

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

ปริญญาานิพนธ์
ของ
วิไลวรรณ คงกิจ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา

พฤษภาคม 2548

FAST FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR OF ADOLESCENTS
IN BANGKOK

A THESIS
BY
WILAIWON KONGGIJ

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Health Education
at Srinakharinwirot University
May 2005

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

ปริญญาานิพนธ์
ของ
วิไลวรรณ คงกิจ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา

พฤษภาคม 2548

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
วิไลวรรณ คงกิจ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา

พฤษภาคม 2548

วิไลวรรณ คงกิจ. (2548). พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น

ในกรุงเทพมหานคร. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ วิริยา สุขวงศ์, รองศาสตราจารย์ สพ.ญ.นภาพร มัชฌิมานุกร.

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้าเพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร และเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนตามตัวแปรเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่น อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะ การอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนและเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วนที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียงในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุอยู่ในช่วง 10-21 ปี จำนวน 360 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance)

ผลการศึกษาพบว่า

1. เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง คือ รับประทานอาหารจานด่วน 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง และมีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง

2. เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่นและลักษณะการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน

FAST FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR OF ADOLESCENTS
IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
WILAIWON KONGGIJ

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Health Education
at Srinakharinwirot University
May 2005

Wilaiwon Konggij. (2005). *Fast food consumption behavior of adolescents in Bangkok*. Master thesis, M.Ed. (Health Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Viriya Sukwongs. Assoc. Prof. Dr.Napaporn Madhyamankura.

This was a survey study aiming at investigating fast food consumption behavior of adolescents in Bangkok and comparing that of consumption behavior of adolescents according to their gender, age, education level, adolescent income, parents occupation, advertising media, rearing type, knowledge of fast food consumption, and attitude toward fast food consumption. The subjects comprised 360 adolescents aged between 10-21 years old consuming fast food in department stores in Bangkok. Through multistage random sampling. Questionnaire concerning fast food consumption behavior was administered then data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, t-test and One-Way Analysis of Variance.

The results revealed that:

1. Fast food consumption behavior of most adolescents in Bangkok was at a moderate level. That was they had fast food 1-3 times a week and they were democracy rearing, they gained knowledge of fast food consumption at a moderate level and attitude toward fast food consumption at a moderate level and attitude toward fast food consumption at a moderate level as well.
2. There was a significant difference at .05 level on fast food consumption behavior among that of adolescents with different age, parents occupation, advertising media, knowledge of fast food consumption and attitude toward fast food consumption.
3. There was no significant difference on fast food consumption behavior among that of adolescents with different gender, education level, adolescent income and rearing type.

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

ของ

นางสาววิไลวรรณ คงกิจ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)

วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2548

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ วิริยา สุขวงศ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ สพ.ญ. นภาพร มัชฌมางกูร)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ ดร. กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐสิน)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ ดร. ทรงพล ต่อนี่)

ประกาศคุณูปการ

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ วิริยา สุขวงศ์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญาโท ภาควิชาการศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ วิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ วิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ ที่ให้คำแนะนำและเป็นผู้แนะนำทางให้ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาจนสำเร็จ ตลอดจนสั่งสอนวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัยอย่างเต็มความสามารถ และขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.กมลมาลย์ วรรณศรีศรีสุนทร อาจารย์ ดร.ทรงพล ต่อนี้ คณะกรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ซึ่งได้ให้คำแนะนำในการแก้ไขและปรับปรุงเพื่อให้ปริญญาโทมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กฤตกรรณ์ ประทุมวงษ์ อาจารย์ ดร.ทรงพล ต่อนี้ อาจารย์ ดร.กมลมาลย์ วรรณศรีศรีสุนทร นางสาวพิจิตรา ปรีดาร์รัตน์ และนางเกษราภรณ์ พงษ์เสาวคนธ์ ผู้เชี่ยวชาญที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจและแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ให้ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณเด็กวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเป็นอย่างดี และขอขอบคุณคุณผู้ร่วมงานทุกท่านที่เป็นกำลังใจ และคอยช่วยเหลือ ทำให้การวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอโน้มระลึกถึงพระคุณบิดามารดาที่ได้สั่งสอนปลูกฝังให้เห็นคุณค่าของการศึกษา การทำความดีและทำประโยชน์แก่สังคม ตลอดจนให้การสนับสนุนและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยในทุกๆด้านอย่างเต็มกำลังความสามารถ จนทำให้ปริญญาโทฉบับนี้ประสบผลสำเร็จ

คุณค่าและประโยชน์อันพึงเกิดจากปริญญาโทฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้กับท่าน อาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทความรู้และสร้างเจตนารมณ์ที่ดีในการนำความรู้ไปใช้ เพื่อช่วยในการพัฒนาตนและสังคมให้มีความเจริญยิ่งขึ้น

วิไลวรรณ คงกิจ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	6
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	6
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	6
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	7
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	10
	สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	11
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า.....	12
	ความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่น.....	12
	ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วน.....	15
	แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม.....	23
	แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ และเจตคติ.....	31
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า.....	36
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	36
	งานวิจัยในประเทศ.....	37
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	40
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	40
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการค้นคว้า.....	41
	ลักษณะของเครื่องมือ.....	41
	ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	42
	เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลความหมาย.....	43
	การหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	45
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	47

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
3	(ต่อ) การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	47
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	47
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	54
5	สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	67
	สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	67
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	67
	สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	67
	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	68
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	69
	อภิปรายผล.....	70
	ข้อเสนอแนะ.....	78
	บรรณานุกรม.....	80
	ภาคผนวก.....	89
	ภาคผนวก ก.....	90
	ภาคผนวก ข.....	94
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	115

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงภาวะโภชนาการเด็กอายุ 15-19 ปี จำแนกตามเพศและเขตอาศัย.....	3
2	แสดงคุณค่าสารอาหารหลักของอาหารจานด่วน (ปริมาณอาหารต่อการเสิร์ฟ 1 ที่).....	19
3	จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา.....	54
4	จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหาร จานด่วน พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน.....	56
5	ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม เพศ	58
6	ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม เจตคติต่อการ บริโภคอาหารจานด่วน	58
7	คะแนนเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับพฤติกรรมการบริโภค อาหารจานด่วน ของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรม เลี้ยงดูและความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน.....	59
8	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะ การอบรมเลี้ยงดู และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน.....	62
9	ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ...	63
10	ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอาชีพ ผู้ปกครอง.....	64
11	ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม สื่อโฆษณา.....	65

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
12 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน.....	65
13 แสดงค่าความยากง่าย และค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบ สอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน.....	108
14 แสดงค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเจตคติต่อการ บริโภคอาหารจานด่วน.....	110
15 แสดงค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามลักษณะ การอบรมเลี้ยงดู.....	111
16 แสดงค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามพฤติกรรม การบริโภคอาหารจานด่วน.....	112

