อ และค่านิยมในการบริโภคอาหารของคนในสังคม มีส่วนช่วยพัฒนาทัศนคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหารเช่นกัน

อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน จากการศึกษาของคาร์รูทท์ และสกินเนอร์ (Farthing. 1991 : 35 ; citing Carruth and Skinner. 1988) ได้กล่าวว่ากลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยรุ่นเพราะวัยรุ่นต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

อิทธิพลของสื่อมวลชน พบว่าสื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นมาก การได้รับข่าวสารความรู้ทางโภชนาการต่าง ๆ เช่นหนังสือพิมพ์ วารสาร หนังสือ ตลอดจนวิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์ ซึ่งเผยแพร่ข่าวสารทางด้านโภชนาการ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่มียิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก เนื่องจากเป็นวัยที่ชอบการเลียนแบบและถูกชักจูงได้ง่าย

ความรู้ทางโภชนาการ พบว่าเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังขาดการได้รับข่าวสารทางโภชนาการในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ซึ่งทำให้เด็กวัยรุ่นไม่มีความรู้ทางโภชนาการ

ปัจจัยภายในประกอบด้วย ความต้องการทางด้านร่างกาย คุณลักษณะนิสัยเฉพาะตัวของบุคคลในแต่ละวัย แต่ละสภาวะ จะมีความต้องการอาหารแตกต่างกันไป

ความคิดรวบยอดและภาพลักษณ์เกี่ยวกับตนเอง โดยเฉพาะวัยรุ่นมีอิทธิพลต่อการปรับรูปแบบการบริโภคอาหาร เช่นบางคนรับรู้ว่าคุณเองอ้วนเกินไปก็จะอดอาหารเพื่อรักษารูปร่าง

ค่านิยมและความเชื่อส่วนบุคคล เป็นผลมาจากการได้รับการถ่ายทอดมาจากครอบครัวและสังคม ดังนั้นจึงมีผลทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลในแต่ละสังคมแตกต่างกัน

✓ การให้ความหมายของอาหาร ในแต่ละบุคคลอาจให้ความหมายของอาหารแตกต่างกันไป เช่น บางคนอาจหมายถึง ความมั่นคงทางฐานะและความเป็นอยู่ บางคนอาจให้ความหมาย

เป็นการระบายความเครียด การเชื่อมสัมพันธ์ทางสังคม แสดงถึงความรื่นเริงบันเทิงใจ เป็นสื่อความรัก หรือบางคนอาจรับประทานเพื่อชดเชยความขาดแคลน เป็นต้น (วันเพ็ญ บุญประกอบ. 2527 : 35-39)

ความชอบของวัยรุ่น การรับรู้รสชาติขึ้นอยู่กับ ความรู้สึกรส เวลา ตลอดจนวัยของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันไป

พัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคม เป็นสิ่งสำคัญในการบริโภคอาหาร เช่นบางคนมีความสุขเมื่อได้บริโภคอาหารหรือบางคนมีความเครียดทำให้บริโภคอาหารได้น้อยลง

สุขภาพ เป็นปัจจัยสำคัญต่อการบริโภค เช่น เป็นหวัด เจ็บคอ เจ็บป่วยเรื้อรัง เป็นต้น มีผลทำให้รูปแบบการบริโภคเปลี่ยนแปลงไปชั่วคราวหรืออาจจะถาวรก็ได้

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ประกอบด้วย ปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจ การผลิต การจัดหาอาหาร และการกระจายอาหาร ซึ่งส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิต ก่อให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

มาร์ติน (ขวลิต รัตกุล. 2515 : 2-7 ; อ้างอิงมาจาก Martin. 2514) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบริโภคนี้สยว่า

1. อาหารที่มีในท้องถิ่น หากท้องถิ่นใดมีอาหารบริบูรณ์ คนในท้องถิ่นนั้นย่อมมีโอกาสจะได้บริโภคอาหารที่มีคุณค่าเพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย ท้องถิ่นใดขาดแคลนอาหาร คนในท้องถิ่นก็จำเป็นต้องกินอย่างจำกัด

2. ฐานะทางเศรษฐกิจ แต่ละครอบครัวจะสามารถซื้ออาหารที่มีขายในท้องตลาด มารับประทานได้มากน้อยเพียงไร และซื้ออาหารจำพวกใดบ้างนั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับรายได้ของครอบครัว

3. ความเคยชินในการรับประทานอาหารของครอบครัว การรับประทานของแต่ละครอบครัวนั้นบางครั้งมีเหตุผลเบื้องหลังที่เกี่ยวกับเชื้อชาติ ศาสนา และขนบธรรมเนียมประจำชาติ หรือความเชื่อของครอบครัวนั้น ๆ รวมทั้งนิสัยที่สืบเนื่องกันมาหลายชั่วคน

4. ขนบธรรมเนียมประเพณี

5. ภาวะทางอารมณ์และจิตใจ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสุขหรือความทุกข์ หรือ วิตกกังวล ความชอบหรือไม่ชอบในอาหาร

6. ปฏิภิกิริยาต่อกลิ่นและรสชาติ บุคคลแต่ละคนมีปฏิภิกิริยาต่อกลิ่นและรสชาติของอาหารไม่เหมือนกัน

7. อิทธิพลของการศึกษา ความรู้เรื่องคุณค่าของอาหาร อาจเป็นเหตุผลสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อ การที่บุคคลนิยมรับประทานอาหารเพราะรู้คุณค่าของอาหารนั้น แสดงให้เห็นความสำคัญของการให้ความรู้ทางโภชนาการแก่ประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กอันเป็นวัยที่นิสัยในการรับประทานอาหารกำลังจะเกิดขึ้น

เฟลค (ยูพิน ตรีส. 2528 : 44 ; อ้างอิงมาจาก Flake.) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัยของมนุษย์ ซึ่งสอดคล้องจากที่กล่าวข้างต้น คือ ขนบธรรมเนียม ประเพณี ครอบครัวยุค อิทธิพลของการศึกษา ศาสนา ความต้องการอาหารของแต่ละบุคคลแตกต่างกันตามอายุ เพศ อาชีพและภาวะต่าง ๆ ของร่างกาย ความสามารถในการรับรสสัมผัส นอกจากนี้ยังได้กล่าวเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัยไว้ดังนี้

1. กลุ่มเพื่อน มีอิทธิพลต่อเด็กมาก และมีอิทธิพลต่อผู้ใหญ่ด้วยเช่นกัน เช่น การที่นักกีฬาหรือดารานิยมชมชอบอาหารประเภทใด เด็กวัยรุ่นพยายามเลียนแบบอย่าง โดยการรับประทานอาหารประเภทนั้น และชักชวนให้เพื่อน ๆ รับประทานด้วย

2. สื่อมวลชน มีอิทธิพลต่อการเลือกซื้อสินค้า โดยเฉพาะเด็กจะนิยมซื้อสินค้าตามที่โฆษณาทางโทรทัศน์ นอกจากนี้สื่อมวลชนยังมีผลต่อบริโภคนิสัยอีกด้วย ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ มีผลต่อพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นมาก แหล่งข้อมูลข่าวสารในปัจจุบันได้แก่ หนังสือประเภทต่าง ๆ โทรทัศน์ วิทยุ เป็นต้น แหล่งของข้อมูลข่าวสารที่วัยรุ่นจะได้รับมีดังต่อไปนี้

2.1 บุคคล แหล่งข้อมูลข่าวสารที่สำคัญของเด็กวัยรุ่นแหล่งหนึ่ง ได้แก่ บิดา มารดา ครูอาจารย์ ซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลข่าวสารแก่เด็กโดยตรง โดยจะอบรมสั่งสอนเด็กว่าสิ่งใดควรกระทำหรือไม่ควรกระทำ หรือแนะนำในสิ่งต่าง ๆ ที่เหมาะสมให้แก่เด็ก

2.2 หนังสือพิมพ์ เป็นแหล่งที่จะให้ข่าวสารความรู้แก่วัยรุ่นทั้งทางดีและเลว วัยรุ่นมักจะหาความรู้ในสิ่งต่าง ๆ จากในหนังสือพิมพ์

2.3 สิ่งพิมพ์เย็บเล่มต่าง ๆ เป็นหนังสือประเภทอ่านเล่นที่วางขายในท้องตลาด มีหลายเล่มที่เป็นหนังสือเกี่ยวกับ สาระความรู้ทั่วไป เช่น นิยายสาร วารสาร เป็นต้น

2.4 แผ่นพับ/ป้ายโฆษณา เป็นแหล่งข้อมูลข่าวสารประเภทหนึ่ง มักจะเป็นเอกสารที่ได้รับแจกจากหน่วยงานของราชการหรือเอกชน เพื่อให้ความรู้แก่บุคคลทั่วไปในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

2.5 วิทยุ เป็นบริการที่ได้ยินแต่เสียง แต่ก็ก่อให้เกิดความจดจำข้อความหรือเนื้อความได้มากกว่าสิ่งตีพิมพ์ วิทยุเป็นบริการที่ถึงมือประชาชนได้มากที่สุด มักจะมีอยู่ในรูป ละครทางวิทยุและเพลงต่าง ๆ

2.6 โทรทัศน์ เป็นแหล่งข้อมูลข่าวสารที่มีอยู่ภายในบ้าน ดังนั้นโทรทัศน์จึงใกล้ชิดเด็กกว่าภาพยนตร์ และแย่งเวลาของเด็กไปมากกว่าภาพยนตร์ เด็กที่ไม่สามารถควบคุมตัวเองได้จะอยู่ดูอิทธิพลของโทรทัศน์ จึงเป็นเหตุให้ทอดทิ้งการเรียน สุขภาพก็ทรุดโทรมเพราะนอนดึกเกินไป และไม่ได้ทำกิจกรรมอื่น ๆ ที่ส่งเสริมสุขภาพอนามัย โทรทัศน์จึงเป็นภัยอย่างยิ่งแก่เด็กที่ไม่มีผู้ใหญ่ดูแล และแนะนำให้รู้จักแบ่งเวลาให้เหมาะสม

3. ภาวะเงินเฟ้อ ทำให้บริโภคนิสัยเปลี่ยนไปโดยการรับประทานอาหารอย่างจำกัด โดยเฉพาะเนื้อสัตว์ที่มีราคาแพงขึ้น ทำให้ปริมาณการบริโภคลดลง รวมทั้งวิกฤติการณ์น้ำมันก็มีผลต่อบริโภคนิสัยด้วย

4. ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เป็นสิ่งสำคัญและมีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัย โดยเฉพาะการผลิตและการกระจาย อาหารที่ผลิตได้ในท้องถิ่น แต่ละในท้องถิ่นอาจไม่ได้รับประทานก็ได้ เพราะผู้ผลิตอาหารนั้นเอาไปขายที่อื่นซึ่งได้ราคาแพงกว่า

ศิริลักษณ์ สินธวาลัย (2530 : 101-103) ได้ยกตัวอย่างอิทธิพลทำให้เกิดบริโภคนิสัยที่ต่างกันได้เพียง 3 ประการ คือ

1. วัฒนธรรมและประเพณี สังคมที่มีวัฒนธรรมหรือประเพณีที่แตกต่างกันก็มักจะมีบริโภคนิสัยต่างกันด้วย เช่น ชาวมุสลิมไม่รับประทานหมูโดยเด็ดขาด ส่วนชาวยิวไม่รับประทานเนื้อหมู กระต่าย อูฐ และชาวฮินดูไม่รับประทานเนื้อวัว เป็นต้น แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของประเพณีวัฒนธรรมต่อการบริโภคอาหาร

2. การผลิตและกระจายของอาหาร ภาวะการผลิตและการกระจายอาหารเป็นสิ่งที่อาจแสดงถึงนิสัยการบริโภคของสังคมบางกลุ่ม พืชผักบางชนิดจะปลูกได้ในบางท้องถิ่นเท่านั้น เช่น การรับประทานสะตอของชาวภาคใต้หรือบางจังหวัดทางภาคตะวันออก เป็นต้น ซึ่งสมัยก่อนคนภาคอื่น ๆ ไม่ค่อยรู้จัก แต่ปัจจุบันนี้การขนส่ง การค้าขาย และการเดินทางสะดวกขึ้น ทำให้การกระจายอาหารดีขึ้น คือ มีการนำพืชผักอาหารต่าง ๆ จากแห่งหนึ่งไปขายยังอีกแห่งหนึ่ง ซึ่งไม่มีการปลูกพืชชนิดนั้นในท้องถิ่นของตน

3. ภาวะทางโภชนาการ ความรู้ทางด้านโภชนาการเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการบริโภคบริโภค สื่อสารมวลชน เช่น หนังสือพิมพ์ วารสาร หนังสือ ตลอดจนวิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์ เป็นต้น ซึ่งเผยแพร่ข่าวสารทางด้านโภชนาการ จะมีความสำคัญมากต่อการบริโภคของประชาชน จะเห็นได้ว่าปัจจุบันนี้ภาวะทางโภชนาการดีขึ้น เด็กที่เกิดมารุ่นหลังส่วนใหญ่จะมีภาวะโภชนาการที่ดี เนื่องจากการฝึกให้มึนนิสัยการบริโภคที่ดีมาตั้งแต่เด็ก ตัวอย่างเด็กญี่ปุ่น

ซึ่งเกิดมาในสมัยหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เด็กเหล่านี้จะเจริญเติบโตดีกว่าบรรพบุรุษ แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของโภชนาการต่ออันสืบการบริโภค

อาหารจานด่วน (Fast Food)

อาหารจานด่วน (Fast Food) ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายท่านดังต่อไปนี้

ผ่องพรรณ เกษเกษมสุข (2527 : 55) ให้ความหมายว่า อาหารที่ทำเสร็จในเวลาอันรวดเร็วและสามารถรับประทานได้ทันที โดยที่อาหารนั้นจะต้องอยู่ในลักษณะที่สดและใหม่เสมอ

สมศรี สุกุมลนันทน์ (2528 : 105) ให้ความหมายว่า ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารทันที เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนวิช ไล้กรอก เป็นต้น

ทวีชัย พิษผล (2529 : 77) ให้ความหมายว่า ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารประเภท แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า แซนวิช อาหารประเภททอด เช่น มันฝรั่งทอด ไก่ทอด เป็นต้น

นพดล เวชสวัสดิ์ (2529 : 22-23 ; อ้างอิงมาจาก Brown. 1986) ให้ความหมายว่า ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารด่วนทันที เป็นอาหารที่คนซื้อแล้วได้รับประทานทันที ไม่ต้องเสียเวลารอ เพราะคนขายทำเสร็จล่วงหน้า สะดวกรวดเร็วทันที และมีผู้เรียกอาหารจานด่วนทันทีเหล่านี้ว่าเป็น “อาหารขยะ” (Junk Food) เพราะมีความเชื่อว่าอาหารด่วนทันทีเหล่านี้มีไขมันมากเกินไปทำให้เกิดมะเร็ง

ปรีชา แดงโรจน์ (2533 : 52) ให้ความหมายของฟาสต์ฟู้ด 2 ความหมายคือ

ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปรับประทานได้ทันที เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด

ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารสำเร็จรูปประเภทแช่แข็ง ซึ่งสามารถอุ่นหรือเตรียมได้อย่างรวดเร็ว

หมอพัตร (นามแฝง. 2534 : 72) ให้ความหมายไว้ว่า ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารด่วน ได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนวิช เป็นต้น เป็นอาหารด่วนที่ทางร้านเตรียมพร้อมไว้เรียบร้อยแล้วเมื่อสั่งอาหารจะได้ทันที

กองเผยแพร่และควบคุมการโฆษณา สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข (2539 : 1) ให้ความหมายว่า ฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารจานด่วน เพราะสะดวก รวดเร็ว และง่ายต่อการบริโภค ซึ่งแบ่งประเภทฟาสต์ฟู้ดออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. ฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก ได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ มันฝรั่งทอด ไก่ทอด และ โดนัท

2. ฟาสต์ฟู้ดแบบไทย ได้แก่ อาหารจานเดียว ประเภทถ้วยเดียว ข้าวราดแกง ข้าวมันไก่ ขนมจีน เป็นต้น

ทรัสเวลล์ และ แดรนต์ตัน (truswell and Darnton. 1981 : 74) ให้ความหมายว่า ฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่รับประทานเป็นอาหารหลัก ประกอบด้วยชนิดของอาหาร 2 ชนิดขึ้นไป สามารถเตรียมได้ในเวลาอันรวดเร็วและรับประทานได้โดยไม่ต้องมีจานหรือช้อนส้อม ง่ายต่อการนำออกจากร้านไปรับประทานนอกสถานที่ หรือที่บ้าน ตัวอย่างภัตตาคารที่จำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้แก่ พิซซาฮัท (Pizza Hut) และ เอแอนด์ดับบลิว (A&W) เป็นต้น

สจ๊วต (Stuart. 1991 : 8) ให้ความหมายว่า ฟาสต์ฟู้ด ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบดังนี้

1. ราคาถูก
2. บริการอย่างรวดเร็ว ภายใน 2-5 นาที และ 30 นาที สำหรับการส่งถึงบ้าน
3. เหมาะสำหรับใช้มือหยิบรับประทาน และการห่อบรรจุใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้งหรือประยุกต์ ใช้มีด และช้อน ที่ใช้เพียงครั้งเดียวแล้วทิ้ง
4. อาหารที่สำเร็จแล้วสามารถเก็บได้เป็นนาที หรือชั่วโมงเท่านั้น ต่างจากอาหารว่างซึ่งสามารถอยู่ได้นานกว่า

✓ มีผู้ให้ความหมายของฟาสต์ฟู้ดไว้ว่า ฟาสต์ฟู้ดตามความหมายจากศัพท์ได้ความว่าเป็นอาหารที่บริการรวดเร็ว หรืออาหารที่นำออกไปได้รวดเร็ว ฟาสต์ฟู้ดในความหมายของต่างประเทศนั้นเป็นอาหารและขนมทั้งที่รับประทานรองท้องและรับประทานให้อิ่ม เร็ว สะอาด ไม่แพง ฟาสต์ฟู้ดมีชื่อเรียกอีกอย่างว่า Junk Food หรือ “อาหารขยะ” มีความหมายว่าอาหารที่บรรจุใส่กล่องหรือห่อกระดาษ เมื่อรับประทานเสร็จเรียบร้อยแล้วก็ทิ้งกล่องหรือห่อกระดาษลงถังขยะไป (สยามรัฐ. 2525 : 6-17) ซึ่งสอดคล้องกับอีกความหมายหนึ่งที่กล่าวว่าฟาสต์ฟู้ดหรือที่คนไทยเรียกว่า “อาหารจานด่วน” เป็นคำที่ชาวอเมริกันเป็นผู้ที่คิดขึ้นมาไว้สำหรับเรียกอาหารหรือขนม ทั้งประเภทรับประทานอิมหรือรับประทานเล่นเป็นของว่าง โดยมีการเตรียมและปรุงไว้จนสำเร็จรูปหรือเกือบสำเร็จรูปแล้ว สามารถรับประทานได้ทันที หรือใช้เวลาสำหรับกรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนรับประทานเพียงไม่กี่นาทีสำหรับการอุ่น ผู้บริโภคสามารถที่จะนั่งรับประทานในร้าน หรือนำออกไปรับประทานนอกร้านก็ได้ (กองบรรณาธิการ. 2537 : 12)

จากการที่มีผู้ให้ความหมายของอาหารฟาสต์ฟู้ดต่าง ๆ กันนั้น สรุปได้ว่าอาหารจานด่วนหรืออาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารที่เตรียมและปรุงไว้จนสำเร็จรูปแล้ว สามารถรับประทานได้ทันที หรือใช้เวลาสำหรับกรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนรับประทานเพียงไม่กี่นาที สามารถที่

จะนั่งรับประทานในร้าน หรือนำออกไปรับประทานนอกร้านก็ได้ ได้แก่ อาหารประเภท แฮมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช ไส้กรอก ฮีทดอก ไก่ทอด ไก่ย่าง มันฝรั่งทอด และพิซซ่า ในที่นี้ ศึกษาเฉพาะอาหารจานด่วนประเภทรับประทานอิม ที่ขายในร้านอาหารที่เปิดกิจการภายใต้ระบบ ให้สิทธิทางการค้าจากต่างประเทศ หรือที่เรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchising System) กล่าวคือผู้ลงทุนเปิดกิจการขายอาหารยอมอยู่ภายใต้ลิขสิทธิ์ของยี่ห้ออาหารจานด่วนที่มีชื่อเสียง ยี่ห้อใดยี่ห้อหนึ่ง (กลกิจไทย. 2528 : 8-12)

ความเป็นมาของอาหารจานด่วนในประเทศไทย

วนิดา อยู่ประพันธ์ (2539 : 10) ได้ทำการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความเป็นมาของ อาหารจานด่วนในประเทศไทย ดังมีรายละเอียดดังนี้

วิมปี (Wimpy) คือร้านอาหารจานด่วนแห่งแรกของประเทศไทย ตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2507 จำหน่ายแฮมเบอร์เกอร์ และน้ำส้มคั้นอยู่ที่ศูนย์การค้าราชประสงค์ หลังจากนั้นอีก 8 ปี ศูนย์การค้าแห่งนี้ก็ได้ซบเซาลงเนื่องจากการกำเนิดของศูนย์การค้าราชดำริ ร้านวิมปีต้องปิด กิจการของตัวเองลง แต่อาหารจานด่วนไม่ได้หายไป เพียงแต่เปลี่ยนที่ให้บริการมาอยู่ตามห้อง อาหารและคอฟฟี่ชอป

ต่อมาไก่ทอด “เคนดิกกี ฟราย ชิคเก้น” หรือที่รู้จักกันดีในปัจจุบันก็คือ KFC ได้เข้ามาเปิดกิจการครั้งแรกในแถบถนนสุขุมวิทประมาณ ปี พ.ศ. 2513 ในช่วงนั้นมีทหารอเมริกันและ ชาวต่างชาติมาพำนักอยู่ในละแวกนั้นเป็นจำนวนมาก แต่ปรากฏว่าไม่ค่อยได้รับความนิยมจากคนไทยมากนัก เพราะไก่ทอดมิได้เป็นอาหารแปลกใหม่เหมือนแฮมเบอร์เกอร์ คนไทยรู้จักไก่ย่างกับ ไก่ทอดแบบไทย ๆ มานานแล้ว ซึ่งมีรสชาติอร่อย ราคาไม่แพง เมื่อเปรียบเทียบกับไก่ทอดแบบ ตะวันตก ดังนั้นเมื่อสงครามเวียดนามยุติลง ทหารชาวอเมริกันถอนทัพออกจากประเทศไทย ร้าน ไก่ทอดเคเอฟซี (KFC) จึงปิดกิจการไปด้วย และได้กลับเข้ามาเปิดกิจการอีกครั้งหนึ่งเมื่อกลางปี พ.ศ. 2527 โดยบริษัท ไทยเคเอฟซี จำกัด (Thai KFC Co.,Ltd.) ได้รับสิทธิทางการค้าจาก สหรัฐอเมริกา โดยเปิดสาขาแรกขึ้นที่ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซ่า และขยายสาขาไปที่สยาม สแควร์ ศูนย์การค้าเดอะมอลล์ และถนนสีลม ตามลำดับ

สำหรับพิซซ่านั้นนักธุรกิจอเมริกันที่อาศัยอยู่ในประเทศไทย ได้ร่วมลงทุนกับนายทุน ประเทศแม่ของตน นำเอาร้านพิซซ่าฮัท (Pizza Hut) ที่มีชื่อเสียงโด่งดังเข้ามาเปิดสาขาเป็นครั้งแรกที่พญาไทในปี พ.ศ. 2518 จากนั้นก็ได้ขยายเข้าสู่กรุงเทพมหานคร หลังจากที่ได้ประเมินแล้วว่า ไม่ขาดทุน โดยเริ่มกิจการแถวสุรวงศ์ ผลปรากฏว่ากิจการดำเนินไปได้ด้วยดี (สตรีทัศน์ . 2532 : 72-74)

ในปี พ.ศ. 2520 ร้านโฮเบอร์เกอร์ (HO-BURGER) ได้เข้ามาเปิดกิจการและเป็นการเกิดขึ้นอย่างยาวนานของอาหารจานด่วนชนิดนี้ โดยกลุ่มนักธุรกิจชาวไทยและชาวต่างประเทศได้มองเห็นว่า ย่านศูนย์การค้าสยามสแควร์คือทำเลที่เหมาะสม เนื่องจากมีผู้คนสัญจรไปมาเกือบตลอดเวลา โดยเฉพาะยังเป็นศูนย์การค้าที่ใกล้กับสถาบันการศึกษาที่สำคัญ ๆ หลายแห่ง ประกอบกับการปรุงแต่งรสอาหารให้มีความเหมาะสมกับรสนิยมของคนไทย และที่สำคัญคือสินค้าอยู่ในราคาที่เหมาะสม ทำให้แฮมเบอร์เกอร์หลายรูปแบบ รวมทั้งฮ็อตดอก พาย พิซซ่า หน้าต่าง ๆ ขนมโดนัท ไอศกรีม และเครื่องดื่มของร้านโฮเบอร์เกอร์ (HO-BURGER) ได้รับความนิยมจากผู้บริโภคเป็นอันมาก ต่อมาได้ขยายสาขาของร้านออกไปอีก

หลังจากนั้นร้านอาหารจานด่วนหลากหลายประเภทก็ทยอยมาเปิดร้านในเมืองไทยเพิ่มขึ้นมีทั้งที่ได้กำไรและขาดทุน

และในช่วงปี พ.ศ. 2521 คนกรุงเทพฯ ก็ได้ให้การต้อนรับร้านมิสเตอร์โดนัท (Mister Donut) เจ้าตำรับขนมโดนัทหลายแบบ ซึ่งขายดีมากในเวลานั้น คงเนื่องจากความที่คนไทยในช่วงนั้นนิยมรับประทานอาหารและขนมของฝรั่งเป็นอย่างมาก จึงเป็นจุดเริ่มแห่งมิติใหม่ของความสะดวกหรือร้านในวงการอาหารจานด่วนของเมืองไทย หลังจากนั้นไม่นานดันกินโดนัท (DUNKIN' DONUTS) เจ้าตำรับร้านขนมโดนัทบริษัทใหญ่อีกบริษัทหนึ่งของสหรัฐอเมริกา ได้ก้าวเข้ามาเป็นคู่แข่งสำคัญในวงการอาหารจานด่วน

กิจการอาหารจานด่วนอีกแห่งหนึ่ง ที่มีชื่อเสียงทางด้านไก่ทอดและเครื่องดื่ม ได้แก่ น้ำรูทเบียร์จากอเมริกา คือ เอแอนด์ดับบลิว (A&W) ได้เข้ามาเปิดกิจการในประเทศไทยครั้งแรกที่ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซ่า เมื่อเดือนกันยายน พ.ศ. 2526 โดยบริษัท ไตตันโคอินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด (Titanco International Co., Ltd.) ได้รับสิทธิทางการค้าจาก บริษัท เอแอนด์ดับบลิว อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด (A&W International Co., Ltd.) เปิดจำหน่าย ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ ฮ็อตดอก และน้ำรูทเบียร์ ต่อมาได้ขยายสาขาไปที่สยามสแควร์ ศูนย์การค้าพันธุ์ทิพย์พลาซ่า ถนนสีลม และอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ

ปัจจุบันตลาดธุรกิจทางด้านนี้ได้ทำการแข่งขันกันอย่างหนัก เพื่อให้ลูกค้าหันมาสนใจสินค้าของตน แม้ว่าการแข่งขันของตลาดอาหารจานด่วนจะมีมากขึ้น แต่ก็มิได้เป็นปัญหาหรืออุปสรรคต่อการขยายตัวของธุรกิจดังกล่าวแต่อย่างใด ธุรกิจอาหารจานด่วนในประเทศไทยส่วนใหญ่เป็นระบบแฟรนไชส์ (Franchising System) กล่าวคือธุรกิจอาหารจานด่วนของไทยส่วนใหญ่จะอาศัยชื่อร้านและผลิตภัณฑ์อาหารที่มีอยู่แล้วในต่างประเทศ โดยการยอมอยู่ใต้อาณัติของเจ้าของบริษัทด้วยความสมัครใจ นโยบายต่าง ๆ ที่ใช้ในการดำเนินธุรกิจจะถูกกำหนดขึ้นจาก

บริษัทแม่ บริษัทได้ระบบดังกล่าวต้องจ่ายเงินกินเปล่าและเปอร์เซ็นต์จากยอดขายให้บริษัทแม่ การส่งเสริมการขายทำโดยบริษัทแม่ สิ่งเหล่านี้เป็นหลักการสำคัญของระบบแฟรนไชส์ (แผนกวิจัยและวางแผนฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย. 2526 : 1-5) บริษัทที่ให้แฟรนไชส์แก่ประเทศไทยโดยมากจะเป็นบริษัทของอเมริกา เช่น แมคโดนัลด์ (McDonald's) ซึ่งเป็นบริษัทที่ทำรายได้เป็นอันดับ 1 ของอเมริกา และ เคเอฟซี (KFC) เป็นต้น

ประเภทของอาหารจานด่วน

อาหารจานด่วนมี 2 ประเภท พวกแรกคือ

1. อาหารประเภทรับประทานอิ่ม (Full Meal Fast Food) อาหารจานด่วนประเภทนี้จะมีส่วนประกอบจำพวก แป้ง เนื้อสัตว์และผัก โดยในหนึ่งชุดอาจประกอบไปด้วยอาหารประเภทแป้ง เช่น ขนมปัง มันฝรั่งทอด หรือมันฝรั่งหนึ่งอย่างใดอย่างหนึ่ง ส่วนเนื้อสัตว์ก็แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารหลายชนิด เช่น ไส้กรอก แฮม เบคอน ไก่ย่าง ไก่ทอด และประดับด้วยแตงตองเปรี้ยว ผักกาดหอมและมะเขือเทศ อาหารชุดเหล่านี้จะมีทั้งชุดเล็กและชุดใหญ่ตามความต้องการของผู้บริโภค

2. อาหารกึ่งขนม (Snack Fast Food) ถือเป็นอาหารว่างระหว่างมื้อ อาจเป็นอาหารหวานหรืออาหารคาว ซึ่งมีรูปแบบมากมาย ตั้งแต่ ไอศกรีมจนถึงขนมเค้ก โดนัท กรอบเค็ม ข้าวเกรียบ ปอเปี๊ยะ ลูกชิ้นปิ้ง หรือขนมไทยอื่นๆ

✓ ถ้าจะแบ่งฟาสต์ฟู้ดออกเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ ก็สามารถแบ่งได้ตามกลุ่มธุรกิจที่ประกอบกิจการด้านนี้ได้เป็น 5 กลุ่มคือ (กองบรรณาธิการ. 2537 : 12)

1. กลุ่มพิซซ่า ผู้นำตลาดคือ พิซซ่าฮัท (Pizza Hut)
 2. กลุ่มแฮมเบอร์เกอร์ มีแมคโดนัลด์ (McDonald's) เป็นผู้นำทั้งในแง่ของจำนวนร้านขายสินค้าและยอดขาย รองลงมาเป็นเอแอนด์ดับบลิว (A&W) และเบอร์เกอร์คิง (BURKER KING) ตามลำดับ

3. กลุ่มไก่ทอด มีเคเอฟซี (KFC) เป็นผู้นำทางการตลาด และมีเชสเตอร์กริลล์ (Chester's Grill) รองลงมา

4. กลุ่มโดนัท ผู้เป็นเจ้าของตลาดก็คือดันกินโดนัท (DUNKIN' DONUTS) และรองลงมาคือมิสเตอร์โดนัท (Mister Donut)

5. กลุ่มไอศกรีม มีสเวนเซนส์ (SWENSEN' S) กับทีซีบีวาย (TCBY) เป็นผู้นำทางการตลาด

✓ ลักษณะของอาหารจานด่วน

นพดล เวชสวัสดิ์ (2529 : 23) ได้กล่าวถึงลักษณะของอาหารจานด่วนว่า คุณลักษณะพิเศษของอาหารจานด่วนคือ การนำเครื่องปรุง และส่วนประกอบต่าง ๆ มาปรุงแต่งเป็นอาหารจานด่วนชนิดต่าง ๆ ซึ่งทำได้รวดเร็ว และสามารถรับประทานได้ทันที

✓ ส่วนประกอบของอาหารจานด่วน

นพดล เวชสวัสดิ์ (2529 : 23) ได้กล่าวถึงส่วนประกอบของอาหารจานด่วนว่า ส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งข้าวสาลี แป้ง ข้าวโพด เครื่องปรุงต่าง ๆ เช่น ซอส เนย น้ำสลัด เป็นต้น สำหรับพวกเนื้อสัตว์ต่าง ๆ เช่น เนื้อวัว เนื้อหมู ปลา ไข่ ไก่ ไส้กรอก และผัก เช่น มันฝรั่ง มะเขือเทศ เมื่อสำเร็จรูปออกมาแล้ว มีชื่อเรียกต่าง ๆ กันออกไป เช่น แฮมเบอร์เกอร์ สเต็ก แซนดิวิช พาย พิซซ่า เป็นต้น

ส่วนประเภทขนมทำจากแป้งสาลี แป้งข้าวโพด นม เนย น้ำตาล ครีม ไข่ และผลไม้ ซึ่งต้องนำมาปรุงแต่งอีกครั้งหนึ่ง ได้แก่ โดนัท พุดดิ้ง เค้ก และไอศกรีม เป็นต้น

ลักษณะการเจริญเติบโตของอาหารจานด่วน

มิลสเตอร์เฟรนช์ (นามแฝง. 2528 : 28) ได้กล่าวถึงลักษณะการเจริญเติบโตของอาหารจานด่วนว่า

1. เกิดขึ้นได้จากการเพิ่มจำนวนของอาหารจานด่วนแต่ละประเภท ซึ่งใช้วิธีการเหมือนกัน คือการหาทำเลเพื่อวางขายในเขตชุมชนที่หนาแน่นต่าง ๆ เช่นศูนย์การค้าต่าง ๆ หมู่บ้านจัดสรร โรงเรียน มหาวิทยาลัย เป็นต้น
2. การเพิ่มจำนวนของประชากรในประเทศ ซึ่งทำให้มีการซื้อการจ่ายเพิ่มขึ้น
3. จากความง่ายและความสะดวกรวดเร็ว จึงทำให้เป็นที่นิยมในกลุ่มคนรุ่นใหม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับคนหนุ่มสาว
4. จากรายได้ที่เพิ่มขึ้นทำให้เกิดกำลังซื้อเพิ่มขึ้นอีกด้วย
5. การเพิ่มจำนวนของเด็ก ๆ ในแต่ละปีจะสังเกตได้ว่าถ้าครอบครัวใดมีเด็กมากค่าใช้จ่ายก็มากขึ้นด้วย
6. ความแตกต่างระหว่างอาหารที่มีขายโดยทั่ว ๆ ไปกับอาหารจานด่วน ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกันแล้วราคาก็เท่า ๆ กัน แต่อาหารจานด่วนนั้นสามารถที่จะดึงดูดความสนใจได้ง่ายกว่าจากบริการที่รวดเร็วและการบรรจุในกล่อง หรือภาชนะที่สวยงามกว่า

มิลเตอร์เฟรนท์ (นามแฝง. 2528 : 58) ได้กล่าวถึงส่วนที่เป็นส่วนที่ดีที่ผู้บริโภคต้องการในการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่

1. สามารถรับประทานได้ทันที ไม่จำเป็นต้องมีอาหารอย่างอื่นมาประกอบด้วย
2. สามารถที่จะรับประทานได้ทุกเวลา ไม่ว่าจะเป็นเวลากลางวัน เย็น หรือแม้แต่กลางคืน
3. สามารถรับประทานได้ทุกแห่ง ไม่ว่าจะเดิน จะยืนหรือในขณะที่กำลังดูภาพยนตร์

สารอาหารและคุณค่าทางโภชนาการในอาหารจานด่วนแบบตะวันตก

สารอาหารและพลังงานในอาหารจานด่วนนั้น ได้มีการวิเคราะห์ปริมาณสารอาหารที่ได้รับดังนี้คือ

นพดล เวชสวัสดิ์ (2529 : 22-31) ได้กล่าวว่าอาหารจานด่วนที่นิยมมาก ได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์กับมันฝรั่งทอด มิลค์เชคหรือนมผสมไอศกรีม อาหารเหล่านี้มีแบ่งเป็นส่วนใหญ่ จึงจัดอยู่ในหมู่ข้าวเพราะมีผักและผลไม้เป็นส่วนน้อย

นอกจากนี้ได้อธิบายถึงพลังงานในอาหารจานด่วนว่า แฮมเบอร์เกอร์ มันฝรั่งทอด และนมผสมไอศกรีมให้พลังงานสูงมาก แฮมเบอร์เกอร์ขนาดโตซึ่งมีเนื้อสองชิ้นเป็นได้ ให้พลังงาน 570 แคลอรี มันทอดให้พลังงาน 220 แคลอรี ส่วนนมผสมไอศกรีม (รสวานิลลา) ให้พลังงาน 352 แคลอรี ถ้ารสช็อกโกแลตให้พลังงาน 383 แคลอรี รวมแล้วให้พลังงาน 1,142 แคลอรี คนไทยต้องการพลังงานเพียง 2,000 แคลอรี อาหารจานด่วนจึงจัดว่าเป็นอาหารที่มีโปรตีนและไขมันสูง ส่วนเกลือแร่ และวิตามินต่าง ๆ จะมีต่ำ ถ้ารับประทานอาหารจานด่วนเพียง 1 มื้อ จะได้รับโปรตีนประมาณ 40 กรัม ซึ่งเพียงพอสำหรับคนไทยที่มีน้ำหนักตัวประมาณ 40-50 กิโลกรัม นั่นคือไม่ต้องรับประทานเนื้อสัตว์อีกในวันนั้น ส่วนไขมันจะได้ประมาณ 55 กรัมซึ่งมากเกินไป

รองริน วรบุญญ์ (2532 : 24-25) ได้วิเคราะห์ว่าในอาหารจานด่วน ได้จำนวนโปรตีนจากสัตว์ 70 กรัม และโปรตีนจากพืช 30 กรัม ในแต่ละกรัมจะเป็นปริมาณ 2 เท่าของที่ร่างกายคนธรรมดาต้องการ ครึ่งหนึ่งของโปรตีนที่เกินความจำเป็นจะไปพอกไขมันในร่างกาย และทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ

นอกจากนี้ยังพบว่า แฮมเบอร์เกอร์ตามแบบฉบับของชาวตะวันตก ประกอบด้วย บีกแฮมเมอร์หรือวอปเปอ์ มันฝรั่งทอดและช็อกโกแลตซึ่งให้พลังงานถึง 1,200 แคลอรี นอกจากแฮมเบอร์เกอร์เองซึ่งขาดสารอาหาร และเนื้อซึ่งมีไขมันสูงไม่เหมาะแก่สุขภาพ ยังมีปัญหาเพิ่มจากเครื่องดื่มควบคู่ที่มีปริมาณน้ำตาลสูงอย่างน้ำอัดลมและนมผสมไอศกรีม

นอกจากนี้ร่องริน วรรณัญ (2533 : 24-25 ; อ้างอิงมาจาก สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. 2533) ยังได้เพิ่มเติมอีกว่าจากการศึกษาของสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล ศึกษาเมื่อปี 2533 พบว่าแฮมเบอร์เกอร์ที่มีส่วนประกอบเป็นพวกเนื้อ ในแฮมเบอร์เกอร์ชิ้นหนึ่งให้พลังงานประมาณ 250 แคลอรี มีโปรตีนประมาณ 22 กรัม ไขมันประมาณ 16 กรัม อาหารพวกนี้มีไขมันสูงเพราะการทำเนื้อแฮมเบอร์เกอร์นั้นมักจะใส่ไขมันค่อนข้างมาก คือมีไขมันประมาณร้อยละ 50 ของจำนวนแคลอรีทั้งหมด

สมทรง สวัสดิ์จุ่น และ จรีพร จิตจำนุญไชย (2534 : 34-35) ได้อธิบายถึงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนว่า อาหารจานด่วนจะให้สารอาหารที่ไม่สมดุล เช่นพลังงาน โปรตีน และไขมัน เพราะว่าในส่วนผสมจะใช้พวกแป้ง เนื้อสัตว์ และไขมันเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งจะได้มากกว่าที่ร่างกายต้องการในแต่ละมื้อ พบว่าอาหารจานด่วนแต่ละชนิดจะให้พลังงาน 900 ถึง 1,800 แคลอรี ซึ่งความต้องการพลังงานของคนเราตามปกติต้องการพลังงานเพียงวันละ 2,000 ถึง 2,800 แคลอรี เท่านั้น ถ้ากินอาหารจานด่วนเพียงมื้อเดียว เท่ากับได้พลังงานเกือบเพียงพอ กับความต้องการของร่างกายแล้ว

นอกจากนี้โปรตีนในอาหารจานด่วนมีถึงร้อยละ 50-100 ส่วนไขมันมีมากเพราะใช้เป็นส่วนประกอบอาหาร เช่น เนื้อสัตว์ทอด มันฝรั่งทอด การใส่เนยแข็งตรงกลางแฮมเบอร์เกอร์หรือโรยหน้าพิซซ่า เป็นต้น

ส่วนโซเดียมนั้น ตามปกติควรจะได้รับวันละ 1,100-3,000 มิลลิกรัม แต่ถ้ารับประทานอาหารจานด่วน เช่นพิซซ่า 2 ชิ้น จะได้โซเดียมถึง 800-1,500 มิลลิกรัม ปริมาณเกลือโซเดียมในอาหารจานด่วน ในแซนวิชแต่ละคู่มิเกลียวอยู่ตั้งแต่ 700-900 มิลลิกรัม ถ้าเป็นแฮมเบอร์เกอร์สองชิ้นอาจมีถึง 1,953 มิลลิกรัม หากแถมเครื่องเคียงพวกมันทอดกับซอสมะเขือเทศยังมีมากขึ้น ซึ่งการบริโภคเกลือมากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อหัวใจและไต เกลือโซเดียมจะมีคุณสมบัติอุ้มน้ำ เมื่อรับประทานเค็มจัดปริมาณน้ำในตัวโดยเฉพาะในโลหิตจะสูงขึ้น ทำให้มีแนวโน้มว่าจะเกิดโรคความดันโลหิตสูงมากขึ้น ไตทำงานหนักอาจทำให้ไตเสื่อมเร็ว ถ้าผู้ที่ชอบรับประทานเค็มจัดเป็นโรคหัวใจอยู่แล้ว อาการของโรคหัวใจจะกำเริบรุนแรงขึ้น อาจถึงขั้นเสียชีวิตได้

ในอาหารจานด่วนจะมีผักในปริมาณน้อย เมื่อเทียบกับความต้องการที่ร่างกายควรได้รับ และขาดสารอาหารพวกวิตามินเอและวิตามินซี

หมอพัตร (นามแฝง. 2534 : 72-73) ได้วิเคราะห์อาหารจานด่วนว่า ตามปกติพลังงานที่เราบริโภคเข้าไปควรจะเป็นไขมันประมาณร้อยละ 30 แต่ถ้ารับประทานแฮมเบอร์เกอร์

พลังงานที่ได้รับจากไขมันถึงร้อยละ 40 หรือมากกว่านั้น และถ้าเป็นแฮมเบอร์เกอร์ก็ปริมาณไขมันอาจเพิ่มสูงถึงร้อยละ 58

สำหรับสารไอโอดีนในอาหารจานด่วนพบว่า ในอาหารจานด่วนหลายอย่างมีปริมาณสารไอโอดีนมากเกินไป ไอโอดีนนี้พบในสารที่เป็นตัวทำให้ขนมปังฟู นอกจากนั้นไอโอดีนยังปนเปื้อนอยู่ในเนื้อสัตว์จากแหล่งที่ใช้อาหารสัตว์ที่เติมสารไอโอดีนเข้าไป การได้รับไอโอดีนเข้าไปเกินขนาดนอกจากจะกระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติหน้าที่ของต่อมไทรอยด์แล้วยังอาจทำให้เกิดพิษอีกด้วย

สิ่งที่ขาดในอาหารจานด่วน คือเส้นใยพืช ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่า เส้นใยพืชมีความสำคัญช่วยแก้อาการท้องผูก และเชื่อว่าถ้าบริโภคเส้นใยพืชไม่พอเพียงจะมีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งในลำไส้ใหญ่สูงขึ้น

อาหารจานด่วนส่วนมากจะมีสารแคลเซียมค่อนข้างน้อย อาจเกิดโรคกระดูกผุได้ ยิ่งถ้าโปรตีนในอาหารจานด่วนมีมากเกินไป ทำให้ส่งเสริมอาการกระดูกผุอีกด้วย

อาหารจานด่วนจะขาดสารอาหารหลายอย่าง เช่น โปแตสเซียม กรดโฟลิก กรดแพนโทเทนิก เหล็ก ทองแดง แคลเซียม แมกนีเซียม วิตามินบี 6 วิตามินอี และวิตามินซี

✓สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (กองบรรณาธิการ. 2537 : 16 ; อ้างอิงมาจากสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. 2535) ได้ศึกษาสารอาหารในอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ดังมีรายละเอียดดังนี้

1. โซเดียม ปริมาณโซเดียมในอาหารก็คือ ปริมาณเกลือโซเดียมคลอไรด์ โซเดียมมีส่วนเกี่ยวข้องกับโรคความดันโลหิตสูง ปริมาณที่แนะนำในการรับประทาน คือ 920-2,300 มิลลิกรัมต่อวัน ปริมาณต่ำสุดคือ ปริมาณที่ร่างกายได้รับแล้วเกิดประโยชน์ ส่วนถ้าได้รับเกินปริมาณสูงสุดอาจเกิดภาวะเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง พบว่า อาหารจานด่วนหลายชนิดมีปริมาณโซเดียมคลอไรด์อยู่ระหว่าง 1,000-2,500 มิลลิกรัม

2. เส้นใยอาหาร ควรรับประทานประมาณวันละ 30 กรัม เพื่อป้องกันโรคท้องผูก โรคหัวใจ มะเร็งในทางเดินอาหาร ริดสีดวงทวาร ซึ่งพบว่าส่วนใหญ่อาหารจานด่วนมีเส้นใยอาหารน้อย

3. ไขมัน ปกติร่างกายควรได้รับประทานอาหารที่มีไขมันต่ำ คือให้พลังงานไม่เกินร้อยละ 30 ของพลังงานที่ได้จากอาหารหนึ่งมื้อ ถ้าอาหารชนิดนั้นให้พลังงานจากไขมันถึงร้อยละ 50 ถือว่าเป็นอาหารที่มีไขมันสูง อาหารจานด่วนแบบตะวันตกแต่ละชนิดให้ไขมันร้อยละ 33-60 ในเพศชาย และให้ไขมันร้อยละ 45-90 ในเพศหญิง

4. โปรตีน ปริมาณที่เหมาะสมคือไม่เกินร้อยละ 15 ของพลังงานที่ได้จากอาหารทั้งหมด อาหารจานด่วนโดยเฉลี่ยจะให้โปรตีนประมาณร้อยละ 50-100 ของความต้องการของร่างกาย

5. คาร์โบไฮเดรต ร่างกายควรได้รับคาร์โบไฮเดรตจากข้าว ธัญพืช ขนมปัง และ พาสต้า ให้ได้พลังงานร้อยละ 55 หรือมากกว่า ส่วนใหญ่คนตะวันตก รับประทานคาร์โบไฮเดรตไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย และพบว่าในอาหารจานด่วน มีปริมาณคาร์โบไฮเดรตต่ำกว่าปริมาณความต้องการของร่างกายเล็กน้อย โดยพบว่าส่วนใหญ่ อาหารจานด่วนมีปริมาณคาร์โบไฮเดรตประมาณร้อยละ 29-36

จากการศึกษาของสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (กองบรรณาธิการ. 2537 : 16 ; อ้างอิงมาจากสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. 2535) โดยศึกษาปริมาณสารอาหาร และการกระจายพลังงานของอาหารจานด่วนแบบตะวันตก รายละเอียดดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 ตัวอย่างปริมาณสารอาหารและการกระจายพลังงานของอาหารจานด่วนแบบตะวันตก

ชนิดอาหาร	น้ำหนัก (กรัม)	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	โปรตีน (กรัม)	คาร์โบไฮเดรต (กรัม)	ไขมัน (กรัม)
แซนวิชไก่	122	287	12	26	15
การกระจายของพลังงาน (%)			17	36	47
แฮมเบอร์เกอร์เนื้อ 150		385	19	30	21
การกระจายของพลังงาน (%)			20	31	49
แฮมเบอร์เกอร์ไก่ 147		450	21	33	26
การกระจายของพลังงาน (%)			19	29	52

ที่มา : กองบรรณาธิการ. 2537 : 16 ; อ้างอิงมาจากสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. 2535

อาหารจานด่วนแบบตะวันตกเข้ามามีบทบาทในชีวิตคนไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การรู้ถึงคุณค่าอาหารจานด่วนจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้บริโภคอย่างมาก

จรีพร จิตกำรภูโชคไชย และคณะ (2535 : 31-36) ได้ทำการวิเคราะห์คุณค่าสารอาหารหลักในอาหารจานด่วน โดยเก็บตัวอย่างอาหารจานด่วนแบบตะวันตก 10 ชนิด จากศูนย์การค้า 4 แห่ง ได้แก่ เซลทรัล สาขาลาดพร้าว สยามเซ็นเตอร์ เดอะมอลล์ สาขาท่าพระ และพาด้า สาขาปิ่นเกล้า ในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยวิธีการทางชีวเคมี รายละเอียดดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงคุณค่าสารอาหารหลักของอาหารจานด่วน (ปริมาณอาหารต่อการเสิร์ฟ 1 ที่)

ชนิดของอาหาร	น้ำหนัก (กรัม)	พลังงาน (แคลอรี)	โปรตีน (กรัม)	ไขมัน (กรัม)	คาร์โบไฮเดรต (กรัม)	ใยอาหาร (กรัม)	โคเลสเตอรอล (มิลลิกรัม)
1. พิซซ่ารวมมิตร (ขนาดกลาง)	375	876	54	48	57	17	203
2. พิซซ่าทะเล (ขนาดกลาง)	347	781	53	37	59	12	239
3. แซนด์วิชไก่	122	287	12	15	26	2	95
4. แซนด์วิชแฮม	108	235	10	11	24	1	39
5. แฮมเบอร์เกอร์	150	385	19	21	30	2	116
6. แฮมเบอร์เกอร์ (ไก่)	147	450	21	26	33	4	112
7. แฮมเบอร์เกอร์ (ปลา)	147	419	17	23	36	3	109
8. ฮีทดอก	149	398	16	22	34	4	67
9. คอนเนดอง	127	293	16	13	28	3	42
10. มัันฝรั่งทอด	94	314	4	18	34	5	0

ที่มา : จรีพร จิตกำรภูโชคไชย. 2535 : 32

ผลการวิเคราะห์อาหารจานด่วนในตาราง 2 พบว่า เมื่อคิดเฉลี่ยถึงสารอาหารหลักต่อพลังงาน โปรตีน คาร์โบไฮเดรต อยู่ในปริมาณที่ค่อนข้างดี เพราะใกล้เคียงกับค่าความต้องการในแต่ละวันของผู้ใหญ่ โดยโปรตีนเฉลี่ย 14.20 กรัม คิดเป็นร้อยละ 30 พลังงานประมาณ 320 กิโลแคลอรี คิดเป็นร้อยละ 13 โคเลสเตอรอลมีค่าเฉลี่ย 72 มิลลิกรัมต่อ 100 กรัม ซึ่งจะเปรียบเทียบกับโคเลสเตอรอลของหมูติดมันปริมาณ 60 กรัม

ปริมาณใยอาหารมีค่าต่ำมาก เพียง 2.70 กรัมต่อ 100 กรัมเท่านั้น (หรือร้อยละ 11 ของปริมาณที่ควรได้ต่อวัน) ซึ่งใยอาหารมีความสำคัญพอ ๆ กับสารอาหารเพราะช่วยในการทำงานของลำไส้ใหญ่ ทำให้ลำไส้บีบตัวและช่วยดูดซับน้ำ ไขมันเกลือหรือกรดน้ำดี สารก่อมะเร็ง และสารพิษต่าง ๆ ลดการหมักหมมเนื่องจากแบคทีเรียในลำไส้ การขาดใยอาหารทำให้อุจจาระเป็นก้อนแข็ง ถ่ายยากอาจเป็นโรคริดสีดวงทวาร โรคลำไส้ใหญ่โป่งพองและโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่

นอกจากนี้ไขมันที่ทอดอาหารเหล่านี้โดยมากได้จากการตัดขึ้นเนื้อมัน นํามาสกัดน้ำมันทำเป็นไขสัตว์ที่นับว่าเป็นอันตรายร้ายแรง เนื่องจากเป็นไขมันอิ่มตัว ซึ่งเป็นสารกระตุ้นร่างกายให้ผลิตโคเลสเตอรอล อีกทั้งยังลดความสามารถในการกำจัดโคเลสเตอรอลอีกด้วย

คุณค่าอาหารของแร่ธาตุในอาหารจานด่วนเหล่านี้พบว่ามีค่อนข้างต่ำถึงต่ำมาก ไม่ว่าจะเป็น แร่ธาตุหลัก แคลเซียม แมกนีเซียม ฟอสฟอรัส ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นแร่ธาตุที่จำเป็นต่อร่างกาย ในทางกลับกันแร่ธาตุโซเดียมมีปริมาณมากเกินไป โดยเฉลี่ย 1 กรัมต่อเมนูอาหาร การได้รับแร่ธาตุโซเดียม ปริมาณมากเป็นเวลานาน ๆ ส่งผลเสียต่อสุขภาพ โดยเฉพาะผู้ที่เป็โรคความดันโลหิตสูงและยังเป็ตัวส่งเสริมให้เกิดมะเร็งที่กระเพาะอาหารด้วย สำหรับวิตามินต่าง ๆ เช่น วิตามินเอ วิตามินบี ก็เป็นสารอาหารอีกประเภทหนึ่งที่พบได้น้อยมากในอาหารจานด่วน

เมื่อนำผลการวิเคราะห์จากตาราง 2 ไปคำนวณสัดส่วนการกระจายของพลังงานจากสารอาหาร รายละเอียดดังแสดงในตาราง 3 จะเห็นได้ว่า สัดส่วนของพลังงานจากโปรตีนของอาหารจานด่วนทุกชนิดค่อนข้างสูงคือ เกินกว่าร้อยละ 15 ยกเว้นมันฝรั่งทอด และสัดส่วนของพลังงานจากไขมันเกินกว่าร้อยละ 30 ทุกชนิด

ตาราง 3 แสดงสัดส่วนของพลังงานจากสารอาหารหลัก

ชนิดของอาหาร	โปรตีน (กิโลแคลอรี)	ไขมัน	คาร์โบไฮเดรต	พลังงาน	โปรตีน (%)	ไขมัน	คาร์โบไฮเดรต
1. พืชข้าววมมิตร (ขนาดกลาง)	216	432	228	876	24.70	49.30	26.00
2. พืชข้าทะเล (ขนาดกลาง)	212	233	236	781	27.10	42.60	30.20
3. แชนด์วีชไก่	48	135	104	287	16.10	47.00	36.20
4. แชนด์วีชแฮม	40	99	96	235	17.00	42.10	40.90
5. แฮมเบอร์เกอร์	76	189	120	385	19.70	49.10	31.20
6. แฮมเบอร์เกอร์ (ไก่)	84	234	132	450	18.70	52.00	29.50
7. แฮมเบอร์เกอร์ (ปลา)	68	207	144	419	16.20	49.40	34.40
8. อี๋ทอด	64	198	136	398	16.10	49.70	34.20
9. คอนเนดอง	64	117	112	293	21.80	39.90	38.20
10. มันฝรั่งทอด	16	162	136	314	5.10	51.60	43.30

ที่มา : จุรีพร จิตจำนุญไชยชัย. 2535 : 34

เพลินใจ ตั้งคณะกุล และคณะ (2535 : 11) ได้วิเคราะห์สารอาหารและคุณค่าทางอาหารของอาหารจานด่วนที่จำหน่ายในประเทศไทย โดยสุ่มตัวอย่างอาหารจานด่วน 27 ชนิด จากศูนย์การค้าในกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น พืชข้า 10 ชนิด แฮมเบอร์เกอร์ 10 ชนิด ไก่ทอด 1 ชนิด ไก่ย่าง 1 ชนิด โดนัท 4 ชนิด และมันฝรั่งทอด วิเคราะห์โดยวิธีการทางเคมี พบว่า มีสารอาหารโดยเฉลี่ยต่อ 100 กรัม ดังนี้คือ พลังงาน 279 กิโลแคลอรี (164-420 กิโลแคลอรี) โปรตีน 13.20 กรัม (3.50-26.20 กรัม) คิดเป็นร้อยละ 19 ของพลังงานทั้งหมด ไขมัน 13.00 กรัม (4.80-21.20 กรัม) คิดเป็นร้อยละ 42 ของพลังงานทั้งหมด คาร์โบไฮเดรต 27.40 กรัม (0.30-58.70 กรัม) และโคเลสเตอรอล 43.40 มิลลิกรัม (19.40-117.80 มิลลิกรัม) ซึ่งจะเห็นได้ว่าอาหารจานด่วนที่จำหน่ายในประเทศไทยให้ไขมันในปริมาณสูง

ตาราง 4 แสดงสารอาหารในอาหารจานด่วนแบบตะวันตกต่อการบริโภค 1 ครั้ง

รายการอาหาร	น้ำหนัก (กรัม)	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	น้ำ (กรัม)	โปรตีน (กรัม)	ไขมัน (กรัม)	คาร์โบไฮเดรต (กรัม)	วิตามิน เกลือแร่ (กรัม)	เส้นใย (กรัม)	โคเลสเตอรอล (มิลลิกรัม)
<u>พืช</u>									
- ทะเล	236.47	553.34	113.62	30.34	17.69	68.20	4.47	2.15	82.76
- ซุปเปอร์ สุพรีม	230.04	564.79	116.26	29.05	28.06	49.00	4.97	2.69	81.78
- ฮาวาย เอียน	222.71	568.04	99.24	27.88	20.44	68.13	4.32	3.28	43.32
- มีทเลฟ เวอร์	252.52	736.58	103.36	39.27	34.77	66.64	6.04	2.45	55.60
<u>แฮมเบอร์เกอร์</u>									
- บิ๊กแมก	211.78	579.60	101.42	27.62	35.71	41.44	3.94	1.65	83.74
- เบคอน เนยแข็ง	160.15	510.59	66.12	30.11	31.16	27.42	3.62	1.71	53.94
- แซนดวิช ไก่	155.91	494.17	63.32	18.19	27.69	43.05	2.95	0.72	83.57
- แซนดวิช ปลา	142.36	401.30	63.24	16.34	20.23	38.46	2.82	1.27	54.81
<u>ไก่ทอด</u>									
- หน้าอก	106.87	302.27	49.81	26.17	17.44	10.15	2.69	0.60	91.97
- น่อง ไก่ย่าง	62.34	171.37	31.43	14.38	10.68	4.42	1.19	0.23	73.46
- หน้าอก	87.07	143.12	55.05	22.79	5.56	0.49	2.70	0.48	84.27
- น่อง	53.58	105.52	33.25	12.52	6.08	0.18	1.23	0.32	62.13

สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (2537 : 190-199) ได้ศึกษาคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนประเภทต่าง ๆ ในปี พ.ศ. 2537 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้บริโภคนำไปใช้เป็นข้อมูลในการเลือกซื้อหรือบริโภคอาหารที่มีคุณค่าเหมาะสมกับความต้องการของร่างกายได้อย่างถูกต้อง ป้องกันการเกิดภาวะโภชนาการเกิน รายละเอียดดังแสดงในตาราง 4

✓ อันตรายจากอาหารจานด่วน

ฮิลด์ (Heald. 1992 : 380) ได้อธิบายถึงผลกระทบของการบริโภคอาหารจานด่วนต่อภาวะโภชนาการไว้ 3 ประการ คือ

1. จากพลังงานที่มีปริมาณในสูง
2. จากไขมันอิ่มตัวและโคเลสเตอรอลในปริมาณสูง
3. จากเกลือในปริมาณสูง

แต่มีผู้บริโภคอีกจำนวนมากเข้าใจว่าอาหารจานด่วนมีคุณประโยชน์ต่อร่างกาย เนื่องจากการโฆษณาและมีความเชื่อว่าเป็นอาหารสุขภาพ

จากการรายงานของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ (Center for Science in the Public Interest ; CSPI) ในมหานครวอชิงตันดี.ซี (Truswell and Darnton. 1981 : 73-88) ซึ่งเป็นกลุ่มผู้บริโภค ก่อให้เกิดความตระหนักอย่างใหญ่หลวงสำหรับผู้นิยมบริโภคอาหารจานด่วน รวมไปถึงบริษัทที่มีกิจการอาหารจานด่วนด้วย เพราะการทอดอาหารจานด่วนนั้นใช้ไขมันสัตว์ (Tallow) เป็นน้ำมันทอดเกือบทั้งหมด ซึ่งไขมันสัตว์นั้นเป็นไขมันชนิดอิ่มตัว

ผู้ช่วยศาสตราจารย์แห่งคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยฮาร์เวิร์ด ได้ทำการทดสอบมันฝรั่งทอดของบริษัทที่มีกิจการอาหารจานด่วนที่มีชื่อเสียงทั้งหลาย พบว่าบริษัทเหล่านี้ใช้น้ำมันปาล์มซึ่งอิ่มตัวมากกว่าไขมันสัตว์ในการทอดมันฝรั่ง

จะเห็นได้ชัดว่า อาหารจานด่วนเป็นแหล่งเพิ่มไขมันเข้าสู่ร่างกายมนุษย์ ด้วยเหตุนี้สถาบันอนามัยแห่งชาติและองค์กรอื่น ๆ ในประเทศสหรัฐอเมริกาแนะนำให้ลดไขมันลงมากกว่าร้อยละ 25 ซึ่งนั่นหมายความว่าต้องลดการบริโภคไขมัน 67 กรัมต่อวัน (ปัจจุบันบริโภคกันประมาณ 89 กรัมต่อวัน) ในบางมื้อของอาหารจานด่วน แต่แต่ละคนจะได้รับไขมันประมาณ 67 กรัม เริ่มต้นจากแฮมเบอร์เกอร์ก็มีไขมันมากพอแล้ว ยังมีเนยแข็งเพิ่มไขมันเข้ามาอีก และถ้ายังเป็นแฮมเบอร์เกอร์สองชิ้น มีเนยแข็งและซอสราด ซึ่งซอสบางอย่างเป็นมายองเนสทำให้ร่างกายรับไขมันเพิ่มขึ้นอีก

จากสถิติของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ (CSPI) และของ แมคโดนัลด์ (McDonald' s) เอง พบว่ามันฝรั่งทอดมีไขมันอยู่ 11.50 กรัม นมผสมไอศกรีม ขนาด 10.75 ออนซ์ มีไขมันอยู่ 9 กรัม บีกแมคมีไขมัน 34 กรัม เนยแข็งมีไขมัน 61 กรัม

จากผลการศึกษาของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ พบว่าไขมันที่ไม่อิ่มตัวประเภทเติมสารอื่นได้มาก (Polyunsaturated Fat) เช่น น้ำมันจากดอกคำฝอย นอกจากจะลดการสร้างโคเลสเตอรอลของร่างกายแล้ว ยังช่วยสลายโคเลสเตอรอล และขับถ่ายออกจากร่างกายอีกด้วย ส่วนไขมันประเภทไม่อิ่มตัว ประเภทเติมสารอื่นได้น้อย (Monounsaturated Fat) เช่น น้ำมันมะกอก สามารถช่วยลดระดับของโคเลสเตอรอลในร่างกายได้บ้าง

อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะเป็นไขมันหรือน้ำมันในรูปแบบใด นักวิจัยต่างมีความคิดเห็นตรงกันว่า ขอให้ลดการนำเข้าสู่ร่างกายให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ แม้ว่าไขมันไม่อิ่มตัวประเภทเติมสารอื่นได้มากจะช่วยลดระดับโคเลสเตอรอลของร่างกายก็ตาม

จากข้อกำหนดสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย พ.ศ. 2532 กำหนดไว้ว่าไม่ควรบริโภคไขมันเกินร้อยละ 30 ของพลังงานทั้งหมด ส่วนชนิดของไขมันนั้นให้ได้จากไขมันอิ่มตัว ไขมันไม่อิ่มตัวตำแหน่งเดียว และไขมันไม่อิ่มตัวหลายตำแหน่ง อย่างละเท่ากัน คือร้อยละ 10 ของพลังงานทั้งหมด และควรจำกัดปริมาณโคเลสเตอรอลให้น้อยกว่าวันละ 300 มิลลิกรัม (คณะกรรมการจัดทำข้อกำหนดสารอาหารประจำวัน ที่ร่างกายควรได้รับของประชาชนชาวไทย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2532 : 1)

อาหารจานด่วนกับโรคต่าง ๆ

1. อาหารจานด่วนกับโรคในระบบไหลเวียนโลหิตในสมอง

ปัจจุบันนี้เป็นที่ทราบกันว่า ปริมาณไขมันที่บริโภค เป็นเครื่องชี้ระดับโคเลสเตอรอลในซีรัม (Kromhout. 1992 : 49-53) และระดับโคเลสเตอรอลในพลาสมาที่เพิ่มขึ้นเป็นตัวทำนายถึง การเกิดโรคในระบบไหลเวียนโลหิตในสมองในผู้ใหญ่ (Heald. 1992 : 380-383)

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคอาหารที่มีกรดไขมัน กับอัตราการตาย จากโรคหัวใจขาดเลือด (Coronary Heart Disease ; CHD) ใน 7 ประเทศ (Hopkins. 1992 : 1,060-1,070) ได้แก่ประเทศ ฟินแลนด์ กรีซ ญี่ปุ่น อิตาลี เนเธอร์แลนด์ สหรัฐอเมริกา ยูโกสลาเวีย ซึ่งเป็นการศึกษาโคฮอร์ต (Cohort Study) 16 การศึกษาในช่วง 15 ปี ตั้งแต่ต้น ค.ศ. 1950 พบว่า กรดไขมันเป็นตัวสำคัญที่กำหนดระดับโคเลสเตอรอลในซีรัม โดยกรดไขมันชนิดอิ่มตัวทำให้ระดับของโคเลสเตอรอลในซีรัมสูงขึ้น และกรดไขมันชนิดไม่อิ่มตัวจะช่วยลดระดับ

โคเลสเตอรอลในซีรัม และพบว่า การบริโภคกรดไขมันชนิดอิ่มตัวมีความสัมพันธ์ทางด้านบวกอย่างมากกับอัตราการตายด้วยโรคหัวใจขาดเลือด ประชากรที่มีการบริโภคกรดไขมันชนิดอิ่มตัวสูงจะมีอัตราการตายจากโรคหัวใจขาดเลือดสูงด้วย นอกจากนี้ยังพบว่าระดับโคเลสเตอรอลในซีรัมมีความสัมพันธ์อย่างมากกับระดับการบริโภคกรดไขมันชนิดอิ่มตัว และอัตราการตายจากโรคหัวใจขาดเลือด ดังนั้นระดับโคเลสเตอรอลในซีรัมจึงเป็นตัวทำนายที่สำคัญถึงอัตราการตายจากโรคหัวใจขาดเลือด การเพิ่มโคเลสเตอรอลในอาหาร 200 มิลลิกรัมต่อ 1,000 กิโลแคลอรี จะทำให้เพิ่มอัตราเสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจขาดเลือด โดยมีค่าความเสี่ยงสัมพัทธ์เท่ากับ 1.30 และในแต่ละคนที่ระดับโคเลสเตอรอลในซีรัมลดลงร้อยละ 1 มีความสัมพันธ์กับการลดอุบัติการณ์ของโรคหัวใจขาดเลือดลงร้อยละ 2

การศึกษาของ พาร์คเกอร์ (Parker . 1987 : 1729-1739) ในกลุ่มชายหนุ่มที่มีสุขภาพดีโดยควบคุมอาหารบริโภคและไขมันที่บริโภค แล้วเจาะเลือดเพื่อดูระดับไขมันในพลาสมา ระดับไลโปโปรตีน การดูดซึมและการสังเคราะห์โคเลสเตอรอล พบว่าโคเลสเตอรอลในพลาสมาลดลงเมื่อบริโภคอาหารไขมันไม่อิ่มตัวหลายตำแหน่ง (Polyunsaturated Fat) ในปริมาณสูง และโคเลสเตอรอลในพลาสมาเพิ่มขึ้นเมื่อบริโภคอาหารที่มีไขมันอิ่มตัว (Saturated Fat) ในปริมาณสูง

นอกจากนี้ยังศึกษาความเกี่ยวข้องของการบริโภคใยอาหารและระดับโคเลสเตอรอลในเลือด พบว่าเส้นใยอาหารที่ทำให้เกิดเจลในทางเดินอาหาร ได้แก่ สารเพคติน (Pectin) และกัม (Gum) สามารถลดการดูดซึมโคเลสเตอรอลจากลำไส้ โดยการเพิ่มการขับถ่ายน้ำดีออกทางอุจจาระ มีผลทำให้ร่างกายต้องดึงโคเลสเตอรอลมาสร้างน้ำดีใหม่ ซึ่งทำให้ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดลดลงได้ ดังนั้น การบริโภคอาหารจานด่วนที่มีปริมาณเส้นใยอาหารน้อยและไขมันสูง ซึ่งเป็นกรดไขมันอิ่มตัวจากเนื้อสัตว์ในอาหารจานด่วน จึงเป็นปัจจัยที่ช่วยเสริมให้โคเลสเตอรอลในเลือดสูงขึ้น ถึงแม้โรคหลอดเลือดแดงแข็งและโรคหัวใจขาดเลือดจะมีอาการแสดงเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ แต่พยาธิสภาพของการเกิดโรคนั้นเริ่มต้นตั้งแต่ในวัยเด็กและวัยรุ่น โดยมีการสะสมไขมันเพิ่มขึ้นที่ผนังชั้นในหลอดเลือด ทำให้หลอดเลือดแดง (Arteries) ถูกทำลาย และในช่วงวัยรุ่นตอนปลายก็จะมีเพิ่มขึ้นของโคเลสเตอรอลเอสเทอร์ (Cholesterol Ester) สาเหตุของการเปลี่ยนแปลงนี้ นอกเหนือจากกรรมพันธุ์แล้ว ยังมีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางโภชนาการของแต่ละบุคคล จึงนับได้ว่าอาหารบริโภคเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเริ่มก่อตัวของโรคในระบบไหลเวียนเลือดในวัยรุ่น

2. อาหารจานด่วนกับความดันโลหิตสูง

ความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่พบได้บ่อยที่สุดอีกโรคหนึ่งในบรรดาโรคระบบหัวใจและหลอดเลือดในปัจจุบัน (ชูชีพ ชีวะสุทธิ. 2528 : 10-15) ซึ่งปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้เกิดภาวะความดันโลหิตสูงก็คืออาหารประเภทเกลือโซเดียม การศึกษาในคนพบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญสูง ระหว่างการบริโภคโซเดียมและความดันหลอดเลือดแดง (Arterial Pressure) ในผู้ใหญ่ (วลัย อินทรมพรรย์. 2530 : 205-213)

ภาวะความดันโลหิตสูงเริ่มในวัยรุ่นโดยเฉพาะชนผิวดำ ความดันโลหิตสูงเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญที่ทำให้เกิดการทำให้การไหลเวียนของหลอดเลือดแดง ซึ่งนำไปสู่การเกิดภาวะหลอดเลือดแดงแข็งตัว (Artherosclerosis) อย่างไรก็ตาม ยังไม่มีการตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคเกลือกับความดันเลือดในวัยรุ่น (Heald. 1992 : 380-383)

ซัลลิแวน และ พรวิธ (Sullivan and Prewitt. 1987 : 398-460) ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของการตอบสนองต่อเกลือในผู้ที่มีความดันโลหิตสูง และความดันโลหิตปกติทั้งผิวขาวและผิวดำ พบว่า คนผิวดำมีการตอบสนองต่อเกลืออย่างมีนัยสำคัญ และมีความดันโลหิตสูงมากกว่าคนผิวขาว

ปกติความต้องการโซเดียมอยู่ระหว่าง 1,100-3,000 มิลลิกรัมต่อวัน แต่อาหารจานด่วนมีปริมาณโซเดียมค่อนข้างสูง ถ้าบริโภคพืชฯ 1 ช้อน จะได้รับโซเดียมถึง 1,200 มิลลิกรัม และเมื่อใส่เครื่องปรุงรส เช่น เนยปັນ ซอส ก็ยังได้รับโซเดียมมากขึ้น การบริโภคเกลือโซเดียมมากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อหัวใจและไต ถ้าบริโภคเกลือโซเดียมมาก (มากกว่า 14 กรัมต่อวัน) ก็เพิ่มความดันเลือดซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดความดันโลหิตสูง ในผู้ที่มีพยาธิสภาพของไตและหัวใจจะทำให้ความรุนแรงของโรคเพิ่มมากขึ้น เกลือโซเดียมเป็นสาเหตุของการเกิดภาวะบวม (Adema) ในผู้ป่วยโรคไตและหัวใจ เนื่องจากคุณสมบัติในการอุ้มน้ำของมัน (ดุชนิ สุทธิปริยาศรี.2531 : 11)

3. อาหารจานด่วนกับโรคอ้วน

ตามทฤษฎี คนเรามีการพัฒนาของน้ำหนักที่มากเกินไปเมื่อร่างกายใช้พลังงานน้อย หรือได้รับพลังงานมากเกินไป นอกเหนือจากปัจจัยทางกรรมพันธุ์แล้ว โรคอ้วนอาจเกิดจากบริโภคนิสัยไม่ถูกต้อง การรับประทานอาหารมากเกินไปโดยเฉพาะอาหารที่ให้พลังงานสูง ขณะเดียวกัน การขาดการออกกำลังกาย หรือมีการใช้พลังงานน้อยลง ทำให้การสะสมของคาร์โบไฮเดรตและไขมันในร่างกายทำให้เกิดโรคอ้วนขึ้น มีการศึกษาที่ชี้ให้เห็นว่าคนที่อ้วนทั้งตัวมีความเสี่ยงต่อการ

เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจมากกว่าผู้ที่อ้วนเฉพาะขากับสะโพก ในเด็กและวัยรุ่นที่อ้วนจะมีความดันโลหิตและระดับอินซูลินเพิ่มขึ้น

ฟรีดแมน และคณะ (Freedman et al. 1989 : 930-939) ประเมินความอ้วนของเด็กโดยวัดขนาดของไขมันใต้ผิวหนังและรอบเอว พบว่ามีการเพิ่มขึ้นของระดับไตรกลีเซอไรด์ และภาวะการลดลงของสาร VLDL-C (Very Low Density Lipoprotein Cholesterol) และการลดลงของความเข้มข้นของ Apo A-I ที่สัมพันธ์กับความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง เมื่ออายุเลยช่วงวัยแรกรุ่นแล้วจะพบความสัมพันธ์ที่เห็นได้ชัดขึ้น ระหว่างรูปแบบของไขมันที่สะสมใต้ผิวหนังกับระดับไขมันในเลือด

วูด และคณะ (Wood et al. 1990 : 858-866) ได้ประเมินภาวะสุขภาพของเด็กไว้ที่อายุอาศัยจำนวน 196 คน ในนครลอสแอนเจลิส พบว่า เด็กเหล่านี้มีพัฒนาการล่าช้าร้อยละ 9 และมีภาวะน้ำหนักเกินร้อยละ 13 เนื่องจากได้รับอาหารบริโภคที่มีปริมาณพลังงานและสารอาหารไม่สมดุล ซึ่งอาหารที่เด็กเหล่านี้บริโภคเป็นประจำคืออาหารจานด่วน แคลอรีที่มีมากในอาหารจานด่วนอาจนำไปสู่ภาวะอ้วน

4. อาหารจานด่วนกับโรคมะเร็ง

สถาบันมะเร็งแห่งชาติ ได้เสนอแนะให้ลดการบริโภคไขมันประจำวันลง จากผลการวิจัยในประเทศที่มีการบริโภคไขมันจะมีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง ส่วนการบริโภคไขมันในปริมาณที่มากก่อให้เกิดมะเร็งได้หลายชนิด

มีหลายทฤษฎีที่อธิบายการเกิดมะเร็ง ทฤษฎีหนึ่งที่คนส่วนใหญ่ยอมรับก็คือน้ำตาลเป็นสารกระตุ้นมะเร็งลำไส้และไขมันก็กระตุ้นให้มีการสร้างกรดน้ำดี น้ำดีที่ขับออกมามากมายจะกัดเนื้อเยื่อส่วนที่อยู่บริเวณผิวหนัง และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของเซลล์จนกลายเป็นเซลล์มะเร็งในที่สุด ไขมันที่มีอยู่ในระดับสูงจะมีผลกระทบต่อฮอร์โมนซึ่งเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็ง อีกทฤษฎีหนึ่งที่น่าสนใจก็คือ พลังงานที่มีอยู่อย่างมากมายจะเป็นสารอาหารที่หล่อเลี้ยงเนื้องอกให้เจริญเติบโตขึ้น ปริมาณไขมันที่สะสมในร่างกายจะเป็นเครื่องบ่งชี้ความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งมากกว่าปริมาณไขมันที่บริโภคในอาหารประจำวัน (นพดล เวชสวัสดิ์. 2529 : 24-26) อาหารจานด่วนมักจะมีเส้นใยอาหารอยู่ในปริมาณที่ค่อนข้างต่ำหากบริโภคเป็นประจำย่อมมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็ง โดยเฉพาะมะเร็งลำไส้ใหญ่ ผู้ที่บริโภคอาหารเส้นใยน้อยปริมาณของกรดน้ำดีที่ขับออกมากับอุจจาระ จะมีจำนวนน้อยกว่าผู้ที่บริโภคอาหารเส้นใยสูง แสดงให้เห็นว่ากรดน้ำดีนี้ได้ถูกทำลายและเปลี่ยนเป็นสารก่อมะเร็งแล้ว ทั้งนี้เนื่องจากว่าในลำไส้ใหญ่ของกลุ่มที่กินอาหารเส้นใยสูง จะมีเชื้อแบคทีเรียพวกสเตรปโตคอคคัส (Streptococcus) และเชื้อแบคทีเรีย

แลคโตบาซิลลัส (Lactobacillus) มากกว่าพวกอื่น ๆ ซึ่งแบคทีเรียพวกนี้จะไม่ทำลายน้ำตาล น้ำดีจะคงอยู่ในรูปเดิมไม่เปลี่ยนแปลงเป็นสารที่เป็นพิษต่อร่างกาย สำหรับพวกที่บริโภคอาหาร เส้นใยต่ำกรดน้ำดีได้ถูกเปลี่ยนเป็นสารที่เป็นพิษ ซึ่งสะสมอยู่ในลำไส้ยาวนานเท่าใดยิ่งทำให้เพิ่ม โอกาสที่จะเป็นโรคมะเร็งขึ้นเท่านั้น (อภิชาติ พงษ์ศรีหตุลชัย และสุรเกียรติ อาชานุกาพ. 2531 : 16)

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า การบริโภคอาหารที่มีเส้นใยอาหารต่ำมีความ สัมพันธ์กับการเกิดโรคลำไส้อักเสบ ลำไส้ติ่งอักเสบ ริดสีดวงทวาร และอัตราอุบัติการณ์ของการเกิด โรคลำไส้ติ่งอักเสบในเด็กและวัยรุ่นอายุ 7-18 ปี ลดลงเมื่อให้บริโภคอาหารที่มีเส้นใยสูง (Klurfeld. 1987 : 1172-1188)

ความต้องการสารอาหารของร่างกายกับการเกิดโรค

ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการได้อธิบายถึงความต้องการสารอาหารของร่างกายกับการเกิด โรค (วนิตา อยู่ประพันธ์. 2539 : 23-24) ดังมีรายละเอียดดังนี้

1. ในอาหารจานด่วนแต่ละชนิดมีพลังงานอยู่ระหว่าง 900-1,800 แคลอรี คิดเป็น ร้อยละ 30-60 ของพลังงานที่ต้องการในหนึ่งวันในเพศชาย และร้อยละ 45-90 ของพลังงานที่ ต้องการในหนึ่งวันในเพศหญิง และพบว่าในเครื่องดื่มชนิดต่าง ๆ เป็นแหล่งให้พลังงานที่สำคัญ ทั้งนี้จากปริมาณน้ำตาลที่มีในเครื่องดื่มนั่นเอง

2. อาหารจานด่วนแต่ละชนิด ให้ปริมาณโปรตีนโดยเฉลี่ยร้อยละ 50-100 ของความ ต้องการของร่างกาย

3. อาหารจานด่วนบางชนิดให้ไขมันประมาณร้อยละ 51 ของพลังงานทั้งหมดที่ได้รับ ในหนึ่งวัน ซึ่งโดยปกติแล้วควรให้อัตราของไขมันเป็นเพียงร้อยละ 35 เท่านั้น

ในทางการแพทย์พบว่า การได้รับสารอาหารดังกล่าวในปริมาณที่สูงเกินความต้องการ ของร่างกาย เป็นผลให้เกิดโรคมะเร็งเต้านม ลำไส้ใหญ่ตับอ่อน ต่อมลูกหมาก และมะเร็งที่สมอง

4. อาหารจานด่วนหลายชนิดมีแร่ธาตุโซเดียมอยู่ระหว่าง 100-2,500 มิลลิกรัม ถึง แม้ว่าจะไม่มีการกำหนดปริมาณความต้องการโซเดียมที่แน่นอนตายตัว แต่คนเราควรได้รับ โซเดียมไม่เกินวันละ 300 มิลลิกรัม ถ้ากินแฮมเบอร์เกอร์เนื้อ 1 ชิ้น (150 กรัม) จะได้โซเดียมถึง 850 มิลลิกรัม ขณะที่อาหารชนิดอื่น ๆ จะให้โซเดียมเฉลี่ยประมาณ 500-600 มิลลิกรัม โดยทั่วไปแล้วการที่เรารับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ แต่ละมื้อเราจะได้รับโซเดียมที่เป็นส่วนผสมของ อาหาร หรือองค์ประกอบในอาหารอยู่ด้วยตลอดเวลา ดังนั้นการรับประทานอาหารจานด่วนที่มี

ปริมาณโซเดียมที่มากเกินไปเป็นสิ่งที่ควรคำนึงถึงด้วยเสมอ เพราะการได้รับโซเดียมในปริมาณสูง นอกจากจะทำให้ไตทำงานหนักแล้ว ยังส่งผลให้เกิดมะเร็งที่กระเพาะอาหารอีกด้วย

สารอาหารที่ควรได้รับประจำวัน

✓ ผู้บริโภคควรมีความรู้ในเรื่องสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับประจำวัน เพื่อที่จะได้บริโภคอาหารให้ได้สัดส่วนเหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย ซึ่งเป็นการป้องกันการเกิดโรคจากภาวะโภชนาการขาด เช่น โรคโลหิตจาง โรคกระดูกพรุน หรือโรคจากภาวะโภชนาการเกิน เช่น โรคหัวใจ โรคอ้วน โรคเบาหวาน ฯลฯ/

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดทำข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย (Recommended Daily Dietary Allowances for Healthy Thais) ซึ่งใช้ชื่อย่อว่า RDA ขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2532 บัญชี RDA นี้กำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทยไว้รวม 17 ชนิด โดยแบ่งกลุ่มคนไทยเป็นกลุ่มใหญ่ 8 กลุ่ม ตามอายุและเพศ และเนื่องจากความต้องการสารอาหารบางชนิดแตกต่างกันตามอายุ แต่ละกลุ่มจึงยังมีการแบ่งเป็นกลุ่มย่อยตามระดับอายุอีกด้วย เนื่องจากผู้บริโภค หมายถึง บุคคลทั่วไปตั้งแต่เด็กถึงผู้ใหญ่ จึงจำเป็นจะต้องมีค่าความต้องการสารอาหารต่อวันสำหรับบุคคลทั่วไปเพียงค่าเดียวเป็นค่ากลาง เพื่อใช้สำหรับการคำนวณและเปรียบเทียบ

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา โดยคณะอนุกรรมการพิจารณาแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากของอาหาร จึงได้พิจารณาจัดทำบัญชีสารอาหารที่แนะนำให้ควรบริโภคประจำวันสำหรับคนไทย อายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai Recommended Daily Intakes = Thai RDI) รายละเอียดดังแสดงในตาราง 5 โดยมีวัตถุประสงค์หลักคือใช้ในการเป็นค่าอ้างอิงสำหรับการคำนวณในการแสดงคุณค่าทางโภชนาการบนฉลากของอาหาร ค่า Thai RDI ซึ่งเป็นค่ากลางสำหรับคนไทยทั่วไปนั้น สามารถใช้เป็นเกณฑ์สำหรับการกำหนดนโยบายทางโภชนาการกว้าง ๆ สำหรับบุคคลทั่วไป โดยคำนึงด้วยว่าข้อกำหนดนี้ใช้สำหรับผู้ที่สุขภาพปกติ (Healthy) มิใช่ผู้ป่วย เด็กทารก หญิงมีครรภ์หรือกลุ่มอื่น ๆ ซึ่งมีความต้องการทางโภชนาการต่างไปจากกลุ่มบุคคลปกติ นอกจากนั้นการได้รับสารอาหารต่าง ๆ ตามที่กำหนดนี้ ควรได้รับจากการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่เป็นสำคัญ (กระทรวงสาธารณสุข. 2539 : 4)

ตาราง 5 แสดงสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย

ลำดับที่ (No)	สารอาหาร (Nutrient)	ปริมาณที่แนะนำต่อวัน (Thai RDI)	หน่วย (Unit)
1.	ไขมันทั้งหมด (Total Fat)	65	กรัม (g)
2.	ไขมันอิ่มตัว (Saturated Fat)	20	กรัม (g)
3.	โคเลสเตอรอล (Cholesterol)	300	มิลลิกรัม (mg)
4.	โปรตีน (Protein)	50	กรัม (g)
5.	คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (Total Carbohydrate)	300	กรัม (g)
6.	ใยอาหาร (Dietary Fiber)	25	กรัม (g)

ที่มา : กองเผยแพร่และควบคุมการโฆษณา สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

กระทรวงสาธารณสุข. 2539 : 4

แนวทางแก้ไขและป้องกันภาวะทุพโภชนาการจากการบริโภคอาหารจานด่วน

✓ จะเห็นได้ว่าการรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำนั้นอาจมีอันตรายมากกว่าที่จะเป็นประโยชน์ และเป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่าง ๆ ดังนั้นจึงควรที่จะหาแนวทางแก้ไขและป้องกันปัญหาภาวะทุพโภชนาการ ซึ่งในการแก้ไขและป้องกันนี้ควรจะเริ่มกันที่ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนเพื่อจะได้แก้ไขได้ตรงกับสาเหตุ

อารี วลัยเสวี และคณะ (2521 : 15) ได้ยกตัวอย่างปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนนิสัยการบริโภค ดังนี้ คือ

1. สิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอาจมีผลประโยชน์ต่อการยอมรับและความนิยมในอาหาร ภัยธรรมชาติ เช่น น้ำท่วม ความแห้งแล้ง หรือความหายนะที่เกิดขึ้น เช่น คนไม่มีงานทำ การเกิดการเจ็บป่วยของบุคคลในครอบครัว อาจทำให้การผลิตและการบริโภคเปลี่ยนแปลง ความเจริญก้าวหน้าในทางเทคนิคใหม่ ๆ ทางอุตสาหกรรมอาจเปลี่ยนรูปแบบของเศรษฐกิจและสังคมของชุมชนนั้น ๆ และเป็นผลต่อเนื่องทำให้เกิดการเปลี่ยนรูปแบบของอาหาร

2. การชักนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ความนิยมเนื่องในการผลิตอาหาร และการบริโภคจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงนิสัยการบริโภค

3. การส่งเสริมโภชนาการ การเปลี่ยนแปลงในด้านการผลิตและการบริโภค ซึ่งรัฐบาลได้ส่งเสริมการศึกษาให้แก่ประชาชนทั่วไป จากตัวอย่างที่ทำกันมาในหลายประเทศ พบว่าโครงการโภชนาการในโรงเรียนจะช่วยปรับปรุงให้นิสัยการบริโภคของเด็ก แม้ว่าหลังจากสิ้นสุดโครงการแล้วก็ตาม เด็กก็ยังยึดถือและปฏิบัติตามที่เขาได้เรียนรู้มาจากโภชนาการ ดังนั้นจึงถือได้ว่า การศึกษาในชุมชนและโรงเรียนสามารถช่วยให้เกิดการปรับปรุงเรื่องอาหารการรับประทาน และมีนิสัยการบริโภคที่ดีได้

4. การโฆษณา การโฆษณามีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนิสัยการบริโภคได้ บริษัทเอกชนส่วนใหญ่อาศัยหลักของการโฆษณาเข้าช่วยในด้านการขายหรือการตลาด เช่น นมชั้นหวานที่เป็นที่นิยมมากในเมืองไทย ในความเป็นจริงห้ามใช้เลี้ยงทารก แต่พบว่าชาวบ้านในชนบทก็ซื้อไปเลี้ยงทารก สิ่งดังกล่าวเป็นตัวอย่างของอิทธิพลของการโฆษณา ซึ่งถ้าหากผลิตภัณฑ์นั้นมีคุณค่าถูกหลักการโภชนาการ การโฆษณาของบริษัทและการให้โภชนาการร่วมกันก็จะมีผลดีต่อประชาชนเป็นอย่างยิ่ง อลิศรา ชูชาติ (2533 : 12) ได้กล่าวถึงอิทธิพลของสื่อมวลชน ว่าสื่อมวลชนนั้นสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลได้ ภายใต้เงื่อนไขสถานการณ์ที่เหมาะสม โดยสื่อ นั้นจะต้องได้รับการออกแบบ และวางแผนสำหรับเฉพาะกลุ่มบุคคลนั้น ๆ ดังนี้

4.1 สื่อนั้นต้องมาจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ ซึ่งอาจจะเป็นบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่กลุ่มผู้รับมีความชอบมีความเข้าใจและให้ความเชื่อถือ

4.2 ใช้สื่อที่กลุ่มผู้รับคุ้นเคย

4.3 การนำเสนอข้อมูล จะต้องเหมาะสมมีความสอดคล้องสัมพันธ์กับผู้รับ และคุณภาพ

4.4 มีการบอกกล่าวกับผู้รับว่า ต้องทำอะไรบ้าง และทำอย่างไร

4.5 ต้องสัมพันธ์กับบริการและสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้น ๆ การรณรงค์ทางสื่อมวลชนที่ได้รับการวางแผนอย่างดี ให้ความบันเทิงและข่าวสารพร้อมๆ กัน จะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลได้มากที่สุด

ดังนั้นการที่จะหาแนวทางแก้ไขและป้องกันภาวะทุพโภชนาการจากการบริโภคอาหารจานด่วน ควรจะเริ่มที่ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารจานด่วน เพื่อที่จะหาแนวทางแก้ไขได้ตรงกับสาเหตุ

สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ (2533 : 5) ได้เสนอแนวทาง แก้ไขและป้องกันภาวะโภชนาการเกินจากการบริโภคอาหารจานด่วน โดยเสนอการปรับพฤติกรรมการบริโภค ซึ่งอธิบายว่าในการจะปรับพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่พึงประสงค์ทางโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคแต่ละแบบมีลักษณะเฉพาะ ควรต้องพิจารณาถึงแนวทางและความแตกต่างของพฤติกรรมการบริโภคแต่ละแบบ โดยเสนอไว้ดังนี้

1. การปรับข้อห้ามในการบริโภค (Food Taboo) เป็นสิ่งที่ทำได้ยากหรือทำไม่ได้เลย แต่จะสามารถปรับพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่พึงประสงค์ได้ โดยเสนอทางเลือกใหม่หรือส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคที่เป็นประโยชน์ เพื่อชดเชยส่วนที่ไม่พึงประสงค์จากข้อห้าม
2. การปรับความเชื่อในการบริโภค (Food Believes) โดยการให้ความรู้ความเข้าใจ และเหตุผลที่ถูกต้องไปลบล้างความเชื่อเดิม แล้วเสนอทางเลือกใหม่หรือส่งเสริมแนวปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสม
3. การปรับความนิยมในการบริโภค (Food Fad) อาจทำได้ง่ายกว่าการปรับความเชื่อในการบริโภค เนื่องด้วยความนิยมจะเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลาและการเหนี่ยวนำ ดังนั้นการให้ความรู้ความเข้าใจถึงผลเสียจากความนิยมในการบริโภคที่ไม่พึงประสงค์ แล้วใช้โฆษณาเสนอทางเลือก จะสามารถเหนี่ยวนำให้ปฏิบัติตามได้เช่นเดียวกับการโฆษณาขายสินค้า
4. การปรับนิสัยในการบริโภค (Food Habits) ในการแก้ไขจะทำได้ยากที่สุด เพราะถูกวางเงื่อนไขให้เคยชินจนเป็นนิสัย แม้จะได้รับเรียนรู้ถึงผลเสีย แต่ยังคงปฏิบัติด้วยความเคยชิน "รู้แต่ไม่ทำ" ดังนั้นการเริ่มต้นฝึกหัดให้มีนิสัยการบริโภคที่พึงประสงค์ตั้งแต่ยังเด็กจึงเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่สุด

สมฤดี วีระพงษ์ (2535 : 49) ได้เสนอแนวทางแก้ไขและป้องกันภาวะทุพโภชนาการจากการบริโภคอาหารจานด่วน โดยอธิบายถึงการให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทาน อาหารจานด่วนแก่ประชาชนทั่วไปดังต่อไปนี้

1. ควรเสริมความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วนในหลักสูตรสุขศึกษา โดยสอดแทรกเนื้อหา และวิธีการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ในการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าได้อย่างถูกต้อง
2. แนะนำให้ประชาชนลดการรับประทานอาหารไขมันที่อิ่มตัว โดยเฉพาะไขมันที่มาจากสัตว์ เพื่อป้องกันการเป็นโรคเส้นเลือดอุดตันในหัวใจ โรคอ้วน เป็นต้น
3. ให้ประชาชนทราบถึงผลกระทบต่อสุขภาพจากการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างต่อเนื่องซึ่งอาจทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ ได้

4. ควรเลือกรับประทานอาหารจานด่วนของไทยมากกว่า เพราะให้ประโยชน์ทางโภชนาการมากกว่า และราคาถูกกว่าอาหารจานด่วนจากต่างประเทศ

ข้อควรปฏิบัติหรือแนวทางในการรับประทานอาหารจานด่วน

วนิดา อยู่ประพันธ์ (2539 : 33) ได้ทำการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติหรือแนวทางในการรับประทานอาหารจานด่วน ดังมีรายละเอียดดังนี้

1. อย่ารับประทานเป็นของว่างหรือขนม เพราะอาหารจานด่วนมีแคลอรีสูงเทียบเท่าอาหารเต็มมื้อ
2. ดูปริมาณของอาหารก่อนรับประทานและรับประทานให้น้อยลง เช่นพิซซ่า 1 ที่ควรรับประทานไม่เกินครึ่งหนึ่ง หรือรับประทานแฮมเบอร์เกอร์โดยไม่มีมันฝรั่งทอด ก็จะลดปริมาณไขมันลงได้
3. เลือกชนิดอาหารอย่างระมัดระวัง เพราะอาหารบางชนิดมีไขมันมากกว่าชนิดอื่น พืชผักครึ่งที่จะดีกว่าแฮมเบอร์เกอร์ 1 ชิ้น และถ้ารับประทานแฮมเบอร์เกอร์ควรรับประทานผักซึ่งเป็นส่วนประกอบเพราะเป็นแหล่งเส้นใยอาหาร
4. อย่ารับประทานบ่อย ที่จริงแล้วยากที่จะบอกได้ว่าแค่ไหนที่เรียกว่าบ่อย ขึ้นอยู่กับว่าเรารับประทานอาหารอะไรอื่นบ้าง มากหรือน้อยเพียงใด ซึ่งไม่ควรเกินสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง
5. ระวังการใส่พิเศษ เช่น หากกำลังระวังเรื่องปริมาณเกลือก็อาจใส่ไม่ใส่เกลือ หรือถ้าสั่งพิซซ่าแล้วใส่เนยเพิ่มมากเป็นพิเศษก็จะทำให้ได้ไขมันมากไปด้วยเช่นกัน

เอกสารและงานวิจัยที่สนับสนุนตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ในการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่สนับสนุนตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และได้รวบรวมนำมาสรุปไว้ดังนี้

ปัจจัยด้านตัวบุคคล

 เพศ

เพศเป็นตัวแปรที่น่าจะมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล จากการศึกษางานวิจัยของ ประจวบ อินอื้อด (2520 : 36) เกี่ยวกับการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับผู้บริโภค พบว่าเพศหญิงส่วนมากจะชอบรับประทานอาหารจุบจิบมากกว่าเพศชาย จากการศึกษางานวิจัยของ

เจลา เพียรชอบ (2529 : 23-40) พบว่า นักเรียนหญิงมีการดูแลสุขภาพดีกว่านักเรียนชาย สอดคล้องกับการศึกษาของ พิมพร ยศแก้ว (2530 : 50-54) พบว่านักเรียนหญิงมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคดีกว่านักเรียนชาย การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคดีกว่านักเรียนชาย แต่เจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับการศึกษางานวิจัยของ พจนา สุวรรณประทีป (2532 : 63) พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่มีความแตกต่างกันในด้านเพศ มีความรู้เกี่ยวกับพิษภัยของการบริโภคอาหารที่มีสิ่งปนเปื้อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษางานวิจัยของ สุภาภรณ์ ไรจน์รังสีธรรม (2530 : ง) ได้ศึกษาเรื่องความรู้ ทักษะและการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและหญิงมีความรู้และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน แต่มีทัศนคติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พนอ ทิพย์พิมลรัตน์ (2534 : 109-110) พบว่านักเรียนที่มีเพศแตกต่างกัน มีเจตคติในเรื่องสารเคมีในอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ชลิดา อุณกานันต์ (2535 : 112) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้บริหารและภาวะโภชนาการเกิน พบว่าผู้บริหารเพศหญิงรับประทานอาหารจุกจิกมากกว่าผู้บริหารเพศชาย จากงานวิจัยดังกล่าวจะเห็นได้ว่า เพศของนักเรียนมีผลต่อพฤติกรรมในการบริโภคอาหาร ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่า เพศของนักเรียน เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนหรือไม่

3. เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ

เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับเป็นตัวแปร ที่น่าจะมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล จากการศึกษาวิจัยของ อนุกุล พลศิริ (2531 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการเลือกกินอาหารกลางวันของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ผลการศึกษาพบว่า รายรับของนักเรียนมีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการเลือกกินอาหาร สอดคล้องกับการศึกษาของ ยูอิ นากามูระ (Yui Nakamura. 1996 : 125) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง พลวัตของวัฒนธรรมบริโภคและรูปแบบการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นไทยในเขตมหานคร กรณีศึกษา : นักเรียนระดับชั้นมัธยมในกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กวัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นจำนวนมาก อาจทำให้เด็กสามารถมีเงินเก็บออมได้มากเพียงพอที่จะนำไปใช้ในการซื้อสินค้าที่มีราคาแพง และตรงกับความต้องการของตนเองได้ จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าเงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับเพื่อใช้เป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัว เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนหรือไม่

เงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารเช้า

เงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารเช้าเป็นตัวแปร ที่น่าจะมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล จากการศึกษางานวิจัยของ อนุกุล พลศิริ (2531 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการเลือกกินอาหารกลางวันของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ผลการศึกษาพบว่า รายจ่ายค่าอาหารของนักเรียนมีความสัมพันธ์ทางสถิติกับพฤติกรรมการเลือกกินอาหาร และจากการศึกษางานวิจัยของ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษารื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดแม้ว่าจะมีราคาค่อนข้างสูงกว่าอาหารแบบไทย แต่ผู้บริโภครุ่นใหม่เป็นกลุ่มคนที่มีกำลังซื้อสูงเป็นกลุ่มที่นิยมบริโภคมากกว่ากลุ่มอื่น โดยไม่ได้คำนึงถึงเงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการบริโภค จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าเงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารเช้า เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าหรือไม่

เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากการศึกษาของ โฟลีย์ (Foley. 1979 : 13 -17) พบว่า เจตคติอยู่ระหว่างความรู้และการนำไปใช้ในการปฏิบัติ ซึ่งแสดงออกมาในรูปของความรู้สึกไปในทางบวก ทางลบ และความรู้สึกที่อยู่ระหว่างทางบวกและทางลบ คือความไม่แน่ใจ รู้สึกเฉย ๆ ซึ่งอยู่ในระดับที่แตกต่างกันไปของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อม การกระทำ ความคิด และสถานการณ์นั้นต่าง ๆ กัน อันเป็นผลมาจากประสบการณ์ ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และการเรียนรู้ ดังเช่น เจตคติเกี่ยวกับความรู้สึกชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับอาหาร ซึ่งในการสอบถามเจตคติเกี่ยวกับความชอบและไม่ชอบนี้มีประโยชน์เพื่อที่จะนำไปพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร ปรับปรุงรายการอาหารของสมาชิกในครอบครัว และศึกษาสาเหตุของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีผลต่อภาวะโภชนาการ

นอกจากนี้พบว่าเจตคติยังสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคได้ และมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร (Giffit. 1972 : 200) ซึ่งทั้งเจตคติและพฤติกรรมอาจเกิดจากการเลียนแบบคนอื่น ๆ แล้วนำมาปฏิบัติตาม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งเจตคติและพฤติกรรมที่แท้จริง โดยที่เจตคติของคนเราจะเป็นอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับความรู้ที่มีอยู่ ถ้าผู้ใดมีความรู้ดี เจตคติต่อสิ่งนั้นก็จะต้องและดีตามไปด้วย เมื่อเจตคติดีแล้วแนวโน้มที่จะส่งเสริมให้ผู้นั้นแสดงพฤติกรรมไปในทางดีจะมีมากขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ ณัฐสิตางค์ ทศบุตร (2539 : บทคัดย่อ) เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า เจตคติกับการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์กันเชิงนิมิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่

จะศึกษาว่าเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนหรือไม่

ความรู้ด้านโภชนาการ

โดยทั่วไปพฤติกรรมของบุคคลจะเกิดขึ้นได้ ต้องมีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติ ซึ่งในองค์ประกอบด้านความรู้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ที่ต่อเนื่องกันมา ตั้งแต่จุดแรกเริ่มการเรียนรู้ อาจได้รับจาก บิดา มารดา และสิ่งแวดล้อมในครอบครัว โรงเรียน ชุมชน (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2527 : 155) ในด้านอาหารและโภชนาการ ถ้าบุคคลได้รับความรู้ในด้านนี้ผิด ๆ หรือขาดความรู้ในด้านนี้จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีการปฏิบัติตนในด้านการรับประทานอาหารไม่เหมาะสม ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีปัญหาทางโภชนาการ ทั้ง ๆ ที่มีอาหารอย่างเพียงพอและมีเงินใช้จ่ายอย่างมากมาย แต่เนื่องจากความไม่รู้ถึงประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ไม่รู้วิธีการรับประทานอาหารให้เกิดประโยชน์ ทำให้ไม่สนใจในเรื่องอาหารที่จะนำมารับประทาน (อุทัย พิศลบุตร. 2528 : 196) ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ (2533 : 259) ว่าปัญหาโภชนาการของประชาชนในประเทศไทยนั้น ส่วนใหญ่เกิดจากปัญหาของความยากจนและปัญหาของความไม่รู้ว่าคุณค่าอาหารนั้นมีความสำคัญต่อสุขภาพและการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ไม่รู้ว่าอาหารชนิดใดบ้างที่จำเป็นต้องรับประทาน เพื่อให้การทำงานของร่างกายเป็นปกติ และความเข้าใจผิดเกี่ยวกับอาหารบางอย่าง ที่ทำให้ประชาชนงดรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ทางโภชนาการ

จากสภาพปัญหาดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่าสาเหตุหนึ่งที่สำคัญคือ ประชาชนยังขาดความรู้ ความสนใจและมีพฤติกรรมการกินที่ควรได้รับการปรับปรุงให้เหมาะสม ซึ่งในการแก้ปัญหาดังกล่าวทำได้โดยการให้ความรู้ด้านโภชนาการแก่ประชาชน ดังนั้นจากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ความรู้ด้านโภชนาการมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่า ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนหรือไม่

ปัจจัยด้านครอบครัว

ผู้ปกครอง

ผู้ปกครองมีความสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กเป็นอย่างมาก ดังที่ประดับพร บุญเจือ (2533 : 12) ได้กล่าวว่า บิดามารดาที่เลี้ยงดูบุตรด้วยอาหารที่ตนเคยชินก็เท่ากับได้ถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์เรื่องอาหารให้แก่บุตรโดยอัตโนมัติ เด็กได้เลียนแบบและคุ้นเคยกับสิ่งที่ตนได้รับจากครอบครัวมาตลอด เช่น บางครอบครัวชอบรับประทานอาหารรสเค็ม

บางครั้งครอบครัวขอพรสรวน เป็นต้น แต่ความรู้ของบุตรไม่ได้จำกัดขอบเขตอยู่แต่เพียงที่ได้รับจากบิดามารดาเท่านั้น เพื่อนฝูง ญาติ บุคคลใกล้ชิด รวมทั้งชุมชน หรือสถาบันที่ล้อมรอบตัวบุคคลนั้นจะช่วยให้ความรู้เรื่องอาหารแก่บุคคลตลอดเวลา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประภา เพ็ญ สุวรรณ (2527 : 173-185) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมด้านการปฏิบัติคือปัจจัยทางด้านสังคม ประการแรกได้แก่ ครอบครัว ซึ่งเป็นสถาบันแห่งแรกที่มีความสัมพันธ์และมีความสำคัญมากในการที่จะถ่ายทอดแบบการประพฤติปฏิบัติ เพราะสังคมนี้ประกอบด้วย บิดา มารดา และบุคคลอื่น ๆ ที่จะปลูกฝังแนวความคิด ความเชื่อและการปฏิบัติ ประการที่สอง กลุ่มบุคคลในสังคม ได้แก่ บุคคลที่มีความสัมพันธ์กับเด็กอย่างใกล้ชิด เช่น ครู เพื่อนฝูง หรือบุคคลอื่น ๆ ที่แวดล้อมอยู่ในสังคมจะทำให้มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลมาก

จากการศึกษาของ วลัย อินทร์พรหม (2528 : 60-61) ที่กล่าวว่าบิดามารดาเลี้ยงดูบุตรต้องเลี้ยงทั้งกายและใจ ต้องเรียนรู้นิสัยของบุตรและฝึกอบรมให้เกิดนิสัยที่ถูกต้อง สุขภาพกายจะนำไปสู่สุขภาพจิต นิสัยในการรับประทานอาหารมิได้มีมาแต่กำเนิดแต่เกิดจากการเลียนแบบและสิ่งแวดล้อม ผู้ที่มีอิทธิพลต่อนิสัยการรับประทานอาหารของเด็กมากที่สุด คือ บิดามารดา ซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดมากที่สุด เด็กจะเลียนแบบนิสัยการบริโภคจากบิดามารดาของตน ตั้งแต่เริ่มรับประทานอาหารกับครอบครัว สอดคล้องกับคำกล่าวของ เฮอร์ล็อก (Hurlock. 1969 : 297) ที่ได้กล่าวถึงความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดามีต่อเด็กไว้ว่า เด็กเล็กจะเลียนแบบอย่างพฤติกรรมจากบิดามารดา และจากผลการศึกษาของกัลยา นาคเพ็ชร (2521 : 118) พบว่า เด็กที่มีมารดามีเจตคติที่ถูกต้องสูงมีบริโภคนิสัยดีกว่าเด็กที่มีมารดามีเจตคติที่ถูกต้องปานกลางและต่ำ นอกจากนี้วัฒนา ประทุมสินธุ์ และคณะ (2527 : 293-295) ศึกษาพบว่า การให้โภชนศึกษาแก่มารดาไม่เพียงพอ จะต้องให้โภชนศึกษาแก่ปู่ ย่า ตา ยาย และญาติผู้ใหญ่ด้วย เพราะบุคคลเหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคของเด็กมาก จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวจะเห็นได้ว่าผู้ปกครองมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่า ผู้ปกครองเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนหรือไม่

๓ - ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว โดยทั่วไปมักมีการแบ่งระดับ คือ ระดับ สูง กลาง และต่ำ หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งคือ แบ่งตามระดับฐานะทางการเงิน คือ รวย ปานกลาง และจน ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีความสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เพราะผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี รายได้สูง ย่อมมีเงินพอที่จะเลือกซื้อสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะมีโอกาสเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารได้ครบทุกประเภท ในขณะที่ผู้มี

ฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี มีเงินซื้ออาหารในวงจำกัด อาจได้อาหารบางอย่างเท่านั้น ทำให้ร่างกายขาดสารอาหารได้ รายได้ของครอบครัวจึงมีความสัมพันธ์กับการเลือกซื้ออาหาร คือ การเลือกซื้ออาหารทั้งในด้านชนิดและปริมาณอาหารจะขึ้นอยู่กับรายได้ของครอบครัว และจะมีผลต่อการได้รับสารอาหารของสมาชิกในครอบครัวโดยตรง ครอบครัวที่มีรายได้มาก จะซื้ออาหารที่มีคุณภาพประโยชน์ได้ครบถ้วนมากกว่าครอบครัวที่มีรายได้น้อย

จากการศึกษาของ กัลยา นาคเพ็ชร (2521 : 115) พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีผลทำให้ปริมาณอาหารที่เด็กบริโภคแตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษางานวิจัยของ ภูษงค์ กุณฑบุตร (2524 : 150-157) ที่ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติในด้านอนามัยของประชาชนในเขตหมู่บ้านประมงในจังหวัดระยอง พบว่าปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจสังคมมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตัวทางด้านสุขภาพ กล่าวคือ หัวหน้าครอบครัวที่มีรายได้สูงและมีการศึกษาสูงมีการปฏิบัติดีกว่าผู้มีรายได้ต่ำและการศึกษาต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ พนอ ทิพย์พิมลรัตน์ (2534 : 109-110) พบว่ารายได้ของครอบครัวแตกต่างกันทำให้ความรู้เรื่องสารเคมี ในอาหารแตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ อาร์มสตรอง (Armstrong. 1985 : 3746-3787) ซึ่งพบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจมีผลต่อความคิดเห็นด้านโภชนาการและบริโภคนิสัยในด้านบวก บุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะดี มีคะแนนภาวะโภชนาการที่ดีกว่าคนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะปานกลางและยากจน และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สมฤดี วีระพงศ์ (2535 : 113) พบว่านักเรียนที่มีผู้ปกครองที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกันมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าว จะเห็นได้ว่า ฐานะทางเศรษฐกิจมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน

4. ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา

ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา มีความสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลเป็นอย่างมาก ถ้าบิดาและมารดาเป็นผู้ที่มีการศึกษาดี ก็จะมีความรู้ในเรื่องโภชนาการ รู้ว่าอาหารชนิดใดมีประโยชน์ต่อร่างกายควรรับประทาน อาหารชนิดใดไม่มีประโยชน์ควรละเว้นเสีย และช่วยในการอบรมลูกหลานในด้านโภชนาการที่ถูกต้องตั้งแต่ยังเด็ก ทำให้ลูกหลานไม่ติดอยู่กับค่านิยมและความเชื่อเก่า ๆ บางอย่างที่ไม่ดี ๆ ดังคำกล่าวของน้อมฤดี จงพยูหะ และคณะ (2518 : 73) ซึ่งกล่าวว่า ผู้ปกครองที่มีการศึกษาย่อมมีความรู้ ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูและให้คำแนะนำที่ดีแก่เด็กได้ดีกว่าผู้ปกครองที่มีการศึกษาน้อย เช่น รู้จักการจัดอาหารให้ตามหลักโภชนาการ อบรมสั่งสอนเรื่องต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก

กัลยา นาคเพ็ชร (2521 : 4) กล่าวว่า ระดับการศึกษายังมีความสำคัญต่อเจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลโดยตรง เพราะบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูงย่อมมีความรู้ในเรื่องโภชนาการดีกว่าผู้มีระดับการศึกษาต่ำ หรือไม่มีการศึกษา ดังนั้นระดับการศึกษาจึงมีความสำคัญต่อการเลือกซื้ออาหารและพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลอย่างมาก โดยเฉพาะแม่บ้านซึ่งรับผิดชอบในการจัดเตรียมอาหารในครอบครัว ถ้าแม่บ้านมีความรู้ในเรื่องอาหารดี จะรู้จักการเลือกซื้ออาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ

จากคำกล่าวของ ขวลิต รัตนกุล (2515 : 6) ที่กล่าวว่า อิทธิพลของการศึกษา การมีความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารอาจเป็นเหตุผลสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อ การที่ปรากฏว่าบุคคลนิยมรับประทานอาหารบางอย่าง เพราะมีความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารนั้น แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของความรู้ทางโภชนาการ สอดคล้องกับการศึกษาของ ภูซงค์ กุณทลบุตร (2524 : 150-157) พบว่า หัวหน้าครอบครัวที่มีการศึกษาสูงมีการปฏิบัติที่ดีกว่าหัวหน้าครอบครัวที่มีระดับการศึกษาต่ำ สอดคล้องกับการศึกษาของ นฤมล โพธิ์สัตย์ (2530 : 60) พบว่านักเรียนที่มีผู้ปกครองมีการศึกษาระดับสูงกว่ามัธยมศึกษา มีบริโภคนิสัยดีกว่านักเรียนที่มีผู้ปกครองที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา และระดับประถมศึกษา และสอดคล้องกับการศึกษาของ พจนา สุวรรณประทีป (2532 : บทคัดย่อ) และการศึกษาของ ช่อเพชร บุรศิริรักษ์ (2532 : บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาสูงมีความรู้เรื่องการบริโภคอาหารดีกว่านักเรียนที่มีผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาต่ำ และสอดคล้องกับการศึกษาของ พนอ ทิพย์พิมลรัตน์ (2534 : 109) พบว่าระดับการศึกษาของผู้ปกครองแตกต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ในเรื่องสารเคมีในอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนที่บิดาหรือมารดามีการศึกษาสูงกว่ามัธยมศึกษา มีเจตคติแตกต่างจากนักเรียนที่บิดาหรือมารดามีการศึกษาระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สมฤดี วีระพงศ์ (2535 : 112) พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความรู้ในเรื่องการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยมีความเห็นว่าระดับการศึกษาของบิดาและมารดา เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน

๑. อาชีพของบิดาและมารดา

ลักษณะอาชีพที่แตกต่างกันของบิดาและมารดา มีผลต่อการเลือกรับประทานอาหารของบุคคล จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2536 : 230) พบว่า การเลือกบริโภคอาหารมีความสำคัญแตกต่างกันไปตามลักษณะของอาชีพ เช่น กลุ่มบุคคลผู้ปฏิบัติงานวิชาชีพ ผู้ทำงานบริหารและข้าราชการ จะบริโภคอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ต่าง ๆ มากกว่าอาหารประเภท

แป้งและอาหารที่ทำจากแป้ง ส่วนกลุ่มคนงาน ผู้ใช้แรงงานจะบริโภคข้าว และอาหารพวกแป้งมากกว่าเนื้อสัตว์ ดังนั้นนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวที่มีอาชีพแตกต่างกัน ย่อมมีลักษณะการบริโภคอาหารไปตามลักษณะของครอบครัวตนเอง และจากผลการศึกษาของ เครือวัลย์ และคณะ (2533 : บทคัดย่อ) เรื่อง พฤติกรรมการกินของชาวอีสานตอนบน พบว่า การที่พ่อแม่ต้องออกไปทำงานรับจ้างทำให้มีเวลาเลี้ยงดูบุตรน้อยลง เด็กจึงมักถูกทอดทิ้งให้อยู่กันตามลำพัง จึงมักจะกินอาหารสำเร็จรูปที่ด้อยคุณค่าทางโภชนาการ

จากการศึกษาของ สุภาพ กลีบบัว (2524 : 68) เรื่องความรู้ทางด้านอนามัย และสภาวะสุขภาพ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีบิดาประกอบอาชีพต่างกันมีความรู้ทางด้านอนามัยไม่แตกต่างกัน แต่นักเรียนที่มีมารดาประกอบอาชีพต่างกันมีความรู้ทางด้านอนามัยต่างกัน เช่น นักเรียนที่มารดารับราชการมีความรู้ด้านอนามัยมากกว่านักเรียนที่มารดาประกอบอาชีพค้าขายและรับจ้าง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ช่อเพชร บุรศิริรักษ์ (2532 : บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีการนำความรู้เรื่องวัตถุเจือปนอาหารไปใช้ในชีวิตประจำวันแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับผลการศึกษาของ พนอ ทิพย์พิมลรัตน์ (2534 : 109-110) พบว่านักเรียนที่บิดาหรือมารดามีอาชีพต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติในเรื่องสารเคมีในอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ โดยนักเรียนที่บิดาหรือมารดามีอาชีพรับราชการ มีเจตคติแตกต่างจากนักเรียนที่บิดาหรือมารดามีอาชีพค้าขาย รับจ้างและเกษตรกรกรรม และนักเรียนที่บิดาหรือมารดามีอาชีพรับราชการ มีการปฏิบัติแตกต่างจากนักเรียนที่มีบิดาหรือมารดามีอาชีพเกษตรกรกรรม สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สมฤดี วีระพงศ์ (2535 : 112) พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเอกสารและการวิจัยที่ได้ศึกษามาจะเห็นได้ว่า อาชีพของบิดาและมารดามีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าอาชีพของบิดาและมารดาเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน

ขนาดของครอบครัว

ขนาดของครอบครัว หรือจำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ภายในครอบครัว เป็นปัจจัยสำคัญต่อการบริโภคอาหารในครอบครัวเป็นอย่างยิ่ง ครอบครัวขนาดเล็กย่อมบริโภคอาหารในปริมาณที่น้อยกว่าครอบครัวขนาดใหญ่ ในขณะที่เดียวกัน ขนาดของครอบครัวก็มีผลกระทบต่อคุณภาพของอาหารอีกด้วย กล่าวคือครอบครัวใดที่มีสมาชิกมาก ความต้องการในเรื่องอาหารก็มากตามไปด้วย แต่อัตราเฉลี่ยของอาหารที่ใช้ในการรับประทานอาหารนั้นกลับน้อย ปัญหาในเรื่องอาหารก็จะ

เกิดขึ้น คือ ทำให้ภาวะโภชนาการของสมาชิกในครอบครัวนั้นเสื่อมลง ยกเว้นในกรณีที่ครอบครัวนั้นมีฐานะทางเศรษฐกิจสูง ปัญหาในเรื่องของอาหารก็ไม่อาจเกิดขึ้น

ปุย โรจนะบุรานนท์ (2519 : 45) กล่าวว่า ครอบครัวใดมีสมาชิกมาก ค่าใช้จ่ายในเรื่องอาหารก็สูง รายได้ส่วนใหญ่จะหมดไปในเรื่องอาหารก็ยิ่งเพิ่มขึ้น ค่าใช้จ่ายในเรื่องอื่นก็ลดลงตามส่วนเช่นกัน เสื้อผ้าเครื่องนุ่มห่มจะขาดแคลน ถึงมีการศึกษาในระดับสูงก็ไม่ดีขึ้นถ้ารายได้คงที่แต่ขนาดของครอบครัวใหญ่ขึ้น มีสมาชิกเพิ่มขึ้น คุณภาพของอาหารก็จะต่ำ ต้องซื้ออาหารที่ราคาถูกหรืออาหารที่ด้อยคุณภาพ ซึ่งจะกระทบกระเทือนไปถึงสุขภาพของสมาชิกทุกคนในครอบครัวนั้น สอดคล้องกับการศึกษาของ วัฒนา ประทุมสินธุ์ และคณะ (2527 : บทคัดย่อ) ที่ศึกษาพฤติกรรมการกินของประชาชนในภาคใต้ของประเทศไทย พบว่าขนาดของครอบครัวยิ่งเล็กลงเท่าไร จำนวนความเชื่อเกี่ยวกับอาหารแสลงทั้ง 5 หมู่ของครอบครัวจะลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อลดความเชื่อเกี่ยวกับอาหารแสลงลง ก็จะทำให้กินอาหารที่มีประโยชน์เพิ่มขึ้น ดังนั้นขนาดของครอบครัวยิ่งเล็กลง ก็จะมีผลทำให้พฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นฤมล โพธิ์สัตย์ (2530 : 60) พบว่า นักเรียนที่มีครอบครัวขนาดเล็กบริโภคนิสัย ดีกว่านักเรียนที่อยู่ในครอบครัวขนาดกลางและขนาดใหญ่ จากเอกสารและงานวิจัยที่ได้ศึกษามา จะเห็นได้ว่า ขนาดของครอบครัวมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าขนาดของครอบครัวเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนหรือไม่

ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ลักษณะจิตใจของอาหาร

ลักษณะจิตใจของอาหารเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นอย่างมาก การที่บุคคลจะเลือกรับประทานอาหารชนิดใดนั้น ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่มีส่วนในการทำให้บุคคลเลือกบริโภคอาหารชนิดนั้น ๆ ได้แก่

๑. ด้านคุณลักษณะของอาหาร เป็นสิ่งดึงดูดใจของผู้บริโภค ลักษณะทั่วไปของอาหาร เช่น รูป รส กลิ่น และสี มีส่วนกระตุ้นความอยากอาหาร หรือเชิญชวนให้ผู้พบเห็นอยากรับประทานอาหารนั้น ๆ โดยไม่ได้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการเลยก็อาจเป็นได้ เพราะถึงแม้อาหารจะมีคุณค่าทางโภชนาการสูง ได้ผ่านการหุงต้มที่ถูกหลักโภชนาการและสุขภาพ ভালแล้วก็ตาม แต่ถ้าผู้บริโภคเห็นแล้วไม่พึงพอใจ ผู้บริโภคก็จะไม่เลือกอาหารชนิดนั้นมารับประทาน หรือถ้ารับประทานก็รับประทานได้เพียงเล็กน้อยเท่านั้น (เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. 2522 : 1-3) คุณลักษณะของอาหารในที่นี้รวมไปถึงความสะอาดถูกหลักอนามัยของอาหารด้วย พลศรี คชาชีวะ นักโภชนาการชื่อดัง ได้ให้ข้อสังเกตไว้ว่า การบริโภคอาหารนอกบ้านตามภัตตาคาร ร้านอาหารทั่ว ๆ

ไป การเลือกร้านอาหารที่ควรไปรับประทาน จะดูแต่เฉพาะหน้าร้านสะอาดเท่านั้นไม่พอ จะต้องดูไปถึงพนักงานบริการด้วยว่า เล็บมือตัดสะอาดหรือไม่ ยิ่งถ้ามีผ้ากันเปื้อน หรือผ้าคลุมผมกันเศษผมหรือสิ่งเปื้อนจะเปื้อนหล่นลงไปในงานอาหารด้วยยิ่งดี นอกจากนี้ควรพิจารณาไปถึงจาน ชาม ช้อนด้วยว่ามีความสะอาดเพียงพอหรือไม่เพียงพอ (บพิตร เกาฏีระ. 2532 : 5) ถ้าอาหารชนิดใดมีคุณลักษณะของอาหารเป็นที่พอใจของผู้บริโภค ก็ย่อมเป็นสิ่งจูงใจที่ทำให้ผู้บริโภคอยากรับประทานอาหารชนิดนั้น จากการศึกษาของ นภัส ศิริสัมพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) พบว่า สีสรรความน่ากินของอาหาร เป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป และพบว่ามีประชาชนบางส่วนให้ความสนใจด้านความสะอาด คุณค่า และคุณภาพของอาหาร จากการศึกษาของ รัชณี ยนต์นิยม (2530 : 117) พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนักศึกษามากที่สุดใน การเลือกซื้ออาหารจานด่วนก็คือ รสชาติของอาหาร และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และคณะ (2537 : 62) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อ วัฒนธรรมการกิน ของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพ : กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ ผล การศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพ ได้แก่ รสชาติ

๒๖ / ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร อาหารจะเกิดประโยชน์แก่ร่างกายเต็มที่ จะต้องเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงคือ ต้องเป็น "อาหารครบถ้วน" ซึ่งหมายถึงอาหารที่มี สารอาหารที่ร่างกายต้องการครบทุกชนิด และมีปริมาณพอเพียงกับความต้องการของร่างกาย ดังนั้น อาหารที่นำมารับประทานทุกมื้อ ควรประกอบด้วยอาหารหลักครบทั้ง 5 หมู่ คือ มีเนื้อสัตว์ หรือผลิตภัณฑ์จากสัตว์ ถั่วเมล็ดแห้ง ข้าวหรือผลผลิตจากข้าว ไขมันหรือน้ำมัน ผักและผลไม้ นอกจากนี้ยังต้องรับประทานให้พอกับความต้องการของร่างกายด้วย (อารี วัลยเสวี. 2521 : 6) จะ เห็นได้ว่าคุณค่าทางโภชนาการของอาหารเป็นลักษณะจูงใจที่สำคัญต่อผู้บริโภคประการหนึ่ง

✓ ด้านราคาของอาหาร จากการศึกษาของ สุณิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำ การศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงแม้ว่าจะมีราคาค่อนข้างสูงกว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบไทย แต่ผู้บริโภครุ่นใหม่เป็นกลุ่มคนที่กำลังซื้อสูงมีวัฒนธรรมบริโภคนิยมสูง แม้วัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มคนที่ยังไม่มีงานทำค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ได้มาจากผู้ปกครองก็ยังเป็นกลุ่มที่นิยมบริโภคมากกว่ากลุ่มอื่น นั้นแสดงให้เห็นว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหาร ซึ่งแสดงถึงความเป็นผู้มีรสนิยมเพราะเป็นอาหารที่มาจากต่างชาติ ใครได้เข้าไปนั่งในร้านอาหาร ฟาสต์ฟู้ดจะรู้สึกว่าเป็นคนอีกระดับหนึ่ง หรืออีกกลุ่มหนึ่ง

✓ ด้านความสะดวกและความรวดเร็ว คนทั่วไปต้องการความสะดวกในการรับประทาน อาหาร ความสะดวกที่สุด คือ อาหารที่มีผู้ทำให้เรียบร้อยรับประทานได้ทันที มี ภาชนะอุปกรณ์ที่เหมาะสม เตรียมพร้อมไว้แล้วโดยไม่ต้องจัดหาเอง หรือถ้าต้องจัดทำเอง ก็ควร

ทำได้ไม่ยากนัก คนส่วนใหญ่ จึงมักผลักระหน้าที่ในการจัดทำอาหารให้เป็นผู้ชำนาญการ เฉพาะไป เช่น ในครอบครัวก็ให้เป็นหน้าที่ของแม่บ้าน ผู้เป็นภรรยา หรือแม่ครัวที่จ้างมา ถ้า นอกบ้านก็มีอบภาระให้พ่อครัวของร้านอาหาร หรือภัตตาคาร (วิไลลักษณ์ แสงคุณ. 2533 : 32) จากการศึกษาของ นภัส ศิริสัมพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) พบว่าความสะอาดเป็นปัจจัยที่มี ผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป สอดคล้องกับการศึกษาของ สดอวี และ เรสนิค (story and Resnick. 1986 : 188-192) พบว่า วัยรุ่นเลือกบริโภคอาหารจานด่วนทั้งที่ ทราบว่าคุณค่าทางโภชนาการต่ำเพราะวิถีชีวิตเร่งรีบ ทำให้พวกเขาไม่มีเวลาและต้องการความ สะดวกสบาย สอดคล้องกับการศึกษาของ สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และคณะ (2537 : 62) ได้ทำ การศึกษาเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกิน ของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ : กรณี ศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกิน ของ ผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ ที่สำคัญได้แก่ ความสะดวกและเวลา และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุณิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า ความสะดวกรวดเร็วของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด มักถูกนำมาอ้างอยู่เสมอในการเข้าร้าน อาหารประเภทนี้ เนื่องจากสั่งอาหารแล้วจะได้ทันทีไม่ต้องรอนาน จึงเป็นที่ถูกใจของวัยรุ่น

✓ **ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร** จากการศึกษางานวิจัยของ รัชนิ ยนต์นิยม (2530 : 120) พบว่า ผู้บริโภคส่วนใหญ่นิยมรับประทานอาหารจานด่วนนอกบ้าน สถานที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วนที่ผู้บริโภคนิยมเข้าไปใช้บริการบ่อยที่สุด คือ ศูนย์การค้า จะ เห็นได้ว่าทำเลที่ตั้งมีอิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการที่ร้านฟาสต์ฟู้ด ดังนั้นในการขยายสาขาของ กิจการ ควรจะตั้งในทำเลใกล้กับสถานศึกษา หรือที่สามารถเดินทางไปใช้บริการได้สะดวก นอก จากนี้ยังพบว่า การตกแต่งร้านมีผลต่อการเข้าไปใช้บริการในร้านอาหาร ถ้าร้านอาหารได้มีการ ตกแต่งร้านอย่างสวยงาม ทันสมัย จะดึงดูดให้ผู้บริโภคเข้าไปใช้บริการมากขึ้น

จากเอกสารและงานวิจัยที่ได้ศึกษามา จะเห็นได้ว่า ลักษณะงูใจของอาหารมีผลต่อ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าลักษณะงูใจของอาหาร จานด่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนหรือไม่

✓ **อิทธิพลของเพื่อน**

จากการศึกษาของ รัชนิ ยนต์นิยม (2530 : 117) พบว่า การที่นักศึกษาไปใช้บริการ ที่ร้านอาหารจานด่วนมีสาเหตุมาจากปัจจัยด้านสังคม กล่าวคือ กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อบุคคลทำ ให้ไปใช้บริการ สอดคล้องกับการศึกษาของเฟลค ที่กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อเด็กมาก (ยุพิน ตีรวิธ. 2528 : 44 ; อ้างอิงมาจาก Flake.) จากเอกสารและงานวิจัยที่ได้ศึกษามา จะเห็น ได้ว่า เพื่อนมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในกลุ่มวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความ

สนใจที่จะศึกษาว่าอิทธิพลของเพื่อนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนหรือไม่

อิทธิพลของสื่อโฆษณา

สื่อโฆษณามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลเป็นอย่างมาก จากการ ศึกษาของทอมสัน (Thompson. 1972 : 171-174) พบว่า เด็กส่วนใหญ่จะยอมรับสินค้าซึ่งมีความสัมพันธ์กับระยะเวลาที่ใช้ดูโทรทัศน์ สอดคล้องกับการศึกษาของ โทมัส (Thomas. 1973 :137-139) พบว่า เด็กจะได้รับอิทธิพลจากการโฆษณาทางโทรทัศน์ ทำให้เกิดความสนใจอยากที่จะได้ จึงเรียกร้องให้ผู้ปกครองเป็นผู้ซื้อ และพยายามหาซื้อสินค้าตัวอย่างที่มีโฆษณาด้วยตนเอง

อลิศรา ชูชาติ (2533 : 10) และ วีรดา ดิษยมณฑล (2527 : 80) ได้กล่าวไว้ว่า ประชาชนจะเลือกบริโภคสินค้าตามโฆษณา และการโฆษณานั้นส่วนใหญ่มักจะอวดอ้างคุณค่าทางอาหารเสียจนเกินความเป็นจริง ทำให้ผู้บริโภคได้รับข้อมูลผิด ๆ เกี่ยวกับคุณค่าที่แท้จริง ของอาหาร จึงเป็นการยากที่ผู้บริโภคจะทราบได้ว่า ได้บริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์เพียงพอหรือไม่ จากสภาพการรับประทานอาหารที่เป็นปัญหานั้น ทำให้ประชาชนทุกวันนี้มีการปรับปรุงนิสัยการบริโภคที่ถูกต้องหรือการสอนวิชาโภชนาการโดยหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อความมุ่งมั่นที่จะให้ประชาชนมีสุขภาพดีเป็นกำลังแก่ประเทศชาติ การดำเนินงานดังกล่าวต้องประสบอุปสรรคตราบใดที่ยังไม่มีการควบคุมพอเพียง ประชาชนผู้บริโภคไม่สามารถจัดการกับการรับประทานอาหารของตนได้ถูกต้อง เนื่องจากไม่รู้ข้อมูลที่ถูกต้องจากอาหารที่รับประทานนั่นเอง นอกจากนี้ยังพบว่าสื่อมวลชนสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลได้ และมีความสัมพันธ์ในการเผยแพร่โภชนาการศึกษาแก่ประชาชน การโฆษณาที่อ้างว่าเป็นหนทางที่จะให้ผู้บริโภคได้รู้จักสินค้า ในปีหนึ่ง ๆ ผู้ผลิตอาหารต้องจ่ายเงินค่าโฆษณาเป็นจำนวนหลายสิบล้านบาท เพื่อให้ผู้บริโภคได้รู้จักและนิยมชมชอบด้วยวิธีการต่าง ๆ รวมแล้วนับเป็นความพยายามที่จะขายความรู้อันผิด ๆ แก่ประชาชนด้วยราคาแพง มิใช่แพงแต่จำนวนเงินที่ประชาชนผู้บริโภคต้องจ่ายออกรวมไปในการซื้อสินค้าเท่านั้น แต่หมายถึงการซื้อด้วยสุขภาพและชีวิตอีกด้วย

สื่อโฆษณาทางโทรทัศน์ นับว่าเป็นสื่อที่สำคัญที่สุดสำหรับเด็กวัยเรียน (Somers. 1976 : 811-826) และนับว่าเป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อเด็กมากที่สุด ทั้งนี้เพราะเด็กจะใช้เวลาส่วนใหญ่ดูโทรทัศน์มากกว่าทำกิจกรรมอื่น ๆ ซึ่งนอกเหนือจากการนอนและการอยู่ในชั้นเรียน การโฆษณาอาหารทางโทรทัศน์ปัจจุบันมีมาก แต่ส่วนใหญ่เป็นการส่งเสริมอาหารจำพวกที่ตรงข้ามกับหลักการรับประทานอาหารที่ถูกต้อง ดังที่นักวิชาการทางสุขภาพพยายามให้ความรู้ เช่น ลูกอม ขนมหวาน น้ำหวาน นมข้นหวาน ช็อกโกแลต และขนมกรอบ เป็นต้น นอกจากนี้อาหาร

ทอดที่มีไขมันมาก เช่น ไก่ทอด พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ อาหารเหล่านี้ล้วนเป็นอาหารที่มีไขมัน และให้พลังงานสูง ถ้ารับประทานเป็นประจำอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพผู้บริโภคได้

จากการศึกษาของ แคลนซี (Clancy. 1974 : 93-97) พบว่า ความชอบมีความสัมพันธ์กับวิธีการโฆษณา โดยอาหารที่เด็กไม่นิยมเลือกซื้อ เป็นอาหารที่เด็กไม่ค่อยรู้จักและเรียกชื่อไม่ถูก ส่วนชนิดอาหารที่เด็กรู้จักดีและนิยมซื้อคืออาหารที่มีในโฆษณาทางโทรทัศน์ โดยเฉพาะชนิดของอาหารที่มีการโฆษณาในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ และในช่วงตอนเย็นหลังโรงเรียนเลิก โดยเด็กส่วนใหญ่จะชอบอาหารที่มีการโฆษณามากกว่าอาหารที่ไม่มีการโฆษณา นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กที่มีความรู้ทางโภชนาการดี จะมีการเลือกซื้ออาหารตามโฆษณาทางโทรทัศน์ปริมาณน้อยกว่าเด็กที่มีความรู้ทางโภชนาการน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของบาร์คัส (Barcus. 1978 : 20) พบว่าในขณะที่เด็กใช้เวลาดูโทรทัศน์ 5 ชั่วโมง จะมีรายการโฆษณา 1 ชั่วโมง ซึ่งการโฆษณาจะมีวิธีเรียกร้องความสนใจของเด็ก ทำให้เกิดความต้องการที่จะบริโภค การโฆษณาทางโทรทัศน์มีอิทธิพลทำให้เด็กต้องการซื้อสินค้าเพิ่มมากขึ้น ซึ่งจำนวนรายการโฆษณามีความสัมพันธ์กับความต้องการซื้อสินค้าในโฆษณาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ รายการโฆษณาทางโทรทัศน์ส่วนใหญ่เป็นอาหารที่มีปริมาณน้ำตาล ไขมัน และแคลอรีสูง โดยโฆษณาผลิตภัณฑ์จากแป้งต่าง ๆ ร้อยละ 25 ลูกกวาดและขนมหวาน ร้อยละ 25 อาหารฟาสต์ฟู้ดร้อยละ 10 และอาหารว่างชนิดอื่น ๆ ร้อยละ 8 มีเพียงเล็กน้อยเท่านั้นที่โฆษณาอาหารพวกนม ขนมปัง และผลไม้