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	10

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

อาหารเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งของชีวิตมนุษย์เพราะอาหารมีความเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ทั้งทางตรงและทางอ้อมในการวางรากฐานพัฒนาการสุขภาพของร่างกาย จิตใจ และสมอง เนื่องจากอาหารเป็นสิ่งที่ช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายเจริญเติบโต มีความแข็งแรง และซ่อมแซมอวัยวะส่วนที่สึกหรอให้สามารถทำงานได้ตามปกติ ดังนั้นการรู้จักเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ จะส่งผลให้ร่างกายมีภาวะโภชนาการที่สมบูรณ์ ดังที่ เอมอร์ อุดมเกษมมาลี (2534 : 145) ได้กล่าวว่า สมรรถภาพและสุขภาพที่ดีเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับสารอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ ประกอบกับการออกกำลังกายด้วยความสม่ำเสมอและเหมาะสมกับภาวะของร่างกาย ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ศิริลักษณ์ สินทวาลย์ (2533 : 101) ที่กล่าวไว้ว่าการบริโภคอาหารในปริมาณที่เพียงพอได้สัดส่วน และมีสารอาหารครบถ้วนตามความต้องการของร่างกาย ช่วยให้ร่างกายสามารถนำสารอาหารเหล่านั้นเข้าไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกายในการสร้างสุขภาพอย่างเต็มที่ เรียกว่าการมีภาวะโภชนาการที่ดี ส่วนภาวะโภชนาการที่ไม่ดี หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ทุพโภชนาการ หมายถึง สภาพของร่างกายที่เกิดจากการได้รับ สารอาหารไม่ครบถ้วนหรือมีปริมาณไม่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย หรืออาจเกิดจากร่างกายได้รับสารอาหารครบถ้วนพอเหมาะ แต่ร่างกายไม่สามารถใช้สารอาหารนั้นได้จึงทำให้เกิดภาวะผิดปกติขึ้น

วัยรุ่นนับเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศไทย จากข้อมูลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2540 พบว่ามีวัยรุ่นจำนวน 0.91 ล้านคน จากจำนวนประชากรทั้งหมดในเขตกรุงเทพมหานคร 7.14 ล้านคน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 12.75 ของประชากรทั้งหมดในกรุงเทพมหานคร และยังพบว่าวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 13-19 ปี มีจำนวนถึง 8.02 ล้านคน จากประชากรทั่วประเทศทั้งหมด 60.35 ล้านคน ซึ่งคิดเป็นอัตราส่วนร้อยละ 13.29 ของประชากรทั่วประเทศ ดังนั้นวัยรุ่นจึงเป็นทรัพยากรที่มีบทบาทและเป็นกำลังสำคัญ ในการพัฒนาสังคมให้มีความเจริญก้าวหน้าการที่จะพัฒนาเด็กวัยรุ่นให้มีศักยภาพสูงสุดนั้นจำเป็นต้องมีการพัฒนาในทุกๆด้านไปพร้อมๆกัน ซึ่งในด้านสุขภาพอนามัย และภาวะโภชนาการสำหรับเด็กวัยรุ่นนับว่าเป็นปัจจัยสำคัญมากที่สุดปัจจัยหนึ่ง

ในปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นไปอย่างรวดเร็ว ประเทศไทยได้รับเอาค่านิยมและวัฒนธรรมของชาวตะวันตกเพิ่มมากขึ้น ประกอบกับการได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาต่างๆ ทำให้วัยรุ่นเกิดทัศนคติและค่านิยมในการบริโภคอาหารที่แตกต่างไปจากเดิมโดยเฉพาะพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนได้เข้ามามีบทบาทอย่างมากในสังคมเมือง ส่งผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของวัยรุ่นอย่างกว้างขวาง และมีแนวโน้มเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ ดังคำกล่าวของ มันทนา ประทีปะเสน (2537 : 3) ที่ว่าสาเหตุของปัญหาด้านกา

บริโภคในสังคมเมืองส่วนใหญ่ เกิดจากการรับวัฒนธรรมของสังคมประเทศตะวันตกมาใช้โดยขาดความรู้ ขาดการกลั่นกรอง หรือยอมรับวัฒนธรรมเหล่านั้นโดยไม่มีทางเลือก เนื่องจากสภาพสังคมที่เร่งรีบ และแก่งแย่งแข่งขันกันเป็นตัวบังคับร่วมไปกับอิทธิพลของการโฆษณาที่มีการลงทุนและใช้เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสูง

จากการศึกษาของ ชไมพร ยนต์นิยม (2539 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษารับประทานพลังงาน และสารอาหาร ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่บริโภคอาหารจานด่วน และไม่บริโภคอาหารจานด่วนของโรงเรียนเซนต์จอห์น โรงเรียนสาธิตวัดพระศรีมหาธาตุ วิทยาลัยครูพระนคร อายุระหว่าง 16-19 ปี จำนวน 168 คน โดยวิธีการจดบันทึกอาหารบริโภค 2 วัน พบว่าเด็กที่บริโภคอาหารจานด่วนได้รับพลังงานและสารอาหารในปริมาณมากกว่าร้อยละ 67 ของข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวัน (Recommended Dietary Allowances ; RDA) ยกเว้นแคลเซียมและไนอะซินมีสัดส่วนของพลังงาน คือ ไขมันมากกว่าร้อยละ 30 โปรตีนมากกว่า ร้อยละ 100 ของข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวัน (Recommended Dietary Allowances ; RDA) โดยแหล่งของอาหารโปรตีนได้จากเนื้อสัตว์ เป็นส่วนใหญ่ได้รับโคเลสเตอรอลมากกว่า 300 มิลลิกรัมต่อวัน และได้รับเส้นใยอาหารในปริมาณที่ต่ำ และวรพันธ์ สุภพิพัฒน์ (เอกอาภา มังกรพิศม์. 2542 : 19 ; อ้างอิงจาก วรพันธ์ สุภพิพัฒน์. 2538. *โภชนาการกับการบริโภค*. หน้า 22) ได้ทำการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นเป็นโรคขาดสารอาหารโปรตีน และพลังงานร้อยละ 18.2 และมีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐาน นอกจากนี้ ปารีชาติ กาญจนะ (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับอาหารบริโภคและระดับไขมันในเลือดของวัยรุ่นอันเพศชายระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 อายุ 14-16 ปี จำนวน 452 คน ทำการสำรวจภาวะโภชนาการโดยใช้น้ำหนักตามส่วนสูงเทียบกับมาตรฐานของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่า นักเรียนวัยรุ่นชายมีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 6.6 และน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 17.5 ซึ่งสอดคล้องกับการสำรวจของกองโภชนาการ กระทรวงสาธารณสุข ในปี พ.ศ. 2538 โดยการสำรวจภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จังหวัดนครปฐม จำนวน 6,229 คน โดยการใช้น้ำหนักตามอายุเทียบกับมาตรฐานของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่า นักเรียนชายมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 2 และเกินเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 6 ส่วนนักเรียนหญิงมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 3.6 และเกินเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 5.9

จากการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2538 ที่ได้จัดทำขึ้น เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (2540-2544) โดยเฉพาะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยได้เปลี่ยนแปลงตามไปด้วย อันมีผลกระทบโดยตรงต่อภาวะโภชนาการของประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กวัยรุ่น จึงได้มีการสำรวจข้อมูลเพื่อนำมาใช้ในการวางแผนกำหนดกลยุทธ์เพื่อแก้ไขปัญหา และใช้ในการควบคุมกำกับงานอาหารและโภชนาการ รายละเอียดดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงภาวะโภชนาการเด็กอายุ 15-19 ปี จำแนกตามเพศและเขตอาศัย