จากการศึกษาของ โกลด์เบิร์ก (Goldberg. 1978 : 73-81) พบว่า หลังจากที่มีการโฆษณาอาหารพวกที่มีปริมาณแป้ง น้ำตาล ไขมันบ่อยครั้ง จะทำให้อาหารพวกนี้มียอดขาย และขายดีที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริลักษณ์ สินธวาลัย (2530 : 10) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ทักษะคิด และพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง ผลการศึกษาพบว่าการโฆษณาทางโทรทัศน์มีความสำคัญในการโฆษณาอาหารมาก สำหรับโรงเรียนในเขตเมืองถึงร้อยละ 78.00 โดยการโฆษณาอาหารว่างนั้นมีอิทธิพลในการจูงใจ ให้มีการซื้ออาหารว่างที่ผลิตขึ้นใหม่ และสอดคล้องกับการศึกษาของ สุณิสา พิลาสกุล (2540 : 72) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่าการโฆษณาและการส่งเสริมการขายในธุรกิจฟาสต์ฟู้ดเป็นปัจจัยแรกที่มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

จะเห็นได้ว่าสื่อโฆษณามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าอิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนหรือไม่

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

งานวิจัยในประเทศ

ได้มีผู้ทำการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า ซึ่งสรุปได้ดังนี้

นภัส ศิริสัมพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคของประชากรในเขตเทศบาลเมืองชลบุรี โดยศึกษาธุรกิจการขายอาหารสำเร็จรูปขนาดย่อม ผลการศึกษาพบว่าผู้บริโภคส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการกินอาหารที่ฟุ่มเฟือย เป็นพฤติกรรมการกินเพื่อ “ความบันเทิง” มากกว่าที่จะให้อิ่มท้อง หรือเป็นความจำเป็น โดยผู้บริโภคที่เป็นสตรีนิยมซื้ออาหารสำเร็จรูป ประเภทของว่าง ของกินเล่น และขนมหวาน ซึ่งเป็นการกินระหว่างมื้อ ส่วนผู้ชายนิยมซื้ออาหารสำเร็จที่กินอิ่มเป็นมื้อ ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป ได้แก่ ความสะดวก รสนิยม ความชอบหรือไม่ชอบ ความอยากกิน ความเชื่อถือทางธรรมเนียม ประเพณี ราคา สีสรร และความน่ากินของอาหาร ประชาชนเพียงส่วนน้อย ที่ให้ความสนใจด้าน ความสะอาด คุณค่า และคุณภาพของอาหาร

ภารดี เต็มเจริญ และคณะ (2529 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารมื้อเช้า ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีนิสัยการบริโภคอาหารเช้าไม่เหมาะสมคือ รับประทานอาหารเช้าเป็นบางวัน การบริโภคและไม่บริโภคอาหารเช้าขึ้นอยู่กับ รายได้ของครอบครัว นิสัยส่วนตัวในการตื่นนอน เวลาออกเดินทางไปโรงเรียน การประกอบอาหารเช้าของครอบครัว ตลอดจนนิสัยการบริโภคอาหารของสมาชิกในครอบครัว

นฤมล โพธิ์สัตย์ (2530 : 60) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีความแตกต่างกันทางด้านการอบรมเลี้ยงดู ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง และขนาดของครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีบริโภคนิสัยดีที่สุด ซึ่งดีกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดและปล่อยปละละเลย
2. นักเรียนที่มีผู้ปกครอง มีการศึกษาระดับสูงกว่ามัธยมศึกษา มีบริโภคนิสัยดีกว่านักเรียนที่มีผู้ปกครองมีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาและระดับประถมศึกษา ตามลำดับ
3. นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีรายได้เฉลี่ยต่อปีสูงกว่า 40,000 บาท มีบริโภคนิสัยดีกว่านักเรียนที่มีผู้ปกครองมีรายได้เฉลี่ยต่อปีระหว่าง 20,000-40,000 บาท และต่ำกว่า 20,000 บาท ตามลำดับ

4. นักเรียนที่มีครอบครัวขนาดเล็กบริโภคนิสัยดีกว่านักเรียนที่อยู่ในครอบครัวขนาดกลางและขนาดใหญ่ ตามลำดับ

รัชนิ ยนต์นิยม (2530 : 117) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ทศนคติของนักศึกษาที่มีต่อกิจการร้านฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาร้อยละ 95 เคยใช้บริการที่ร้านฟาสต์ฟู้ด ประเภทของอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุดคือไก่ทอด รองลงมาได้แก่โดนัทและแฮมเบอร์เกอร์ ส่วนประเภทของเครื่องดื่มที่นักศึกษาชอบมากที่สุดคือ น้ำอัดลม รองลงมาได้แก่น้ำผลไม้ น้ำหวาน และชา กาแฟ นักศึกษาให้เหตุผลที่ไปใช้บริการที่ร้านฟาสต์ฟู้ดว่าเป็นสถานที่นัดพบมากที่สุด รองลงมาคือเพื่อนชักชวน และต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร ส่วนมูลเหตุจูงใจสำคัญที่สุดที่ทำให้นักศึกษาเข้าไปใช้บริการเป็นครั้งแรกคือเพื่อนชักชวน รองลงมาได้แก่เห็นว่าเป็นกิจการใหม่ อยากลองใช้บริการ และการตกแต่งร้านดึงดูดใจ

นักศึกษานิยมไปใช้บริการที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ตั้งอยู่ในศูนย์การค้ามากที่สุด รองลงมาได้แก่ร้านฟาสต์ฟู้ดที่ตั้งอยู่ตามแนวถนน โดยเฉลี่ยนักศึกษาไปใช้บริการเดือนละ 2-4 ครั้ง

ช่วงเวลาที่ชอบไปใช้บริการมากที่สุดคือในช่วง 13.01-17.00 น. และมักจะรับประทานที่ร้านโดยใช้เวลาในการรับประทานประมาณ 16-45 นาที ใช้จ่ายเงินโดยเฉลี่ยต่อครั้งมากกว่า 50 บาท

สิ่งที่ทำให้นักศึกษารู้จักร้านฟาสต์ฟู้ดมากที่สุดคือเพื่อนหรือคนรู้จักแนะนำ รองลงมาได้แก่โทรทัศน์ และป้ายโฆษณา ส่วนสื่อที่ทำให้นักศึกษาทราบรายละเอียดเกี่ยวกับการส่งเสริมการขายมากที่สุดคือโทรทัศน์ รองลงมาคือป้ายโฆษณา และหนังสือพิมพ์

ร้านฟาสต์ฟู้ดที่นักศึกษาไปใช้บริการบ่อยครั้งที่สุดคือร้าน DUNKIN' DONUTS รองลงมาได้แก่ร้าน A&W และ KFC

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนักศึกษามากที่สุด ในการเลือกร้านฟาสต์ฟู้ดที่ให้บริการอาหารประเภทรับประทานอิม คือรสชาติ ส่วนปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนักศึกษามากที่สุด ในการเลือกร้านฟาสต์ฟู้ดที่ให้บริการอาหารว่าง คือทำเลที่ตั้ง

ความคิดเห็นที่มีต่อกิจการร้านฟาสต์ฟู้ดในด้านต่าง ๆ ดังนี้

นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่า รสชาติอาหารและเครื่องดื่ม ทำเลที่ตั้ง การตกแต่งร้าน ความสะอาด ความรวดเร็ว อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ค่อนข้างดี

นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่า มารยาทของพนักงานฟาสต์ฟู้ดอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง

นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่า ราคาอาหารและเครื่องดื่มของร้านฟาสต์ฟู้ดอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ค่อนข้างแพง

สุภาภรณ์ ไรจน์รังสีธรรม (2530 : ง) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความรู้ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแบบสหศึกษามีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง มีเจตคติ และการปฏิบัติอยู่ในเกณฑ์ดี นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความรู้และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน มีเจตคติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วารสารคู่แข่ง (2530 : 86-96) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนกรุงเทพ ผลการศึกษาพบว่า ช่วงอายุที่เคยใช้บริการมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกันในระดับช่วงอายุเดียวกัน คือ ช่วงอายุ 21-25 ปี รองลงมาคือ 15-20 ปี ประมาณร้อยละ 58.14 และร้อยละ 52.27 ส่วนช่วงอายุ 41 ปีขึ้นไปนั้น ใช้บริการน้อยที่สุดเพียงร้อยละ 16.67 เท่านั้น

ระดับการศึกษาที่ใช้บริการมากที่สุด กลุ่มที่อยู่ในระดับปริญญาตรี หรือกำลังศึกษาในระดับนี้ร้อยละ 67.65 รองลงมาคือระดับ อาชีวศึกษา มัธยมศึกษา ประมาณร้อยละ 57.41 และร้อยละ 45.88 ระดับการศึกษาที่เคยใช้บริการน้อยที่สุดคือ ระดับประถมศึกษาลงไป และสูงกว่าระดับปริญญาตรี ซึ่งกลุ่มนี้จะนิยมเข้าไปรับประทานในร้านอาหารมากกว่า ซึ่งแตกต่างกันไปตามระดับของผู้ใช้บริการ

อาชีพที่ใช้บริการมากกว่ากลุ่มอื่นๆ คือ นักเรียน นักศึกษา ร้อยละ 61.70 รองลงมาคือกลุ่มระดับพนักงานบริษัท รัฐวิสาหกิจร้อยละ 57.14 ส่วนอาชีพแม่บ้านและผู้ใช้แรงงานจะเข้าใช้บริการน้อยมาก เพียงร้อยละ 20 และร้อยละ 24.44 เท่านั้น

ระดับรายได้ต่ำกว่า 4,000 บาทต่อเดือน ของผู้ให้สัมภาษณ์ นิยมเข้าร้านตันกิ้นโดนัท และมิสเตอร์โดนัทตามลำดับ ช่วงระดับรายได้ 4,001-10,000 บาทนั้น นิยมมิสเตอร์โดนัทมากกว่า แต่ช่วงระดับรายได้ 10,000 บาทขึ้นไปจะนิยมประเภทพิซซ่าและไก่ทอดมากกว่า

เพศชายมักจะนิยมเข้าใช้บริการมิสเตอร์โดนัท สยามสแควร์ พิชซ่าเฮ้าส์ ส่วนเพศหญิงนิยมแมคโดนัลด์ ไฮเบอร์เกอร์ และตันกิ้นโดนัท ส่วนประเภทร้านอื่นๆ ก็นิยมพอ ๆ กัน

ช่วงเวลาที่นิยมไปใช้บริการซึ่งช่วงอายุ 15-20 ปี นิยมใช้บริการช่วง 13.01-17.00 น. เนื่องจากจะเป็นช่วงเวลาวางจากการเรียนและเลิกเรียน นิยมไปนั่งสังสรรค์กันก่อนกลับบ้าน สำหรับช่วงอายุ 21-25 ปี จะนิยมใช้บริการช่วง 17.00-19.00 น. มากที่สุด ซึ่งเป็นวัยทำงานใหม่ ๆ ก็มักจะใช้เวลาหลังเลิกงานและใช้บริการช่วงเวลานี้เช่นกัน แต่ช่วงอายุนี้นิยมใช้

บริการมากกว่าช่วงอายุ 26 ปีขึ้นไป ซึ่งก็นิยมใช้ช่วงเวลานี้เช่นกัน แต่ช่วงอายุนี้นิยมนิยมช่วงเวลา 12.00-17.00 น. ในอัตราที่ใกล้เคียงกันอีกด้วย

ลักษณะการไปใช้บริการร้อยละ 59.10 นิยมไปใช้บริการกับเพื่อนๆ ซึ่งก็มักจะเป็นเวลาเลิกงาน เลิกเรียน มีความถี่เดือนละ 2 ครั้ง รองลงมาคือ ไปกับครอบครัวร้อยละ 35.40 ซึ่งมักจะไปในโอกาสพิเศษมีความถี่เดือนละ 1 ครั้ง ส่วนผู้ที่นิยมไปคนเดียวนั้นมีเพียงร้อยละ 5.50 ซึ่งมีความถี่ในการใช้บริการ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์

ช่วงอายุ 15-30 ปี นิยมที่จะไปใช้บริการกับเพื่อน ๆ อยู่ในอัตราร้อยละ 80 ของกลุ่มช่วงอายุนั้น ๆ คือ

ช่วงอายุ 15-20 ปี ร้อยละ 86.96 นิยมไปกับเพื่อนๆ

ช่วงอายุ 21-25 ปี ร้อยละ 80.00 นิยมไปกับเพื่อน ๆ

ช่วงอายุ 26-30 ปี ร้อยละ 82.61 นิยมไปกับเพื่อน ๆ

แต่สำหรับช่วงอายุ 31-40 ปี ร้อยละ 60.87 นิยมไปกับครอบครัว มีเพียงร้อยละ 30.43 ที่นิยมไปกับเพื่อนๆ อายุ 40 ปีขึ้นไป ร้อยละ 70.00 นิยมไปกับครอบครัว

สมศรี เกิดโชค (2531 : 52-55) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับนิสัยการกินของเด็กวัยเรียน อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี ผลการศึกษาพบว่าเด็กวัยเรียนส่วนใหญ่มีนิสัยการกินในระดับปานกลาง โดยมีพฤติกรรมในการกินอาหารที่เกี่ยวกับชนิดของอาหาร วิธีการกินอาหาร มืออาหาร และสุขวิทยาในการกินอาหาร ทั้งในสิ่งที่ดีและไม่ดี ซึ่งเมื่อประเมินภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน พบว่าเด็กวัยเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการปกติ นอกจากนี้ยังพบว่า รายได้ของครอบครัว อาชีพของบิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดามารดา มีอิทธิพลต่อนิสัยการกินของเด็กวัยเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่ารายจ่ายค่าอาหารของครอบครัวต่อวัน ความเชื่อของมารดาเกี่ยวกับการกินอาหารของเด็กวัยเรียน การประกอบอาหารในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับนิสัยการกินของเด็กวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนิสัยการกินของเด็กวัยเรียนมีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน ที่ประเมินโดยเกณฑ์น้ำหนักตามอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อนุกุล พลศิริ (2531 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการเลือกกินอาหารกลางวันของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีภาวะการเจริญเติบโตอยู่ในระดับปกติ มีพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารที่ดี และใช้เหตุผลในการเลือกอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม แต่พลังงานที่ได้รับจากการเลือกซื้ออาหารต่ำกว่าเกณฑ์ที่แนะนำ ส่วนปัจจัยพบว่า รายรับและรายจ่ายค่าอาหารของนักเรียนมีความสัมพันธ์ทางสถิติกับ

พฤติกรรมการเลือกกินอาหาร และการเลือกกินอาหารที่ถูกต้องมีความสัมพันธ์ทางสถิติกับปริมาณโปรตีนที่ได้รับ

ฉันทนา ลิ้มนิรันดร์กุล (2532 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของโครงการสุศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโครงการสุศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร การศึกษารั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองมีกลุ่มตัวอย่าง 120 คน เป็นกลุ่มทดลอง 60 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 60 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามนักเรียน และผู้บริหาร แบบสังเกตร้านจำหน่ายอาหาร และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของนักเรียนทดสอบก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มทดลองได้รับการสอนโดยคู่มือวีดีโอเทป แจกเอกสาร เกี่ยวกับเรื่องพิษภัยในอาหาร ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบไม่ได้รับการสอนหรือกระตุ้นแต่อย่างใด ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิดเกี่ยวกับการบริโภคอาหารหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะคิดและมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และพบว่าทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จวิพร จิตจำรูญโชคชัย (2533 : 4) ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์คุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็นที่นิยมแบบตะวันตก 10 ชนิด จากศูนย์การค้า 4 แห่ง ในกรุงเทพมหานคร พบว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีคุณค่าอาหารโดยเฉพาะสารอาหารหลักที่ค่อนข้างดี เนื่องจากมีโปรตีนเฉลี่ย 14.20 กรัมต่อ 1 ส่วน (serving) และมีพลังงานประมาณ 320 กิโลแคลอรีต่อ 1 ส่วน ซึ่งจะเห็นได้ว่าปริมาณโปรตีนและพลังงานมิได้สูงมากเกินความต้องการของร่างกาย ถ้าพิจารณาในแง่ของโคเลสเตอรอลและปริมาณไขมันอาหาร และ พบว่า มีโคเลสเตอรอลโดยเฉลี่ย 72 มิลลิกรัมต่อ 1 ส่วน และมีไขมันเพียง 3 กรัมต่อ 1 ส่วน เมนูที่ให้ปริมาณโคเลสเตอรอลสูงที่สุดคือแฮมเบอร์เกอร์ไก่ (116 มิลลิกรัม)

วรรณภา อิทธิไธยะ (2533 : 121-124) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการบริโภคอาหารว่างของเด็กวัยเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า เครื่องดื่มเป็นอาหารว่างที่เด็กวัยเรียนชอบบริโภคมากที่สุด ช่วงเย็นเป็นช่วงเวลาของเด็กบริโภคอาหารว่างมากที่สุด โดยเฉพาะหลังจากโรงเรียนเลิก โดยเฉลี่ยเด็กบริโภคอาหารว่างวันละ 3-4 ครั้ง สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการบริโภคอาหารว่างของเด็กวัยเรียน ได้แก่ ผู้จัดหาอาหารว่างและการโฆษณาทางโทรทัศน์ ถ้าผู้จัดหาอาหารคือเด็กวัยเรียนจะมีอิทธิพลต่อรูปแบบการบริโภค

อาหารว่างในด้านช่วงเวลาและความบ่อยครั้งในการบริโภคอาหารว่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การโฆษณาอาหารว่างประเภทน้ำอัดลม บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป มันฝรั่ง เฟือง ข้าวโพดอบกรอบ ช็อกโกแลต และลูกกวาด มีอิทธิพลต่อรูปแบบการบริโภคอาหารว่าง ในด้านความบ่อยครั้งอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โปรตีนเป็นสารอาหารที่เด็กได้รับจากอาหารว่างและอาหารหลักในปริมาณสูงกว่าปริมาณที่กองโภชนาการแนะนำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รูปแบบการบริโภคอาหารว่างในด้านช่วงเวลาจะมีผลต่อปริมาณคาร์โบไฮเดรตที่เด็กได้รับ คือเวลาเย็น เด็กวัยเรียนได้รับคาร์โบไฮเดรตจากอาหารว่างมากกว่าช่วงเช้า และจากการศึกษาไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณพลังงาน และสารอาหารที่เด็กได้รับจากอาหารว่าง และอาหารหลัก

วิไลลักษณ์ แสงคุณ (2533 : 154-159) ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกบ้านของคนในเมือง : ศึกษาเฉพาะกรณีเขตเทศบาลเมืองนครสวรรค์ ผลการศึกษาพบว่า ประชากรมีการรับประทานข้าวและกับข้าวเป็นอาหารหลักทั้ง 3 มื้อ ในมื้อเช้าไม่ได้ทานอาหารมากที่สุด มีค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยต่อครั้งน้อยที่สุด ในมื้อเที่ยงรับประทานก๋วยเตี๋ยวมากที่สุด มีการรับประทานอาหารกับเพื่อนมากกว่ามื้ออื่น และมีการรับประทานอาหารนอกบ้านในมื้อเที่ยงมากที่สุด ส่วนในมื้อเย็นประชากรส่วนใหญ่ทำอาหารเองทั้งหมด มีการรับประทานอาหารกับเพื่อนที่ทำงานมากที่สุด ถ้ามีการบริโภคอาหารมื้อเย็นในโอกาสพิเศษจะมีค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยต่อครั้งมากที่สุด ในมื้อเช้าและมื้อเย็นมีการรับประทานอาหารที่บ้านเป็นส่วนใหญ่ ในมื้อเช้าและมื้อเที่ยงมีการรับประทานอาหารคนเดียวมากที่สุด ในเรื่องของเหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารนอกบ้านในมื้อเช้าและมื้อเที่ยงได้แก่ ความสะอาด ปลอดภัย รongลงมาได้แก่ รสชาติของอาหารและบริการ ส่วนมื้อเย็นได้แก่ ความสะดวกในการเดินทาง ทั้ง 3 มื้อให้ความสำคัญกับเหตุผลเรื่อง พบปะเพื่อนบ้านและที่ทำงาน น้อยกว่าเหตุผลเรื่องอื่น ๆ และมื้อเย็นมื้อเที่ยงมีการให้เหตุผลเรื่องบรรยากาศของร้านอาหารมากกว่ามื้อเช้า พบว่าเพศ อายุ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครัวเรือน ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ค่านิยมในการบริโภคอาหารนอกบ้าน มีความสัมพันธ์กับความถี่ในการบริโภคอาหารนอกบ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่าเพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครัวเรือน ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน การใช้เวลาในการทำงาน ความรู้ด้านสุขภาพอาหาร มีความสัมพันธ์กับค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยต่อครั้งในการบริโภคอาหารนอกบ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่าเพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครัวเรือน ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน การใช้เวลาในการทำงาน ความรู้ด้านสุขภาพอาหาร ค่านิยมในการบริโภค

อาหารนอกบ้าน มีความสัมพันธ์กับเหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารนอกบ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พนอ ทิพย์พิมลรัตน์ (2534 : 109-110) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดชุมพร ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้ระดับพอใช้ เจตคติอยู่ในระดับดี และการปฏิบัติอยู่ในระดับพอใช้
2. นักเรียนที่มีเพศและอาชีพของบิดาหรือมารดาแตกต่างกันมีความรู้เรื่องสารเคมีในอาหารไม่แตกต่างกัน
3. นักเรียนที่บิดาหรือมารดามีระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว ขนาดของครอบครัว และแหล่งข่าวสารแตกต่างกันมีความรู้เรื่องสารเคมีแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05, .01, .05 และ .01 ตามลำดับ
4. นักเรียนที่มีรายได้ของครอบครัว และแหล่งข่าวสารแตกต่างกันมีเจตคติในเรื่องสารเคมีไม่แตกต่างกัน
5. นักเรียนที่มีเพศ ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของบิดาหรือมารดา และขนาดของครอบครัวแตกต่างกัน มีเจตคติในเรื่องสารเคมีในอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .01, .05 และ .05 ตามลำดับ
6. นักเรียนที่มีเพศ รายได้ของครอบครัว ขนาดของครอบครัว และแหล่งข่าวสารที่แตกต่างกัน มีการปฏิบัติในเรื่องสารเคมีในอาหารไม่แตกต่างกัน
7. นักเรียนที่บิดาหรือมารดาที่ระดับการศึกษาและอาชีพของบิดาหรือมารดาแตกต่างกันมีการปฏิบัติในเรื่องสารเคมีในอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมฤดี วีระพงษ์ (2535 : 111-113) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีความรู้ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหารด่วนทันใจอยู่ในระดับพอใช้ เนื่องจาก เนื้อหาอาหารด่วนทันใจสอดแทรกในบทเรียนน้อยมาก ประกอบกับการสอนในปัจจุบันไม่ได้เน้นการนำไปประยุกต์ใช้ ส่วนเจตคติอยู่ในระดับค่อนข้างดี เนื่องจากการสอนที่เน้นเจตคติ และสื่อสารมวลชนในการเผยแพร่ข่าวสารความรู้ ตัวแปรที่มีผลทำให้ความรู้ต่างกัน คือ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ส่วนตัวแปรที่มีผลต่อการปฏิบัติคือ อาชีพ และฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง และพบว่าความรู้กับ

เจตคติ ความรู้กับการปฏิบัติ และเจตคติกับการปฏิบัติ ในการบริโภคอาหารด่วนทันใจ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภัทรา บุญญเมธานันท์ และคณะ (2536 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคเนื้อดิบของประชากรอำเภอเมืองแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพและปริมาณ ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการบริโภคเนื้อดิบของประชากรอำเภอเมืองแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ส่วนใหญ่ยังคงมีการบริโภคเนื้อดิบ ชอบรับประทานลาบดิบ นิยมรับประทานเนื้อหมู ส่วนมากจะรับประทาน 1-2 ครั้ง/เดือน และเริ่มรับประทานตั้งแต่อายุ 11-12 ปี โดยมีประสบการณ์การรับประทานจากครอบครัว ในการรับประทานเป็นอาหารประจำวันเพราะอร่อยและรสชาติดีทำให้รับประทานอาหารได้มากขึ้น และเนื่องจากในปัจจุบันมีเนื้อขายมากขึ้น บางโอกาสจะพบมีการทำลาบดิบเลี้ยงในการรวมกลุ่มสังสรรค์ งานประเพณีต่าง ๆ เช่น งานแต่งงาน งานขึ้นปีใหม่หรือสงกรานต์ งานขึ้นปีใหม่ งานเข้า-ออกพรรษา เนื่องจากมีความเชื่อว่าเป็นประเพณีที่ทำสืบต่อกันมา แสดงถึงฐานะทางเศรษฐกิจของเจ้าภาพ และคนส่วนใหญ่ชอบรับประทาน และสามารถทำได้ง่ายไม่สิ้นเปลือง ส่วนงานซึ่งไม่มีการทำลาบดิบเลี้ยงคืองานบวช งานศพ เลี้ยงผี และดักบาตรพระ ซึ่งมีเหตุผลว่าไม่เหมาะสมสำหรับเงื่อนไขทางสังคม-สิ่งแวดล้อม ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคเนื้อดิบเรียงตามลำดับความสำคัญต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับสาเหตุและการป้องกันโรคที่เกิดจากการบริโภคเนื้อดิบ ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคเนื้อดิบ และภูมิปัญญาโดยกำเนิด ส่วนเงื่อนไขทางบุคคลอันประกอบด้วยเพศ ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพ อายุ ชาติพันธุ์ ศาสนา และระดับการศึกษาไม่มีอิทธิพลในการกำหนดพฤติกรรมการบริโภคเนื้อดิบของประชาชน

ศิริพร หาขุน (2536 : 56-57) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แบบแผนการบริโภคอาหารว่างของเด็กอ้วนและเด็กปกติ อายุ 7-9 ปี โรงเรียนเอกชน กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าเด็กอ้วนและเด็กปกติ ส่วนใหญ่นิยมบริโภคอาหารว่างในช่วงบ่าย โดยความบ่อยในการบริโภคไม่แตกต่างกัน เด็กอ้วนบริโภคขนมบรรจุถุงสำเร็จรูปและอาหารว่างอื่น ๆ ได้แก่ ช็อคโกแลต ข้าวเหนียวนึ่ง ฯลฯ บ่อยครั้งกว่าเด็กปกติ สำหรับปริมาณพลังงานและสารอาหารที่ได้รับจากอาหารว่างไม่แตกต่างกัน แต่เด็กอ้วนได้รับพลังงานและคาร์โบไฮเดรตจากอาหารมื้อหลักมากกว่าเด็กปกติ นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม ของเด็กทั้ง 2 กลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน รวมทั้งกิจกรรมที่ปฏิบัติมีความสัมพันธ์กับเด็กทั้ง 2 กลุ่มอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ สรุปได้ว่า การบริโภคอาหารว่างไม่ได้เป็นสาเหตุทำให้อ้วน แต่เด็กอ้วนบริโภคอาหารมื้อหลักในปริมาณและคุณภาพที่แตกต่างกัน

จันตรี บุญปั้น (2537 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการของฟาสต์ฟู้ดที่มีต้นตำรับจากต่างประเทศ และฟาสต์ฟู้ดแบบไทย ๆ เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับข้อมูลที่จะช่วยตัดสินใจในการที่จะยอมรับฟาสต์ฟู้ดที่มีต้นตำรับจากต่างประเทศ และฟาสต์ฟู้ดไทย ๆ เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับข้อมูลที่จะช่วยตัดสินใจในการที่จะยอมรับฟาสต์ฟู้ดชนิดใดเข้ามาทดแทนอาหารประจำวัน หรือเป็นเพียงอาหารสำรองที่รับประทานแทนอาหารมื้อหลักได้ในบางมื้อ จากการศึกษาเปรียบเทียบอาหารตัวอย่างทุกชนิด ในปริมาณที่เท่ากันจำนวน 100 กรัม พบว่าฟาสต์ฟู้ดประเภทพิซซ่า ให้พลังงานเฉลี่ย 264.51 กิโลแคลอรี มีปริมาณโคเลสเตอรอล 63.13 มิลลิกรัม ประเภทแฮมเบอร์เกอร์ ให้พลังงานเฉลี่ย 236.20 กิโลแคลอรี มีปริมาณโคเลสเตอรอล 61.45 กิโลแคลอรี ไก่ทอดและไก่ย่างให้พลังงานเฉลี่ย 262.37 กิโลแคลอรี มีปริมาณโคเลสเตอรอล 57.42 มิลลิกรัม ส่วนโดนัทสามารถให้พลังงานสูงที่สุดจำนวน 269.37 กิโลแคลอรี และมีปริมาณโคเลสเตอรอล 54.61 มิลลิกรัม สำหรับฟาสต์ฟู้ดแบบไทย ๆ ที่ใช้ในการสำรวจนั้นพบว่า ก๋วยเตี๋ยวประเภทต่าง ๆ จะได้ปริมาณพลังงานที่ค่อนข้างน้อยคือ ในอาหารตัวอย่าง 100 กรัม ให้พลังงานเพียง 73.20 กิโลแคลอรี ปริมาณโคเลสเตอรอล 15.28 มิลลิกรัม ใส่กรอกอีสานให้ปริมาณพลังงานสูงที่สุด 421.18 กิโลแคลอรี มีปริมาณโคเลสเตอรอล 93.57 มิลลิกรัม ส่วนฟาสต์ฟู้ดแบบไทย ๆ ประเภทอื่น ๆ คือ ลูกชิ้นปิ้ง ข้าวมันไก่ ข้าวหมูแดง ข้าวราดแกง และขนมจีนน้ำยา จะให้พลังงานอยู่ในช่วง 197.21-72.00 กิโลแคลอรี และปริมาณโคเลสเตอรอลอยู่ในช่วง 53.01-4.66 มิลลิกรัม เท่านั้น

สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และคณะ (2537 : 60-63) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ : กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกิน ของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ ที่สำคัญได้แก่ ความสะดวกและเวลา รสชาติ ความเชื่อ ค่านิยม โฆษณา และข้อมูลข่าวสารทางโภชนาการ จากปัจจัยเหล่านี้มีส่วนกำหนดพฤติกรรมการกินของผู้หญิงกลุ่มที่ศึกษาคือการอาหารแบบไทยเป็นหลัก มีการรับประทานอาหารนอกบ้านเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งเป็นเพราะบริบทของการทำงานและเป็นรูปแบบของการสังสรรค์อย่างหนึ่ง วัฒนธรรมในการรับประทานอาหารมีลักษณะสุขภาพตามมาตรฐานแบบไทยสมัยใหม่ ลักษณะอาหารที่รับประทานมีแนวโน้มรับประทานอาหารประเภทแป้งน้อยลง แต่มีแนวโน้มรับประทานอาหารประเภทโปรตีนจากสัตว์และไขมันมากขึ้น โดยภาพรวมรับประทานอาหารที่มีวิตามินเอ ธาตุเหล็ก และฟอสฟอรัสเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย แต่ได้รับแคลเซียมไม่เพียงพอ อย่างไรก็ตามสภาวะโภชนาการโดยทั่วไปยังถือว่าอยู่

ในระดับมาตรฐาน แต่ในกลุ่มที่มีรูปร่างท้วม/อ้วน ซึ่งมีอายุมากกว่า 30 ปีขึ้นไป อาจมีความเสี่ยงต่อโรค อันเนื่องจากการรับประทานอาหารที่มีพลังงานและไขมันสูงเกินไป

ปาลิรัฐ พิทักษ์ดำรงกิจ (2538 : 90) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคเหนือ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง นักเรียนมีความรู้ต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำในเรื่อง อาหารที่ช่วยให้กระดูกและฟันแข็งแรง อาหารหยาบหลังคลอด ประโยชน์ของผักและผลไม้ที่มีสีเหลือง ปริมาณน้ำที่ร่างกายต้องการในหนึ่งวัน อาหารที่มีสารบอแรกซ์ นักเรียนในโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และนักเรียนในโรงเรียนที่ตั้งอยู่นอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า นักเรียนมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี นักเรียนในโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และนักเรียนในโรงเรียนที่ตั้งอยู่นอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังพบว่านักเรียนมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี นักเรียนในโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และนักเรียนในโรงเรียนที่ตั้งอยู่นอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชไมพร ยนต์นิยม (2539 : 53) ได้ทำการศึกษาเรื่อง คุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน วัดอุปประสงค์เพื่อศึกษาคุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภคในเด็กชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน โดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่บริโภคอาหารจานด่วนกับกลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วน และเปรียบเทียบภายในกลุ่ม ระหว่างวันที่บริโภคอาหารจานด่วนกับวันที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้แบบสอบถาม ร่วมกับวิธีการสัมภาษณ์ ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มที่บริโภคอาหารจานด่วนเพศชายได้รับไขมันมากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. กลุ่มที่บริโภคอาหารจานด่วนเพศหญิงได้รับพลังงานและไขมันมากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. ในนักเรียนกลุ่มเดียวกันทั้งเพศชายและเพศหญิง วันที่บริโภคอาหารจานด่วนได้รับพลังงานและไขมันมากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่าวันที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. นักเรียนทุกกลุ่มได้รับโปรตีนในปริมาณที่ไม่แตกต่างกัน
5. นักเรียนทุกกลุ่มได้รับพลังงานและสารอาหารส่วนใหญ่จากอาหารบริโภคมากกว่าร้อยละ 67 ของ RDA ยกเว้นแคลเซียม และ ไนอาซิน จะได้รับต่ำกว่าร้อยละ 67 ของ RDA ทุกกลุ่ม
6. นักเรียนทุกกลุ่มได้รับโคเลสเตอรอลจากอาหารบริโภคมากกว่า 300 มิลลิกรัมต่อวัน
7. นักเรียนทุกกลุ่มได้รับเส้นใยอาหารในปริมาณค่อนข้างต่ำ
8. อาหารบริโภคของนักเรียนทุกกลุ่มมีส่วนการกระจายพลังงานจากสารอาหารไขมัน มากกว่าร้อยละ 30 และคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่าร้อยละ 50 ของพลังงานได้รับจากอาหารบริโภคทั้งหมด

ณัฐธิดา ศุภบุตร (2539 : 117-118) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีความรู้และเจตคติในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการปฏิบัติพบว่าไม่แตกต่างกัน
2. นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน มีเจตคติ และการปฏิบัติ ในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความรู้พบว่าไม่แตกต่างกัน
3. นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีอาชีพ และฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีความรู้ในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ ส่วนเจตคติและการปฏิบัติพบว่าไม่แตกต่างกัน
4. นักเรียนที่มีลักษณะของครอบครัวต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน
5. นักเรียนที่มีแหล่งข้อมูลข่าวสารต่างกัน มีเจตคติในการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความรู้และการปฏิบัติพบว่าไม่แตกต่างกัน ความรู้กับเจตคติ ความรู้กับการปฏิบัติ และเจตคติกับการปฏิบัติในการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กันเชิงนิมิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 87-89) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย เป็นการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนไทย โดยใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพโดยการสังเกตและสัมภาษณ์แบบเจาะลึกผสมผสานกับวิธีการศึกษาเชิงปริมาณ

คือ การใช้สถิติเชิงพรรณนาโดยการหาค่าร้อยละ กลุ่มประชากรที่ศึกษาคือผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากร้านเคเอฟซี และร้านแมคโดนัลด์ จำนวน 200 ราย ผลการศึกษาพบว่า ฟาสต์ฟู้ดเป็นวัฒนธรรมการบริโภคจากต่างประเทศ และเผยแพร่เข้าสู่วัฒนธรรมไทยตั้งแต่ปี พ.ศ. 2507 และเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจนกระทั่งมูลค่าทางการตลาดถึง 6,000 ล้านบาท และขยายตัวต่อไปเรื่อย ๆ ในรูปของธุรกิจแฟรนไชส์ทั้งในกรุงเทพและต่างจังหวัด เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคโดยเฉพาะคนไทยรุ่นใหม่ที่มีรายได้ปานกลางขึ้นไป รวมทั้งนักเรียนและนักศึกษาที่นิยมวัฒนธรรมการบริโภคแบบตะวันตก อันเป็นผลมาจากการสร้างค่านิยมด้วยการโฆษณาประชาสัมพันธ์ของสื่อมวลชน กลุ่มผู้บริโภคเหล่านี้มิได้ตระหนักถึงคุณค่าทางอาหาร รวมทั้งอันตรายที่อาจเกิดขึ้น จากการบริโภคอาหารเกินความต้องการของร่างกาย ปัจจัยที่สำคัญอีกอันหนึ่งที่ทำให้การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแพร่หลายคือ ความสะดวกรวดเร็วของการบริการรวมทั้งมาตรฐานของการบริการและคุณภาพของอาหาร นอกจากนี้ผู้บริโภคสามารถใช้เวลาในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างอิสระ เช่นการใช้เป็นที่พบบปะนัดหมายหรือแม้กระทั่งใช้เป็นสถานที่อ่านหนังสือและทำการบ้าน ซึ่งร้านอาหารไทยโดยทั่วไปไม่สามารถให้โอกาสนี้ได้ ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดจึงมีบทบาทที่กว้างกว่าร้านอาหารธรรมดาโดยทั่วไป จะเห็นได้ว่าวัฒนธรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก กำลังมีบทบาทมากขึ้นในสังคมไทย และมีความเป็นไปได้ว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดจะเป็นแบบแผนทางการบริโภคของคนไทยกลุ่มหนึ่งได้ในอนาคต กระทรวงสาธารณสุขควรจะเข้ามามีบทบาทในการรณรงค์ให้ความรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมกับคนไทย เพื่อลดอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยในประเทศ จะเห็นได้ว่ามีปัจจัยหลายอย่างที่จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนแตกต่างกัน ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา รายได้ของครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง แหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติที่มีเกี่ยวกับอาหาร และความรู้ทางด้านโภชนาการ นอกจากนี้ยังพบว่าความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กัน นักเรียนที่ได้รับการสอนและทำกิจกรรมโภชนาการมากกว่าจะมีความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับ

งานวิจัยในต่างประเทศ

ได้มีผู้ทำการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า ซึ่งสรุปได้ดังนี้

สวาทซ์ (Schwartz. 1975 : 28-51) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติทางด้านโภชนาการ ของนักเรียนที่สำเร็จชั้นมัธยมศึกษา (Nutrition Knowledge, Attitudes, and Practices of High-School Graduates) ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เคยเรียนวิชาเกษตรศาสตร์ สาขาอาหารและโภชนาการมาก่อนกับคะแนนที่ได้จากการทดสอบความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติทางด้านโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กัน ความรู้ทางด้านโภชนาการ และทัศนคติทางบวกที่มีต่อโภชนาการของนักเรียนได้จากแหล่งอื่น ๆ มากกว่าที่จะได้จากการเรียนวิชาเกษตรศาสตร์ในระดับมัธยมศึกษา และพบว่าความรู้ทางโภชนาการมีความสัมพันธ์กับทัศนคติ และทัศนคติทางโภชนาการมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติทางโภชนาการ แต่ความรู้ทางโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติทางโภชนาการ

เฟลแมน (Feldman. 1982 : 140 -143) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ข่าวสารเรื่องโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเคนยา (Communicating Nutrition to High School Students in Kenya) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องโภชนาการบ้างแต่ยังมีความเข้าใจผิดเกี่ยวกับน้ำตาล โดยเชื่อว่ามีประโยชน์มีคุณค่าต่อร่างกาย และไม่ตระหนักในคุณค่าของอาหารและผลไม้พื้นเมือง นอกจากนั้นยังมีความเชื่อว่า อาหารที่มีประโยชน์ต้องเป็นอาหารที่มีราคาแพง ต้องใช้เงินจำนวนมากในการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และยังพบว่ากลุ่มที่ได้รับข่าวสารด้านโภชนาการ จะมีความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับโภชนาการดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับข่าวสาร

เบรดเบนเนอร์ และคณะ (Bredbenner et al. 1984 : 385-387) ทำการศึกษาเรื่อง หลักสูตรโภชนาการสำหรับการสอนสุขศึกษาที่มีผลต่อความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียน (A Nutrition Curriculum for Health Education Its Effect on Student Knowledge Attitude and Behavior) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการสอนโครงการตามหลักสูตรโภชนาการ สำหรับนักเรียนเกรด 7,8,10 และ 11 (มัธยมศึกษา 1, 2 , 4 และ 5) ตามสภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป ศึกษาจากคะแนนพัฒนาการด้านความรู้ ทักษะในการเลือกรับประทานอาหาร และพฤติกรรมการบริโภค แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม ทำการทดสอบก่อนและหลังเรียน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามวัดความรู้ ทักษะ และแบบแสดงรายการการปฏิบัติ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มที่ 1 มีคะแนนความรู้สูงขึ้นทัศนคติไม่เปลี่ยนแปลง กลุ่ม 2 และ 3 มีความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติไม่แตกต่างกัน และพบว่าความรู้ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของนักเรียน

อาร์มสตรอง (Armstrong. 1985 : 3787) ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อบริโภคนิสัยของชาวแอนติกันในอินเดียตะวันตก (Factors Influencing Food Habit in Antigua West Indies) จำนวน 305 ครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและกลุ่มคนที่มีความคิดสมัยใหม่ มีความคิดเห็นด้านโภชนาการและบริโภคนิสัยด้านบวก บุคคลที่มาจากรอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี มีคะแนนของภาวะโภชนาการดีกว่าบุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจปานกลางและยากจน

ฟิชแมน (Fishman. 1985 : 2403) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การสอนเด็กในเรื่องการเลือกซื้ออาหารและสิ่งแวดล้อมทางด้านอาหาร (Teaching Children About Food Purchasing and Ecology : An Exploratory Study) การศึกษาโดยการสอนเด็กให้รู้จักเลือกอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมและพยายามให้เด็กรู้จักกำหนดอาหารและพิจารณาอาหารเหล่านั้นด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 ที่อยู่อาศัยในเขตเมือง จำนวน 94 คน ใช้วิธีการสอนซึ่งประยุกต์จากพฤติกรรมก่อนการเลือกตั้งและทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม จากผลการศึกษาพบว่า เด็กต้องการเรียนรู้เพิ่มขึ้นในการเลือกซื้ออาหาร สิ่งแวดล้อมทางด้านอาหาร และต้องการที่จะพัฒนาทักษะในเรื่องการพิจารณาและการเลือกซื้ออาหาร

รูท (Root. 1987 : 569-A) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการและรูปแบบการรับประทานอาหารของนักศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ (The Relationship of Nutrition Knowledge to Eating Behavior Patterns among CHIO Sophomores and Seniors) เพื่อศึกษาความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการกับรูปแบบพฤติกรรมบริโภคอาหาร ของนักศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ ผลการศึกษาพบว่า ความรู้ทางด้านโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบพฤติกรรมบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่าความรู้ทางโภชนาการไม่สามารถทำนายรูปแบบพฤติกรรมบริโภคอาหารได้

ไวท์ (White. 1989 : 1332) ทำการศึกษาเรื่อง การเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับอาหารของวัยรุ่นโดยอาศัยการศึกษาโภชนาการ (Changing Adolescents, Food-Related Behavior via Nutrition Education) ผลการศึกษาพบว่า ไม่พบความแตกต่างระหว่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่พบการเปลี่ยนแปลงการกินทางบวกในกลุ่มควบคุม แต่มีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางบวกกับการใช้สารอาหารประเภท แคลเซียม วิตามินเอ วิตามินซี โฟลิกซิน วัยรุ่นชายปรับปรุงการกินสารอาหารพวกนี้ได้ดีกว่าวัยรุ่นหญิง เจตคติความรู้ไม่สัมพันธ์กับการเปลี่ยนพฤติกรรม คะแนนเกี่ยวกับการกินสารอาหาร (การประเมินจากแบบสอบถาม)

คะแนนเพิ่มขึ้นในกลุ่มทดลอง แต่ไม่เพิ่มในกลุ่มควบคุม ไม่พบความแตกต่างทางเจตคติทั้งในกลุ่มและระหว่างกลุ่ม

เบรนแมน (Brenman. 1990 : 2393-A) ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีผลต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและวัยรุ่น (The Influence of Health Belief on Eating Behavior in Children and Adolescents) ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบความเชื่อทางสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของเด็กได้ ความเชื่อทางสุขภาพของเด็กทั้ง 3 ระดับมีความแตกต่างกัน และพบว่าความเชื่อทางสุขภาพและปัจจัยต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและวัยรุ่น

บริลฮาร์ท (Brillhart. 1991 : 270) ได้ทำการศึกษา เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งข้อมูลโภชนาการ ความรู้ เจตคติ ทางโภชนาการของวัยรุ่น (The Relationship Between Nutrition information Sources, Nutrition Knowledge and Nutrition Attitudes of Adolescents) ผลการศึกษาพบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับระดับคะแนน ความรู้โภชนาการกับเพศ เจตคติกับความรู้โภชนาการ วัยรุ่นใช้แหล่งข้อมูลโภชนาการที่มีอยู่แล้วโดยไม่พิจารณาความถูกต้อง เพราะไม่มีความสัมพันธ์ของแหล่งข้อมูลกับระดับคะแนนเพศ เจตคติ และความรู้โภชนาการ

เรสนิคอว์ และเรินฮาร์ดท์ (Resnicow and Reinhardt. 1991 : 65) ได้ทำการศึกษาเรื่อง เด็กรู้อะไรเกี่ยวกับไขมัน โยอาหาร และโคเลสเตอรอล (What Do Children Know about Fat , Fiber , and Cholesterol ?) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนทั่วไปทราบเกี่ยวกับสุขภาพในการรับประทานอาหารที่มีไขมัน โยอาหาร และโคเลสเตอรอล นักเรียนมีความรู้จำกัดเกี่ยวกับเรื่องโคเลสเตอรอลและโยอาหารในอาหารที่เฉพาะเจาะจง เช่น นักเรียนส่วนมากทราบว่าเนยมีโคเลสเตอรอล แต่จะไม่ทราบว่านมสดมีโคเลสเตอรอลด้วยเช่นกัน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาทราบว่าอาหารที่มีโยอาหารมากที่สุด คือขนมปังที่ทำจากข้าวสาลี รำข้าว และเมล็ดพืชต่าง ๆ ยกเว้นกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนมัธยมศึกษาและนักเรียนส่วนมากจะไม่ทราบว่าเมล็ดถั่วเป็นโยอาหาร ซึ่งข้อมูลเหล่านี้ได้เสนอแนะว่า เด็กอเมริกันขาดการได้รับข่าวสารที่จำเป็นในการที่จะให้มีความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารทางด้านบวก

วอร์ด (Ward. 1991 : 4030-A) ทำการศึกษาเรื่อง ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Charactering Adolescent Eating Behaviors With Bandura" s Social Learning Theory) ผลการศึกษาพบว่า ความรู้ทางโภชนาการไม่มีผลต่อบริโภคนิสัย และพบว่าความสามารถในการเลือกบริโภคอาหาร สามารถทำนายตัวแปรที่มี

อิทธิพลต่อการเลือกบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้ นอกจากนี้การเรียนรู้ทางสังคมยังช่วยหล่อหลอมลักษณะรูปแบบการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้

วูล์ฟ (Wolf. 1992 : 4674-A) ทำการศึกษาเรื่อง ภาวะโภชนาการและสภาพแวดล้อมในโรงเรียนระดับประถมศึกษา (Child Nutritional Health and The Elementary School Environment) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีปัญหาโรคอ้วนร้อยละ 28 ไม่ได้รับประทานอาหารเข้าร้อยละ 7.16 ได้รับอาหารไม่ครบทุกมื้อร้อยละ 13 ไม่ชอบรับประทานผัก ผลไม้ ร้อยละ 40 และ 20 ตามลำดับ ชอบรับประทานอาหารขยะร้อยละ 36 และพบว่าลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน ทำให้มีปัญหาโภชนาการแตกต่างกัน สำหรับการดำเนินโครงการโภชนาการในโรงเรียนพบว่า ให้ประสบการณ์ทางโภชนาการแก่นักเรียนจากการสอนสุขศึกษา นโยบาย กฎระเบียบทางด้านโภชนาการ กิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้ และการให้คำปรึกษาทางด้านโภชนาการ จะเห็นว่าประสบการณ์เหล่านี้ไม่มีการวางแผนเป็นรูปธรรม ยกเว้นการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา ที่มีแนวโน้มจะช่วยพัฒนาภาวะโภชนาการของนักเรียนให้ดีขึ้น ถ้าสามารถควบคุมความแตกต่างทางด้านเศรษฐกิจและฐานะทางสังคมได้ สรุปว่าโครงการโภชนาการในโรงเรียนมีความจำเป็นมากต่อการพัฒนาสุขภาพของเด็กวัยเรียน

พลัมเมอร์ (Plummer. 1993 : 4597) ทำการศึกษาเรื่อง การประเมินความรู้ทัศนคติ และบริโภคนิสัยของนักเรียนเกรด 10 สังกัดโรงเรียนรัฐบาลในรัฐแมสซาชูเซตส์ (Assessment of Nutrition Knowledge, Attitudes, and Behaviors of Tenth-Grade Students in Massachusetts Public High Schools) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนในเมืองมีความรู้โภชนาการแคบ ไม่ลึกซึ้ง ความแตกต่างระหว่างเพศและลักษณะชุมชนไม่มีผลทำให้ทัศนคติทางบวกแตกต่างกัน บริโภคนิสัยของนักเรียนส่วนใหญ่มากกว่าครึ่งไม่รับประทานอาหารเช้า และส่วนใหญ่จะมีบริโภคนิสัยที่เสี่ยงน้อย นอกจากนี้นักเรียนหญิงมีส่วนร่วมในโครงการอาหารกลางวันน้อย และพบว่าในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาการสอนโภชนาการมักจะสอนโดยครอบครัวและโรงเรียนเท่านั้น

สนั่นเมือง (Sananmuang. 1993 : 5651) ได้ทำการศึกษา เรื่องความพึงพอใจในการรับประทานอาหารของวัยรุ่นไทย กับความรู้ และเจตคติของมารดาในเรื่องอาหารและโภชนาการ ได้ทำการวิจัยที่จังหวัดพิษณุโลก (Food Preferences of Thai Adolescents and Thai Adolescents and Their Mother Attitudes and Knowledge about Food and Nutrition) ผลการศึกษาพบว่า อาชีพของบิดามารดา และรายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กันมากต่อความรู้ และเจตคติของแม่ต่ออาหารและโภชนาการ อาชีพของมารดามีผลทางลบโดย

ตรงต่อเจตคติ การเตรียมอาหารและการดูแลโภชนาการ นอกจากนี้เจตคติของแม่มีความสำคัญต่อโภชนาการ และเมื่ออาหารมีผลทางบวกโดยตรงต่อเจตคติการเตรียมอาหารและการดูแลโภชนาการ ยิ่งกว่านั้นความรู้ทางด้านโภชนาการของแม่ก็มีผลทางบวกโดยตรงต่อความรู้เกี่ยวกับส่วนประกอบของอาหาร ซึ่งมีผลทางบวกโดยตรงต่อความรู้เกี่ยวกับอาหารและโปรตีนที่สมดุล ขณะที่เจตคติของแม่ต่อการเตรียมอาหารและการดูแลโภชนาการ มีผลทางบวกโดยตรงต่อความพึงพอใจอาหารของวัยรุ่น

เนลสัน (Nelson. 1994 : 215) ได้ทำการศึกษาเรื่อง เจตคติและพฤติกรรมการกินปกติ และโรคเบื่ออาหารของนักศึกษาวัยรุ่น มหาวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ (Normal and Amorexic Eating Attitude and Behaviors in Young Adult College Students) ผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นเกิดอาการเบื่ออาหาร (Anorexic Symptomatology) ร้อยละ 10 และหญิงพบสูงสุดร้อยละ 20 พฤติกรรมการกินอาหารของนักศึกษาชายกับนักศึกษาหญิงมีการรับรู้ทางบวก และมีปัญหาทางด้านจิตใจน้อยกว่าผู้มีปัญหาการกินอาหารผิดปกติ โดยนักศึกษาชายมีปัญหาในการกินอาหารสูงมาก และเกิดจากบรรยากาศของครอบครัว คือการควบคุมของพ่อ โดยผู้ที่ปัญหาเกี่ยวกับการกินอาหารมีการควบคุมทางจิตใจสูง พฤติกรรมเบื่ออาหารของนักศึกษาวัยรุ่นหญิงมีมากกว่านักศึกษาวัยรุ่นชาย

ซาร์เจนท์ และคณะ (Sargent et al. 1994 : 263-269) ได้รวบรวมผลการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่นในเซาท์แคโรไลนา (The South Carolina Youth Risk Behavior Survey Conducted during 1990 and 1991) ศึกษาในนักเรียนระดับ 9-12 ปี จำนวน 5,539 คน ในปี 1990 และ 5,856 คน ในปี 1991 ทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ใน 1 วันก่อนทำแบบสอบถาม เพศชายร้อยละ 53.30 และเพศหญิงร้อยละ 57.60 ไม่บริโภคผลไม้ เพศชายร้อยละ 74 เพศหญิงร้อยละ 76.10 ไม่บริโภคสลัดผักใบเขียว เพศหญิงร้อยละ 59.30 ไม่บริโภคอาหารที่ทำจากผัก และร้อยละ 55.50 ไม่ดื่มน้ำผลไม้ เพศชายร้อยละ 56.00 บริโภคแฮมเบอร์เกอร์ ฮ็อตดอก หรือไส้กรอก 1-2 ครั้ง เพศชายร้อยละ 67 และเพศหญิงร้อยละ 62 บริโภคเฟรนช์ฟรายด์ หรือมันฝรั่ง 1 ครั้งหรือมากกว่านั้น เพศชายร้อยละ 65.50 และเพศหญิงร้อยละ 60.40 บริโภคคุกกี้ โดนัท พาย หรือเค้ก

คุแซติส (Cusatis. 1995 : 3825) ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของปัจจัยทางสังคมจิตวิทยา ที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่น (Psychosocial Influences on Adolescent Eating Behavior) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยที่ชอบรับประทานอาหารมื้อหลักและอาหารว่างจากบ้าน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของตนเอง

ความพร้อมของครอบครัว และจำนวนมื้ออาหารของครอบครัว โดยที่นักเรียนชายมีกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมด้วย ส่วนบริโภคนิสัยเกี่ยวกับไขมัน น้ำตาล และความถี่ในการบริโภคอาหาร ระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่แตกต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นแตกต่างกันด้วย

จากเอกสารการวิจัยต่างประเทศจะเห็นได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กและวัยรุ่น ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อิทธิพลจากครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจ ความพึงพอใจส่วนตัว ลักษณะทางประชากรศาสตร์ แหล่งข้อมูลข่าวสาร สิ่งแวดล้อม กลุ่มเพื่อน การเรียนรู้ทางสังคม สังคมจิตวิทยา ความรู้ทางโภชนาการ ตลอดจนสื่อสารมวลชนล้วนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของวัยรุ่นทั้งสิ้น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าตามลำดับดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
3. วิธีการสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. วิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษา จำนวน 25 โรงเรียน ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในรวม 18 เขต จำนวนนักเรียนทั้งหมด 23,360 คน เป็นนักเรียนชาย 11,097 คน และนักเรียนหญิง 12,263 คน (กรมสามัญศึกษา. 2540 : 1-8)

จากการแบ่งสภาพชุมชนของกรุงเทพมหานคร ซึ่งแบ่งกรุงเทพมหานคร ออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กรุงเทพมหานครชั้นใน กรุงเทพมหานครชั้นกลาง และกรุงเทพมหานครชั้นนอก ในที่นี้ศึกษาเฉพาะ ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน เนื่องจากพื้นที่ของเขตกรุงเทพมหานครชั้นในส่วนใหญ่เป็นที่ตั้งของย่านธุรกิจการค้า และห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง ซึ่งมีร้านอาหารจานด่วนตั้งอยู่เป็นจำนวนมาก และในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในประกอบด้วยเขตต่าง ๆ รวม 18 เขต ได้แก่ เขตพระนคร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย เขตปทุมวัน เขตบางรัก เขตสาทร เขตสัมพันธวงศ์ เขตดุสิต เขตพญาไท เขตห้วยขวาง เขตธนบุรี เขตดินแดง เขตบางกอกใหญ่ เขตบางคอแหลม เขตบางซื่อ เขตราชเทวี เขตคลองเตย เขตคลองสาน และเขตจตุจักร (กรุงเทพมหานคร. 2536 : 6)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภท

สหศึกษา จำนวน 13 โรงเรียน จำนวนนักเรียนรวมทั้งสิ้น 1,391 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) ตามลำดับดังนี้

ขั้นที่ 1 การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรของยามาเน่ (Yamane. 1970 : 887) ดังนี้

$$n = \frac{Z^2 \pi (1 - \pi) N}{Z^2 \pi (1 - \pi) + Ne^2}$$

เมื่อ	n	=	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	N	=	จำนวนประชากร
	e	=	ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ยอมให้เกิดความคลาดเคลื่อนได้ไม่เกินร้อยละ 4
	π	=	0.5
	Z	=	3

จากการคำนวณพบว่าได้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 1,326.40 คน

ขั้นที่ 2 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) โดยมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. สุ่มเขตที่จะทำการศึกษาโดยวิธีการจับสลากรายชื่อเขต จากการแบ่งสภาพชุมชนของกองผังเมือง กรุงเทพมหานคร เฉพาะในเขตกรุงเทพชั้นใน เนื่องจากพื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ตั้งของย่านธุรกิจการค้าและห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง ซึ่งมีร้านอาหารจานด่วนตั้งอยู่เป็นจำนวนมาก ซึ่งในเขตกรุงเทพชั้นในประกอบด้วยเขตต่าง ๆ จำนวน 18 เขต ทำการสุ่มมาร้อยละ 50 ได้มา 9 เขต รายละเอียดดังแสดงในตาราง 6

ตาราง 6 แสดงรายชื่อเขตที่ทำการสุ่มเพื่อหากลุ่มตัวอย่าง (เฉพาะในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน)

รายชื่อเขต	เขตที่สุ่มได้
เขตพระนคร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย	เขตพระนคร เขตบางกอกใหญ่
เขตปทุมวัน เขตสัมพันธวงศ์ เขตบางรัก	เขตบางรัก เขตพญาไท
เขตดุสิต เขตพญาไท เขตห้วยขวาง	เขตสาทร เขตปทุมวัน
เขตธนบุรี เขตดินแดง เขตบางกอกใหญ่	เขตราชเทวี เขตบางซื่อ
เขตสาทร เขตบางคอแหลม เขตบางซื่อ	เขตจตุจักร
เขตราชเทวี เขตคลองเตย เขตคลองสาน	
เขตจตุจักร	

2. สํารวจโรงเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษา ซึ่งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในที่ทำการสุ่มได้จาก 9 เขต มีทั้งหมด 13 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย โรงเรียนวัดสังเวช โรงเรียนศิลาจารพิพัฒน์ โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย โรงเรียนมัธยมวัดปทุมคงคา โรงเรียนยานนาวาวิทยาลัย โรงเรียนสารวิทยา โรงเรียนหอวัง โรงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม และโรงเรียนฤทธิธินรงค์รอน

3. สุ่มห้องเรียนในแต่ละโรงเรียนแยกตามระดับชั้น ระดับชั้นละ 1 ห้องเรียน โดยใช้วิธีการจับสลากห้องเรียน ได้ห้องเรียนจำนวน 39 ห้องเรียน และให้นักเรียนทุกคนในห้องเรียนนั้นเป็นกลุ่มตัวอย่าง

4. จากจำนวนนักเรียนที่สุ่มมาทั้งหมด พบว่ามีจำนวนนักเรียนรวมทั้งสิ้น 1,391 คน ซึ่งมีจำนวนมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการคำนวณ ผู้วิจัยจึงได้นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ผลทั้งหมด รายละเอียดดังแสดงในตาราง 7

ตาราง 7 แสดงจำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

โรงเรียน	ระดับชั้น	ชาย	หญิง	จำนวนนักเรียน
<u>เขตปทุมวัน</u>				
เตรียมอุดมศึกษา	4/13	18	27	45
	5/8	13	25	38
	6/2	11	14	25
<u>เขตบางรัก</u>				
พุทธจักรวิทยา	4/6	21	13	34
	5/5	13	22	35
	6/3	10	38	48
<u>เขตพญาไท</u>				
สามเสนวิทยาลัย	4/2	17	39	56
	5/8	19	26	45
	6/4	18	19	37
<u>เขตพระนคร</u>				
วัดสังเวช	4/2	12	25	37
	5/4	6	16	22
	6/2	11	19	30
<u>เขตสาทร</u>				
ยานนาวาวิทยาคม	4/4	29	10	39
	5/1	19	13	32
	6/1	21	12	33
<u>เขตบางซื่อ</u>				
ศิลาจารพิพัฒน์	4/4	12	25	37
	5/4	10	25	35
	6/4	14	16	30

ตาราง 7 (ต่อ)

โรงเรียน	ระดับชั้น	ชาย	หญิง	จำนวนนักเรียน
สุวรรณสุทธารามวิทยา	4/1	20	21	41
	5/3	10	20	30
	6/1	12	17	29
<u>เขตราษฎร์เทพ</u>				
สันติราษฎร์วิทยาลัย	4/2	19	20	39
	5/7	18	23	41
	6/3	18	22	40
มักกะสันพิทยา	4/2	6	23	29
	5/1	11	16	27
	6/2	13	7	20
<u>เขตจตุจักร</u>				
สารวิทยา	4/11	14	27	41
	5/5	12	25	37
	6/1	10	24	34
หอวัง	4/6	18	24	42
	5/8	22	25	47
	6/10	22	17	39
<u>เขตบางกอกใหญ่</u>				
วัดประดู่ในทรงธรรม	4/2	17	14	31
	5/1	20	15	35
	6/4	17	14	31
ฤทธิณรงค์รอน	4/1	12	21	33
	5/3	15	20	35
	6/2	12	20	32
จำนวนนักเรียนรวมทั้งสิ้น				1,391 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ตอนที่ 5 แบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

วิธีการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษารวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากเอกสารทางวิชาการ หนังสือตำราและรายงานวิจัยรวมทั้งบทความจากวารสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์รายวันและรายสัปดาห์ที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และจากคำให้สัมภาษณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการสร้างเครื่องมือ
2. สร้างแบบสอบถามและแบบทดสอบ และนำเครื่องมือที่สร้างเสร็จแล้วนำไปให้คณะกรรมการควบคุมการทำปริญญาณิพนธ์ตรวจ เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปหาคุณภาพเครื่องมือต่อไป

วิธีการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว
เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งจะประกอบด้วยข้อคำถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว ได้แก่ เพศ เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ เงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารจานด่วน ผู้ปกครอง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา อาชีพของบิดาและมารดา และจำนวนสมาชิกในครอบครัว เป็นแบบสอบถามชนิดให้เติมคำหรือข้อความลงในช่องว่าง หรือเลือกคำตอบที่มีให้

ตัวอย่างแบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว

ตอนที่ 1

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงใน ☐ หน้าคำตอบที่เป็นความจริง หรือเติมคำลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

1. เพศของนักเรียนคือ

1. ☐ ชาย

2. ☐ หญิง

2. เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับต่อสัปดาห์.....บาท

3. ผู้ปกครองของนักเรียนคือ

1. ☐ บิดาและมารดา

2. ☐ บิดา

3. ☐ มารดา

4. ☐ ญาติพี่น้อง

5. ☐ บุคคลอื่น (โปรดระบุ).....

4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว

1. ☐ น้อยกว่า 9,000 บาท

2. ☐ 9,000 - 25,000 บาท

3. ☐ มากกว่า 25,000 บาทขึ้นไป

(ดูรายละเอียดในภาคผนวก)

2. แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

2.1 เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน ในด้านของ สถานที่ที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน ชนิดของอาหารที่นักเรียนรับประทาน ท่าเลที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วนที่นักเรียนเลือกใช้บริการ ช่วงเวลาที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เวลาที่นักเรียนใช้ในการรับประทานอาหารจานด่วน ความถี่โดยเฉลี่ยในการรับประทานอาหารจานด่วนต่อสัปดาห์ เหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารจานด่วน และการรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อต่าง ๆ ได้แก่ วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ สิ่งพิมพ์เย็บเล่ม แผ่นพับ ป้ายโฆษณา และบุคคล ของนักเรียน เป็นแบบสอบถามชนิดให้เติมคำหรือข้อความลงในช่องว่าง หรือเลือกคำตอบที่มีให้

2.2 เป็นแบบสอบถามปริมาณการบริโภคอาหารจานด่วนว่ามากหรือน้อยเพียงใด โดยวัดจากระดับความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วนในสถานการณ์ต่าง ๆ ของนักเรียน โดยให้นักเรียนเลือกตอบตามความถี่ที่บริโภคจริง จำนวน 27 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบ

มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert มี 5 ระดับ ได้แก่ เป็นประจำ บ่อยครั้ง บางครั้ง น้อยครั้ง น้อยที่สุด

เกณฑ์การให้คะแนน

การให้คะแนนปริมาณการบริโภคอาหารจานด่วน คือให้คะแนนเป็นรายข้อดังนี้

ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นประจำ ให้คะแนน 5 คะแนน

ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน บ่อยครั้ง ให้คะแนน 4 คะแนน

ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน บางครั้ง ให้คะแนน 3 คะแนน

ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน น้อยครั้ง ให้คะแนน 2 คะแนน

ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน น้อยที่สุด ให้คะแนน 1 คะแนน

เกณฑ์การประเมินผล

ประเมินค่าเฉลี่ยโดยใช้เกณฑ์การประเมินค่าของเบสท์ (Best, 1981 : 204-205) แบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.50 - 5.00 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 3.50 - 4.49 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50 - 3.49 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50 - 2.49 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.49 หมายถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับน้อย

ตัวอย่างแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ตอนที่ 2.1

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงใน ☐ หน้าคำตอบที่เป็นความจริง หรือเติมคำลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

1. นักเรียนเคยรับประทานอาหารจานด่วน (Fast Food) หรือไม่
 1. ☐ เคย
 2. ☐ ไม่เคย
2. สถานที่ใดที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยที่สุด
 1. ☐ ร้านอาหารจานด่วน
 2. ☐ ช้อกลับไปรับประทานที่บ้าน
 3. ☐ สั่งอาหารมารับประทานที่บ้านโดยใช้บริการทางโทรศัพท์

3. ชนิดของอาหารจานด่วนที่นักเรียนชอบรับประทานมากที่สุด

- | | |
|---|---|
| 1. ☐ ไก่ทอด | 2. ☐ พิซซ่า |
| 3. ☐ แฮมเบอร์เกอร์ | 4. ☐ ไส้กรอก |
| 5. ☐ แซนวิช | 6. ☐ ไก่ย่าง |
| 7. ☐ ยี่หอทอด | 8. ☐ มันฝรั่งทอด |

ตอนที่ 2.2

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาว่าในสถานการณ์ต่อไปนี้ ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนอยู่ในระดับใด ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวนักเรียนมากที่สุดเพียงช่องเดียว

ลำดับ	นักเรียนบริโภคอาหารจานด่วน	ระดับความถี่ในการบริโภค				
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยครั้ง	น้อยที่สุด
1.	เมื่อไปซื้อสินค้าในห้างสรรพสินค้า					
2.	เมื่อมีร้านอาหารจานด่วนยี่ห้อใหม่ ๆ เข้ามาเปิดบริการ					

(ดุรายละเอียดในภาคผนวก)

3. แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่

3.1 ลักษณะสนใจของอาหารจานด่วน เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความคิดเห็นทั้งทางบวก และทางลบ จำนวน 30 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert มี 5 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยแบ่งลักษณะสนใจของอาหารจานด่วนออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ด้านราคาของอาหาร ด้านความสะดวกและรวดเร็ว ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร

เกณฑ์การให้คะแนน

การให้คะแนนข้อคำถามแต่ละข้อ ต้องพิจารณาว่าข้อความในข้อนั้น ๆ เป็นข้อความทางบวกหรือข้อความทางลบ และพิจารณาว่าผู้ตอบแบบสอบถามเลือกทำเครื่องหมายในช่องใด แล้วให้คะแนนในแต่ละข้อตามเกณฑ์ ดังนี้

สำหรับข้อความที่เป็นข้อความทางบวก ให้คะแนน 5, 4, 3, 2 และ 1 เมื่อผู้ตอบแบบสอบถามทำเครื่องหมายลงในช่องเห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตามลำดับ

สำหรับข้อความที่เป็นข้อความทางลบ ให้คะแนน 1, 2, 3, 4 และ 5 เมื่อผู้ตอบแบบสอบถามทำเครื่องหมายลงในช่องเห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตามลำดับ

เกณฑ์การประเมินผล

ประเมินค่าเฉลี่ยโดยใช้เกณฑ์การประเมินค่าของเบสท์ (Best. 1981 : 204-205) แบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.50-5.00 หมายถึงปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 3.50-4.49 หมายถึงปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50-3.49 หมายถึงปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50-2.49 หมายถึงปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00-1.49 หมายถึงปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับน้อย

ตัวอย่างแบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 3.1 ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อความเกี่ยวข้องหรือความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1.	<u>ด้านคุณลักษณะของอาหาร</u> อาหารจานด่วนมีรสชาติอร่อยถูกใจ					
2.	อาหารจานด่วนมีสีสันทันรับประทาน					
3.	<u>ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร</u> อาหารจานด่วนมีสารอาหารครบถ้วน					
4.	<u>ด้านราคาของอาหาร</u> ราคาของอาหารจานด่วนยุติธรรม					
5.	<u>ด้านความสะดวกและรวดเร็ว</u> อาหารจานด่วนหาซื้อง่าย					
6.	<u>ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร</u> ทำเลที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วนไปมาสะดวก					

(ดูรายละเอียดในภาคผนวก)

3.2 อิทธิพลของเพื่อน เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความคิดเห็นทั้งทางบวก และทางลบ จำนวน 11 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert มี 5 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนนและเกณฑ์การประเมินผล

เหมือน ตอนที่ 3.1 ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน

ตัวอย่างแบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 3.2 อิทธิพลของเพื่อน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อความเกี่ยวข้องหรือความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของเพื่อน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ ใจ	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
1.	นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เพราะต้องการการยอมรับจากเพื่อน					
2.	การรับประทานอาหารจานด่วน ในระยะแรกเกิดจากคำแนะนำของเพื่อน					

(ดูรายละเอียดในภาคผนวก)

3.3 อิทธิพลของสื่อโฆษณา เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความคิดเห็นทั้งทางบวก และทางลบ จำนวน 11 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert มี 5 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนนและเกณฑ์การประเมินผล

เหมือน ตอนที่ 3.1 ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน

ตัวอย่างแบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 3.3 อิทธิพลของสื่อโฆษณา

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อความเกี่ยวข้องหรือความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของสื่อโฆษณา กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ ใจ	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
1.	สื่อโฆษณามีผลต่อการเลือก รับประทานอาหารจานด่วน ของนักเรียน					
2.	รูปแบบของสื่อโฆษณามีผลต่อ การบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียน					

(ดูรายละเอียดในภาคผนวก)

4. แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความคิดเห็นทั้งทางบวก และทางลบ จำนวน 28 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert มี 5 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนน

เหมือน ตอนที่ 3.1 ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน

เกณฑ์การประเมินผล

ค่าเฉลี่ย 4.50-5.00 หมายถึงเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 3.50-4.49 หมายถึงเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50-3.49 หมายถึงเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50-2.49 หมายถึงเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00-1.49 หมายถึงเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับน้อย

ตัวอย่างแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ตอนที่ 4

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อความนั้นอย่างไร โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ ใจ	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
1.	อาหารจานด่วนจัดเป็นอาหารว่างที่ดี					
2.	อาหารจานด่วนมีคุณภาพเชื่อถือได้					

(ตูรายละเอียดในภาคผนวก)

5. แบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ลักษณะคำถามเป็นแบบปรนัยชนิดเลือกตอบ

(Multiple Choices) มี 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ

เกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน คือ ถ้าตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน

เกณฑ์การประเมินผล

แบบสอบถามมีทั้งหมด 20 ข้อ ประเมินผลโดย นำคะแนนที่นักเรียนตอบถูกคิดเทียบเป็นร้อยละแล้วนำไปเทียบกับเกณฑ์ประเมินผลของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วยระเบียบการประเมินผลการเรียนตามหลักสูตร มัธยมศึกษา 2521 (2525 : 420-421) ซึ่งกำหนดระดับผลการเรียนไว้ดังนี้

ร้อยละ 80-100 หมายถึง ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนระดับดีมาก

ร้อยละ 70-79 หมายถึง ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนระดับดี

ร้อยละ 60-69 หมายถึง ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนระดับค่อนข้างดี

ร้อยละ 50-59 หมายถึง ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนระดับพอใช้

ร้อยละ 0-49 หมายถึง ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนระดับควรปรับปรุง

ตัวอย่างแบบทดสอบความรู้ทางโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

ตอนที่ 5

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. ข้อใดจัดว่าเป็นอาหารจานด่วนที่มาจากประเทศตะวันตก

ก. ข้าวผัดอเมริกัน

ข. ก๋วยเตี๋ยวผัดไทย

ค. สุกียากี้

ง. แฮมเบอร์เกอร์

2. ในอาหารจานด่วนจะขาดสิ่งใดมากที่สุด

ก. ไขมัน

ข. ผัก

ค. น้ำตาล

ง. เนื้อสัตว์

(ดูรายละเอียดในภาคผนวก)

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

การหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้คือ

1. นำแบบสอบถาม ข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และแบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร. สมสรร วงษ์อยู่น้อย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทศพร มณีศรีขำ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งทางด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะที่ผู้วิจัยกำหนด โดยใช้เกณฑ์กำหนดความคิดเห็นดังนี้

คะแนน 1 สำหรับแบบสอบถามที่มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

คะแนน 0 สำหรับแบบสอบถามที่ไม่แน่ใจว่ามีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

คะแนน -1 สำหรับแบบสอบถามที่ไม่มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

บันทึกผลการพิจารณาความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิแต่ละข้อ แล้วนำไปหาค่าดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้วิจัยเลือกข้อสอบที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 จึงแสดงว่าแบบสอบถามนั้นมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

2. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนราชวินิต มัธยม ซึ่งเป็นโรงเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนทำการวิเคราะห์รายข้อ (Item Analysis)

2.1 การวิเคราะห์รายข้อ

2.1.1 นำแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม และแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน หาอำนาจจำแนก (Discrimination) โดยใช้เทคนิคร้อยละ 25 แล้วทดสอบด้วยสถิติค่าที (t-test) เลือกข้อที่มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มาใช้ในการวิจัย และเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกเท่ากับหรือมากกว่า 1.75 ขึ้นไปได้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530 : 114-116) พบว่าแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งหมด 27 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 3.28 ถึง 8.61 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน ทั้งหมด 32 ข้อ ตัดออก 2 ข้อ ได้แบบสอบถามจำนวน 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 2.07 ถึง 5.34 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอิทธิพลของเพื่อน ทั้งหมด 11 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 4.21 ถึง 9.09 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านอิทธิพลของสื่อโฆษณา ทั้งหมด 11 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 3.92 ถึง 8.53

แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งหมด 40 ข้อ ตัดออก 12 ข้อ ได้แบบสอบถามจำนวน 28 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 2.46 ถึง 7.47

2.1.2 นำแบบทดสอบวัดความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ไปหาค่าความยากง่าย (Difficulty) และหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) โดยการตรวจให้คะแนนข้อที่ตอบถูกให้ 1 คะแนน ข้อที่ตอบผิด ไม่ตอบหรือตอบเกินกว่า 1 ตัวเลือก ให้ 0 คะแนน แล้วนำมาวิเคราะห์โดยใช้เทคนิค 27% ของ จุง เต ฟาน (Chung Teh Fan) โดยตัด 27% ของกลุ่มสูง และ 27% ของกลุ่มต่ำ หาค่า PH และ PL แล้วนำไปเปิดตารางสำเร็จรูปที่ จุง เต ฟาน สร้างไว้ เลือกเอาข้อที่มีค่าความยากง่าย (P) ระหว่าง 0.20 - 0.80 มีค่าอำนาจจำแนก (r) 0.20 ขึ้นไปไว้ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 168)

พบว่าแบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ทั้งหมด 30 ข้อ ตัดออก 10 ข้อ ได้แบบสอบถามจำนวน 20 ข้อ มีค่าความยากง่ายตั้งแต่ 0.21 ถึง 0.80 และมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.22 ถึง 0.52

2.2 หาค่าความเชื่อมั่น

นำแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และแบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ที่คัดเลือกไว้ในข้อ 2.1 ไปคำนวณหาความเชื่อมั่น ดังนี้

2.2.1 นำแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน หาความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530 : 119) พบว่าแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วนมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.85 ด้านอิทธิพลของเพื่อนมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78 ด้านอิทธิพลของสื่อโฆษณาที่มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.79 และแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90

2.2.2 นำแบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน หาความเชื่อมั่นโดยใช้ สูตร KR20 ของ คูเดอร์ ริชชาดสัน (Kuder Richardson) (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530 : 106) พบว่าแบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.81

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ไปยังผู้อำนวยการของโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 13 โรงเรียน เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ไปส่งแก่ผู้อำนวยการโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งนัดหมาย วัน เวลา ที่จะเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1 กันยายน 2540 ถึงวันที่ 19 กันยายน 2540
3. ผู้วิจัยเดินทางไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามและเก็บแบบสอบถามคืนภายในวันที่เก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 6 โรงเรียน และขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์แนะแนว และอาจารย์ประจำชั้น ในการช่วยแจกแบบสอบถามไปยังนักเรียน จำนวน 7 โรงเรียน เมื่อถึงวันที่นัดหมายไว้ ผู้วิจัยเดินทางไปขอรับข้อมูลคืนด้วยตนเอง
4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาตรวจสอบความเรียบร้อย พบว่าได้รับแบบสอบถามกลับคืนครบตามจำนวนที่ส่งไป คิดเป็นร้อยละ 100.00

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for Social Science) ตามจุดมุ่งหมายของการวิจัย และสมมติฐานดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างโดยคำนวณค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple Correlation)
3. วิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1.1 ค่าร้อยละ โดยใช้สูตร (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 59)
- 1.2 ค่าคะแนนเฉลี่ย โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2530 : 40)
- 1.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2530 : 74)

2. สถิติวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 การหาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ โดยใช้สูตร (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2526 : 169)

$$IC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IC	แทน	ดัชนีความสอดคล้อง
	$\sum R$	แทน	ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
	N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

2.2 วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้เทคนิคร้อยละ 25 ของการ์เรต (Garret) แล้วทดสอบด้วยสถิติ t - test (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530 : 114 - 116)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละข้อของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ
	$\bar{X}_H$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของคะแนนในกลุ่มสูง
	$\bar{X}_L$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของคะแนนในกลุ่มต่ำ

S_H^2	แทน	ความแปรปรวนของการกระจายของคะแนนในกลุ่มสูง
S_L^2	แทน	ความแปรปรวนของการกระจายของคะแนนในกลุ่มต่ำ
n_H	แทน	จำนวนคนที่เลือกมาจากกลุ่มคะแนนสูง
n_L	แทน	จำนวนคนที่เลือกมาจากกลุ่มคะแนนต่ำ

2.3 หาค่าความยาก (Difficulty) ของแบบทดสอบวัดความรู้ทางโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน โดยใช้สูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 136)

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

เมื่อ	P	แทน	ค่าความยากง่าย
	R	แทน	จำนวนที่ทำข้อนั้นถูก
	N	แทน	จำนวนที่ทำข้อนั้นทั้งหมด

2.4 วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามวัดความรู้ทางโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน โดยใช้เทคนิค 27 เปอร์เซนต์ จากตารางสำเร็จรูป ของ จุง เต ฟาน (Fan. 1952 : 5-32)

2.5 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530 : 119)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถามในแต่ละแบบสอบถาม

$$\sum S_i^2 \quad \text{แทน} \quad \text{ผลรวมของค่าความแปรปรวนของคะแนน}$$

$$S_i^2 \quad \text{แทน} \quad \text{ความแปรปรวนของคะแนนรวมของแบบสอบถาม}$$

2.6 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ใช้สูตร ของ คูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder Richardon) สูตร KR-20 (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530 : 106)

$$r_{tt} = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum pq}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	r_{tt}	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
	k	แทน	จำนวนฉบับข้อสอบ
	S_t^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของข้อสอบทั้งฉบับ
	p	แทน	สัดส่วนของคนทำถูกในแต่ละข้อ
	q	แทน	1 - p

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple Correlation)

3.2 วิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผล

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เพื่อให้การแปลความหมายในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นที่เข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean)
SD.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
df	แทน	ชั้นของความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยกำลังสองของคะแนน (Mean Squares)
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	ค่าอำนาจพยากรณ์
a	แทน	ค่าคงที่ของการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
b	แทน	สัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวพยากรณ์ ซึ่งพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
B	แทน	สัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวพยากรณ์ ซึ่งพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
S.E.b	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์
S.E.est	แทน	ความคลาดเคลื่อนของการพยากรณ์
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F- Distribution
X_1	แทน	เพศ
X_2	แทน	เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ
X_3	แทน	เงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารจานด่วน
X_4	แทน	เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
X_5	แทน	ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน
X_6	แทน	ผู้ปกครอง

X_7	แทน	ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว
X_8	แทน	ระดับการศึกษาของบิดา
X_9	แทน	ระดับการศึกษาของมารดา
X_{10}	แทน	บิดาประกอบอาชีพรับจ้าง
X_{11}	แทน	บิดาประกอบอาชีพค้าขาย
X_{12}	แทน	บิดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว
X_{13}	แทน	บิดาประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน
X_{14}	แทน	บิดาประกอบอาชีพรับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ
X_{15}	แทน	บิดาประกอบอาชีพเกษตรกร
X_{16}	แทน	มารดาประกอบอาชีพรับจ้าง
X_{17}	แทน	มารดาประกอบอาชีพค้าขาย
X_{18}	แทน	มารดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว
X_{19}	แทน	มารดาประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน
X_{20}	แทน	มารดาประกอบอาชีพรับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ
X_{21}	แทน	มารดาประกอบอาชีพเกษตรกร
X_{22}	แทน	ขนาดของครอบครัว
X_{23}	แทน	ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร
X_{24}	แทน	ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณค่าทางโภชนาการ
X_{25}	แทน	ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร
X_{26}	แทน	ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว
X_{27}	แทน	ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน
X_{28}	แทน	อิทธิพลของเพื่อน
X_{29}	แทน	อิทธิพลของสื่อโฆษณา
Y	แทน	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล จำแนกเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง
2. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

ผลการศึกษาค้นคว้า

1. การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 การวิเคราะห์จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง รายละเอียดดังแสดงในตาราง 8 ถึง ตาราง 10

ตาราง 8 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปร

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนนักเรียนทั้งหมด	1,391	100.00
<u>เพศ</u>		
ชาย	592	42.60
หญิง	799	57.40
<u>ผู้ปกครอง</u>		
บิดาและมารดา	910	65.40
บิดา	75	5.40
มารดา	186	13.40
ญาติพี่น้อง	174	12.50
บุคคลอื่น	46	3.30
<u>ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว</u>		
น้อยกว่า 9,000 บาท	216	15.50
9,000 - 25,000 บาท	691	49.70
มากกว่า 25,000 บาท	484	34.80
<u>ระดับการศึกษาของบิดา</u>		
ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า	448	32.20
มัธยมศึกษา/ปวช./ปวส./อนุปริญญา	567	40.80
ปริญญาตรี หรือสูงกว่า	352	25.30
ไม่ตอบ	24	1.70

ตาราง 8 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
<u>ระดับการศึกษาของมารดา</u>		
ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า	625	44.90
มัธยมศึกษา/ปวช./ปวส/อนุปริญญา	465	32.70
ปริญญาตรี หรือสูงกว่า	286	20.60
ไม่ตอบ	25	1.80
<u>อาชีพของบิดา</u>		
รับจ้าง	286	20.60
ค้าขาย	272	19.60
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	272	19.60
พนักงานบริษัทเอกชน	131	9.40
รับราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ	364	26.20
เกษตรกร	31	2.20
ไม่ตอบ	35	2.50
<u>อาชีพของมารดา</u>		
รับจ้าง	207	14.90
ค้าขาย	338	24.30
ประกอบธุรกิจส่วนตัว	163	11.70
พนักงานบริษัทเอกชน	73	5.20
รับราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ	251	18.00
เกษตรกร	37	2.70
อื่น ๆ (แม่บ้าน)	302	21.70
ไม่ตอบ	20	1.40
<u>ขนาดของครอบครัว</u>		
จำนวนสมาชิกในครอบครัว		
มากกว่า 7 คนขึ้นไป	132	9.30
5 - 7 คน	599	43.20

ตาราง 8 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 5 คน	660	47.50

จากตาราง 8 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้างนี้ มีจำนวนทั้งสิ้น 1,391 คน เป็นนักเรียนชาย 592 คน คิดเป็นร้อยละ 42.60 นักเรียนหญิง 799 คน คิดเป็นร้อยละ 57.40

เมื่อจำแนกตามผู้ปกครอง พบว่า นักเรียนมีบิดาและมารดาเป็นผู้ปกครองมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.40 รองลงมาได้แก่ มารดาเป็นผู้ปกครองของนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 13.40 ผู้ปกครองของนักเรียนที่เป็นบุคคลอื่นมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.30

เมื่อจำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว พบว่า ครอบครัวส่วนใหญ่มีฐานะทางเศรษฐกิจจัดอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.70 โดยมีรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ย 9,000-25,000 บาทต่อเดือน รองลงมาได้แก่ครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 34.80 โดยมีรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยสูงกว่า 25,000 บาทต่อเดือน และครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับต่ำมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 15.50 โดยมีรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยน้อยกว่า 9,000 บาทต่อเดือน

เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษาของบิดาและมารดา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีบิดาจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาแต่ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 40.80 รองลงมาได้แก่ จบการศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 32.20 และบิดาที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่าปริญญาตรีขึ้นไป มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.30 และพบว่านักเรียนที่มีมารดาจบการศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่ามีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 44.90 รองลงมาได้แก่จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาแต่ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 32.70 และบิดาที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่าปริญญาตรีขึ้นไป มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 20.60

เมื่อจำแนกตามอาชีพของบิดาและมารดา พบว่า นักเรียนที่มีบิดาประกอบอาชีพรับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.20 รองลงมาได้แก่ นักเรียนที่มีบิดาประกอบอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 20.60 และบิดาประกอบอาชีพเกษตรกรมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.20 นักเรียนส่วนใหญ่มีมารดาประกอบอาชีพค้าขาย คิดเป็น

ร้อยละ 24.30 รองลงมาได้แก่ รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 18.00 มารดาประกอบอาชีพเกษตรกรรมมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.70

เมื่อจำแนกตามขนาดของครอบครัว พบว่า ครอบครัวส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวต่ำกว่า 5 คน คิดเป็นร้อยละ 47.50 รองลงมาได้แก่ สมาชิก 5-7 คน คิดเป็นร้อยละ 43.20 และพบว่าจำนวนสมาชิกมากกว่า 7 คนขึ้นไปมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 9.30

ตาราง 9 แสดงจำนวนและค่าร้อยละพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของกลุ่มตัวอย่าง

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน (Fast Food)		
เคย	1271	91.40
ไม่เคย	96	6.90
ไม่ตอบ	24	1.70
สถานที่ใดที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน		
ร้านอาหารจานด่วน	977	70.20
ซื้อกลับไปรับประทานที่บ้าน	217	15.60
สั่งอาหารโดยใช้บริการทางโทรศัพท์	185	13.30
ไม่ตอบ	12	0.90
ชนิดของอาหารจานด่วนที่นักเรียนชอบรับประทานมากที่สุด		
ไก่ทอด	471	33.90
พิซซ่า	369	26.50
แฮมเบอร์เกอร์	199	14.30
ไก่ย่าง	105	7.50
มันฝรั่งทอด	101	7.30
แซนด์วิช	49	3.50
ฮ็อตดอก	43	3.10
ไส้กรอก	43	3.10
ไม่ตอบ	11	0.80

ตาราง 9 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวน	ร้อยละ
ทำเลที่นักเรียนเลือกใช้บริการบ่อยที่สุด		
ในห้างสรรพสินค้า	997	71.70
ร้านที่ตั้งตามแนวถนน	243	17.50
ย่านธุรกิจการค้า	141	10.10
ไม่ตอบ	10	0.70
ช่วงเวลาที่นักเรียนมักจะรับประทานอาหารจานด่วนที่ร้านอาหาร		
ก่อน 11.00 น.	69	5.00
11.00 - 13.00 น.	347	24.90
13.01 - 15.00 น.	250	18.00
15.01 - 17.00 น.	382	27.50
17.01 - 19.00 น.	232	16.70
หลัง 19.00 น.	101	7.30
ไม่ตอบ	10	0.70
เวลาที่นักเรียนใช้โดยประมาณในการรับประทานอาหารจานด่วนที่ร้านอาหาร		
ไม่เกิน 15 นาที	171	12.70
16 - 30 นาที	286	20.60
31 - 45 นาที	334	24.00
46 - 60 นาที	292	21.00
มากกว่า 60 นาที	293	21.10
ไม่ตอบ	9	0.60
นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ยประมาณสัปดาห์ละกี่ครั้ง		
1 ครั้ง/สัปดาห์	640	46.00
2 - 3 ครั้ง/สัปดาห์	403	29.00
4 - 5 ครั้ง/สัปดาห์	102	7.30
6 - 7 ครั้ง/สัปดาห์	33	2.40
มากกว่า 7 ครั้ง/สัปดาห์	33	2.40

ตาราง 9 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วน	จำนวน	ร้อยละ
อื่น ๆ	180	12.90
เหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารจานด่วนของนักเรียน		
ตั้งใจไปรับประทานเพราะหิว	227	16.30
เพื่อนชักชวน	318	22.90
ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร	101	7.30
รสชาติอาหารอร่อยถูกใจ	125	9.00
รอเวลาทำธุระอย่างอื่น	27	1.90
ราคาไม่แพงจนเกินไป	19	1.40
ความสะดวกปลอดภัย	29	2.10
บรรยากาศของร้าน	28	2.00
ความสะดวกรวดเร็วในการเลือกซื้อ	202	4.50
หาซื้อง่าย	91	6.50
บริการของร้านอาหาร	11	0.80
ความสะดวกในการรับประทาน	32	2.30
ทำเลที่ตั้งสะดวกต่อการเดินทาง	20	1.40
ต้องการประหยัดเวลาในการรับประทานอาหาร	24	1.70
เป็นที่นิยมรับของสังคมขณะนี้ (โก้เก๋ ทันสมัย)	9	0.60
ส่งเสริมการขายดี	9	0.60
อื่น ๆ	116	8.30
ไม่ตอบ	3	0.20