ดัชนีชี้วัด เกณฑ์ภาวะ โภชนาการ		เพศชาย			เพศหญิง			รวม		
		รวม (ร้อยละ)	เขตเมือง (ร้อยละ)	เขตชนบท (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	เขตเมือง (ร้อยละ)	เขตชนบท (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	เขตเมือง (ร้อยละ)	เขตชนบท (ร้อยละ)
น้ำหนักตามอายุ	คน	42	5	37	178	41	137	220	46	174
	%	64.3	80.0	62.2	84.3	82.9	84.7	80.5	82.6	79.9
	1 ⁰	28.6	20.0	29.7	14.6	17.1	13.0	17.3	17.4	17.2
	2 ⁰	4.8	0	5.4	1.1	0	1.5	1.8	0	2.3
	3 ⁰	2.4	0	2.7	0	0	0	0.5	0	0.6
ส่วนสูงตามอายุ	คน	41	5	36	178	41	137	219	46	173
	%	73.2	80.0	72.2	88.8	90.2	88.3	85.8	89.1	85.0
	1 ⁰	22.0	20.0	22.2	10.1	9.8	10.2	12.3	10.9	12.7
	2 ⁰	2.4	0	2.8	1.1	0	1.5	1.4	0	1.7
	3 ⁰	2.4	0	2.8	0	0	0	0.5	0	0.6
น้ำหนักตามส่วนสูง	คน	40	5	35	173	38	135	213	43	170
ภาวะอ้วน	%	2.1	0	2.9	18.5	15.8	19.3	15.5	14.0	15.9
ภาวะน้ำหนักท้วม	%	17.5	0	20.0	24.9	26.3	24.4	23.5	23.3	23.5
ปกติ	%	77.5	100.0	74.3	49.7	44.7	51.1	54.9	51.2	55.9
ขาดสารอาหารระดับ	1 ⁰	2.5	0	2.9	6.9	13.2	5.2	6.1	11.6	4.7
ขาดสารอาหารระดับ	2 ⁰	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ขาดสารอาหารระดับ	3 ⁰	0	0	0	0	0	0	0	0	0

ที่มา : กระทรวงสาธารณสุข. กรมอนามัย. (2538). รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทยครั้งที่ 4 พ.ศ. 2538 : 108.

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่าภาวะโภชนาการของเด็กวัยรุ่นอายุ 15-19 ปีที่อาศัยในเขตเมืองดีกว่าเด็กวัยรุ่นที่อาศัยในเขตชนบททั้งเพศชายและเพศหญิง และเด็กวัยรุ่นในเขตชนบทมีภาวะขาดสารอาหารระดับ 1 เป็นเพศชาย ร้อยละ 2.9 และเพศหญิง ร้อยละ 5.2 เด็กวัยรุ่นในเขตเมืองเพศชายไม่มีภาวะขาดสารอาหาร และเพศหญิงมีภาวะขาดสารอาหารระดับ 1 ร้อยละ 13.2 และยังพบว่าเด็กวัยรุ่นที่อาศัยในเขตเมืองและเขตชนบททั้งเพศชายและเพศหญิงไม่มีภาวะขาดสารอาหารระดับ 2 และระดับ 3

พฤติกรรมกรบริโภค เป็นปัจจัยที่ทำให้รูปแบบการบริโภคอาหารของวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ไม่เหมาะสม มีแนวโน้มที่จะก่อให้เกิดปัญหาทางโภชนาการมากขึ้น โดยก่อให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน และโรคอ้วน เป็นต้น ซึ่งขณะนี้อัตราการป่วยเป็นโรคเหล่านี้ต่อประชากรแสนคนเพิ่มขึ้นทุกๆปี และอัตราการเสียชีวิตจากโรคเหล่านี้มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ (กระทรวงสาธารณสุข. 2540 : 38)

จากข้อสรุปสาระสำคัญของแผนพัฒนาสาธารณสุขในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 พ.ศ. 2540-2544 (สำนักรับนโยบายและแผนสาธารณสุข สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข. 152 : 2540) พบว่า โรคหัวใจมีอัตราการเสียชีวิตเพิ่มสูงขึ้นทุกปี จาก 49.5 ต่อแสนประชากรในปี พ.ศ. 2532 เป็น 79.5 ต่อแสนประชากรในปี พ.ศ. 2539 และโรคมะเร็งทุกชนิดมีอัตราการเสียชีวิตเพิ่มจาก 36.5 ต่อแสนประชากร ในปี 2532 เป็น 51.7 ต่อแสนประชากรในปี 2539 ในปัจจุบันการบริโภคอาหารจานด่วนกำลังได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง เนื่องจากได้มีการพัฒนาอุตสาหกรรมอาหารรวมถึงการผลิตอาหารแบบสำเร็จรูปต่าง ๆ ขึ้นมา มากจากสภาพความเป็นอยู่และเศรษฐกิจในสังคมไทยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และส่วนหนึ่งได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวตะวันตก แม้ว่าในช่วง 1-2 ปีที่ผ่านมา สภาพเศรษฐกิจซบเซา แต่กลุ่มธุรกิจอาหารจานด่วนกลับเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจนในปัจจุบันมีร้านอาหารจานด่วนเปิดให้บริการจำนวนมากและมีสาขาทั่วประเทศ

อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่ผู้ผลิตนำมาจำหน่ายแก่ผู้บริโภคเพื่อความสะดวกและรวดเร็ว ประหยัดเวลา หาซื้อได้ง่าย สามารถรับประทานได้ทันทีที่เหมาะสมกับสังคมในสภาพเร่งด่วน อาหารจานด่วนที่ได้รับความนิยมสูง เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนด์วิช เป็นต้น ผู้ผลิตอาหารจานด่วนลงทุนโฆษณาทางวิทยุ โทรทัศน์ และสื่อโฆษณาอื่นๆ ทำให้อาหารจานด่วนได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้นโดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นนักเรียน นิสิต และนักศึกษา จากอิทธิพลการโฆษณาทำให้ผู้บริโภคคิดว่าอาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน ซึ่งในความเป็นจริงแล้วมีประโยชน์น้อยมากเพราะประกอบไปด้วยสารอาหารประเภทโปรตีน ไขมัน และคาร์โบไฮเดรต ดังนั้นเมื่อรับประทานอาหารจานด่วนเข้าไปจะทำให้ได้สารอาหารไม่ครบถ้วน ดังที่ สมฤดี วีระพงษ์ (2535 : 32) กล่าวว่าอาหารพวกแฮมเบอร์เกอร์ เฟรนช์ฟรายด์ และมิลค์เชค (รสวานิลลา) ให้พลังงาน 352 แคลอรี ไขมันทอด ให้พลังงาน 220 แคลอรี รวมแล้วให้พลังงานทั้งสิ้น 1,142 แคลอรี ใน 1 วัน คนไทยต้องการพลังงานเพียง 2,000 แคลอรี เมื่อรับประทานอาหารจานด่วนเพียง 1 มื้อ ได้พลังงานเกิน 1,000 แคลอรี หรือเกินครึ่ง ซึ่งมากเกินไป ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของฮิลด์ (Heald. 1992 : 380) ที่พบว่าผลกระทบของการบริโภคอาหารจานด่วนต่อภาวะโภชนาการมี 3 ประการ คือ

1. การได้รับพลังงานสูงมีความสัมพันธ์กับปริมาณพลังงานที่สูงในอาหารจานด่วน
2. ผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการได้รับไขมันชนิดอิ่มตัว และโคเลสเตอรอลในปริมาณสูง

3. ผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการได้รับเกลือในปริมาณสูง

จัวร์ จิตจรรย์โชคไชย (2537 : 25) กล่าวว่าในปัจจุบันชาวอเมริกันกำลังตระหนักถึงปัญหาอาหารที่ไร้คุณค่าทางโภชนาการ และตื่นตัวหันมารณรงค์ให้รับประทานอาหารธรรมชาติกันมากขึ้น แต่ในประเทศไทยกลับสนับสนุนให้กิจการอาหารจานด่วนเหล่านี้เข้ามาเจริญเติบโตมากขึ้น ซึ่งคนไทยก็มีแนวโน้มที่จะละทิ้งอาหารธรรมชาติและหันมานิยม

รับประทานอาหารจานด่วน เพียงเพราะค่านิยมที่ผิดๆและหลงภาพลักษณ์ที่สื่อโฆษณาสร้างขึ้นมาเชิญชวนผู้บริโภค โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มที่น่าเป็นห่วง ในเรื่องความเสี่ยงต่อโรคอ้วนจากภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน และจากรายงานการศึกษาโรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่น

ไซเรเซนและซอนเน เอชโอม (สุชาติดา มะโนทัย. 2539 : 3 ; อ้างอิงจาก Soresen and Sonne – H olm. 1983. *Adolescent Development*. p 73) พบว่า เด็กและวัยรุ่นที่อ้วนมีความเสี่ยงต่อการตายเป็น 2 เท่า มีโอกาสเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วนมากกว่าวัยรุ่นที่มีรูปร่างปกติถึงร้อยละ 80 และมีโอกาสเป็นโรคหัวใจ มะเร็งลำไส้ ข้ออักเสบ และเก๊าท์เมื่ออายุถึง 70 ปี ด้วยเหตุนี้โรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่นจึงสำคัญกว่าโรคอ้วนในผู้ใหญ่

วัลย์ทิพย์ สาขลวิจารณ์ (2524 : 75) ได้กล่าวไว้ว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ได้มีมาแต่กำเนิด แต่เกิดจากการเรียนรู้และเลียนแบบจากสิ่งแวดล้อม และสิ่งแวดล้อมที่ใกล้ชิดนักเรียนมากที่สุดก็คือผู้ปกครอง ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนเป็นอย่างมาก การอบรมเลี้ยงดูเพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องนั้น ผู้ที่มีอิทธิพลมากที่สุดก็คือบ้านหรือครอบครัว

จะเห็นได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอย่างมาก นอกจากนี้ระดับการศึกษา รายได้ ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู อาชีพผู้ปกครอง และสื่อโฆษณายังเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอีกด้วย

จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่าเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครนิยมเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนในร้านอาหารจานด่วน ที่เปิดกิจการภายใต้ระบบให้สิทธิทางการค้า หรือเรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchising System) จากต่างประเทศ ซึ่งเปิดให้บริการอยู่ภายในห้างสรรพสินค้า ในวันที่ 15 สิงหาคม 2545 เวลา 12.00 น.ถึง 18.00 น. มีจำนวนทั้งหมด 189 คน แบ่งเป็นเด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี จำนวน 19 คน อายุ 12 - 15 ปี มีจำนวน 49 คน อายุ 16 - 20 ปี มีจำนวน 67 คน อายุมากกว่า 20 ปี มีจำนวน 62 คน จะเห็นได้ว่ากลุ่มเด็กวัยรุ่นนิยมเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนประเภทพิซซ่าฮัทมากกว่าวัยอื่น ๆ และส่วนใหญ่ พบว่าวัยรุ่นมักจะมารับประทานอาหารจานด่วนกับกลุ่มเพื่อนๆ และคนใกล้ชิดมากกว่าบุคคลอื่น มักจะมานั่งรับประทานอาหารในช่วงเที่ยงหรือช่วงหลังเลิกเรียน และยังพบอีกว่าเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่จะใช้เวลาในการนั่งรับประทานอาหารจานด่วนประมาณ 40-60 นาที

จากเหตุผลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่ไม่เหมาะสมของเด็กวัยรุ่นกำลังเป็นพฤติกรรมที่น่าสนใจเพราะมีแนวโน้มว่าเด็กวัยรุ่นนิยมเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนกันมากขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับภาวะทุพโภชนาการตามมา ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

เนื่องจากเป็นวัยที่เป็นกลุ่มผู้บริโภคที่สำคัญในสังคมปัจจุบัน ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการหาแนวทางป้องกันปัญหาต่างๆเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของวัยรุ่น อันเป็นการช่วยป้องกันและลดปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศชาติต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น

ในกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่น อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร
2. เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมสุขศึกษา เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
3. เป็นข้อมูลให้หน่วยงานและองค์กรต่างๆที่เกี่ยวข้อง นำไปปรับปรุงจัดหารูปแบบและวิธีการให้ความรู้ด้านโภชนาการแก่เด็กวัยรุ่น เพื่อให้เด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง
4. ช่วยป้องกันและลดอัตราการเกิดโรคจากการบริโภคอาหารจานด่วน เช่น โรคหัวใจ โรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นกลุ่มเด็กวัยรุ่นที่รับประทานอาหารจานด่วน ที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียงในกรุงเทพมหานคร ได้ไปสังเกตและสอบถามจากพนักงานร้านอาหารจานด่วน พบว่าในวันจันทร์ถึงวันศุกร์มีลูกค้าประมาณ 250 คนต่อวัน วันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์มีลูกค้าประมาณ 350 คนต่อวัน จากข้อมูลดังกล่าวคาดว่ามีความจํานวนประชากรประมาณ 7,800 คนต่อเดือน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นกลุ่มเด็กวัยรุ่นที่รับประทานอาหารจานด่วน ที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียงในกรุงเทพมหานคร มีจำนวน

360 คน ซึ่งได้มาจากวิธีการคำนวณจากสูตรของยามาเน่ (Yamane, 1967 : 886) และได้มาโดยการเลือกแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่
 - 1.1 เพศ
 - 1.2 อายุ
 - 1.3 ระดับการศึกษา
 - 1.4 รายได้ของวัยรุ่น
 - 1.5 อาชีพของผู้ปกครอง
 - 1.6 สื่อโฆษณา
 - 1.7 ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู
 - 1.8 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
 - 1.9 เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง การแสดงออกของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับการบริโภคและเลือกรับประทานอาหารจานด่วนประเภทอาหารขยะ (Junk food) ที่เปิดให้บริการภายใต้ระบบให้สิทธิทางการค้าหรือที่เรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchising system) จากต่างประเทศ และพฤติกรรมในทางที่ถูกต้อง คือ รับประทานอาหารจานด่วนน้อย ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติในการบริโภคอาหารจานด่วน
2. อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารที่เตรียมและปรุงไว้สำเร็จรูปแล้ว สามารถรับประทานได้ทันทีหรือใช้เวลาสำหรับกรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนการรับประทานเพียงไม่กี่นาที สามารถนั่งรับประทานในร้านหรือนำออกไปนอกร้านก็ได้ ได้แก่ อาหารจำพวกแฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า ไก่ทอด โดนัท เป็นต้น ในที่นี้จะศึกษาเฉพาะกรณีอาหารจานด่วนประเภทอาหารขยะ (Junk food) ที่เปิดให้บริการภายใต้ระบบให้สิทธิทางการค้าหรือที่เรียกว่าระบบแฟรนไชส์ (Franchising system) จากต่างประเทศ
3. เด็กวัยรุ่น หมายถึง เด็กวัยรุ่นทั้งเพศหญิงและเพศชายที่มีอายุอยู่ในช่วง 10-21 ปี ที่เข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียงในกรุงเทพมหานคร

4. เพศ หมายถึง คุณลักษณะทางเพศของเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วน แบ่งเป็น
 - 4.1 เพศชาย
 - 4.2 เพศหญิง
5. อายุ หมายถึง อายุของเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วน แบ่งเป็นวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย (สุพิศรา สุภาพ. 2534 : 9)
 - 5.1 อายุ 10-12 ปี
 - 5.2 อายุ 13-16 ปี
 - 5.3 อายุ 17-21 ปี
6. ระดับการศึกษา หมายถึง ระดับการศึกษาที่กำลังศึกษา ของเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วน แบ่งเป็น
 - 6.1 ต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษา
 - 6.2 ระดับมัธยมศึกษา
 - 6.3 ระดับอุดมศึกษา
7. รายได้ของเด็กวัยรุ่น หมายถึง ค่าใช้จ่ายต่อวันที่เด็กวัยรุ่นได้รับจากผู้ปกครอง แบ่งเป็น
 - 7.1 น้อยกว่า 50 บาทต่อวัน
 - 7.2 50 – 100 บาทต่อวัน
 - 7.3 101 – 200 บาทต่อวัน
 - 7.4 มากกว่า 200 บาทต่อวัน
8. อาชีพของผู้ปกครอง หมายถึง งานหลักของบิดามารดาหรือผู้ปกครอง ที่ทำรายได้หลักให้ครอบครัว แบ่งเป็น
 - 8.1 รัฐบาลหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ หมายถึง ผู้ที่ทำงานในหน่วยงานราชการหรือหน่วยงานของรัฐวิสาหกิจ
 - 8.2 พนักงานบริษัทเอกชน หมายถึง ผู้ที่ทำงานในบริษัทห้างร้านต่างๆ
 - 8.3 เกษตกรรม หมายถึง ผู้ประกอบอาชีพทำนา ทำสวน ทำไร่ หรือเลี้ยงสัตว์ เพื่อจำหน่าย
 - 8.4 รับจ้าง หมายถึง ผู้ที่รับจ้างเป็นรายวัน รายเดือน หรือรับจ้างส่วนตัว ซึ่งมีรายได้ไม่แน่นอน
 - 8.5 ค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว หมายถึง ผู้ที่ทำการค้าหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวทุกชนิด
9. ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู หมายถึง พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่นในการเลี้ยงดู สั่งสอนและอบรม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

แบบเข้มงวดกวดขัน และแบบปล่อยปละละเลย โดยประเมินจากแบบสอบถามความรู้สึกของ เด็กวัยรุ่นในกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อวิธีปฏิบัติของผู้ปกครอง

9.1 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง พฤติกรรมของผู้ปกครองที่ ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่น โดยเด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกที่ตนเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ผู้ปกครองให้ความรักความอบอุ่น มีเหตุผล ยอมรับความสามารถและความคิดเห็นของเด็ก วัยรุ่น ส่งเสริมให้เด็กวัยรุ่นมีความอิสระในการตัดสินใจ หรือแก้ปัญหาต่างๆได้ด้วยตนเองและ ให้ความร่วมมือกับเด็กวัยรุ่นตามโอกาสอันสมควร

9.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง พฤติกรรมของผู้ปกครองที่ ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่น โดยเด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกที่ตนเองไม่ได้รับความอิสระเท่าที่ควร ต้องอยู่ใน ระเบียบวินัยที่ผู้ปกครองกำหนดไว้ หรือถูกควบคุมให้อยู่ในสายตา หรือคุ้มครองป้องกันให้ ความช่วยเหลือตลอดเวลา ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง และมีความรู้สึกที่ตัวเองตนเองเป็น เด็กอยู่เสมอ

9.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง พฤติกรรมของผู้ปกครองที่ ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่น โดยเด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกที่ตนเองไม่ได้รับการเอาใจใส่สนับสนุน หรือ คำแนะนำจากผู้ปกครอง มักถูกปล่อยให้ทำอะไรตามใจชอบ ใช้วิธีวิจารณ์ ตำหนิ ลงโทษที่ รุนแรงและปราศจากเหตุผล ไม่ให้ความสนทนสนมเป็นกันเองและปล่อยปละละเลยความเป็นอยู่

10. สื่อโฆษณา หมายถึง แหล่งข่าวสารเกี่ยวกับอาหารจานด่วนที่เด็กวัยรุ่นได้รับมาที่ สุดจากสื่อโฆษณา รูปแบบการโฆษณา และความถี่ในการรับสื่อโฆษณาที่มีผลต่อความคิด ความรู้สึกของเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วน แบ่งเป็น 4 กลุ่ม คือ

10.1 หนังสือและสิ่งตีพิมพ์ต่างๆ

10.2 วิทยุ

10.3 โทรทัศน์

10.4 ป้ายโฆษณา

11. ความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง ข้อเท็จจริงและข้อมูลต่าง ๆ ที่ เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วนที่เด็กวัยรุ่นได้เรียนรู้จากการศึกษาค้นคว้า การสังเกต และการ ได้รับความรู้จากสื่อต่างๆทั้งทางตรงและทางอ้อมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ ความหมาย สารอาหารและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วน อันตรายจากการบริโภค อาหารจานด่วน โรคที่เกิดจากอาหารจานด่วน ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามความรู้ เกี่ยวกับการบริโภค

อาหารจานด่วน

12. เจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน หมายถึง ความคิดเห็น ความสนใจ ความรู้สึก และท่าทีของเด็กวัยรุ่นที่มีต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ ความหมาย สารอาหารและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วน อันตรายจากการบริโภคอาหาร

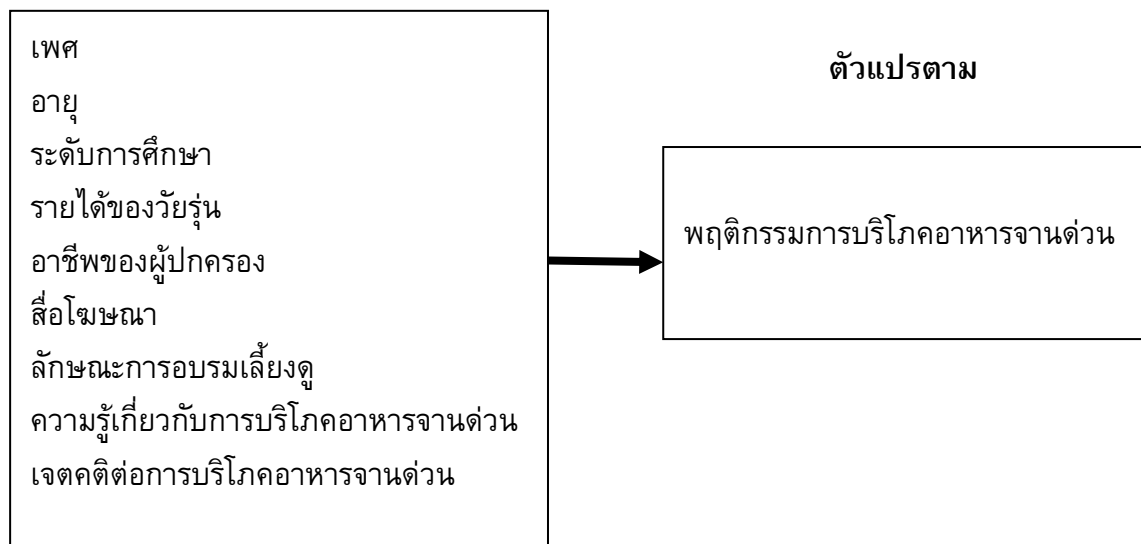
จานด่วน โรคที่เกิดจากอาหารจานด่วน ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามเพื่อวัดเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