จากตาราง 9 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เคยรับประทานอาหารจานด่วน คิดเป็นร้อยละ 91.40 ไม่เคยรับประทานอาหารจานด่วน คิดเป็นร้อยละ 1.70 โดยรับประทานที่ร้านอาหารจานด่วน คิดเป็นร้อยละ 70.20 รองลงมาได้แก่ ซื้อกลับไปรับประทานที่บ้านคิดเป็นร้อยละ 15.60 และเป็นส่วนน้อยสั่งอาหารมารับประทานที่บ้านโดยใช้บริการทางโทรศัพท์ คิดเป็นร้อยละ 13.30 อาหารจานด่วนที่นักเรียนชอบรับประทานมากที่สุด ได้แก่ ไก่ทอด คิดเป็นร้อยละ

33.90 รองลงมาได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ย่าง มันฝรั่งทอด แซนดิวิช ฮีทดอก และ ไข่กรอก คิดเป็นร้อยละ 26.50, 14.30, 7.50, 7.30, 3.50, 3.10 และ 3.10 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาทำเลที่นักเรียนเลือกใช้บริการบ่อยที่สุด พบว่านักเรียนใช้บริการในห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 71.70 รองลงมาได้แก่ร้านที่ตั้งตามแนวถนน คิดเป็นร้อยละ 17.50 และในย่านธุรกิจการค้ามีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.10 นักเรียนมักจะรับประทานอาหารจานด่วนที่ร้านอาหารในช่วงเวลา 15.01-17.00 น. ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 27.50 รองลงมาได้แก่ช่วงเวลา 11.00-13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 24.90 และช่วงเวลาที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนน้อยที่สุด ได้แก่ ช่วงเวลาก่อน 11.00 น. คิดเป็นร้อยละ 5.00 โดยใช้เวลาในการรับประทาน 31-45 นาที คิดเป็นร้อยละ 24.00 รองลงมาได้แก่ มากกว่า 60 นาที คิดเป็นร้อยละ 21.10 และใช้เวลาไม่เกิน 15 นาที คิดเป็นร้อยละ 12.70 ซึ่งเป็นจำนวนที่น้อยที่สุด นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ยประมาณสัปดาห์ละ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 46.00 รองลงมาได้แก่ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 29.00 และมากกว่า 7 ครั้งต่อสัปดาห์มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.40 นอกจากนี้พบว่านักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ย 1 ครั้งต่อ 2 สัปดาห์ และ 1 ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 12.90

เมื่อพิจารณาถึงเหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารจานด่วนของนักเรียน พบว่าเหตุผลที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน ได้แก่ เพื่อนชักชวน ตั้งใจไปรับประทานเพราะหิวความสะดวกรวดเร็วในการเลือกซื้อ รสชาติอาหารอร่อยถูกใจ ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร หาซื้อง่าย ความสะดวกในการรับประทาน ความสะดวกปลอดภัย บรรยากาศของร้าน รอเวลาทำธุระอย่างอื่น ต้องการประหยัดเวลาในการรับประทานอาหาร ทำเลที่ตั้งสะดวกต่อการเดินทาง ราคาไม่แพงจนเกินไป บริการของร้านอาหาร ส่งเสริมการขายดี และเป็นที่ยอมรับของสังคมขณะนี้ คิดเป็นร้อยละ 22.90, 16.30, 14.50, 9.00, 7.30, 6.50, 2.30, 2.10, 2.00, 1.90, 1.70, 1.40, 1.40, 0.80, 0.60 และ 0.60 ตามลำดับ นอกจากนี้พบว่าเหตุผลอื่น ๆ ที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนได้แก่ เพื่อนเลี้ยง แฟนชอบ และมีโอกาสที่เหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 8.30

ตาราง 10 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสื่อ

ข้อ	สื่อ/ความถี่	ทุกวัน	สัปดาห์ / ครั้ง	เดือน / 2 ครั้ง	เดือน / ครั้ง	3เดือน / ครั้ง	ไม่ได้รับ เลย	ไม่ตอบ
1.	วิทยุ	612 (44.00)	340 (24.40)	75 (5.40)	70 (5.00)	39 (2.80)	141 (10.10)	114 (8.20)
2.	โทรทัศน์	1066 (76.60)	163 (11.70)	38 (2.70)	29 (2.10)	12 (0.90)	33 (2.40)	50 (3.60)
3.	หนังสือพิมพ์	564 (40.50)	407 (29.30)	116 (8.30)	80 (5.80)	35 (2.50)	82 (5.90)	107 (7.70)
4.	สิ่งพิมพ์เย็บเล่ม	88 (6.30)	280 (20.10)	226 (16.20)	216 (15.50)	93 (6.70)	298 (21.40)	190 (13.70)
5.	แผ่นพับ	143 (10.30)	278 (20.00)	245 (17.60)	244 (17.50)	151 (10.90)	244 (17.50)	86 (6.20)
6.	ป้ายโฆษณา	463 (33.30)	311 (22.40)	144 (10.40)	143 (10.30)	79 (5.70)	132 (9.50)	119 (8.60)
7.	บุคคล	386 (27.70)	256 (18.40)	124 (8.90)	100 (7.20)	78 (5.60)	261 (18.80)	186 (13.40)
8.	อื่นๆ	145 (10.40)	28 (2.00)	26 (1.90)	10 (0.70)	7 (0.50)	52 (3.70)	1123 (80.70)

จากตาราง 10 ข้อมูลจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสื่อ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร มีการรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจำแนกตามสื่อ ดังต่อไปนี้

วิทยุ พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากวิทยุทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 44 รองลงมาได้แก่ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 24.40 และ 3 ครั้งต่อเดือนมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.80

โทรทัศน์ พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากโทรทัศน์ทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 76.60 รองลงมาได้แก่ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 11.70 และ 3 เดือนต่อครั้งมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.90

หนังสือพิมพ์ พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากหนังสือพิมพ์ทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 40.50 รองลงมาได้แก่ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 29.30 และ 3 เดือนต่อครั้งมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.50

สิ่งพิมพ์เย็บเล่ม พบว่านักเรียนไม่ได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสิ่งพิมพ์เย็บเล่ม คิดเป็นร้อยละ 21.40 โดยนักเรียนได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสิ่งพิมพ์เย็บเล่ม 1 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 20.10 ซึ่งเป็นจำนวนที่มากที่สุด รองลงมาได้แก่ 2 ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 16.20 และได้รับทุกวันมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 6.30

แผ่นพับ พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากแผ่นพับ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 20.00 รองลงมาได้แก่ 2 ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 17.60 และได้รับทุกวันมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.30

ป้ายโฆษณา พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากป้ายโฆษณาทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 33.30 รองลงมาได้แก่ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 22.40 และ 3 เดือนต่อครั้ง มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 5.70

บุคคล พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากบุคคลทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 27.70 รองลงมาได้แก่ ไม่ได้รับเลย คิดเป็นร้อยละ 18.80 และ 3 เดือนต่อครั้ง คิดเป็นร้อยละ 5.60

สื่ออื่น ๆ พบว่านักเรียนรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่ออื่น ๆ ได้แก่ INTERNET ทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 10.40 ซึ่งเป็นจำนวนที่มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ไม่ได้รับเลย คิดเป็นร้อยละ 3.70 และ 3 เดือนต่อครั้ง คิดเป็นร้อยละ 0.50

1.2 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง รายละเอียดดังแสดงในตาราง 11

ตาราง 11 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปร

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับคะแนนเฉลี่ย
พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน	2.75	0.64	ปานกลาง
เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ	411.50	208.61	
เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน	119.00	141.60	
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภค	2.58	0.53	ปานกลาง
ความรู้ด้านโภชนาการ	13.51	3.39	ค่อนข้างดี
ลักษณะรูปร่างของอาหารจานด่วน			
ด้านคุณลักษณะของอาหาร	3.67	0.54	ค่อนข้างมาก
ด้านคุณค่าทางโภชนาการ	2.38	0.73	ค่อนข้างน้อย
ด้านราคาของอาหาร	2.25	0.68	ค่อนข้างน้อย
ด้านความสะดวกและรวดเร็ว	3.75	0.56	ค่อนข้างมาก
ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้ง	3.86	0.56	ค่อนข้างมาก
อิทธิพลของเพื่อน	2.98	0.61	ปานกลาง
อิทธิพลของสื่อโฆษณา	3.16	0.59	ปานกลาง

จากตาราง 11 พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร มีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน 2.75 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.64 เมื่อนำมาจัดระดับแล้ว พบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จัดอยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาในส่วนของเงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ พบว่ามีค่าเฉลี่ย 411.50 บาท ต่อสัปดาห์ เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารเช้า มีค่าเฉลี่ย 119.00 บาทต่อมือ นอกจากนี้พบว่าค่าเฉลี่ยของตัวแปรลักษณะงูใจของอาหารเช้าด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านความสะอาดและรวดเร็ว และด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้ง ในระดับค่อนข้างมาก ค่าเฉลี่ยของตัวแปรเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเช้า อิทธิพลของเพื่อน และอิทธิพลของสื่อโฆษณา ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยตัวแปรลักษณะงูใจของอาหารเช้าด้านคุณค่าทางโภชนาการ ด้านราคาของอาหาร ในระดับค่อนข้างน้อย สำหรับความรู้ด้านโภชนาการ มีค่าเฉลี่ย 13.51 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.39 คิดเป็นร้อยละ 67.55 เมื่อนำมาจัดระดับแล้วพบว่าค่าเฉลี่ยของตัวแปรความรู้ด้านโภชนาการอยู่ในระดับค่อนข้างดี

2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

2.1 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้า

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าของกลุ่มตัวอย่าง ทำการทดสอบโดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย รายละเอียดดังแสดงในตาราง 12

ตาราง 12 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้า

ตัวแปร	พฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้า
เพศ	-.1123**
เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ	.1375**
เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารเช้า	.0365
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเช้า	.3434**
ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารเช้า	-.0405
ผู้ปกครอง	.0146
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว	.1381**

ตาราง 12 (ต่อ)

ตัวแปร	พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วน
ระดับการศึกษาของบิดา	.1467**
ระดับการศึกษาของมารดา	.1104**
บิดาประกอบอาชีพรับจ้าง	-.0574
บิดาประกอบอาชีพค้าขาย	-.0632
บิดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว	-.0752
บิดาประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน	-.0150
บิดาประกอบอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	.0750
บิดาประกอบอาชีพเกษตรกร	-.0326
มารดาประกอบอาชีพรับจ้าง	-.0673
มารดาประกอบอาชีพค้าขาย	-.0628
มารดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว	.0605
มารดาประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน	.0354
มารดาประกอบอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	.0484
มารดาประกอบอาชีพเกษตรกร	.0022
ขนาดของครอบครัว	.0111
ลักษณะรูปร่างของอาหารจานด่วน	
ด้านคุณลักษณะของอาหาร	.2809**
ด้านคุณค่าทางโภชนาการ	.2643**
ด้านราคาของอาหาร	.3450**
ด้านความสะดวกและรวดเร็ว	.2818**
ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน	.1792**
อิทธิพลของเพื่อน	.2638**
อิทธิพลของสื่อโฆษณา	.3890**
R	= .5672**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 12 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีค่าระหว่าง -.1123 ถึง .3890 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณค่าทางโภชนาการ อิทธิพลของเพื่อน ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน ระดับการศึกษาของบิดา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ระดับการศึกษาของมารดา

ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ เพศ สำหรับตัวแปร ผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา ขนาดของครอบครัว เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน และความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ไม่พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เท่ากับ .5672 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.2 การวิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

การวิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์ของตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ในส่วนนี้ได้ทำการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน รายละเอียดดังแสดงในตาราง 13

ตาราง 13 แสดงการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เมื่อใช้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเป็นเกณฑ์ โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบขั้นตอน

แหล่งความแปรปรวน	N	df	SS	MS	F
Regression	29	9	107358.17	11928.69	57.06**
Residual	1391	154	241254.11	209.06	
Total		1163	348612.28		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 13 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับ อิทธิพลของสื่อโฆษณา คุณลักษณะของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสามารถสร้างสมการพยากรณ์ได้ จึงคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ รายละเอียดดังแสดงในตาราง 14

ตาราง 14 แสดงตัวแปรที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้วิธีการวิเคราะห์แบบขั้นตอน

ตัวพยากรณ์	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน					
	b	S.E.b	B	R	R ²	F
อิทธิพลของสื่อโฆษณา	.4478	.0796	.1706	.3890	.1513	31.62**
ราคาของอาหาร	.9766	.1603	.1881	.4572	.2090	37.13**
เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ	.0118	.0023	.1373	.4827	.2330	26.96**
คุณลักษณะของอาหาร	.8019	.1762	.1251	.5088	.2589	20.72**
เพศ	-4.7854	.8811	-.1363	.5263	.2769	29.50**
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว	2.7484	.6853	.1060	.5353	.2865	16.08**
เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	.1540	.0391	.1312	.5442	.2962	15.54**
ความสะดวกและรวดเร็ว	.4229	.1198	.0964	.5507	.3032	12.46**
อิทธิพลของเพื่อน	.1981	.0705	.0776	.5549	.3080	7.91**

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

R = .5549

R² = .3080

S.E.est = 14.4589

a = -4.9259

จากตาราง 14 ผลการวิเคราะห์โดยการดึงตัวพยากรณ์ที่มีความสัมพันธ์ต่ำออกจากสมการถดถอยทีละตัวแปร จนถึงที่สุด พบว่า ตัวพยากรณ์ที่ดีในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะุงใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน จะเห็นว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อเพิ่มตัวพยากรณ์

สรุปได้ว่าตัวพยากรณ์ 9 ตัว ที่มีความสามารถในการพยากรณ์เรียงลำดับจากส่งผลมากที่สุดไปย้งน้อยที่สุด ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะจุใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะจุใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะจุใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน ตามลำดับ และสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวน ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้ร้อยละ 30.80

ในการสร้างสมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการได้ดังนี้

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้คะแนนดิบ

$$Y = -4.9259 + 0.4478(X_{29}) + 0.9766(X_{25}) + 0.0118(X_2) + 0.8019(X_{23}) \\ -4.7854(X_1) + 2.7484(X_7) + 0.1540(X_4) + 0.4229(X_{26}) + 0.1981(X_{28})$$

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$Z = 0.1706(X_{29}) + 0.1881(X_{25}) + 0.1373(X_2) + 0.1251(X_{23}) - 0.1363(X_1) \\ + 0.1060(X_7) + 0.1312(X_4) + 0.0964(X_{26}) + 0.0776(X_{28})$$

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้ตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ตัวแปรในปัจจัยด้านครอบครัว ตัวแปรในปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นตัวทำนาย

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
2. ปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานครได้

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษาจำนวน 25 โรงเรียน ในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 18 เขต จำนวนนักเรียนทั้งหมด

23,360 คน เป็นนักเรียนชาย 11,097 คน และนักเรียนหญิง 12,263 คน (กรมสามัญศึกษา. 2540 : 1-8)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ประเภทสหศึกษา จำนวน 13 โรงเรียน จำนวนนักเรียนรวมทั้งสิ้น 1,391 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ตอนที่ 5 แบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for Social Science) ตามจุดมุ่งหมายของการวิจัย และสมมติฐานดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างโดยคำนวณ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple Correlation)
3. วิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) วิธี Stepwise

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

การนำเสนอสรุปผลการศึกษาค้นคว้า แบ่งออกเป็น 2 ส่วน สรุปได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาค้นคว้าโดยทั่วไป
2. ผลการศึกษาค้นคว้าจากการทดสอบสมมติฐาน

ผลการศึกษาค้นคว้าโดยทั่วไป

1. ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่าเป็นนักเรียนหญิงมากกว่านักเรียนชาย ส่วนใหญ่มีบิดาและมารดาเป็นผู้ปกครอง บิดาจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา แต่ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ประกอบอาชีพรับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ มารดาจบการศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า ประกอบอาชีพค้าขาย ครอบครัวมีฐานะทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง มีรายได้เฉลี่ย 9,000-25,000 บาทต่อเดือน จัดเป็นครอบครัวขนาดเล็ก นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวโดยเฉลี่ย 411.50 บาทต่อสัปดาห์ และเสียค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ย 119.00 บาทต่อมื้อ

2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่เคยรับประทานอาหารจานด่วน (Fast Food) โดยมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง นักเรียนนิยมรับประทานในร้านอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้า อาหารจานด่วนที่ชอบรับประทาน ได้แก่ ไก่ทอด รองลงมาได้แก่ พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ย่าง มันฝรั่งทอด แซนดิวิช ฮีทดอก และไส้กรอก โดยนักเรียนมักจะรับประทานอาหารจานด่วนในช่วงเวลา 15.01-17.00 น. และใช้เวลาในการรับประทานอาหารจานด่วน 31-45 นาที รองลงมาคือมากกว่า 60 นาที นักเรียนส่วนใหญ่รับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เหตุผลสำคัญที่นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน ได้แก่ เพื่อนชักชวน ตั้งใจไปรับประทานเพราะหิว ความสะดวกในการเลือกซื้อ รสชาติอาหารอร่อยถูกใจ ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร และหาซื้อง่าย การรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนของนักเรียนทุกวัน พบว่า ร้อยละ 76.60 รับรู้ข่าวสารทางโทรทัศน์ การรับข่าวสารสัปดาห์ละครั้ง พบว่า ร้อยละ 29.30 รับข่าวสารทางหนังสือพิมพ์ การรับรู้ข่าวสาร 2 ครั้งต่อเดือน, 1 ครั้งต่อเดือน และ 3 เดือนต่อครั้งพบว่า ร้อยละ 17.60, 17.50 และ 17.60 ตามลำดับ รับข่าวสารทางแผ่นพับ และนักเรียนไม่ได้รับข่าวสารจากสิ่งพิมพ์เย็บเล่มเลย คิดเป็นร้อยละ 21.40

ผลการศึกษาค้นคว้าจากการทดสอบสมมติฐาน

1. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัวปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณค่าทางโภชนาการ อิทธิพลของเพื่อน ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน ระดับการศึกษาของบิดา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ และระดับการศึกษาของมารดา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ เพศ สำหรับตัวแปร ผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา ขนาดของครอบครัว เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน และความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีค่าระหว่าง -.1123 ถึง .3890 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เท่ากับ .5672 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. การวิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการวิเคราะห์ค้นหาตัวพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะงูใจของอาหารจาน

ส่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และสามารถสร้างสมการพยากรณ์ได้

สรุปได้ว่าตัวพยากรณ์ 9 ตัวแปร ที่มีความสามารถในการพยากรณ์เรียงลำดับจากส่งผลมากที่สุดไปยังน้อยที่สุด ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะงูใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน ตามลำดับ และสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้ร้อยละ 30.80

ในการสร้างสมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยนำค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการได้ดังนี้

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้คะแนนดิบ

$$Y = -4.9259 + 0.4478(X_{29}) + 0.9766(X_{25}) + 0.0118(X_2) + 0.8019(X_{23}) \\ -4.7854(X_1) + 2.7484(X_7) + 0.1540(X_4) + 0.4229(X_{26}) + 0.1981(X_{28})$$

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$Z = 0.1706(X_{29}) + 0.1881(X_{25}) + 0.1373(X_2) + 0.1251(X_{23}) - 0.1363(X_1) \\ + 0.1060(X_7) + 0.1312(X_4) + 0.0964(X_{26}) + 0.0776(X_{28})$$

อภิปรายผล

ผลการศึกษาครั้งนี้ อภิปรายผลได้ดังนี้

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่เคยรับประทานอาหารจานด่วน (Fast Food) โดยนิยมรับประทานที่ร้านอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าที่อยู่ใกล้โรงเรียน พบว่านักเรียนมักจะรับประทานอาหารจานด่วนในช่วงเวลา 15.01-17.00 น. ซึ่งเป็นเวลาหลังจากเลิกเรียน โดยนักเรียนจะใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นสถานที่นัดพบปะสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน โดยส่วนใหญ่ใช้เวลาในการรับประทานอาหารจานด่วนประมาณ 31-45 นาที รองลงมาคือมากกว่า 60 นาที นักเรียนได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวโดยเฉลี่ย 411.50 บาทต่อสัปดาห์ และเสียค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ย 119.00 บาทต่อมือ พบว่านักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ซึ่งจะเห็นได้ว่านักเรียนเสียค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วนค่อนข้างสูง

จากผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าแนวความคิดของธุรกิจอาหารจานด่วนในประเทศไทย ไม่เหมือนกับประเทศตะวันตก ซึ่งเป็นต้นกำเนิดของอาหารจานด่วนที่ต้องการความสะดวกรวดเร็ว และราคาของอาหารจานด่วนไม่แพง แต่ธุรกิจอาหารจานด่วนในประเทศไทยนอกเหนือจากความสะดวกรวดเร็วที่ผู้บริโภคได้รับ ร้านอาหารจานด่วนยังเปิดโอกาสให้ผู้บริโภคใช้เวลาในร้านอาหารจานด่วนได้อย่างเป็นอิสระในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งร้านอาหารไทยโดยทั่วไปไม่เปิดโอกาสนี้ให้กับผู้บริโภค จากเหตุผลดังกล่าวทำให้ธุรกิจอาหารจานด่วนในประเทศไทยเป็นที่นิยมของเด็กวัยรุ่นมาก ถึงแม้ว่าราคาของอาหารจานด่วนค่อนข้างแพงกว่าอาหารไทยทั่วไป เนื่องจากเด็กวัยรุ่นสามารถใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเป็นอิสระในร้านอาหารจานด่วนเป็นเวลานาน โดยมีสื่อโฆษณาเป็นสิ่งที่น่าสนใจ ให้เด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า ร้านอาหารจานด่วนเปิดโอกาสให้ผู้บริโภคใช้เวลาในร้านอาหารจานด่วนได้อย่างเป็นอิสระ ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่การพบปะสังสรรค์ ทำการบ้านและอ่านหนังสือ

2. ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

เมื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน พบว่า ปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในปัจจัยแต่ละด้านมีตัวแปรที่ความสัมพันธ์ สามารถอธิบายเป็นรายปัจจัยได้ดังนี้

ปัจจัยด้านตัวบุคคล

เพศ ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า เพศมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงว่านักเรียนหญิงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นักเรียนหญิงมักจะมีการดำเนินกิจกรรมทางสังคมกับกลุ่มเพื่อนมากกว่านักเรียนชาย โดยเฉพาะการนัดพบปะสังสรรค์กับเพื่อนฝูงในร้านอาหารจานด่วน โดยจะสั่งอาหารจานด่วนชนิดที่สามารถนั่งรับประทานได้เรื่อย ๆ ระหว่างการพูดคุย ซึ่งจะรับประทานอาหารจานด่วนเป็นอาหารว่าง เช่น ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ มันฝรั่งทอด เป็นต้น ในกรณีดังกล่าวมีส่วนทำให้เพศหญิงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ ประจวบ อินอืด (2520 : 36) เกี่ยวกับการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับผู้บริโภค พบว่า เพศหญิงส่วนมากจะชอบรับประทานอาหารจุบจิบมากกว่าเพศชาย และสอดคล้องกับการศึกษาของ กรมพลศึกษา (2529 : บทคัดย่อ) เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติต่อตนในเรื่องการรับประทานอาหาร ได้แก่ เพศ และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ชลิดา อุ่นกำเนิด (2535 : 112) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้บริหารและภาวะโภชนาการเกิน พบว่า ผู้บริหารเพศหญิงรับประทานอาหารจุบจิบมากกว่าผู้บริหารเพศชาย

เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงว่าเมื่อเด็กได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวมากเด็กจะแสดงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก เนื่องจากการที่เด็กวัยรุ่นได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นจำนวนมาก ก็ย่อมมีกำลังเงินที่จะซื้ออาหารจานด่วน ซึ่งมีราคาถูกกว่าข้างแพงได้มากกว่าเด็กที่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวน้อย เพราะการมีเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวมากย่อมมีโอกาสเลือกซื้ออาหารได้ทุกประเภทที่ตนเองต้องการ ในขณะที่วัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวน้อยมีเงินซื้ออาหารในวงจำกัด อาจซื้อได้เฉพาะเพียงบางอย่าง หรือซื้อได้เฉพาะที่จำเป็นจริง ๆ

จึงไม่สามารถนำเงินไปใช้ในการรับประทานอาหารจานด่วน ซึ่งมีราคาค่อนข้างแพงกว่าอาหารไทยทั่ว ๆ ไปได้ จะเห็นได้ว่าเงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ยูอิ นากามูระ (Yui Nakamura, 1996 : 125) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง พลวัตของวัฒนธรรมบริโภคและรูปแบบการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นไทยในเขตมหานคร กรณีศึกษา : นักเรียนระดับชั้นมัธยมในกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กวัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นจำนวนมาก แล้วจะทำให้เด็กสามารถมีเงินเก็บออมได้มากเพียงพอที่จะนำไปใช้ในการซื้อสินค้าที่มีราคาแพง และตรงกับความต้องการของตนเองได้ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อนุกุล พลศิริ (2531 : บทคัดย่อ) เรื่อง พฤติกรรมการเลือกกินอาหารกลางวัน ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า รายรับของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลือกกินอาหาร

เงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่าเงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีราคาสูงกว่าอาหารไทยทั่ว ๆ ไป เพราะเป็นอาหารของต่างประเทศ และเป็นธุรกิจที่อยู่ในระบบแฟรนไชส์ มาตรฐานต่าง ๆ จึงต้องเป็นไปตามข้อกำหนด วัสดุอุปกรณ์บางอย่างจึงต้องสั่งซื้อจากต่างประเทศ ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ราคาอาหารจานด่วนสูงกว่าอาหารทั่ว ๆ ไป แต่ในปัจจุบันอาหารจานด่วนก็ยังเป็นที่นิยมสำหรับผู้บริโภคโดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่น อาจเนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นมีความคิดเห็นว่า ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารจานด่วนนั้นอาจจะแพงกว่าอาหารทั่ว ๆ ไปจริง แต่ไม่แพงเพราะเงินที่เสียไปไม่ได้แค่ซื้ออาหารมาบริโภคเท่านั้น แต่เป็นการซื้อความพึงพอใจ ซื้อเวลา ซื้อความสะดวกสบาย ซื้อความมีอิสระที่ได้นั่งพักผ่อนหย่อนใจในร้านอาหารจานด่วน ดังนั้นอาหารจานด่วนจึงเป็นที่นิยมในกลุ่มเด็กวัยรุ่น โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นที่มีผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจในระดับสูง ซึ่งจะทำให้ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวสูงตามไปด้วย ดังนั้นถึงแม้ราคาจะแพงกว่าอาหารประเภทอื่น ๆ แต่เด็กวัยรุ่นก็ยังนิยมรับประทาน ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดแม้ว่าจะมีราคาค่อนข้างสูงกว่าอาหารแบบไทย แต่ผู้บริโภครุ่นใหม่เป็นกลุ่มคนที่มีกำลังซื้อสูง มีวัฒนธรรมบริโภคนิยมสูง แม้วัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มคนที่ยังไม่มีงานทำค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ได้มาจากผู้ปกครองก็ยังเป็นกลุ่มที่นิยมบริโภคมากกว่ากลุ่มอื่น ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเงินค่าใช้จ่ายต่อมือในการรับประทานอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางบวก กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อาจเนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันมีความรู้ดีกว่า การเข้าไปนั่งรับประทานอาหารจานด่วนในร้านอาหารจานด่วนเป็นสิ่งโก้ และแสดงถึงความทันสมัย อีกทั้งร้านอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในเมืองไทยมีบทบาทสำหรับวัยรุ่นมากกว่าร้านอาหารทั่ว ๆ ไป เช่น ใช้เป็นสถานที่พบปะสังสรรค์ ทำกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งร้านอาหารไทยโดยทั่ว ๆ ไปไม่ได้เปิดโอกาสให้แก่วัยรุ่น สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กวัยรุ่นมีเจตคติที่ดีต่อการเข้าไปใช้บริการในร้านอาหารจานด่วน ถึงแม้ว่าอาหารจานด่วนจะมีราคาแพง และอาหารจานด่วนบางประเภทมีรสชาติไม่เป็นที่ถูกใจแก่วัยรุ่นมากนัก แต่ผู้ผลิตก็ได้พยายามปรับปรุงรสชาติ รวมทั้งมีอาหารหลากหลายรูปแบบให้เลือกมากขึ้น ทำให้เด็กวัยรุ่นนิยมเข้าไปรับประทานอาหารในร้านอาหารจานด่วนกันเป็นจำนวนมาก

ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับการศึกษาของโฟลีย์ (Foley et al. 1979 : 13-17) พบว่า เจตคติอยู่ระหว่างความรู้และการนำไปใช้ในการปฏิบัติ ซึ่งแสดงออกมาในรูปของความรู้สึก เจตคติเกี่ยวกับความรู้สึกรับชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับอาหาร จะมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารชนิดนั้น ๆ และสอดคล้องกับคำกล่าวของ กิฟฟ์ (Giff. 1972 : 200) ซึ่งกล่าวว่า เจตคติสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคได้ และมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร สอดคล้องกับการศึกษาของณัฐดิตังค์ ทศบุตร (2539 : 118) เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า เจตคติกับการปฏิบัติในการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กันเชิงนิมิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อาจเนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันรับประทานอาหารจานด่วนเพียงแค่เป็นอาหารว่าง หรือทดแทนอาหารมื้อหลักได้สักมื้อหนึ่ง เพื่อเปลี่ยนรสชาติ เปลี่ยนบรรยากาศเป็นครั้งคราว หรือรับประทานเพราะต้องการความสะดวกรวดเร็ว ดังนั้นแม้ว่าเด็กวัยรุ่นจะมีความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนค่อนข้างดี และทราบถึงหลักการปฏิบัติตนในด้านการรับประทานอาหารจานด่วนอย่างเหมาะสม ว่าควรจะรับประทานอะไรและอย่างไรจึงจะไม่มีผลกระทบต่อสุขภาพ แต่การรับประทานอาหารจานด่วนเป็นครั้งคราว อาจทำให้เด็กวัยรุ่นไม่ได้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่ได้รับจากการรับประทานอาหารจานด่วน หรือขาดความระมัดระวังในการบริโภค

ผลการศึกษาในข้อนี้แสดงให้เห็นว่าความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สตอร์ และเรสนิค (Story and Resnick. 1986 : 42) เรื่อง Adolescents Views on Food and Nutrition พบว่า วัยรุ่นเลือกบริโภคอาหารจานด่วนทั้ง ๆ ที่ทราบว่าคุณค่าทางโภชนาการต่ำเพราะวิถีชีวิตที่เร่งรีบ ทำให้พวกเขาไม่มีเวลา ต้องการความสะดวกสบาย และสอดคล้องกับการศึกษาของ รุท (Root. 1987 : 569-A) เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการ และรูปแบบการรับประทานอาหาร ของนักศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยโอไฮโอ พบว่า ความรู้ทางด้านโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปัจจัยด้านครอบครัว

ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงว่าฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีความสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เพราะครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี รายได้สูง ย่อมมีเงินมากพอที่จะเลือกซื้อสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี และสามารถใช้จ่ายเงินอย่างฟุ่มเฟือยได้ในการเลือกซื้ออาหารจานด่วนที่มีราคาค่อนข้างแพงได้ ในขณะที่ครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดีมีเงินซื้ออาหารในวงจำกัด อาจเลือกรับประทานอาหารประเภทอื่นที่มีราคาถูกกว่าอาหารจานด่วนได้ ผลการศึกษาในข้อนี้ สอดคล้องกับคำกล่าวของ วคินา จันทรศิริ (2527 : 108-109) กล่าวว่า รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการเลือกซื้ออาหาร โดยการเลือกซื้ออาหารทั้งในด้านชนิดและปริมาณของอาหารจะขึ้นอยู่กับรายได้ของครอบครัว และจะมีผลต่อการได้รับสารอาหารของสมาชิกในครอบครัวโดยตรง สอดคล้องกับการศึกษาของ กัลยา นาคเพชร (2521 : 115) พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีผลทำให้ปริมาณอาหารที่เด็กบริโภคแตกต่างกัน

ผลการศึกษาในข้อนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อาร์มสตรอง (Armstrong. 1985 : 3746-3787) ซึ่งพบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจมีผลต่อความคิดเห็นด้านโภชนาการและบริโภคนิสัยในด้านบวก บุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะดี มีคะแนนภาวะโภชนาการที่ดีกว่าคนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะปานกลางและยากจน สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ประดับพร บุญเชื้อ (2533 : 84) เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ และสอดคล้อง

กับผลการศึกษาของ สมฤดี วีระพงศ์ (2535 : 113) พบว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครองต่างกันมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากระดับการศึกษาของบิดาและมารดา มีความสัมพันธ์กับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ซึ่งถ้าผู้ปกครองเป็นผู้ที่มีการศึกษาดี ก็จะประกอบอาชีพที่ดี มีรายได้สูง เมื่อมีฐานะทางเศรษฐกิจดีย่อมมีเงินที่จะเลือกซื้ออาหารจานด่วน ซึ่งมีราคาค่อนข้างแพงได้มากกว่าเด็กที่มีผู้ปกครองมีรายได้น้อย ประกอบกับอาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีต้นกำเนิดมาจากต่างประเทศ การบริโภคอาหารจานด่วนจึงเป็นเรื่องที่โก้เก๋ ทันสมัย น่าแฟชั่น และแสดงถึงความหรูหราฟุ้งเฟ้อ ผู้ที่บริโภคอาหารจานด่วนจึงถือเป็นคนอีกระดับหนึ่งซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีการศึกษา

ผลการศึกษาในข้อนี้แสดงให้เห็นว่าอาหารจานด่วนเป็นทางเลือกที่เหมาะสมกับการตอบสนองความสะดวกสบายในการครองชีพในปัจจุบัน ทำให้บิดาและมารดาซึ่งเป็นผู้ที่มีการศึกษาในระดับสูง ที่ต้องการความสะดวกสบายในการดำรงชีพ ยินยอมให้เด็กวัยรุ่นบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งถ้าเด็กวัยรุ่นขาดความระมัดระวังในการบริโภค โดยบริโภคมากเกินไปหรือบริโภคเป็นประจำ อาจมีผลกระทบต่อสุขภาพได้ เพราะอาหารจานด่วนจัดเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ แต่ไม่ครบสัดส่วน ดังนั้นถ้าบิดาและมารดาให้การอบรมสั่งสอนแก่เด็กวัยรุ่นอย่างถูกต้อง เด็กวัยรุ่นก็จะรู้จักเลือกซื้อและเลือกบริโภคอาหารจานด่วนอย่างเหมาะสมได้ สอดคล้องกับคำกล่าวของ ขวลิขิต รัตนกุล (2515 : 6) ที่กล่าวว่า อิทธิพลของการศึกษา การมีความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารอาจเป็นเหตุผลสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อ การที่ปรากฏว่าบุคคลนิยมรับประทานอาหารบางอย่าง เพราะมีความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารชนิดนั้น สอดคล้องกับคำกล่าวของ กัลยา นาคเพชร (2521 : 4) กล่าวว่า ระดับการศึกษายังมีความสำคัญต่อเจตคติและพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลโดยตรง เพราะบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูง ย่อมมีความรู้ในเรื่องโภชนาการดีกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำ หรือไม่มีการศึกษา ดังนั้นระดับการศึกษาจึงมีความสำคัญต่อการเลือกซื้ออาหารและพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลอย่างมาก และสอดคล้องกับการศึกษาของ ญัฐสิตพงศ์ ทศบุตร (2539 : 117-118) เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน มีเจตคติและการปฏิบัติในการบริโภคอาหารแตกต่างกัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากเหตุผลดังกล่าวจึงมีโอกาสเป็นไปได้ที่ระดับการศึกษาของบิดาและมารดามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ผู้ปกครอง อาชีพของบิดาและมารดา และขนาดของครอบครัว ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง และขนาดของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการรับประทานอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น มักจะไปรับประทานอาหารจานด่วนกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าที่จะไปรับประทานกับครอบครัว กลุ่มเพื่อนจึงมีความสำคัญกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นที่นัดพบปะสังสรรค์ ใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นสถานที่ทำกิจกรรมต่าง ๆ หรือใช้เป็นสถานที่ในการแสดงออกถึงความรู้สึกเป็นพวกเดียวกันของกลุ่มวัยรุ่น โดยครอบครัวไม่ค่อยมีบทบาทมากนัก จึงทำให้ปัจจัยด้านครอบครัว ซึ่งประกอบด้วยตัวแปรผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง และขนาดของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ผลการศึกษาในข้อนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ประดับพร บุญเจือ (ประดับพร บุญเจือ. 2533 : 12,85) เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสุรินทร์ พบว่า ขนาดของครอบครัวไม่สามารถอธิบายถึงความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสุรินทร์ได้ และพบว่าความรู้ของบุตรไม่ได้จำกัดขอบเขตอยู่แต่เพียงที่ได้รับจากบิดามารดาเท่านั้น เพื่อนฝูง บุคคลใกล้ชิดอื่น ๆ ญาติ รวมทั้งชุมชน มีส่วนในการให้ความรู้ด้านโภชนาการแก่เด็ก เพื่อนจึงอาจมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นมากกว่าบิดามารดาได้ และผลการศึกษาในข้อนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ณัฐสิตางค์ ทศบุตร (2539 : 112) เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีความรู้ในการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนเจตคติและการปฏิบัติพบว่าไม่แตกต่างกัน

ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ลักษณะรูปร่างของอาหารจานด่วน

ด้านคุณลักษณะของอาหาร ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ลักษณะรูปร่างของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เนื่องมาจากคุณลักษณะของอาหารจานด่วนในด้านต่าง ๆ เป็นสิ่งดึงดูดใจของเด็กวัยรุ่น อาหารจานด่วนจะถูกตกแต่งอย่างสวยงาม ทั้งรูปร่าง รูปทรงของอาหาร ภาชนะที่ใส่ กลิ่น และรสชาติ

ซึ่งมีส่วนกระตุ้นความอยากอาหาร หรือเชิญชวนให้ผู้พบเห็นอยากรับประทานอาหารจานด่วน ซึ่งเด็กวัยรุ่นอาจไม่ได้คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการเลยก็เป็นได้ เพราะถึงแม้อาหารชนิดอื่น ๆ จะมีคุณค่าทางโภชนาการสูง ได้ผ่านการหุงต้มที่ถูกต้องหลักโภชนาการและสุขาภิบาลแล้วก็ตาม แต่ถ้าเด็กวัยรุ่นเห็นแล้วไม่พึงพอใจก็จะไม่เลือกอาหารชนิดนั้นมารับประทาน หรือถ้ารับประทานก็รับประทานได้เพียงเล็กน้อยเท่านั้น แต่ถ้าอาหารชนิดใดมีคุณลักษณะของอาหารเป็นที่พอใจ ก็ย่อมเป็นสิ่งจูงใจที่ทำให้เด็กวัยรุ่นอยากรับประทานอาหารชนิดนั้น อาหารจานด่วนก็เช่นกันแม้จะเป็นอาหารที่มีรูปแบบมาจากตะวันตก แต่ได้มีการพัฒนารสชาติของอาหารให้เข้ากับรสนิยมของคนไทย และเพิ่มสินค้าภายในร้านให้มากขึ้น โดยมีรูปแบบให้เลือกทั้งแบบไทยและแบบตะวันตก ขึ้นอยู่กับว่าเด็กวัยรุ่นจะชอบแบบไหน ซึ่งเป็นทางเลือกอีกทางหนึ่ง แม้ว่ารสชาติอาหารบางประเภทจะไม่ถูกปากคนไทย แต่เหมาะที่จะรับประทานเป็นครั้งคราวเพื่อเปลี่ยนรสชาติหรือเปลี่ยนบรรยากาศ

ผลการศึกษาในข้อนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ นภัส ศิริสัมพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) พบว่า สีสรร ความน่ากินของอาหาร เป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป และพบว่ามีประชาชนบางส่วนให้ความสนใจด้านความสะดวก คุณค่า และคุณภาพของอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ รัชณี ยนต์นิยม (2530 : 117) พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนักศึกษามากที่สุดในการเลือกซื้ออาหารจานด่วนก็คือ รสชาติของอาหาร และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และคณะ (2537 : 60-63) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ : กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ ที่สำคัญได้แก่ รสชาติ และสอดคล้องกับการศึกษาของสุนิสา พิลาสกุล (2540 : 79) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า ผู้บริโภคร้อยละ 56.48 ที่ให้ความคิดเห็นว่ารสชาติอาหารฟาสต์ฟู้ดอร่อย และมีผู้บริโภคเพียงร้อยละ 29.53 เท่านั้นที่ให้ความเห็นว่า อาหารพวกนี้ไม่ใช่ของแปลกใหม่สำหรับคนไทย โดยให้เหตุผลว่าถ้ารับประทานครั้งแรกไม่ถูกปากครั้งต่อไปก็จะไม่รับประทานอีก แต่คนส่วนใหญ่ก็ยังรับประทานอยู่และก็เพิ่มมากขึ้นซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้บริโภคส่วนใหญ่ชอบรสชาติของอาหารฟาสต์ฟู้ด

ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ลักษณะจูงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณค่าทางโภชนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงว่าอาหารจานด่วนที่มีการจูงใจให้เห็นถึงคุณค่าทางโภชนาการ และเป็นอาหารที่มีสารอาหารที่ร่างกายต้องการครบทุกชนิด หรือ "อาหารครบส่วน" เป็นสิ่งที่เด็กวัยรุ่นต้องการ ดังนั้นอาหาร

จานด่วนที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง จึงเป็นสิ่งจูงใจเด็กวัยรุ่นให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับสูง จากการศึกษาพบว่า อาหารจานด่วนจัดเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ แต่ไม่ได้สัดส่วน เพราะมีแป้งและโปรตีนในปริมาณสูง แต่มีเส้นใยพืชต่ำ และถ้าบริโภคอาหารประเภทนี้บ่อย ๆ จะได้รับสารอาหารมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย ซึ่งถ้าเด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นประจำอาจมีผลกระทบต่อสุขภาพได้

ปัจจุบันพบว่าแนวโน้มพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในกลุ่มของเด็กวัยรุ่นจะสูงมากขึ้น ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่านักเรียนเข้าใจว่าอาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ หรือมีความไม่แน่ใจในเรื่องของคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วน ว่ามีคุณค่าทางอาหารเป็นอย่างไร ถูกต้องตามหลักโภชนาการหรือไม่ มีสารอาหารอะไรที่มากเกินไปหรือน้อยไป จึงบริโภคอาหารจานด่วนโดยขาดความระมัดระวัง ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อสุขภาพได้ ดังนั้นถ้าผู้ผลิตปรับปรุงและพัฒนาอาหารจานด่วนในด้านคุณค่าทางโภชนาการให้มากขึ้น เช่น การเพิ่มหรือลดสารอาหารบางอย่างให้พอเหมาะ ซึ่งจะทำให้อาหารจานด่วนมีคุณค่าทางโภชนาการอย่างเหมาะสมก็จะทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากขึ้น ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของสุนิสา พิลาสกุล (2540 : 97) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่ากลุ่มนักเรียน นักศึกษาเป็นกลุ่มที่ขาดการรับรู้และเข้าใจในเรื่องของคุณค่าของอาหารฟาสต์ฟู้ด เรื่องอาหารฟาสต์ฟู้ดมีคอเลสเตอรอลสูงมีเส้นใยพืชต่ำ และผลกระทบต่อสุขภาพจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำ พบว่าผู้บริโภคมีความไม่แน่ใจในเรื่องคุณค่าของอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยไม่ทราบแน่ชัดว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีคุณค่าทางอาหารครบถ้วนหรือไม่ เมื่อผู้บริโภคขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องคุณค่าอาหารซึ่งเป็นเรื่องพื้นฐานเบื้องต้น ทำให้ขาดความระมัดระวังในการบริโภค เพราะคนไทยมีวัฒนธรรมการกินที่ร่ำเร็ว และมีความนิยมในเรื่องความสะดวกสบายเป็นประการสำคัญ (สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ, 2537 : 61) คนไทยจึงนิยมรับประทานอาหารบ่อยครั้งซึ่งบางครั้งก็เป็นอาหารส่วนเกินและอาจมีผลกระทบต่อสุขภาพได้

ด้านราคาของอาหาร ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ลักษณะจูงใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แสดงว่าถ้าราคาของอาหารจานด่วนถูกพฤติกรรมการบริโภคอาหารจะมากขึ้น แต่พบว่าถึงแม้ราคาของอาหารจานด่วนแพง แต่เด็กวัยรุ่นก็ยังมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เพราะวัยรุ่นรู้สึกว่าการคุ้มค่าเงินที่เสียไปจึงถือว่าไม่แพง ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นคนรุ่นใหม่ ซึ่งเป็นเด็กวัยรุ่นที่นิยมที่จะเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนตามห้างสรรพสินค้า โดยไม่ได้เข้าไปเพื่อรับประทานอาหารเพียงอย่างเดียว แต่เด็กวัยรุ่นมักจะใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นที่พบปะสังสรรค์ เป็นสถานที่