13. อาหารขยะ (Junk Food) หมายถึง อาหารที่บริการรวดเร็วเป็นทั้งอาหารและขนมที่รับประทานเพื่อรองท้องหรือรับประทานให้อิ่มเร็ว สะอาด ไม่แพง บรรจุใส่กล่องหรือห่อกระดาษ เมื่อรับประทานเสร็จแล้วสามารถทิ้งกล่องหรือห่อกระดาษไปได้เลย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ซึ่งกำลังเป็นพฤติกรรมที่น่าสนใจในปัจจุบันเพราะมีแนวโน้มการเกิดปัญหาสูงขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยรุ่น ซึ่งมีสาเหตุมาจากการบริโภคอาหารจานด่วนที่ไม่เหมาะสม ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยมีกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ดังแสดงในภาพประกอบ 1

ตัวแปรอิสระ



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

สมมุติฐานที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
2. เด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
3. เด็กวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
4. เด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
5. เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
6. เด็กวัยรุ่นที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
7. เด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
8. เด็กวัยรุ่นที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
9. เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า เอกสาร ตำรา ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสนับสนุนการศึกษา ค้นคว้า โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 1.1 ความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่น
 - 1.2 ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วน
 - 1.3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม
 - 1.4 แนวคิดเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู
 - 1.5 แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ และเจตคติ
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศไทย

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

ความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่น

ความหมายของวัยรุ่น

องค์การอนามัยโลก ได้ให้ความหมายไว้ว่า วัยรุ่น เป็นช่วงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในลักษณะที่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ได้ และเป็นระยะที่มีการพัฒนาการเปลี่ยนจากสภาพที่ต้องพึ่งพาทางเศรษฐกิจ ไปสู่สภาวะที่ต้องรับผิดชอบ และพึ่งพาตนเอง

มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้ให้ความหมายของวัยรุ่น ไว้ดังนี้

สุชา จันท์ธอม (2528 : 45-48) ให้ความหมายว่า วัยรุ่น หมายถึงวัยที่ย่างเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ สามารถเป็นพ่อแม่คนได้ และเด็กหญิงจะเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศเมื่ออายุ 13-15 ปี ในขณะที่เด็กชายเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นเมื่ออายุ 15 ปี

คราว (Crow. 1961 : 113) ให้ความหมายว่า วัยรุ่น หมายถึง การเจริญเติบโตอันเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ ระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เด็กจะพัฒนามาจากการพึ่งพิงผู้ใหญ่ไปสู่ความเป็นอิสระอย่างเห็นได้ชัดในทุกๆ ด้าน

ฮอลล์ (Hall. 1964 : 55) ให้ความหมายไว้ว่า วัยรุ่น เป็นวัยพายุบุแคม เป็นวัยของการกระทำที่เหมือนเด็กแต่ก็เหมือนผู้ใหญ่ด้วย ระยะเวลาของวัยรุ่นเป็นระยะที่เริ่มตั้งแต่วัยเด็ก

ตอนปลายจนเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ในช่วงเวลาดังกล่าวอาจมีการกระทำที่แสดงออกถึงความเป็นเด็กอยู่หลายอย่างแม้ว่า จะเป็นเวลาที่เด็กเจริญเติบโตขึ้นเรื่อยๆก็ตาม วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาที่บุคคลไม่ควรได้รับการปฏิบัติเยี่ยงเด็กแต่ก็ไม่พร้อมที่จะได้รับการปฏิบัติในวัยผู้ใหญ่ ช่วงเวลาที่อยู่ระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่จึงเรียกว่าวัยรุ่น

โดยสรุปวัยรุ่น หมายถึง วัยที่บุคคลพัฒนาจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา ถือเป็นเกณฑ์การเข้าสู่วัยรุ่นจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย รูปร่าง และการเจริญเติบโตทางเพศอย่างสมบูรณ์ โดยปกติเด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชายประมาณ 1-2 ปี ช่วงอายุของวัยรุ่นจะอยู่ระหว่าง 10-21 ปี

การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

เฮอร์ล็อก (Hurlock. 1974 : 27) ได้แบ่งระยะของวัยรุ่นตามเกณฑ์การเข้าสู่วัยรุ่น ดังนี้

1. ระยะก่อนวัยรุ่น มีอายุระหว่าง 10-12 ปี
2. ระยะวัยรุ่นตอนต้น มีอายุระหว่าง 13-16 ปี
3. ระยะวัยรุ่นตอนปลาย มีอายุระหว่าง 17-21 ปี

สุพัตรา สุภาพ (2534 : 9) ได้แบ่งวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. วัยรุ่นตอนต้น มีอายุระหว่าง 10-12 ปี จะเริ่มตั้งแต่ระยะใกล้แตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาว ซึ่งมีการเจริญเติบโตของร่างกายอย่างรวดเร็ว อันเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนา แต่วัยนี้ไม่รับรู้ต่อการเปลี่ยนแปลงเท่าใดนัก ยังมีลักษณะหลายอย่างของวัยเด็ก เช่น ยังอยู่ในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกัน และยังมีบ้านเป็นศูนย์กลางของชีวิต

2. วัยรุ่นตอนกลาง มีอายุระหว่าง 13-16 ปี เป็นช่วงระยะที่จะเริ่มสนใจเพศตรงข้าม ทำให้ความสนใจต่อกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันเริ่มลดลง เริ่มมีความกระด้างกระเดื่องต่อคำสั่งของพ่อแม่และผู้ใหญ่ แต่จะคล้อยตามกฎเกณฑ์อุดมการณ์ และมีความจงรักภักดีต่อกลุ่มเพื่อน จะเริ่มสำรวจเรื่องเพศมากขึ้นและมีการทดสอบความสามารถทางเพศของตน จากการที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างที่เกิดขึ้นกับตัวเอง ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์หวั่นไหวปั่นป่วนง่าย ใฝ่ต่อความรู้สึบบีบคั้น และมีความลังเล

3. วัยรุ่นตอนปลาย มีอายุระหว่าง 17-21 ปี เป็นช่วงที่ใกล้เข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ จะเริ่มหันมาสนใจอนาคตของตนเอง เด็กหนุ่มจะสนใจเกี่ยวกับอาชีพเด็กสาวจะสนใจเกี่ยวกับงานที่จะไม่เป็นอุปสรรคต่อชีวิตสมรส ดังนั้น วัยรุ่นระยะนี้จึงมีการเลือกอาชีพและคู่ครอง ซึ่งจะช่วยให้เอกลักษณ์หรือความเป็นตัวของตัวเองมั่นคงขึ้น และมีความสามารถสนิทแน่นแฟ้นกับเพศตรงข้าม เมื่อถึงปลายวัยรุ่นเขาสามารถยอมรับขอบเขตของตนเองและยอมรับคำแนะนำจากผู้อื่น

ความต้องการของวัยรุ่น

การอบรมเลี้ยงดูเด็กในสมัยโบราณนั้นจะขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้ใหญ่เป็นสำคัญ แต่สำหรับวัยรุ่นนั้นเป็นวัยที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆเกิดขึ้นมากมาย ความต้องการของวัยรุ่นไทยมี 4 ประการ ดังนี้

1. ความต้องการเกี่ยวกับเรื่องเพศหรือการมีความคิดเกี่ยวกับการมีคูครอง
2. ความต้องการได้รับอิสระในการคิด การตัดสินใจ และกระทำบางสิ่งด้วยตนเองอย่างมีอิสระ
3. ความต้องการยอมรับนับถือจากสังคม โดยเฉพาะจากผู้ใหญ่เพราะจะทำให้วัยรุ่นมีความภาคภูมิใจในตนเอง
4. ความต้องการมีปรัชญาของชีวิตหรือมีอุดมคติของตนเอง ซึ่งวัยรุ่นมักจะมองทุกสิ่งในชีวิตในแง่ของปรัชญา และจะมีการต่อสู้อย่างรุนแรง หากมีใครมาทำลายอุดมคติของตนเอง (ดวงกมล เวชบรรจงรัตน์. 2527 : 38-39)

วัยรุ่นกับเพื่อน

เด็กวัยรุ่นเริ่มเห็นความสำคัญของเพื่อน และจะเริ่มตีตนออกห่างจากพ่อแม่ คุณค่าหรือคำสั่งสอนที่พ่อแม่มอบให้เริ่มลดความสำคัญลงเรื่อย ๆ ในขณะที่ความคิดเห็น ทัศนคติของเพื่อนกลายเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลของเด็กวัยรุ่นอย่างจริงจัง ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับเด็กวัยรุ่นจะเป็นทั้งความรัก ความรู้สึกผิด และการโต้แย้งขัดดอกขัดใจกัน แต่ในมิตรภาพในกลุ่มเพื่อนวัยรุ่นนั้นเต็มไปด้วยความรู้สึกเป็นเพื่อน การมีความสัมพันธ์แบบเคียงบ่าเคียงไหล่กัน การใกล้ชิดในลักษณะที่จะช่วยให้เขาสามารถมองเห็นลักษณะความเป็นตัวของตัวเองได้

ความสัมพันธ์กับเพื่อนของเด็กวัยรุ่นแตกต่างจากความสัมพันธ์กับเพื่อนในวัยเด็ก ๆ เพราะก่อนวัยเด็กจะเข้าสู่วัยรุ่น เขาเลือกคบเพื่อนโดยการเลือกเพื่อนที่มีความสนใจในกิจกรรมการเล่นหรือการเรียนที่คล้ายคลึงกัน แต่ในวัยรุ่นนั้นเป็นเรื่องของความสนใจในตัวเพื่อนซึ่งกันและกัน เป็นการสร้างมิตรภาพระหว่างเพื่อนอย่างใกล้ชิดสนิทสนมมากกว่าในวัยเด็ก (จำเนียร ช่างโชติ และคณะ. 2524 : 394-395)

วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา เป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์ มีการตัดสินใจที่รวดเร็วและรุนแรง ต้องการความอิสระสู่สังคมภายนอก มีความต้องการศึกษาประสบการณ์ชีวิตสังคมภายนอกด้วยการคบเพื่อนในวัยเดียวกันกับตนเอง มีความกระตือรือร้นที่จะออกจากบ้านเพื่อไปคบเพื่อน ซึ่งความรู้สึกนี้จะมี ความรุนแรงเพียงใดขึ้นอยู่กับความเข้าใจของครอบครัว ความผูกพันที่วัยรุ่นมีต่อครอบครัว รวมทั้งความเข้าใจตนเองของวัยรุ่น ถ้าความสัมพันธ์เหล่านี้เป็นไปได้อย่างดี วัยรุ่นจะมีความรู้สึกถึงตนเองในทางที่ดี ความต้องการจะออกจากบ้านเพื่อไปหาเพื่อนนั้นจะเป็นไปในทางที่มีความยับยั้งใจ รู้จักคบเพื่อนที่ดี (ฉวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม. 2527 : 112)

เพื่อนมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อเด็กวัยรุ่นเพราะวัยรุ่นมีความต้องการที่จะทำให้เพื่อนฝูงยอมรับนับถือ วัยรุ่นจะมีความเข้าใจดีว่าเพื่อนมีความรู้สึกต่อตนอย่างไร ถ้าวัยรุ่นมีความนิยมยกย่องจากเพื่อนมากเพียงใด จะทำให้เขามีลักษณะความเป็นมิตร น่าคบ กล้าแสดงออก วางตัวในการเข้าสังคมเป็นและมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ซึ่งลักษณะบุคลิกภาพดังกล่าวทำให้วัยรุ่นได้รับความนิยมยกย่องจากกลุ่มเพื่อนมากขึ้น (นิภา นิธยาน. 2530 : 141)

ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วน

ความหมายของอาหารจานด่วน

ได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า “อาหารจานด่วน” ไว้หลายท่านดังนี้

ผ่องพันธ์ เกษเกษมสุข (2527 : 55) ให้ความหมายของคำว่า อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารที่ทำเสร็จในเวลารวดเร็วและสามารถรับประทานได้ทันทีโดยที่อาหารนั้นจะต้องอยู่ในลักษณะที่สดและใหม่เสมอ

สมศรี สุกุมลนันท์ (2528 : 105) ให้ความหมาย อาหารจานด่วน หมายถึง อาหารทันที เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนด์วิช ใส้กรอก เป็นต้น

บราวน์ (นภดล เวชสวัสดิ์. 2529 : 22-23 ; อ้างอิงจาก Brown. 1986) ให้ความหมายว่า Fast food คือ อาหารด่วนทันที หมายถึง อาหารที่คนซื้อสั่งแล้วได้รับประทานทันที ไม่ต้องเสียเวลารอเพราะคนขายทำเสร็จล่วงหน้า สะดวกรวดเร็วทันใจ และมีผู้เรียกอาหารด่วนทันทีเหล่านี้ว่า อาหารขยะ (Junk Food) เพราะมีความเชื่อว่าอาหารด่วนทันทีเหล่านี้มีไขมันมากเกินไปทำให้เกิดมะเร็ง

หมอพัตร (นามแฝง. 2534 : 72) ให้ความหมายไว้ว่าฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารด่วน ได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด แซนด์วิช เป็นต้น เป็นอาหารด่วนที่ทางร้านเตรียมพร้อมไว้เรียบร้อยแล้ว เมื่อสั่งอาหารจะได้ทันที

สจ๊วต (Stuart. 1991 : 8) ให้ความหมาย ฟาสต์ฟู้ด ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ราคาถูก
2. บริการอย่างรวดเร็วภายใน 2-5 นาที และ 30 นาที สำหรับการส่งถึงบ้าน
3. เหมาะสำหรับใช้มือหยิบรับประทาน และการหอบรรจุใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้งหรือประยุกต์ใช้มีดและส้อมที่ใช้เพียงครั้งเดียวแล้วทิ้ง
4. อาหารที่สำเร็จแล้วสามารถเก็บได้เป็นนาทีหรือชั่วโมงเท่านั้น ต่างจากอาหารว่างซึ่งสามารถอยู่ได้นานกว่า

จากความหมายดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่าอาหารจานด่วน หมายถึง อาหารที่เตรียมหรือปรุงไว้สำเร็จรูปแล้ว สามารถรับประทานได้ทันทีหรือใช้เวลาสำหรับกรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนรับประทานเพียงไม่กี่นาที สามารถที่จะนั่งรับประทานในร้านหรือนำออกไปรับประทานนอกร้าน