นัดพบ พักผ่อนหย่อนใจ นั่งคุย นั่งรอเพื่อน ทำการบ้าน และอ่านหนังสือ เนื่องจากร้านอาหารจานด่วนประเภทนี้จะได้รับการตกแต่งอย่างประณีต สวยงาม ติดเครื่องปรับอากาศ เปิดเพลงไว้บริการลูกค้า บริการดี สะดวกและรวดเร็ว ลูกค้าสามารถนั่งนาน ๆ ได้อย่างเป็นอิสระ ไม่มีใครสนใจใคร ดังนั้นถึงแม้ว่าราคาของอาหารจานด่วนเมื่อเทียบกับราคาอาหารไทยโดยทั่วไป อาจถูกมองว่าราคาสูงกว่า แต่การที่เด็กวัยรุ่นสามารถใช้เวลาในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดได้อย่างอิสระ ซึ่งร้านอาหารไทยโดยทั่วไปไม่สามารถให้โอกาสนี้ได้ ร้านอาหารจานด่วนจึงมีบทบาทที่กว้างกว่าร้านอาหารธรรมดาโดยทั่วไป อีกทั้งเด็กวัยรุ่นสามารถกำหนดเองได้ว่ามีเงินอยู่เท่านี้จะบริโภคอะไรได้บ้าง ถ้ามีเงินไม่มากก็เลือกรับประทานอาหารที่ราคาไม่แพงก็สามารถที่จะเข้าไปนั่งรับประทานอาหารในร้านได้

อีกประการหนึ่ง พบว่าในบางโอกาสผู้ผลิตมักจะจัดรายการสมนาคุณต่าง ๆ เช่น จัดรายการแลกซื้อสิ่งของต่าง ๆ ทำให้ดูเหมือนอาหารราคาถูกลง ดังนั้นถึงแม้ราคาของอาหารจานด่วนจะมีราคาค่อนข้างสูงกว่าอาหารไทย แต่เด็กวัยรุ่นในปัจจุบันก็ยังนิยมบริโภค ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ นภัส ศิริสัมพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคของประชากรในเขตเทศบาลเมืองชลบุรี โดยศึกษาธุรกิจการขายอาหารสำเร็จรูปขนาดย่อม พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป ได้แก่ ราคา สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า ราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงแม้ว่าจะมีราคาค่อนข้างสูงกว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบไทย แต่ผู้บริโภครุ่นใหม่เป็นกลุ่มคนที่มีกำลังซื้อสูงมีวัฒนธรรมบริโภคนิยมสูง แม้เด็กวัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มคนที่ยังไม่มีงานทำ เงินค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ได้มาจากผู้ปกครองก็ยังเป็นกลุ่มที่นิยมบริโภคมามากกว่ากลุ่มอื่น นั้นแสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เพราะเป็นอาหารซึ่งแสดงถึงความเป็นผู้มีรสนิยม เนื่องจากเป็นอาหารที่มาจากต่างประเทศ ใครได้เข้าไปนั่งในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด ทำให้รู้สึกว่าเป็นคนอีกระดับหนึ่ง หรืออีกกลุ่มหนึ่ง เช่น เด็กวัยรุ่นที่เข้าไปรับประทานอาหารในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด จะมีรูปแบบการแต่งตัวตามยุคตามสมัยนิยม แต่งตัวตามแฟชั่น กลายเป็นสิ่งโก้เก๋ในกลุ่มวัยรุ่นด้วยกันเอง ทำให้เกิดการแข่งขันกันพยายามทำให้มีทัดเทียมกันเกิดการใช้จ่ายเงินทองอย่างฟุ่มเฟือยใช้เงินเกินตัว จนกลายเป็นการปลูกฝังค่านิยมผิด ๆ ในกลุ่มวัยรุ่น

ด้านความสะดวกและรวดเร็ว ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ลักษณะจุดใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน พบว่าความสะดวกและรวดเร็วเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งในการรับประทานอาหารจาน

ด่วน เพราะในสภาพสังคมปัจจุบันความสะดวกรวดเร็วเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับการที่จะต้องแข่งขันกับเวลา ดังนั้นการให้บริการที่เน้นการบริการที่สะดวกรวดเร็วและทั่วถึง (Fast Food Service) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของธุรกิจขายอาหารจานด่วนจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เด็กวัยรุ่นเลือกรับประทานอาหารจานด่วนเพราะต้องการความสะดวกรวดเร็ว และต้องการความสบายเนื่องจากอาหารจานด่วน สั่งเร็ว ได้เร็ว แต่บริโภคได้นาน ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ นภัส ศิริสัมพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) พบว่าความสะดวกเป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป สอดคล้องกับการศึกษาของสุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และคณะ (2537 : 61) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ : กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงานในกรุงเทพฯ ที่สำคัญได้แก่ ความสะดวกและเวลา สอดคล้องกับการศึกษาของ สุณิสรา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า ความสะดวกรวดเร็วของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด มักถูกนำมากล่าวอ้างอยู่เสมอในการเข้าร้านอาหารประเภทนี้ เนื่องจากสั่งอาหารแล้วได้ทันที ไม่ต้องรอนาน จึงเป็นที่ถูกใจของวัยรุ่น

ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ลักษณะจุใจของอาหารจานด่วนด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ทั้งนี้เนื่องจากทำเลที่ตั้งของร้านเป็นปัจจัยสำคัญในการดำเนินธุรกิจขายอาหารจานด่วน การที่กลุ่มเป้าหมายหลักของการทำธุรกิจขายอาหารจานด่วนเป็นกลุ่มวัยรุ่น ดังนั้นทำเลที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วนจะต้องอยู่ในแหล่งที่วัยรุ่นนิยมไปเที่ยว และจากการศึกษาพบว่าเด็กวัยรุ่นนิยมไปรับประทานอาหารจานด่วนในห้างสรรพสินค้ามากที่สุด โดยร้านอาหารจานด่วนจะมีการตกแต่งร้านอย่างสวยงาม ซึ่งต้องคำนึงถึงกลุ่มผู้บริโภคเป็นหลัก ในสาขาที่กลุ่มผู้บริโภคส่วนมากเป็นเด็กวัยรุ่นการจัดร้านโดยใช้สีสดใส ใช้รูปภาพติดผนังให้ดู جذاب ใช้แสงไฟให้ดูสว่างไสว มีการตั้งโทรทัศน์เพื่อให้ดูภาพยนตร์พร้อมกับแทรกการนำเสนอสินค้าใหม่ภายในร้าน แต่ถ้าผู้บริโภคเป็นกลุ่มคนทำงาน กลุ่มครอบครัว ทางร้านก็จะจัดเป็นมุมส่วนตัวหรือมุมเครื่องเล่นไว้สำหรับเด็ก ๆ ด้วย นอกจากนี้พบว่าบรรยากาศภายในร้าน ความสะดวก และความสบายจากเครื่องปรับอากาศภายในร้านก็มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง

จะเห็นได้ว่าการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน เป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการรับประทานอาหารจานด่วน เพราะการเดินเข้าร้านไม่เพียงแต่ต้องการรับประทานอาหารแค่อิ่มท้องเท่านั้น เด็กวัยรุ่นยังหวังที่จะได้รับผลประโยชน์อื่น ๆ ซึ่งร้านอาหารทั่ว ๆ ไปไม่สามารถให้ได้

ด้วย ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ รัชนี ยนต์นิยม (2530 : 120) พบว่า ผู้บริโภคส่วนใหญ่ นิยมรับประทานอาหารจานด่วนนอกบ้าน สถานที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วนที่ผู้บริโภคนิยมเข้าไป ใช้บริการบ่อยที่สุด คือ ศูนย์การค้า จะเห็นได้ว่าทำเลที่ตั้งมีอิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการที่ร้าน ฟาสต์ฟู้ด ดังนั้นในการขยายสาขาของกิจการ ควรจะตั้งในทำเลใกล้กับสถานศึกษา หรือที่สามารถเดินทางไปใช้บริการได้สะดวก

นอกจากนี้ยังพบว่า การตกแต่งร้านมีผลต่อการเข้าไปใช้บริการในร้านอาหาร ถ้าร้านอาหารได้มีการตกแต่งร้านอย่างสวยงาม ทันสมัย จะดึงดูดให้ผู้บริโภคเข้าไปใช้บริการมากขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของสุนิสา พิลาสกุล (2540 : 73) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า บรรยากาศและการตกแต่งร้านเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การติดเครื่องปรับอากาศภายในร้าน บรรยากาศการตกแต่งร้านและความสะอาดของสถานที่ เป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งในการตัดสินใจเข้าร้าน เพราะการเข้าไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่เพียงแต่ต้องการรับประทานอาหารแค่อิ่มท้องเท่านั้น ผู้บริโภคยังหวังที่จะได้รับความรู้สึกผ่อนคลายภายในร้าน

อิทธิพลของเพื่อน ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า เพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งจะเห็นได้ว่าเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่จะไปรับประทานอาหารกับเพื่อนมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ กลุ่มเพื่อนจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมากในการเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น จากการศึกษาพบว่าเด็กวัยรุ่นจะไปรับประทานอาหารจานด่วนตามห้างสรรพสินค้ามากที่สุด โดยเฉพาะห้างสรรพสินค้าที่อยู่ใกล้โรงเรียน เนื่องจากวัยรุ่นใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นแหล่งพบปะสังสรรค์หลังจากเลิกเรียน ร้านอาหารจานด่วนจึงเป็นสถานที่ที่วัยรุ่นใช้ในการแสดงออกถึงความรู้สึกเป็นพวกเดียวกันของกลุ่ม ทำให้เกิดความเป็นปึกแผ่นทางสังคมของคนกลุ่มหนึ่งที่มีการรับรู้ไปในทางเดียวกัน เป็นที่แสดงออกถึงความทันสมัยโดยเฉพาะการแต่งกายตามยุคสมัย เป็นที่แสดงออกถึงสถานภาพทางเศรษฐกิจระดับเดียวกันของกลุ่มวัยรุ่น และเป็นที่แสดงออกถึงความมีอิสระในการแสดงออกของพฤติกรรมต่าง ๆ ตามความนิยมของกลุ่ม ทั้งนี้สอดคล้องกับคำกล่าวของเฟลค (ยูพิน ตรีรส. 2528 : 44 ; อ้างอิงมาจาก Flake.) ที่กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อเด็กมาก เช่น การที่นักกีฬาหรือดารานิยมชมชอบอาหารประเภทใด เด็กวัยรุ่นพยายามเลียนแบบอย่าง โดยการรับประทานอาหารประเภทนั้น และชักชวนให้เพื่อน ๆ รับประทานด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของ รัชนี ยนต์นิยม (2530 : 117) พบว่า การที่นักศึกษาไปใช้บริการที่ร้านอาหารจานด่วนมีสาเหตุมาจากปัจจัยด้านสังคม กล่าวคือ กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อบุคคลทำให้ไปใช้บริการ

อิทธิพลของสื่อโฆษณา ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า อิทธิพลของสื่อโฆษณามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน โดยนักเรียนที่ได้รับสื่อโฆษณามากจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมาก เพราะการโฆษณาในโทรทัศน์ วิทยุ แผ่นพับ หนังสือพิมพ์ ป้ายโฆษณา หรือนิตยสารต่าง ๆ เป็นการแจ้งข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนให้ผู้บริโภคทราบ หรือเป็นการจูงใจผู้บริโภคให้แสดงพฤติกรรมขึ้น ถ้าเป็นการโฆษณาสินค้าก็จะเกิดการซื้อสินค้านั้น อย่างน้อยที่สุดก็ก่อให้เกิดความคุ้นเคยกับผลิตภัณฑ์นั้น ๆ การโฆษณาจะเป็นการย้ำเตือนให้นักถึงสินค้านั้นอยู่เสมอและคอยกระจายความรู้ใหม่ ๆ เกี่ยวกับสินค้านั้น นอกจากนี้การโฆษณาสามารถสร้างคุณค่าให้แก่สินค้านั้น ๆ ได้ จะเห็นได้จากการประสบความสำเร็จของธุรกิจอาหารจานด่วนที่มีการทุ่มงบประมาณในการทำโฆษณาประชาสัมพันธ์ จนกระทั่งอาหารจานด่วนเริ่มเป็นที่นิยมแพร่หลาย และเป็นที่ยอมรับของผู้บริโภคเรื่อยมาจนประสบความสำเร็จถึงปัจจุบัน

ดังนั้นสื่อโฆษณาจึงเป็นตัวแปรที่สำคัญประการหนึ่งที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เพราะผลของสื่อโฆษณาทำให้เด็กนักเรียนรู้จักสินค้า จนเกิดความต้องการสินค้า และทำให้ซื้อสินค้านั้นมาบริโภคในที่สุด จะเห็นได้ว่าสื่อโฆษณามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอย่างมาก^๕ เนื่องจากอาหารจานด่วนเป็นการดำเนินธุรกิจรูปแบบหนึ่งที่อยู่ในระบบแฟรนไชส์ ดังนั้นในเรื่องของการโฆษณาประชาสัมพันธ์ทางการตลาดและการขายจึงเป็นสิ่งที่ขาดเสียมิได้ เพราะถือเป็นขั้นตอนหนึ่งของการจัดตั้งแฟรนไชส์ เห็นได้จากการที่ธุรกิจการขายอาหารจานด่วนของแต่ละค่ายจะใช้งบโฆษณา และการส่งเสริมการขายในอัตราที่สูง

ผลการศึกษาในข้อนี้สอดคล้องกับคำกล่าวของ อลิศรา ชูชาติ (2533 : 10) และ วีรดา ดิษยมณฑล (2527 : 80) ซึ่งกล่าวไว้ว่าประชาชนจะเลือกบริโภคสินค้าตามโฆษณา และการโฆษณานั้นส่วนใหญ่มักจะอวดอ้างคุณค่าทางอาหารเสียจนเกินความเป็นจริง ทำให้ผู้บริโภคได้รับข้อมูลผิด ๆ เกี่ยวกับคุณค่าที่แท้จริงของอาหาร จึงเป็นการยากที่ผู้บริโภคจะทราบได้ว่า ได้บริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์เพียงพอหรือไม่ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ แคลนซี (Clancy. 1974 : 93-97) พบว่า ความชอบมีความสัมพันธ์กับวิธีการโฆษณา โดยอาหารที่เด็กไม่นิยมเลือกซื้อเป็นอาหารที่เด็กไม่ค่อยรู้จักและเรียกชื่อไม่ถูก ส่วนชนิดอาหารที่เด็กรู้จักดีและนิยมซื้อคืออาหารที่มีในโฆษณาทางโทรทัศน์ โดยเฉพาะชนิดของอาหารที่มีการโฆษณาในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ และในช่วงตอนเย็นหลังโรงเรียนเลิก โดยเด็กส่วนใหญ่จะชอบอาหารที่มีการโฆษณา มากกว่าอาหารที่ไม่มีการโฆษณา สอดคล้องกับการศึกษาของบาร์คัส (Barcus. 1978 : 20) พบว่าในขณะที่เด็กใช้เวลาดูโทรทัศน์ 5 ชั่วโมง จะมีรายการโฆษณา 1 ชั่วโมง ซึ่งการโฆษณาจะมีวิธี

เรียกร้องความสนใจของเด็ก ทำให้เกิดความต้องการที่จะบริโภค การโฆษณาทางโทรทัศน์มีอิทธิพลทำให้เด็กต้องการซื้อสินค้าเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ โกลด์เบิร์ก (Goldberg. 1978 : 73-81) พบว่า หลังจากที่มีการโฆษณาอาหารพวกที่มีปริมาณแป้ง น้ำตาล ไขมันบ่อยครั้ง จะทำให้อาหารพวกนี้มียอดจำหน่ายและขายดีที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริลักษณ์สินธวาลัย (2530 : 10) ได้ทำการศึกษารื่อง ทศนคติ และพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง ผลการศึกษาพบว่า การโฆษณาทางโทรทัศน์มีความสำคัญในการโฆษณาอาหารมากสำหรับโรงเรียนในเขตเมืองถึงร้อยละ 78.00 ทั้งการโฆษณาและอาหารว่างนั้นมีอิทธิพลในการจูงใจให้มีการซื้ออาหารว่างที่ผลิตขึ้นใหม่ และสอดคล้องกับการศึกษาของสุนิสาพิลาสกุล (2540 : 72) ได้ทำการศึกษารื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่าการโฆษณาและการส่งเสริมการขายในธุรกิจฟาสต์ฟู้ดเป็นปัจจัยแรกที่มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

3. ตัวพยากรณ์และสมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

การค้นหาคตัวพยากรณ์และสร้างสมการพยากรณ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน พบว่าตัวแปรในปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยตัวพยากรณ์ 9 ตัวแปร ที่มีความสามารถในการพยากรณ์ เรียงลำดับจากส่งผลมากที่สุดไปยังน้อยที่สุด ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะจูงใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะจูงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะจูงใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน ตามลำดับ และสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้ร้อยละ 30.80 นำมาอภิปรายได้ดังนี้

อิทธิพลของสื่อโฆษณา เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับแรก เนื่องจากธุรกิจอาหารจานด่วนเป็นการดำเนินธุรกิจรูปแบบหนึ่งที่อยู่ในระบบแฟรนไชส์ ดังนั้นในเรื่องของการโฆษณาประชาสัมพันธ์ทางการตลาด และการขายจึงเป็นสิ่งที่ขาดเสียมิได้ เพราะถือเป็นขั้นตอนหนึ่งของการจัดตั้งแฟรนไชส์ ซึ่งจะทำให้ผู้บริโภครู้จักสินค้า จนเกิดความต้องการและซื้อมาบริโภคในที่สุด ดังจะเห็นได้จากการที่ธุรกิจการขายอาหารจานด่วนของแต่ละค่ายจะใช้โฆษณา และการส่งเสริมการขายในอัตราที่สูง จนกระทั่งอาหารจานด่วนเริ่มเป็นที่นิยมแพร่หลาย

ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วนด้านราคาของอาหาร เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับ 2 เนื่องจากถ้าราคาของอาหารจานด่วนถูก จะเป็นสิ่งจูงใจให้เด็กวัยรุ่นบริโภคอาหารจานด่วนแทนอาหารชนิดอื่น ๆ และถ้าร้านอาหารจานด่วนจัดรายการพิเศษได้แก่ การลดราคาอาหารจานด่วน แลกของสมนาคุณต่าง ๆ หรือออกรายการอาหารสูตรใหม่ ๆ สิ่งเหล่านี้จะมีส่วนในการดึงดูดใจเด็กวัยรุ่นเพิ่มมากขึ้น ทำให้ยอดขายอาหารสูงขึ้น ดังนั้นราคาของอาหารจานด่วน จึงมีความสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน

เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับ 3 เนื่องจากการที่เด็กวัยรุ่นได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นจำนวนมาก ก็ย่อมมีกำลังเงินที่จะซื้ออาหารจานด่วน ซึ่งมีราคาค่อนข้างแพงได้มาก เพราะถ้าเด็กมีเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวมากก็ย่อมมีโอกาสเลือกซื้ออาหารที่ตนเองต้องการได้มากกว่าเด็กที่มีเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวน้อย

ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับ 4 เนื่องจากอาหารจานด่วนจะได้รับการตกแต่งอย่างสวยงาม และได้มีการพัฒนารสชาติรูปแบบของอาหารให้เข้ากับรสนิยมของคนไทย และเพิ่มสินค้าภายในร้านให้มากขึ้น โดยมีรูปแบบให้เลือกทั้งแบบไทยและแบบตะวันตก ขึ้นอยู่กับว่าเด็กวัยรุ่นจะชอบแบบไหน ซึ่งเป็นทางเลือกอีกทางหนึ่ง แม้ว่ารสชาติอาหารบางประเภทจะไม่ถูกปากคนไทย แต่เหมาะที่จะรับประทานเป็นครั้งคราวเพื่อเปลี่ยนรสชาติหรือเปลี่ยนบรรยากาศ และยังถ้าอาหารจานด่วนได้มีการพัฒนาคุณลักษณะต่าง ๆ ให้ดีขึ้นก็จะยิ่งทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนเพิ่มมากขึ้น

เพศ เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับ 5 เนื่องจากเพศหญิงมีการดำเนินกิจกรรมทางสังคมกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าเพศชาย โดยเฉพาะการนัดพบปะสังสรรค์กับเพื่อนในร้านอาหารจานด่วน ซึ่งจะนั่งรับประทานอาหารจานด่วนไปเรื่อย ๆ ระหว่างการพูดคุย จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมดังกล่าวจะสังเกตพบในเพศหญิงได้ง่ายกว่าเพศชาย

ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับ 6 เนื่องจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี รายได้สูง จึงให้เงินแก่บุตรหลานของตนเป็นจำนวนมากเพียงพอที่จะใช้จ่ายเงินอย่างฟุ่มเฟือยได้ในการเลือกซื้ออาหารจานด่วนที่มีราคาค่อนข้างแพงได้ ดังนั้นฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวจึงสามารถพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนได้

เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับ 7 เนื่องจากร้านอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในเมืองไทย มีบทบาทต่อเด็กวัยรุ่นมากกว่าร้านอาหารทั่ว ๆ ไป เช่น ใช้เป็นสถานที่พบปะสังสรรค์ รวมทั้งการทำกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งร้านอาหารไทยโดยทั่ว ๆ ไปไม่ได้ให้โอกาสนี้แก่วัยรุ่น นอกจากนี้การเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนแสดงถึงความเป็นคนมีระดับ มีฐานะ มีรสนิยมและเป็นคนสมัยใหม่ สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กวัยรุ่นมีเจตคติที่ดีต่อการเข้าไปใช้บริการในร้านอาหารจานด่วน ดังนั้นแม้ว่าอาหารจานด่วนจะมีราคาแพงแต่เด็กวัยรุ่นก็รู้สึกว่าคุณค่าเงินที่เสียไปแสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นมีเจตคติที่ดี ต่อการเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนในร้านอาหารจานด่วน

ลักษณะสนใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับแรก 8 เนื่องจากความสะดวกและรวดเร็วจะเป็นลักษณะสนใจสำคัญ ที่ดึงดูดใจให้เด็กวัยรุ่นบริโภคอาหารจานด่วนแทนอาหารชนิดอื่น ๆ เพราะในสภาพสังคมปัจจุบันความสะดวกรวดเร็วเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับการที่จะต้องแข่งขันกับเวลา ดังนั้นการให้บริการที่สะดวกรวดเร็วและทั่วถึง (Fast Food Service) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของธุรกิจขายอาหารจานด่วนจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เด็กวัยรุ่นเลือกรับประทานอาหารจานด่วนเพราะต้องการความสะดวกรวดเร็ว และต้องการความสบาย เนื่องจากอาหารจานด่วน สิ่งเร็ว ได้เร็ว แต่บริโภคได้นาน จึงเป็นที่ถูกใจของวัยรุ่น

อิทธิพลของเพื่อน เป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ ในการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนเป็นอันดับแรก 9 เนื่องจากการรับประทานอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น มักจะไปรับประทานอาหารจานด่วนกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าบุคคลอื่น ๆ โดยถือโอกาสไปพบปะสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน การพูดคุย หรือปรึกษาเรื่องราวต่าง ๆ ระหว่างการรับประทานอาหารจานด่วน โดยสามารถนั่งรับประทานในร้านอาหารจานด่วนได้อย่างเป็นอิสระ ซึ่งจากการศึกษาพบว่ามักจะไปหลังจากเลิกเรียน จะเห็นได้ว่ากลุ่มเพื่อนมีความสำคัญกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน

สำหรับตัวแปรพยากรณ์อื่น ๆ ที่นำมาศึกษา พบว่าไม่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้ อาจเนื่องมาจากความแปรปรวนของตัวแปรดังกล่าว ไม่สามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนได้ หรือตัวแปรที่นำมาศึกษานั้นมีการแปรผันน้อยมาก หรืออาจเนื่องมาจากความสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรพยากรณ์กับ

ตัวแปรเกณฑ์ อันมีส่วนทำให้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณมีความคลาดเคลื่อน หากมีการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ด้วยวิธีอื่น ๆ เช่น การวิเคราะห์ตัวประกอบ หรือการวิเคราะห์ลักษณะความสัมพันธ์ที่เป็นเส้นโค้ง ตัวแปรเหล่านั้นอาจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนก็ได้

ข้อเสนอแนะ

1. ผู้ปกครองควรปลูกฝังให้เด็กมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมในการบริโภคอาหารจานด่วน เพื่อให้เด็กมีค่านิยมที่ถูกต้องในการเลือกซื้อและมีการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหาร

2. ฝ่ายแนะแนวของสถานศึกษาควรนำผลการศึกษาครั้งนี้ ไปเป็นแนวทางในการให้คำปรึกษา และหาโอกาสจัดโครงการแนะแนว ได้แก่ การให้บริการสนเทศด้านสังคมและส่วนตัว เนื่องจากการศึกษาพบว่า ตัวแปรในปัจจุบันด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมบริโภคอาหารจานด่วน มากกว่าตัวแปรในปัจจุบันด้านส่วนตัวและปัจจัยด้านครอบครัว ซึ่งการให้บริการสนเทศในด้านสังคมและส่วนตัวแก่นักเรียน จะทำให้นักเรียนได้รับทราบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ เพื่อที่จะสามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม โดยเชิญวิทยากรพิเศษ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านโภชนาศาสตร์ มาให้ความรู้แก่นักเรียนและผู้ปกครอง ในเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เพื่อที่นักเรียนจะได้รับข้อมูลใหม่ ๆ ที่ถูกค้นพบเกี่ยวกับเรื่องอาหารและการบริโภค โดยเฉพาะในเรื่องอาหารจานด่วน เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมบริโภคอาหารจานด่วนที่เหมาะสม

3. สถานศึกษาควรจัดให้มีกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อส่งเสริมทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่เหมาะสม และปลูกฝังค่านิยมที่ถูกต้องในการเลือกซื้อและการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารแก่นักเรียน โดยจัดรูปแบบการเรียนการสอนที่ดึงดูดความสนใจของนักเรียน ไม่เน้นเฉพาะเนื้อหาความรู้ตามหลักสูตร แต่ส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ อาจใช้สื่อประกอบการสอน เช่น โปสเตอร์ แบบจำลอง หรือจัดทำในรูปของนิทรรศการ การประกวดบทความ เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมในการบริโภคอาหารจานด่วน เพื่อที่จะให้นักเรียนสามารถนำความรู้ไปใช้ได้จริงในปัจจุบัน

4. หน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐบาลและเอกชน เช่น กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค รวมทั้งบริษัทเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการผลิตอาหารสำหรับผู้บริโภค ควรมีการร่วมมือประสานงานในการวางแผนและดำเนินการใน

การศึกษาค้นคว้า ควบคุมและหาทางป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นจากการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างไม่เหมาะสม นอกจากนี้จะต้องรณรงค์และเผยแพร่ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ให้ความรู้ทางวิชาการและแนะแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมในการรับประทานอาหารจานด่วน โดยผ่านสื่อสารมวลชนต่าง ๆ อย่างจริงจัง เพื่อจะเป็นประโยชน์แก่เด็กวัยรุ่นและประชาชนทั่วไป ซึ่งเป็นการป้องกันปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต

5. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรประสานงานกับผู้ประกอบการในการผลิตอาหาร โดยปรับปรุงพัฒนารูปแบบของอาหารให้เหมาะสม เช่น การจัดชุดของอาหารจานด่วนโดยให้มีคุณค่าทางอาหารครบสัดส่วน และกำหนดให้ร้านอาหารจานด่วนแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนแบบตะวันตกให้ผู้บริโภคทราบ เช่น กำหนดรายละเอียดคุณค่าทางโภชนาการไว้ที่กระดาดห่ออาหาร ถุงใส่อาหาร หรือให้ร้านอาหารจานด่วนเขียนป้ายแสดงให้ชัดเจน ว่ามีคุณค่าสารอาหารอะไรบ้างในปริมาณมากน้อยแค่ไหน เพื่อเป็นการให้ข้อมูลแก่ผู้บริโภค จะได้เป็นแนวทางการเลือกบริโภคได้อย่างเหมาะสม ซึ่งข้อมูลทางคุณค่าทางโภชนาการเหล่านี้จะเป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้ผู้บริโภคตระหนักและระมัดระวังในการบริโภคมากขึ้น

6. ภาครัฐบาลและภาคเอกชนควรให้การสนับสนุนผู้ประกอบการธุรกิจอาหารไทย โดยให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ แก่ผู้ประกอบการ ให้ดำเนินธุรกิจรูปแบบเดียวกับธุรกิจอาหารจานด่วน ภายใต้เงื่อนไขที่ตอบสนองของความรีบเร่งและความสะดวกรวดเร็ว โดยเน้นปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการประกอบธุรกิจดังกล่าว ซึ่งได้แก่ การโฆษณา สถานที่ การบริการ การตกแต่งร้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้โอกาสแก่เด็กวัยรุ่นในควมมีอิสระเมื่อเข้ามารับประทานอาหารภายในร้านอาหาร ซึ่งจะทำให้เด็กวัยรุ่นมีทางเลือกในการบริโภคเพิ่มขึ้น อีกทั้งยังเป็นการลดการรับเอาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารแบบตะวันตกลงอีกด้วย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ในกลุ่มนักเรียนโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และโรงเรียนสาธิตสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย เนื่องจากนักเรียนในกลุ่มดังกล่าวเป็นกลุ่มที่มีปัญหาด้านโภชนาการเกินมาตรฐาน และโรคอ้วนมากกว่านักเรียนในกลุ่มอื่น

2. ควรมีการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ในกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น นักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย หรือประชาชนทั่วไป โดยอาจใช้ แบบสัมภาษณ์ เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ละเอียดและถูกต้องมากยิ่งขึ้น

3. ควรมีการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในรูปแบบที่เหมาะสม ใน
กลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นประโยชน์แก่งานที่เกี่ยวข้อง ใน
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กองบรรณาธิการ. "ฟาสต์ฟู้ด อะไรดีกว่ากัน," ฉลาดซื้อ. 1 (2) : 11-20 ; สิงหาคม-กันยายน 2537.
- กสิกรไทย. "ระบบแฟรนไชส์กับธุรกิจฟาสต์ฟู้ดเมืองไทย," สรุปข่าวธุรกิจ. 16 (10) : 8-12 ; 16-31 พฤษภาคม 2528.
- กรุงเทพมหานคร. สถิติรายปี กรุงเทพมหานคร 2536. กรุงเทพฯ : สำนักนโยบายและแผน, 2536.
- กัลยา นาคเพชร. การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน จังหวัดนครราชสีมา. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521. อัดสำเนา.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. ศัพทานุกรมสำหรับปฏิบัติการในระบบสารสนเทศทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ศูนย์ประสานและปฏิบัติการของระบบสารสนเทศเพื่อการศึกษา กองสารสนเทศ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2529.
- คณะเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทย, สมาคม. ตำราพัฒนาการเด็ก. กรุงเทพฯ : วิทยุกิจ, 2525.
- "คนกรุงกินฟาสต์ฟู้ด 5 พันล้าน," ไทยรัฐ. 21 พฤศจิกายน 2539. หน้า 9.
- เครือวัลย์ หุตานุวัตร. การเปลี่ยนแปลงของระบบอาหารธรรมชาติในชนบทอีสาน : พฤติกรรมสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ข่ายงานวิจัยพฤติกรรมสุขภาพ ศูนย์ประสานงานทางการแพทย์และสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- จันตรี บุญปั้น และคณะ. "รายงานการวิจัยในการปรับปรุงทางวิชาการ ประจำปี 2537," คู่แข่งธุรกิจ. 4 (168) : 48 ; 28 กุมภาพันธ์-6 มีนาคม 2537.
- จรีพร จิตจำรูญโชคไชย และคณะ. "คุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดในสารอาหารหลัก," วารสารอาหาร. 22 (3) : 31-36 ; 2535.
- จรีพร จิตจำรูญโชคไชย. "กินฟาสต์ฟู้ดอย่างไร เรียกว่าฉลาด," ฉลาดซื้อ. 1 (2) : 21-25 ; สิงหาคม-กันยายน 2537.
- ฉันทนา ลิ้มนิรันดร์กุล. ประสิทธิผลของโครงการสุขศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532. อัดสำเนา.

เจลา เพียรชอบ. การศึกษา การดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

อัดสำเนา.

ชไมพร ยนต์นิยม. คุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

ตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน. วิทยานิพนธ์ จท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย

มหิดล, 2539. อัดสำเนา.

ชลิดา อุ่นกำเนิด. ความสัมพันธ์ระหว่างแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้บริหารและภาวะ

โภชนาการเกิน. วิทยานิพนธ์ สส.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.

อัดสำเนา.

ชวลิต รัตนกุล. ตำราโภชนาการเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2515.

ช่อเพชร บุรศิริรักษ์. ความรู้เรื่องวัตถุดิบในอาหารและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.

★ ชูดา จิตพิทักษ์. พฤติกรรมศาสตร์เบื้องต้น. กรุงเทพฯ : สารมวลชน, 2525.

ชูชีพ ชีวะสุทธิ. ความดันโลหิตสูง. กรุงเทพฯ : มีเดียปริ้นท์, 2528.

ชูศรี วงศ์รัตน์. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท., 2530.

ณัฐลีตวงศ์ ทศบุตร. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรม

สามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539. อัดสำเนา.

ดุชนี สุทธปริยาศรี. โภชนศาสตร์คลินิก. กรุงเทพฯ : โครงการตำราวิทยาศาสตร์สุขภาพ,

2531.

ทวีชัย พิษผล. "การบริโภคอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ด (Fast Foods) ทำให้เป็นโรคเส้นโลหิตตีบ

จริงหรือ," สุขภาพ. 14 (11) : 77-83 ; กันยายน 2529.

ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. เอกสารประกอบการสอนสุขศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสุขศึกษา คณะ

พลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531.

ทันโลก.(นามแฝง) "อาหารขยะรุมพืดเด็กเป็นเหยื่ออันโอชะ," ไทยรัฐ. 16 ธันวาคม 2539.

หน้า 7.

ทัศนีย์ เมธาคุปต์. อิทธิพลของครอบครัวที่มีผลต่อบริโภคนิสัยของเด็กวัยเรียนในตำบลดอนคลัง อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.

นพดล เวชสวัสดิ์. "ฟาสต์ฟู้ด ภัยอันตรายที่แฝงเร้น," รู้รอบตัว. 6 (5) : 22-31 ; พฤษภาคม 2529.

ณภัฏ ศิริสัมพันธ์. "พฤติกรรมกรรมการบริโภคของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองชลบุรี," พฤติกรรม การกินของคนไทย. รายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการ, กรุงเทพฯ : บริษัทประยูรวงศ์ จำกัด, 2527.

นฤมล โพธิ์สัตย์. บริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดพังงา.

ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.

น้อมฤดี จงพยุหะ และคณะ. คู่มือการศึกษาวิชาพัฒนาการเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ศึกษาสัมพันธ์, 2518.

บพิตร เกาฏีระ. "คุณภาพสังคม," ไทยรัฐ. 13 ธันวาคม 2532. หน้า 5.

บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. การวัดและการประเมินผลการศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพื้นฐาน การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.

ประจวบ อินอ้อด. "การค้นคว้าหาข้อมูลเกี่ยวกับผู้บริโภค," นิเทศสาร. 6 : 35-40 ; สิงหาคม 2520.

ประดับพร บุญเจือ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานประถมศึกษา จังหวัดสุรินทร์. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533. อัดสำเนา.

✓ ประภาเพ็ญ สุวรรณ. ทัศนคติ : การวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พระปณนา, 2526.

ปรีดา แดงโรจน์. การโรงแรม : พจนานุกรมศัพท์อาหารและเครื่องดื่ม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ยูไนเต็ดโปรดักชั่น, 2533.

ปาลิรัฐ พิทักษ์ดำรงกิจ. พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ในภาคเหนือ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538. อัดสำเนา.

- บุญ โรจนบุรานนท์. "นิสัยเกี่ยวกับการกินอาหาร," โภชนาการสาร. 10 (4) : 45-49 ; 2519.
- ผ่องพรรณ เกษเกษมสุข. "ฟาสต์ฟู้ด," รามาริบัติสาร. 14 (12) : 55-57 ; พฤษภาคม 2527.
- แผนกวิจัยและวางแผนฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย. "ธุรกิจฟาสต์ฟู้ด จำเป็นหรือ
ฟุ่มเฟือยจริงหรือ..." วิเคราะห์ชาวเศรษฐกิจ. 1 (16) : 1-5 ; 2526.
- พจนา สุวรรณประทีป. การรับรู้เกี่ยวกับพิษภัยของการบริโภคอาหารที่มีสิ่งปนเปื้อนของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดสุพรรณบุรี. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.
- พนอ ทิพย์พิมลรัตน์. พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา
ปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดชุมพร. ปรินิพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- "พฤติกรรมการใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนกรุงเทพฯ," คู่แข่ง. 9(98) : 86-94 ;
พฤศจิกายน 2531.
- พลศึกษา, กรม. รายงานการวิจัยเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดีถ้วนหน้า เมื่อปี 2543 : ศึกษา
เฉพาะนักเรียนระดับประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา ลาดพร้าว, 2529.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์เจริญผล, 2531.
- พิมพ์ร ยศแก้ว. ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นประถม
ศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 8. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.
- เพลินใจ ตังคณะกุล และคณะ. คุณค่าทางอาหารของฟาสต์ฟู้ดที่จำหน่ายในประเทศไทย.
กรุงเทพฯ : สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,
2535.
- ✱ ไพบุญ เทวรักษ์. จิตวิทยาการศึกษาพฤติกรรมภายในและภายนอก. กรุงเทพฯ : ภาควิชา
จิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.
- "ฟาสต์ฟู้ด กับอนาคตของคนไทย," สตรีทัศน์. 5 (1) : 72-74 ; 2532.
- "ฟาสต์ฟู้ด ธุรกิจที่กำลังมาแรง," ฐานเศรษฐกิจ. 25-26 ธันวาคม 2539. หน้า 40.
- "ฟาสต์ฟู้ด อาหารสำหรับคนไทยวันนี้," สยามรัฐฉบับพิเศษ. ธันวาคม 2525. หน้า 6-17.

ภัทรา บุญญเมธานันท์ และคณะ. การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคเนื้อดิบ กรณีศึกษา

ต. แม่ยม อ. แม่สะเรียง จ. แม่ฮ่องสอน. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา, 2536. อัดสำเนา.

ภารดี เต็มเจริญ และคณะ. รายงานผลการวิจัยเรื่องภาวะโภชนาการและนิสัยการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นประถมศึกษาในโรงเรียน สังกัดกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.

ภูซงค์ กุณฑบุตร. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติทางด้านการอนามัยของประชาชนในเขตหมู่บ้านประมง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
อัดสำเนา.

โภชนาการ, กอง. สรุปผลการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา (ตอนต้น-ปลาย) โรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2537. กรุงเทพฯ : กรมอนามัย กรุงเทพมหานคร, 2538. อัดสำเนา.

มิสเตอร์เฟรนด์.(นามแฝง) คลังสมอง. 35 : 54-59 ; กุมภาพันธ์ 2528.

ยศ อัมพรรัตน์. ผลของการฝึกการอดได้รอได้ และการให้แรงเสริมทางสังคมที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536. อัดสำเนา.

ยุพิน ตีรส. ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับความรู้ ความเชื่อและบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528. อัดสำเนา.

ยูอิ นากามูระ. พลวัตของวัฒนธรรมบริโภคและรูปแบบการดำเนินชีวิต ของวัยรุ่นไทย ในเขตมหานคร กรณีศึกษา : นักเรียนระดับชั้นมัธยมในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2539. อัดสำเนา.

รองริน วรบุญ. "แฮมเบอร์เกอร์ฟาสต์ฟู้ดที่เป็นปัญหา," สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์. 6 (9) : 24-25 ; 13 สิงหาคม 2532.

_____. "อาหารที่ไร้คุณค่าทางโภชนาการ," สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์. 36 (36) : 24-25 ; 18-24 กุมภาพันธ์ 2533.

★ รัชนี ยนต์นิยม. ทัศนคติของนักศึกษาที่มีต่อกิจการร้านฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ บธ.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : บริษัท ศึกษาพร จำกัด, 2531.

วนิดา อยู่ประพันธ์. ทำไมต้องกินฟาสต์ฟู้ดให้น้อยลง. กรุงเทพฯ : เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือก สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กรมวิชาการเกษตร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539.

วรรณภา อิทธิไธยะ. ปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการบริโภคอาหารว่างของเด็กวัยเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร. วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2533. อัดสำเนา.

วลัย อินทร์พรวรย์. โภชนาการกับโรคเบาหวาน. กรุงเทพฯ : ศูนย์การพิมพ์, 2528.

_____. โภชนบำบัด. กรุงเทพฯ : แสงทวีการพิมพ์, 2530.

วัฒนา ประทุมสินธุ์ และคณะ. "พฤติกรรมการกินของประชาชนในภาคใต้ของประเทศไทย," พฤติกรรมการกินของคนไทย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.

วันเพ็ญ บุญประกอบ. "ปัจจัยที่ควรคำนึงในการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการกิน," รายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่องพฤติกรรมการกินของคนไทย วันที่ 17-19 ธ.ค. 2527. นครปฐม : สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.

วิชาการ, กรม. แนวการใช้หลักสูตรมัธยมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2525.

วิเชียร เกตุสิงห์. หลักการสร้างและวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย. กรุงเทพฯ : กองการวิจัยการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2530.

วิไลลักษณ์ แสงคุณ. พฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกบ้านของคนในเมือง : ศึกษาเฉพาะกรณีเขตเทศบาลเมือง นครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ สส.ม. นครปฐม : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.

วีรดา ดิษยมนทล. พฤติกรรมการกินของเด็กวัยเรียน อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี.

วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2531. อัดสำเนา.

* ศรียา นิยมธรรม และ ประภัศร นิยมธรรม. โปรแกรมการเรียนรู้วิชาจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : เซนทรัลเอ็กเพรสศึกษาการพิมพ์, 2519.

คันสนีย์ อุดมอ่าง. การบริโภคอาหารของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2533. อัดสำเนา.

ศิริพร หาขุน. แบบแผนการบริโภคอาหารว่างของเด็กอ่อน และเด็กปกติ อายุ 7-9 ปี โรงเรียน เอกชน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. นครปฐม : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536. อัดสำเนา.

ศิริลักษณ์ สินธวาลัย. "ทัศนคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง," โภชนาการสาร. 21 (4) : 101-103 ; ตุลาคม 2530.

_____. การพัฒนาผลิตภัณฑ์ทางโภชนาการ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพัฒนาผลิตภัณฑ์ คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2533.

ศึกษาธิการ, กระทรวง. รายชื่อโรงเรียนมัธยมศึกษา ปีการศึกษา 2540. กรุงเทพฯ : ฝ่ายสถิติ และข้อมูล กองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2540.

_____. รายงานจำนวนห้อง นักเรียน ครู และภารโรง ในโรงเรียนสังกัดกองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา ปีการศึกษา 2541. กรุงเทพฯ : ฝ่ายสถิติและข้อมูล กองแผนงาน กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2541.

สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. "การประเมินคุณค่าทางโภชนาการของฟาสต์ฟู้ดประเภทต่าง ๆ," วารสารอาหาร. 24 (3) : 190-199 ; 2537.

สถิติแห่งชาติ, สำนักงาน. รายงานการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว พ.ศ. 2529. กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2531.

_____. การจำแนกประเภทอาชีพ. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี้, 2534.

สมทรง สวัสดิ์จุ่น และจรีพร จิตจำรูญโชคไชย. "ฟาสต์ฟู้ดค่านิยมใหม่ในยุคนี้," หมอชาวบ้าน. 13 (147) : 34-35 ; กรกฎาคม 2534.

สมฤดี วีระพงษ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

สมศรี เกิดโชค. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับนิสัยการกินของเด็กวัยเรียน อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2531. อัดสำเนา.

สมศรี สุขุมลันท์. "ฟาสต์ฟู้ด," สตรีสาร. 37 (50) : 105 - 107 ; 10 มีนาคม 2528.

สาธารณสุข, กระทรวง. ข้อกำหนดสารอาหารประจำวันที่ร่างกายควรได้รับของประชาชนชาวไทย. กรุงเทพฯ : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2532.

สาธารณสุข, กระทรวง. จำนวนตายด้วยสาเหตุสำคัญกับอัตรา (ต่อประชากรแสนคน พ.ศ. 2539). กรุงเทพฯ : กองสถิติสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2539. อัดสำเนา.

_____. "ฟาสต์ฟู้ด ข้าวแกง พิษซ้ำ คุณค่าทางโภชนาการ," เอกสารเผยแพร่. กองเผยแพร่ และควบคุมการโฆษณา สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา, สิงหาคม 2539.

✓ * สิทธิโชค วรานุสันติกุล. จิตวิทยาการจัดการพฤติกรรมมนุษย์. นครปฐม : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย ศิลปากร, 2529.

✓ * สุชาดา มะโนทัย. การศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539. อัดสำเนา.

สุชาดา สุธรรมรักษ์. เอกสารประกอบการสอน จต. 101 จิตวิทยาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน, 2531.

สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ. "พฤติกรรมการกินของคนไทย," สุขภาพ. 13 (50-51) : 1-9 ; เมษายน-กันยายน, 2533.

สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และคณะ. การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวัฒนธรรมการกินของผู้หญิงทำงาน ในกรุงเทพ : กรณีศึกษาย่านถนนสีลมและรัฐวิสาหกิจ. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ, 2537. อัดสำเนา.

สุนิสา พิลาสกุล. ฟาสต์ฟู้ด : การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2540. อัดสำเนา.

สุภาพ กลีบบัว. ความรู้ทางด้านอนามัย และสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2524. อัดสำเนา.

สุภาพรณ์ ใจจรัสธรรม. การศึกษาเรื่องความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพ ผู้บริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.

เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. หลักโภชนาการปัจจุบัน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยเกษม, 2522.

หมอพัตร (นามแฝง). "ฟาสต์ฟู้ด," ใกล้หมอ. 15 (1) : 72-73 ; มกราคม 2534.

- อนุกุล พลศิริ. "รายงานการวิจัยเรื่องพฤติกรรมการเลือกกินอาหารกลางวัน ของนักเรียน
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง," วารสารอาหาร. 21(2) : 123-135 ;
เมษายน-มีนาคม 2534.
- อรรณพ พงศ์พุทธชาติ. ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ คบ.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2535.
- อภิชาติ พงษ์ศรีหุลชัย และสุรเกียรติ อาชานุภาพ. อาหารต่ออายุ. กรุงเทพมหานคร :
มีเดียปรินท์, 2531.
- อลิศรา ชูชาติ. "อิทธิพลของสื่อมวลชนต่อพฤติกรรมของบุคคล," สุขภาพศึกษา. 13 (50-51) :
10-12 ; เมษายน-กันยายน 2533.
- อารี วัลยเสวี และคณะ. โภชนาการ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรุงเทพ, 2521.
- อุทัย พิศยนบุตร. ตำราโภชนาการสาธารณสุข. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญสุข, 2528.
- Armstrong, Jill E. "Factors Influencing Food Habit in Antigua West Indies,"
Dissertation Abstracts International. 46 : 3787 ; 1985.
- Barcus, P.E. "Commercial Children's Television on Weekend And Weekday
Afternoons," Action For Children's Television, Massage : Newtonville, 1978.
- Best, John W. Research in Education. 4 th ed. Englewood Cliffs, New Jersey :
Prentice Hall, 1981.
- Bloom, Benjamin S.(ed). Taxonomy of Educational Objective Handbook 1 :
Cognitive Domain. New York : David Mc Kay Company Inc, 1975.
- Bredenner, Carol Byrd. "A Nutrition Curriculum for Health Education : Its Effect on
Student Knowledge, Attitude, and Behavior," The Journal of School Health.
54 : 385-387 ; November, 1984.
- Brenman, Allan Jay. The influence of Health Belife on Eating Behavior in
children and Adolescent. Harvard University (0084) 1990 : 2393.
- Brillhart, Patricia Carolyn. The Relationship Between Nutrition Information Sources,
Nutrition Knowledge and Nutrition Attitudes of Adolescents. p.270. Eastern
Michigan University (6456) 1991.

- Clancy, K.H., A.A. Hickey and G. Nevill. "Children's Behaviors Responses to TV Food Advertisement," Journal Nutrition Education. 6 (1) : 93-97 ; 1974.
- Cusatis, Deborah Cardamone. Psychosocial Influences on Adolescent Eating Behavior. Dissertation Abstracts International. 55 : 3825-A ; March, 1995.
- Fan, Chung Ten. Item Analysis Table. New Jersey : Educational Testing Service Princeton, 1952.
- Farris Rosanne P. Nutrition Contribution of the School Lunch Program : Implication for Healthy People. The Journal of School . 62 : 180-184 ; 1992.
- Farthing, Maryann C. "Current Eating Patterns of Adolescents in the United States," Nutrition Today. 26 (2) : 35-39 ; March-April, 1991.
- Feldman, Probert H.L. "Comunication Nutrition to High School Student in Kenya," The Journal of School Health. 53 : 140-143 ; February, 1982.
- Fishman, Paula Blumia. "Teaching Children about Food Purchasing and Ecology : An Exploratory Study," Dissertation Abstracts International. 45 : 2403-A ; February, 1985.
- Foley, C., A.A. Hertzler and L.H. Anderson. "Attitudes and Food Habits of Children," Journal America Dietetic Association. 75 (1) : 13-17 ; 1979.
- Freedman, D.S. et al. "Relation of Body Fat Patterning to Lipid and Lipoprotein Concentration on Children and Adolescents : The Bogalusa Heart Study," America Journal of Clinic Nutrition. 50 : 930-939 ; 1989.
- Giffit, H.H., M.B. Washbon and G.G. Harrison. Nutrition Behavior and Change. Englewood Cliffs, New Jersey : Herentice-Hall, Inc., 1972.
- Goldberg, M.E., G.J. Born and W. Gibson. "TV Message for Snack and Breakfast Food : Do They Influence Children's Preferences," Journal Consumer. 5 (1) : 73-81 ; 1978.
- Goldenson, Robert M. Longman Dictionary of Psychology and Psychitry. New York : Longman Inc., 1984.
- Heald, Felix P. "Fast Food and Snack Food," Beneficial or Deleterious Journal. 13 : 380-383 ; 1992.

- Hopkins, Paul N. "Effects of Dietary Cholesterol on Serum Cholesterol : A Meta Analysis and Review," America Journal Clinic Nutrition. 55 : 1060-1070 ; 1992.
- Hurlock, Elizabeth B. Adolescent Development. New York : Mc Graw-Hill Book, 1969.
- * Klurfeld, David M. "The Role of Dietary Fiber in Gastroin Testinal Disease," Journal of America Association. 87 : 1172-1188 ; 1987.
- Kromhout, Daan. "Dietary Fats : Long Term Implication for Health," Nutrition Today. 50 : 49-53 ; 1992.
- Nelson, Wendy lynn. Normal and Anorexic Eating Attitudes and Behaviors in Young Adult College Students : A Descriptive Study. Saint Louis University. 1994 : 215.
- Parker, T.S. and McNamara. "Heterogeneity of Cholesterol Homeostasis in Man," Journal Clinic Invest. 79 : 1729-1739 ; 1987.
- Plummer, Patricia Ford. Assessment of Nutrition Knowledge, Attitude and Behaviors of Tenth grade Students in Massachusetts Public High Schools Nutrition Education. Boston College, 1993 : 4597.
- Resnicow, Ken and Jayne Reinhardt. "What Do Children Know About Fat, Fiber, and Cholesterol? A Survey of 5,116 Primary and Secondary School Students," Journal of Nutrition Education. 23 (2) : 65-70 ; March-April, 1991.
- Root, David Bruce. "The Relationship of Nutrition Knowledge to Eating Behavior Patterns among CHIO Sophomores and Seniors," Dissertation Abstracts International. 48 : 569-A ; September, 1987.
- Sananmuang, Ratana. Food Preferences of Thai Adolescents and their Mothers, Attitudes and Knowledge about Foods and Nutrition. Oregon State University, 1993.
- Sargent, R.G., K.A. Kemper and E. Schulken. "Dietary Behaviors of South Carolina Adolescents," Journal South Carolina Med Association. 90 : 263-269 ; 1994.

- ✱ Schwartz, Nancy E. "Nutrition Knowledge, Attitude, and Practice of High School Graduates," Journal of the American Dietetic Association. 66 : 28-31 ; January, 1975.
- Skinner, Jean D. and Marry J. Woodburn. "Nutrition knowledge of teenagers," The Journal of School Health. 47 : 475-477 ; October, 1977.
- Somers, A.R. "Violence, Television and the Health of American Youth," Journal America Dietetic Association. 84 (9) : 811-826 ; 1976.
- Story, Mary and Michael D. Resnic. "Adolescents Views on Food and Nutrition," Journal of Nutrition and Education. 18(42) : 188-192 ; 1986.
- Stuart, Price. "Fast Food," Nutrition and Food Science. 132 : 8 ; September October, 1991.
- Sullivan, J.M. and R.L. Prewitt et al. "Hemodinamic Characteristics of Sodium Sensitive Human Subjects," Hypertension 1987. 9 : 398-460 ; 1987.
- Thomus, J.A. and K.L. Call. "Eating between Meals, a Nutrition Problem among Teenagers," Nutrition Review. 31 (2) : 137-139 ; 1973.
- Thompson, G.W. "Children's Acceptance of Television Advertising and Relation School Achievement," The Journal of Education Research. 58 (4) : 171-174 ; 1972.
- Truswell, Stewart and Ian Darnton. "Food Habits of Adolescents," Nutrition Today. 39 (14) : 73-88 ; 1981.
- Ward, Susan Elaine. "Characterizing Adolescent Eating Behaviors with Bandura's Social Learning Theory," Dissertation Abstracts Internation. 51 : 4030-A ; June, 1991.
- White, Adrienne Adams. Changing Adolescents Food-Relates Behavior Via Nutrition Education. The University of Tennessee, 1989.
- Wolf, Wendy Susan. "Child Nutritional Health and the Elementary School," Dissertation Abstracts Internation. 52 : 4674-A ; March, 1992.
- Wood, L.D. et al. "Health of Homeless Children and Housed, Poor Children," Ped 1990. 86 : 858-866 ; 1990.

Yamane, Taro. Statistics and Introductory Analysis. 2 nd ed. Tokyo : John Weatherhill, Inc., 1970.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. หนังสือขอความอนุเคราะห์
2. แบบสอบถาม

สำเนา

ที่ ทม. 1007/2450-62

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

20 มิถุนายน 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียน

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางสาววิธี แจ่มกระทิก เป็นนิสิตระดับปริญญาโท
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นิสิตผู้นี้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำ
ปริญญานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ผศ. ดร. นันทนา วงษ์อินทร์ ประธาน

อ. ทศนา ทองภักดี กรรมการ

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือ ขอให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 3 ห้อง
เรียน ตอบแบบสอบถาม ในระหว่างเดือนกรกฎาคม-กันยายน 2540 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำ
ปริญญานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบ
คุณในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่นิสิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวศิริยุภา พูลสุวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร.2584119

แบบสอบถาม

แบบสอบถาม

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 5 ตอน

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
- ตอนที่ 5 แบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

- 2. การตอบแบบสอบถามในแต่ละตอน ให้ใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงหรือข้อคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด
- 3. การตอบแบบสอบถามฉบับนี้จะไม่ผลใด ๆ ต่อนักเรียน และผู้วิจัยจะเก็บรักษาคำตอบของนักเรียนไว้เป็นความลับ
- 4. ขอขอบคุณนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครอบครัว

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงใน ☐ หน้าคำตอบที่เป็นความจริง หรือเติมคำลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

1. เพศของนักเรียนคือ
 1. ☐ ชาย
 2. ☐ หญิง
2. เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับต่อสัปดาห์.....บาท
3. ในการรับประทานอาหารจานด่วนของนักเรียนในแต่ละครั้ง เสียค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยต่อคนประมาณ.....บาท
4. ผู้ปกครองของนักเรียนคือ
 1. ☐ บิดาและมารดา
 2. ☐ บิดา
 3. ☐ มารดา
 4. ☐ ญาติพี่น้อง
 5. ☐ บุคคลอื่น (โปรดระบุ).....
5. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว
 1. ☐ น้อยกว่า 9,000 บาท
 2. ☐ 9,000 - 25,000 บาท
 3. ☐ มากกว่า 25,000 บาทขึ้นไป
6. ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา

บิดา

 1. ☐ ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า
 2. ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 1-3
 3. ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 4-6 / ปวช.
 4. ☐ อนุปริญญา / ปวส.
 5. ☐ปริญญาตรี
 6. ☐ สูงกว่าปริญญาตรี

มารดา

 1. ☐ ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า
 2. ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 1-3
 3. ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 4-6 / ปวช.
 4. ☐ อนุปริญญา / ปวส.
 5. ☐ปริญญาตรี
 6. ☐ สูงกว่าปริญญาตรี

7. อาชีพของบิดาและมารดา

บิดา

- | | |
|--|--|
| 1. ☐ รับจ้าง | 2. ☐ ค้าขาย |
| 3. ☐ ประกอบธุรกิจส่วนตัว | 4. ☐ พนักงานบริษัทเอกชน |
| 5. ☐ รับราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ | |
| 6. ☐ เกษตรกร (ทำนา ทำสวน ทำไร่ เลี้ยงสัตว์เพื่อจำหน่าย) | |
| 7. ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... | |

มารดา

- | | |
|--|--|
| 1. ☐ รับจ้าง | 2. ☐ ค้าขาย |
| 3. ☐ ประกอบธุรกิจส่วนตัว | 4. ☐ พนักงานบริษัทเอกชน |
| 5. ☐ รับราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ | |
| 6. ☐ เกษตรกร (ทำนา ทำสวน ทำไร่ เลี้ยงสัตว์เพื่อจำหน่าย) | |
| 7. ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... | |

8. จำนวนสมาชิกในครอบครัว (รวมทั้งตัวนักเรียนด้วย).....คน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วนตอนที่ 2.1

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงใน ☐ หน้าคำตอบที่เป็นความจริง หรือเติมคำลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

อาหารจานด่วน (Fast Food) หมายถึง อาหารที่เตรียมและปรุงไว้จนสำเร็จรูปแล้ว สามารถรับประทานได้ทันที หรือใช้เวลาสำหรับกรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนรับประทานเพียงไม่กี่นาที ได้แก่อาหารประเภท แฮมเบอร์เกอร์ แซนดิวิช ไส้กรอก ฮีทดอก ไก่ทอด ไก่ย่าง มันฝรั่งทอด และพิซซ่า ในที่นี้ศึกษาเฉพาะอาหารจานด่วนประเภทรับประทานอิม ที่ขายในร้านอาหารที่เปิดภายใต้ระบบให้สิทธิทางการค้า (Franchising System) จากต่างประเทศ เช่น Pizza Hut, KFC เป็นต้น

1. นักเรียนเคยรับประทานอาหารจานด่วน (Fast Food) หรือไม่

- | |
|--|
| 1. ☐ เคย |
| 2. ☐ ไม่เคย (ข้ามไปตอบในตอนที่ 3) |

2. สถานที่ใดที่นักเรียนรับประทานอาหารเช้าจนเต็มบ่อยที่สุด
 1. ☐ ร้านอาหารจานด่วน
 2. ☐ ซึ่อกลับไปรับประทานที่บ้าน
 3. ☐ สั่งอาหารมารับประทานที่บ้านโดยใช้บริการทางโทรศัพท์
3. ชนิดของอาหารจานด่วนที่นักเรียนชอบรับประทานมากที่สุด

1. ☐ ไก่ทอด	2. ☐ พิซซ่า
3. ☐ แฮมเบอร์เกอร์	4. ☐ ไส้กรอก
5. ☐ แซนวิช	6. ☐ ไก่ย่าง
7. ☐ ฮีทดอก	8. ☐ มันฝรั่งทอด
4. ถ้านักเรียนรับประทานอาหารเช้าที่ร้านอาหาร ทำเลใดที่นักเรียนเลือกใช้บริการ บ่อยที่สุด
 1. ☐ ย่านธุรกิจ (โปรดระบุชื่อ).....
 2. ☐ ในห้างสรรพสินค้า (โปรดระบุชื่อ).....
 3. ☐ ร้านที่ตั้งตามแนวถนน (โปรดระบุชื่อถนน/ย่าน).....
5. นักเรียนมักจะรับประทานอาหารเช้าที่ร้านอาหารในช่วงเวลาใดมากที่สุด

1. ☐ ก่อน 11.00 น.	2. ☐ 11.00 - 13.00 น.
3. ☐ 13.01 - 15.00 น.	4. ☐ 15.01 - 17.00 น.
5. ☐ 17.01 - 19.00 น.	6. ☐ หลัง 19.00 น.
6. เวลาที่นักเรียนใช้โดยเฉลี่ยในการรับประทานอาหารเช้าที่ร้านอาหาร

1. ☐ ไม่เกิน 15 นาที	2. ☐ 16 - 30 นาที
3. ☐ 31 - 45 นาที	4. ☐ 46 - 60 นาที
5. ☐ มากกว่า 60 นาที	
7. นักเรียนรับประทานอาหารเช้าโดยเฉลี่ยประมาณสัปดาห์ละกี่ครั้ง

1. ☐ 1 ครั้ง/สัปดาห์	2. ☐ 2 - 3 ครั้ง/สัปดาห์
3. ☐ 4 - 5 ครั้ง/สัปดาห์	4. ☐ 6 - 7 ครั้ง/สัปดาห์
5. ☐ มากกว่า 7 ครั้ง/สัปดาห์	
6. ☐ อื่น ๆ(โปรดระบุ).....	

8. เหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารจานด่วนของนักเรียน

(เลือกเหตุผลที่นักเรียนเห็นว่าสำคัญที่สุดเพียงลำดับเดียว)

1. ☐ ตั้งใจไปรับประทานเพราะหิว
2. ☐ เพื่อนชักชวน
3. ☐ ต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร
4. ☐ รสชาติอาหารอร่อยถูกใจ
5. ☐ รอเวลาทำธุระอย่างอื่น
6. ☐ ราคาไม่แพงจนเกินไป
7. ☐ ความสะอาดปลอดภัย
8. ☐ บรรยากาศของร้าน
9. ☐ ความสะดวกรวดเร็วในการเลือกซื้อ
10. ☐ หาซื้อง่าย
11. ☐ บริการของร้านอาหาร
12. ☐ ความสะดวกในการรับประทาน
13. ☐ ท่าเลที่ตั้งสะดวกต่อการเดินทาง
14. ☐ ต้องการประหยัดเวลาในการรับประทานอาหาร
15. ☐ เป็นที่ยอมรับของสังคมขณะนี้ (โก้เก๋ ทันสมัย)
16. ☐ ส่งเสริมการขายดี เช่น การลด, แลก, แถม และชิงรางวัล เป็นต้น
17. ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

9. นักเรียนเคยได้รับข่าวสารเรื่องอาหารจานด่วนจากสื่อใดบ้าง บ่อยครั้งเพียงใด
(ตอบได้มากกว่าหนึ่งสื่อ)

ข้อ	สื่อ/ความถี่	ทุกวัน	สัปดาห์ / ครั้ง	เดือน / 2 ครั้ง	เดือน / ครั้ง	3เดือน/ ครั้ง	ไม่ได้ รับเลย
		1	2	3	4	5	6
1.	วิทยุ						
2.	โทรทัศน์						
3.	หนังสือพิมพ์						
4.	สิ่งพิมพ์เย็บเล่ม						
5.	แผ่นพับ						
6.	ป้ายโฆษณา						
7.	บุคคล						
8.	อื่น ๆ (โปรดระบุ).....						

ตอนที่ 2.2

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาว่าในสถานการณ์ต่อไปนี้ ความถี่ในการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนอยู่ในระดับใด ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวนักเรียนมากที่สุดเพียงช่องเดียว

ลำดับ	นักเรียนบริโภคอาหารจานด่วน	ระดับความถี่ในการบริโภคอาหาร				
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยครั้ง	น้อยที่สุด
1.	เมื่อไปซื้อสินค้าในห้างสรรพสินค้า					
2.	เมื่อต้องการใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นสถานที่นัดพบ					
3.	เมื่อมีร้านอาหารจานด่วนยี่ห้อใหม่ ๆ เข้ามาเปิดบริการ					
4.	เมื่อต้องการหลีกเลี่ยงสภาวะที่ทำให้หงุดหงิด เช่น ฝนตก รถติด					
5.	เมื่อต้องการพบปะสังสรรค์กับเพื่อน ๆ					
6.	เมื่อนักเรียนรอผู้ปกครองมารับ					
7.	หลังจากการสอบ					
8.	หลังจากโรงเรียนเลิก					
9.	หลังจากการเรียนพิเศษ					
10.	ในเวลาว่าง					
11.	ในงานเลี้ยงรื่นเริง					
12.	ก่อนหรือหลังจากการเข้าดูภาพยนตร์					
13.	หลังจากเหน็ดเหนื่อยจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ					
14.	เป็นอาหารว่าง					
15.	เป็นอาหารมื้อหลัก					
16.	เมื่อเกิดความเครียดจากเหตุการณ์ต่าง ๆ					

ลำดับ	นักเรียนบริโภคอาหารจานด่วน	ระดับความถี่ในการบริโภคอาหาร				
		เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยครั้ง	น้อยที่สุด
17.	หลังจากดูโฆษณาอาหารจานด่วนทางโทรทัศน์					
18.	ในวันหยุด					
19.	เนื่องในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ เป็นต้น					
20.	เพื่อรอเวลาทำธุระอย่างอื่น					
21.	เมื่อร้านอาหารจานด่วนจัดรายการ ส่งเสริมการขาย					
22.	เมื่อร้านอาหารจานด่วนลดราคาอาหาร					
23.	เมื่อต้องการนัดพบเพื่อน					
24.	เมื่อแม่บ้านไม่ทำอาหารให้รับประทาน					
25.	เมื่อออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน กับครอบครัว					
26.	เมื่อต้องการรู้จักเพื่อนใหม่ ๆ					
27.	เมื่อต้องการทดลองรับประทานอาหาร จานด่วนรูปแบบใหม่ ๆ					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 3.1 ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อความเกี่ยวข้อง หรือความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. 2. 3. 4.	<u>ด้านคุณลักษณะของอาหาร</u> อาหารจานด่วนมีรสชาติอร่อยถูกใจ					
	อาหารจานด่วนมีสีสันท่าน่ารับประทาน					
	อาหารจานด่วนสะอาดปลอดภัย					
	อาหารจานด่วนมีกลิ่นหอม น่ารับประทาน					
	อาหารจานด่วนมีการตกแต่ง อย่างสวยงามน่ารับประทาน					
5. 6. 7. 8. 9. 10.	<u>ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร</u> อาหารจานด่วนเป็นอาหาร ที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ตามหลักโภชนาการ					
	อาหารจานด่วนมีสารอาหารครบถ้วน					
	อาหารจานด่วนจัดเป็นอาหาร ที่ให้พลังงานสูง จึงเหมาะกับวัยรุ่น					
	รับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำ ทำให้สุขภาพดี					
	อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีคุณค่า ทางโภชนาการสูง					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
11.	นักเรียนคิดว่าอาหารจานด่วนมีคุณค่าทางโภชนาการมากที่สุด					
12.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่ดีที่สุดในด้านราคา					
13.	ราคาอาหารจานด่วนยุติธรรม					
14.	นักเรียนรู้สึกว่าการรับประทานอาหารจานด่วนที่มีราคาแพงทำให้นักเรียนเป็นที่ยอมรับของสังคม					
15.	นักเรียนเห็นว่าอาหารจานด่วนเหมาะสมกับภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันนี้มาก ไม่ต้องเสียเวลาทำอาหารเอง ไม่ต้องจ่ายเงินซื้ออาหารสดหลาย ๆ ชนิดซึ่งราคาแพงกว่า					
16.	นักเรียนรู้สึกว่าตัวนักเรียนมีฐานะเหนือกว่าเพื่อนเมื่อนักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนจากต่างประเทศที่มีราคาแพง					
17.	การรับประทานอาหารจานด่วนที่มีราคาแพงแสดงถึงฐานะทางเศรษฐกิจที่ดี <u>ด้านความสะดวกรวดเร็ว</u>					
18.	บริการสั่งอาหารจานด่วนทางโทรศัพท์เป็นบริการที่สะดวกรวดเร็ว					
19.	อาหารจานด่วนหาซื้อง่าย					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
20.	บริการสั่งอาหารจานด่วนทางโทรศัพท์ เหมาะสมกับสภาพเศรษฐกิจและ สังคมในปัจจุบัน					
21.	การรับประทานอาหารจานด่วน สะดวกและรวดเร็ว					
22.	รูปแบบการบริการของร้านอาหาร จานด่วนทันสมัย เหมาะสมกับภาวะ เศรษฐกิจและความรีบเร่งของชีวิต ในปัจจุบัน					
23.	นักเรียนชอบใช้บริการสั่งอาหารจาน ด่วนทางโทรศัพท์เพราะสะดวก					
24.	การจราจรที่ติดขัดเป็นสาเหตุหนึ่ง ที่ทำให้บริการสั่งอาหารจานด่วน ทางโทรศัพท์เป็นที่นิยม <u>ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้าน</u> <u>อาหาร</u>					
25.	อาหารจานด่วนหารับประทานได้ง่าย ตามห้างสรรพสินค้าทั่วไป					
26.	ร้านอาหารจานด่วนมักเปิดบริการ ในแหล่งชุมชนเหมาะสมกับสภาพ สังคมในปัจจุบันเพราะเป็นทำเลที่ดี ในการค้าขาย					
27.	การตกแต่งร้านอาหารจานด่วน ที่ทันสมัยเป็นจุดดึงดูดลูกค้า					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
28.	ลักษณะการจัดร้านและบรรยากาศ ภายในร้านอาหารจานด่วนที่สะอาด สวยงามเป็นจุดดึงดูดลูกค้า					
29.	ทำเลที่ตั้งของร้านอาหารจานด่วน ไปมาสะดวก					
30.	การเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วน ในร้านอาหารจานด่วนที่หรูหรา ตกแต่งทันสมัย ดูมีรสนิยมดี					

ตอนที่ 3.2 อิทธิพลของเพื่อน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อความ
เกี่ยวข้องหรือความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของเพื่อน กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
1.	นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน เพราะต้องการการยอมรับจากเพื่อน					
2.	การไปรับประทานอาหารจานด่วน กับเพื่อน ๆ ในแต่ละครั้งจะทาน อาหารเหมือน ๆ กัน					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
3.	การรับประทานอาหารจานด่วนใน					
4.	ระยะแรกเกิดจากคำแนะนำของเพื่อน					
5.	นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วน					
6.	ตามคำชักชวนของเพื่อน					
7.	นักเรียนทดลองรับประทานอาหาร					
8.	จานด่วนรูปแบบแปลก ๆ ใหม่ ๆ					
9.	เมื่อได้ฟังเพื่อน ๆ เล่าให้ฟัง					
10.	ถ้าเพื่อนในกลุ่มตกลงว่าจะ					
11.	รับประทานอาหารจานด่วน นักเรียน					
	ก็ต้องทานอาหารจานด่วนทั้งๆที่					
	ไม่ยอมรับประทาน					
	นักเรียนและเพื่อน ๆ มักจะมีความคิด					
	เห็นในการเลือกรับประทานอาหาร					
	จานด่วนตรงกันเสมอ					
	เพื่อนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจสั่ง					
	อาหารจานด่วนของนักเรียนเสมอ					
	เมื่อมีการรับประทานอาหารจานด่วน					
	ร่วมกันในกลุ่มเพื่อน การสั่งอาหาร					
	แต่ละครั้งจะเป็นไปตามมติของกลุ่ม					
	นักเรียนและเพื่อนมักจะ “ว่าจะอะไร					
	ว่าตามกัน” ในการสั่งอาหารจานด่วน					
	นักเรียนตัดสินใจรับประทานอาหาร					
	จานด่วนเมื่อเพื่อน ๆ ในกลุ่มชวน					
	ไปรับประทาน					

ตอนที่ 3.3 อิทธิพลของสื่อโฆษณา

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณารว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อความเกี่ยวข้องหรือความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของสื่อโฆษณากับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
1.	สื่อโฆษณามีผลต่อการเลือก รับประทานอาหารจานด่วน					
2.	สื่อโฆษณามีผลต่อการเลือกซื้อ อาหารจานด่วน					
3.	นักเรียนอยากทดลองรับประทาน อาหารจานด่วนในร้านที่เปิดกิจการ ใหม่ตามคำชักชวนในสื่อโฆษณา					
4.	ความถี่ในการรับสื่อโฆษณามีผล ต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียน					
5.	รูปแบบของสื่อโฆษณามีผลต่อ การบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียน					
6.	อาหารจานด่วนที่ลงโฆษณาเป็น สินค้าคุณภาพได้มาตรฐาน					
7.	การได้รับข่าวสาร "ส่งเสริมการขาย" จากร้านอาหารจานด่วนที่ลง โฆษณาสินค้ามีผลต่อการ รับประทานอาหารจานด่วน ของนักเรียน					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
8.	การโฆษณา “อาหารจานด่วน” ที่โฆษณาติดต่อกันเป็นระยะเวลา นานมีผลต่อการบริโภคอาหารจาน ด่วนของนักเรียน					
9.	นักเรียนรับประทานอาหารจานด่วนที่ ลงโฆษณาเพราะเชื่อว่าคุณค่า ทางอาหารที่วัดอ้างในสื่อโฆษณา เป็นความจริง					
10.	สื่อโฆษณาสามารถเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคของผู้บริโภคได้					
11.	นักเรียนเลือกซื้ออาหารจานด่วน จากร้านอาหารจานด่วนที่ลงโฆษณา ทางโทรทัศน์					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อความนั้น ๆ อย่างไร โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
1.	การรับประทานอาหารจานด่วน แสดงถึงความมีหน้ามีตาทางสังคม					
2.	การรับประทานอาหารจานด่วน ในร้านอาหารทำให้รู้จักคนมากขึ้น					
3.	การรับประทานอาหารจานด่วน แสดงถึงความเป็นคนทันสมัย					
4.	การรับประทานอาหารจานด่วน เหมาะกับสถานะเศรษฐกิจ ในปัจจุบัน					
5.	เมื่อมีความสุข หรือประสบความสำเร็จ ควรฉลองด้วยอาหารจานด่วน					
6.	อาหารจานด่วนเป็นอาหาร ที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น					
7.	รับประทานอาหารจานด่วนบ่อยๆ ไม่ขาดสารอาหารอย่างแน่นอน					
8.	อาหารจานด่วนเป็นอาหาร ของคนรวย					
9.	อาหารจานด่วนเทียบได้กับอาหาร เต็มมือ					
10.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารว่างที่ดี					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
11.	รับประทานอาหารจานด่วน					
	แทนอาหารมื้อหลักได้					
12.	การรับประทานอาหารจานด่วน					
	ยี่ห้อใหม่ ๆ ได้ชื่อว่าเป็นผู้นำแฟชั่น					
13.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารสำหรับ					
	คนรุ่นใหม่					
14.	อาหารจานด่วนจัดเป็นอาหารมื้อ					
	หลักที่เพียงพอสำหรับวัยรุ่น					
15.	การทดลองรับประทานอาหาร					
	จานด่วนในร้านอาหารจานด่วน					
	ที่เปิดกิจการใหม่เป็นการแสวงหา					
	เอกลักษณ์เฉพาะตน					
16.	รับประทานอาหารจานด่วน เช่น					
	พิซซ่า เป็นประจำทำให้อ้วนได้					
17.	อาหารจานด่วน เช่น แฮมเบอร์เกอร์					
	เหมาะกับวิถีชีวิตในปัจจุบัน					
18.	ซื้ออาหารจานด่วนมารับประทาน					
	ประหยัดกว่าการทำอาหาร					
	รับประทานเอง					
19.	การรับประทานอาหารจานด่วนที่					
	ร้านอาหารมีความสะอาดปลอดภัย					
	เหมือนกับการทำรับประทานเอง					
20.	รับประทานอาหารจานด่วนประเภท					
	ปิ้งย่าง และรมควัน ไม่มีอันตราย					
	ต่อร่างกาย					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง
21.	อาหารจานด่วนเหมาะที่จะ รับประทานในงานเลี้ยงสังสรรค์ กับเพื่อน					
22.	อาหารจานด่วนเหมาะที่จะ รับประทานในโอกาสพิเศษ					
23.	อาหารจานด่วนมีคุณภาพเชื่อถือได้					
24.	อาหารจานด่วนเป็นอาหาร ที่ได้มาตรฐานสากล					
25.	รับประทานอาหารจานด่วนยี่ห้อ ใหม่ ๆ เป็นผู้มีความคิดสร้างสรรค์					
26.	เรื่องอันตรายจากการรับประทาน อาหารจานด่วนเป็นเรื่องน่าสนใจ					
27.	ควรมีการสอนเรื่องอาหารจานด่วน ในหลักสูตรสุขศึกษา					
28.	ควรมีการรณรงค์ให้มีการ รับประทานอาหารจานด่วนอย่าง ระมัดระวังโดยคำนึงถึงผลกระทบต่อสุขภาพ					

ตอนที่ 5 แบบทดสอบความรู้ทางโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. อาหาร หมายถึงอะไร
 - ก. สิ่งที่ร่างกายต้องการ
 - ข. สิ่งที่ย่อยแล้วทำให้อิ่ม
 - ค. สิ่งที่ย่อยแล้วป้องกันโรคได้
 - ง. สิ่งที่ย่อยแล้วเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย
2. อาหารจานด่วน (Fast Food) หมายถึงข้อใด
 - ก. อาหารสำเร็จรูป
 - ข. อาหารพร้อมปรุง
 - ค. อาหารที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ
 - ง. อาหารที่ทำเสร็จในเวลาอันรวดเร็วและสามารถรับประทานได้ทันที
3. ข้อใดจัดว่าเป็นอาหารจานด่วนที่มาจากประเทศตะวันตก

ก. ข้าวผัดอเมริกัน	ข. ก๋วยเตี๋ยวผัดไทย
ค. สุกียากี้	ง. แฮมเบอร์เกอร์
4. ในอาหารจานด่วนจะขาดสิ่งใดมากที่สุด

ก. ไขมัน	ข. ผัก
ค. น้ำตาล	ง. เนื้อสัตว์
5. ผักที่รับประทานคู่กับอาหารจานด่วน มีประโยชน์อย่างไร

ก. ช่วยให้ระบบขับถ่ายดี	ข. ทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตดี
ค. ช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหาร	ง. ช่วยให้พลังงานในร่างกายสมดุล
6. การรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยๆ จะขาดสารอาหารชนิดใดมากที่สุด

ก. โปรตีน	ข. วิตามิน
ค. ไขมัน	ง. คาร์โบไฮเดรต
7. อาหารจานด่วน เช่น แซนด์วิช แฮมเบอร์เกอร์ มีส่วนประกอบของสารอาหารอะไรน้อยที่สุด

ก. วิตามิน เกลือแร่	ข. เกลือแร่ โปรตีน
ค. เกลือแร่ ไขมัน	ง. คาร์โบไฮเดรต วิตามิน

8. การรับประทาน ไข่ทอด เป็นประจำติดต่อกันเป็นเวลานาน อาจทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคอะไร
 - ก. โรคเบาหวาน
 - ข. โรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด
 - ค. โรคโลหิตจาง
 - ง. โรคกระดูกผุ
 9. อาหารชนิดใดต่อไปนี้จะให้พลังงานมากที่สุด
 - ก. แฮมเบอร์เกอร์
 - ข. ไข่ต้ม
 - ค. ยำวุ้นเส้น
 - ง. ไส้กรอก
 10. การรับประทานอาหารที่ให้พลังงานมากเกินไปมีผลเสียต่อสุขภาพอย่างไร
 - ก. เป็นโรคอ้วน
 - ข. เป็นโรคไขข้ออักเสบ
 - ค. ทำให้ร่างกายเฉื่อยชา เชื่องซึม
 - ง. ทำให้จิตใจท้อแท้ สิ้นหวัง
 11. นักเรียนรับประทานอาหารจานใดจะทำให้ได้รับสารอาหารประเภทไขมันมากที่สุด
 - ก. ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลา
 - ข. ข้าวมันไก่
 - ค. พิซซ่า
 - ง. ข้าวหน้าเป็ด
 12. อาหารชนิดใดต่อไปนี้เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้น้ำหนักของร่างกายมากเกินไปถ้ารับประทานเป็นประจำ
 - ก. ข้าวเหนียว ส้มตำ ไก่ย่าง
 - ข. แฮมเบอร์เกอร์ แซนวิช
 - ค. น้ำพริกปลาทุ ผักต้ม
 - ง. ขนมจีนน้ำยา ไข่ต้ม
 13. อาหารที่เหมาะสมสำหรับการควบคุมน้ำหนักคือข้อใด
 - ก. แกงส้ม
 - ข. ไข่ทอด
 - ค. พิซซ่า
 - ง. แฮมเบอร์เกอร์
 14. ผู้บริโภคมีโอกาสเกิดโรคหัวใจได้มากที่สุดถ้าใช้น้ำมันชนิดใดทอดไก่
 - ก. น้ำมันรำข้าว
 - ข. น้ำมันหมู
 - ค. น้ำมันถั่วเหลือง
 - ง. น้ำมันเมล็ดฝ้าย
 15. สารปรุงแต่งอาหารจานด่วน ข้อใดมีอันตรายน้อยที่สุด
 - ก. เนย
 - ข. ซอสมะเขือเทศ
 - ค. ผงชูรส
 - ง. พริกไทย
 16. ผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงไม่ควรเติมเครื่องปรุงชนิดใดในอาหารจานด่วน
 - ก. พริกไทย
 - ข. ซอสมะเขือเทศ
 - ค. ผงชูรส
 - ง. เกลือ

ภาคผนวก ข

1. ค่าความยากง่ายและค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม
2. รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

ตาราง 15 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	5.87	15	7.80
2	6.70	16	3.61
3	5.96	17	4.80
4	6.08	18	6.33
5	7.08	19	6.48
6	3.28	20	6.73
7	7.58	21	6.93
8	4.43	22	6.57
9	5.52	23	8.06
10	5.89	24	5.46
11	7.27	25	5.73
12	8.61	26	6.48
13	4.98	27	5.03
14	5.07		

ค่าความเชื่อมั่น = 0.93

ตาราง 16 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามตัวแปรลักษณะรูปร่างของอาหารจานด่วน

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	5.16	16	3.05
2	3.27	17	3.04
3	5.34	18	4.38
4	4.82	19	3.60
5	2.07	20	4.72
6	3.00	21	5.19
7	4.43	22	4.61
8	3.98	23	4.28
9	4.43	24	3.05
10	4.50	25	3.12
11	4.42	26	4.36
12	4.65	27	3.94
13	4.18	28	3.82
14	4.46	29	3.88
15	4.21	30	3.06

ค่าความเชื่อมั่น = 0.85

ตาราง 17 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามตัวแปรอิทธิพลของเพื่อน

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	4.90
2	7.47
3	6.53
4	4.21
5	5.57
6	4.67
7	4.77
8	9.09
9	5.45
10	6.51
11	4.48

ค่าความเชื่อมั่น = 0.78

ตาราง 18 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามตัวแปรอิทธิพลของสื่อโฆษณา

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	4.94
2	6.78
3	3.92
4	6.19
5	6.06
6	4.10
7	6.53
8	8.53
9	4.76
10	7.43
11	7.26

ค่าความเชื่อมั่น = 0.79

ตาราง 19 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก (t)
1	6.18	15	5.25
2	7.47	16	3.88
3	6.37	17	4.23
4	3.93	18	4.26
5	5.54	19	5.84
6	5.14	20	7.33
7	6.81	21	4.36
8	2.51	22	3.60
9	4.80	23	5.72
10	4.30	24	5.35
11	4.95	25	5.49
12	4.28	26	3.36
13	2.46	27	2.68
14	4.83	28	4.56

ค่าความเชื่อมั่น = 0.90

ตาราง 20 แสดงค่าความยากง่ายและค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบความรู้ด้านโภชนาการ
ที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน

ข้อ	ค่าความยาก	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.80	0.44
2	0.73	0.44
3	0.71	0.36
4	0.66	0.38
5	0.49	0.35
6	0.63	0.42
7	0.56	0.52
8	0.78	0.41
9	0.46	0.44
10	0.44	0.22
11	0.54	0.37
2	0.70	0.52
3	0.77	0.36
4	0.68	0.33
15	0.39	0.25
16	0.21	0.27
17	0.23	0.31
18	0.71	0.32
19	0.48	0.40
20	0.29	0.44

ค่าความเชื่อมั่น = 0.81

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม

1. รองศาสตราจารย์ ดร. สมสรร วงษ์อยู่น้อย
 สำนักทดสอบและวัดผลทางจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทศพร มณีศรีขำ
 ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา
 ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาววิธิ แจ่มกระตึก
เกิดวันที่	10 เดือนกันยายน พุทธศักราช 2512
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลศิริราช กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	544/28 ถนนสามเสน ตำบลดุสิต อำเภอดุสิต กรุงเทพ 10300
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	นักวิทยาศาสตร์ แผนกควบคุมคุณภาพและคั่นคว่ำวิจัย ผลิตภัณฑ์ บริษัทบุญรอดบริวเวอรี่ สาขาปทุมธานี
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	บริษัทบุญรอดบริวเวอรี่ สาขาปทุมธานี 2 หมู่ 9 ซอยใจเอื้อ ตำบลบางคูวัด อำเภอเมือง จังหวัด ปทุมธานี 12000 โทร. 5817700-35 ต่อ 135
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2531	ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาตอนปลาย (แผนกวิทย์ - คณิต) จากโรงเรียนราชวินิต มัธยม
พ.ศ. 2535	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
พ.ศ. 2540	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา
กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
วิธี แจ่มกระจ่าง

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
มีนาคม 2541

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ปัจจัยด้านตัวบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ตัวแปรด้านตัวบุคคล จำแนกเป็น เพศ เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ เงินค่าใช้จ่ายต่อมื้อในการรับประทานอาหารจานด่วน เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ปัจจัยด้านครอบครัว จำแนกเป็น ผู้ปกครองฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา อาชีพของบิดาและมารดา และขนาดของครอบครัว ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม จำแนกเป็น ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ด้านราคาของอาหาร ด้านความสะดวกและรวดเร็ว ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร อิทธิพลของเพื่อน และอิทธิพลของสื่อโฆษณา กลุ่มอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,391 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ แบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การวิเคราะห์สหสัมพันธ์พหุคูณ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ แต่ละขั้นตอน

ผลการศึกษา พบว่า

1. ปัจจัยด้านตัวบุคคล ซึ่งได้แก่ เพศ เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ปัจจัยด้านครอบครัว ซึ่งได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งได้แก่ ลักษณะจิตใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ด้านราคาของอาหาร ด้านความสะดวกและรวดเร็ว ด้านการตกแต่งและทำเลที่ตั้งของร้านอาหาร อิทธิพลของเพื่อน และอิทธิพลของสื่อโฆษณา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ตัวพยากรณ์ที่เรียงลำดับจากส่งผลมากที่สุดไปยังน้อยที่สุด ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรม

สามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา ลักษณะงุใจของอาหารจานด่วน ด้านราคาของอาหาร ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ ลักษณะงุใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะ ของอาหาร เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ลักษณะงุ ใจของอาหารจานด่วนด้านความสะดวกและรวดเร็ว และอิทธิพลของเพื่อน ตามลำดับ และสามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอน ปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้คะแนนดิบ

$$Y = -4.9259 + 0.4478(X_{29}) + 0.9766(X_{25}) + 0.0118(X_2) + 0.8019(X_{23}) \\ -4.7854(X_1) + 2.7484(X_7) + 0.1540(X_4) + 0.4229(X_{26}) + 0.1981(X_{28})$$

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอน ปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช้คะแนนมาตรฐาน

$$Z = 0.1706(X_{29}) + 0.1881(X_{25}) + 0.1373(X_2) + 0.1251(X_{23}) - 0.1363(X_1) \\ + 0.1060(X_7) + 0.1312(X_4) + 0.0964(X_{26}) + 0.0776(X_{28})$$

FACTORS RELATED TO FAST FOOD CONSUMPTION BEHAVIORS OF
UPPER SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN SCHOOLS UNDER
THE DEPARTMENT OF GENERAL EDUCATION, BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
WITEE JRAMKRATUKE

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master
of Education degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University
March 1998

The purpose of this study was to investigate factors related to and predicted fast food consumption behaviors of Upper Secondary School students under the Department of General Education, Bangkok. Variables studied were Personal factors, Family factors, Social and Environment factors. Personal factors were student' gender, incomes, expense of fast food/meal, fast food consumption attitude and nutrition knowledge about fast food. Family factors were parents, socioeconomic status, educational levels, careers and family size. Social and Environment factors were motivation of fast food's attributes, nutrition, pricing, convenience and speed of services, decoration and location of the restaurant including influence of friends and advertising media.

The subject were 1,391 students. The instrument was questionnaire. The multiple correlation analysis and the step - wise multiple regression were used to analyze the data.

The results of the study were as follows :

1. Statistically significant relationships were found between the Upper Secondary School students' fast food consumption behaviors and the variables of their Personal factors of student' gender, incomes and fast food consumption attitude at .01 level.
2. Statistically significant relationships were found between the Upper Secondary School students' fast food consumption behaviors and the variables of their Family factors of socioeconomic status and educational levels at .01 level.
3. Statistically significant relationships were found between the Upper Secondary School students' fast food consumption behaviors and the variables of their Social and Environment factors of fast food's attributes, nutrition, pricing, convenience and speed of services, decoration and location of the restaurant including influence of friends and advertising media at .01 level.
4. The Upper Secondary School students' fast food consumption behaviors could be significantly respectively predicted from following variables

which were influence advertising media, motivation of fast food's pricing, income, motivation of fast food's attributes, student' gender, socioeconomic status, fast food consumption attitude, motivation of fast food's convenience and speed of services and influence of friends at .01 level

The following equations proved to be significantly predictors of The Upper Secondary School students' fast food consumption behaviors at .01 level as:

Y means Predicted Equation to fast food consumption behaviors of raw score

$$Y = -4.9259 + 0.4478(X_{29}) + 0.9766(X_{25}) + 0.0118(X_2) + 0.8019(X_{23}) \\ - 4.7854(X_1) + 2.7484(X_7) + 0.1540(X_4) + 0.4229(X_{26}) + 0.1981(X_{28})$$

Z means Predicted Equation to fast food consumption behaviors of standard score

$$Z = 0.1706(X_{29}) + 0.1881(X_{25}) + 0.1373(X_2) + 0.1251(X_{23}) - 0.1363(X_1) \\ + 0.1060(X_7) + 0.1312(X_4) + 0.0964(X_{26}) + 0.0776(X_{28})$$