ก็ได้ เช่น อาหารจำพวกแฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า และไก่ทอด เป็นต้น ในที่นี้จะศึกษาเฉพาะกรณีอาหารจานด่วนประเภทรับประทานอ้อม ที่มีผู้ลงทุนเปิดกิจการขายอาหารยอมอยู่ภายใต้ลิขสิทธิ์ของยี่ห้ออาหารจานด่วนจากต่างประเทศที่มีชื่อเสียง

ประเภทของอาหารจานด่วน

อาหารจานด่วนมี 2 ประเภท คือ

1. อาหารประเภทรับประทานอ้อม (Full Meal Fast Food)

อาหารจานด่วนประเภทนี้จะมีสารประกอบจำพวกแป้ง เนื้อสัตว์ และผัก โดยในหนึ่งชุดอาจประกอบด้วยอาหารพวกแป้ง เช่น ขนมปัง มันฝรั่งทอด ส่วนเนื้อสัตว์ก็แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารหลายชนิด เช่น ไส้กรอก แฮม เบคอน ไก่ย่าง ไก่ทอด และประดับด้วยแตงกวาดองเปรี้ยว ผักกาดหอม และมะเขือเทศ อาหารชุดเหล่านี้มีทั้งชุดเล็กและชุดใหญ่ตามความต้องการของผู้บริโภค

2. อาหารกึ่งขนม (Snack Fast Food)

อาหารกึ่งขนมถือเป็นอาหารว่างระหว่างมื้อ อาจเป็นอาหารหวานหรืออาหารคาวซึ่งมีรูปแบบมากมาย ตั้งแต่ไอศกรีมจนถึงขนมเค้ก โดนัท ข้าวเกรียบ ปอเปี๊ยะ ลูกชิ้นปิ้ง และขนมไทยอื่น ๆ

มนทรา โลหะพันธุงศ์ (2543 : 5-7) ได้กล่าวถึง “อาหารขยะ” (Junk food) เป็นอาหารที่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เพียงแต่ทำให้อ้วนกระเพาะเท่านั้น เป็นสิ่งซึ่งต้องทิ้งลงถังขยะ อาหารขยะจะมีลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ

1. ซากอาหาร เป็นอาหารที่ไม่สด มีวิตามิน เกลือแร่ เอนไซม์น้อย รับประทานเข้าไปแล้วทำให้เป็นซาก เดิมทีคนเรารับประทานอาหารสด เช่น ผักสดจากต้น เนื้อจากหมู ไก่ เป็ด ที่เลี้ยงแบบธรรมชาติได้คุณค่าทางโภชนาการ ไม่มีอาหารสำเร็จรูป เช่น หมูหยอง ผักกาดดอง ผักกาดแห้ง เหล่านี้เป็นซากของของสดทั้งนั้น

2. อาหารดัดแปลง เป็นอาหารที่นำมาจากธรรมชาติมาดัดแปลงทำให้ร่อยล้นดูน่ารับประทาน เก็บไว้ได้นาน รับประทานเข้าไปแล้วทำให้ขาดสารอาหารเพราะกระบวนการดัดแปลงอาหารทำลายวิตามินเกลือแร่และเอนไซม์จนหมดสิ้น เช่น น้ำตาลทรายขาวเดิมคือน้ำอ้อยซึ่งมีวิตามินและเกลือแร่ เมื่อนำมาดัดแปลงเป็นน้ำตาลทรายจะขาดวิตามิน บี กุนเชียง ไส้กรอก ลูกชิ้น เป็นอาหารที่ดัดแปลงมาจากเนื้อหมูมีการเจือปนสารกันบูดและสีผสมอาหารเข้าไป

3. อาหารปลอมปน อาหารปนเปื้อน เป็นอาหารที่ไม่บริสุทธิ์มีการปรุงแต่งรส กลิ่น สี ใส่สิ่งปลอมปนไปในอาหารทำให้อาหารมีรสอร่อยสีสวยน่ารับประทาน ทำให้กรอบ เปื่อย และไม่บูดด้วยการเติมสารเคมีเข้าไปในอาหารทำให้เกิดอันตรายและเป็นพิษต่อร่างกาย เช่น

สีเหลืองที่ใส่ผสมในเนยอาจทำให้เกิดโรคมะเร็งได้

อาหารฟาสต์ฟู้ดสามารถแบ่งออกเป็นกลุ่มใหญ่ๆตามกลุ่มธุรกิจที่ประกอบกิจการด้านนี้ได้เป็น 5 กลุ่ม คือ (กองบรรณาธิการ. 2537 : 32)

1. กลุ่มพิซซ่า ผู้นำตลาดคือพิซซ่าฮัท (Pizza Hut)
2. กลุ่มแฮมเบอร์เกอร์ มีแม็คโดนัลด์ (Mc Donald 's) เป็นผู้นำทั้งในแง่ของจำนวนร้านขายสินค้าและยอดขาย รองลงมาเป็นเอแอนด์ดับบลิว (A&W) และเบอร์เกอร์คิง (BURKER KING) ตามลำดับ
3. กลุ่มไก่ทอดมีเคเอฟซี (KFC) เป็นผู้นำทางการตลาด และมีเชสเตอร์กริลล์ (Chester 's Grill)
4. กลุ่มโดนัท ผู้เป็นเจ้าของตลาดคือ ดันกินโดนัท (DUNKIN 'S DONUTS) และรองลงมาคือ มิสเตอร์โดนัท (Mister Donut)
5. กลุ่มไอศกรีม มีสเวนเซนส์ (SWENSEN 'S) กับทีซีบีวาย(TCBY) เป็นผู้นำทางการตลาด

ส่วนประกอบของอาหารจานด่วน

นพดล เวชสวัสดิ์ (2529 : 23) ได้กล่าวถึงส่วนประกอบของอาหารจานด่วนว่า ส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งข้าวสาลี แป้งข้าวโพด เครื่องปรุงต่างๆ เช่น ซอส เนย น้ำสลัด เป็นต้น สำหรับพวกเนื้อสัตว์ต่างๆ เช่น เนื้อวัว เนื้อหมู ปลา ไช้ ไก่ ไส้กรอก และผัก เช่นมันฝรั่ง มะเขือเทศ เมื่อสำเร็จรูปออกมาแล้วมีชื่อเรียกต่างๆกันออกไป เช่น แฮมเบอร์เกอร์ แซนด์วิช พิซซ่า เป็นต้น ส่วนประเภทขนมที่ทำจากแป้งสาลี แป้งข้าวโพด นม เนย น้ำตาล ครีม ถั่ว และผลไม้ ซึ่งต้องนำมาปรุงแต่งอีกครั้งหนึ่ง ได้แก่ โดนัทและไอศกรีม เป็นต้น

สารอาหารและคุณค่าทางโภชนาการในอาหารจานด่วน

สารอาหารและคุณค่าทางโภชนาการในอาหารจานด่วน มีผู้เชี่ยวชาญได้มีการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วน ไว้ดังนี้

นพดล เวชสวัสดิ์ (2529 : 22-31) อธิบายไว้ว่า แฮมเบอร์เกอร์ขนาดโตซึ่งมีเนื้อสองชิ้นเป็นไส้ให้พลังงาน 570 แคลอรี มันทอดให้พลังงาน 220 แคลอรี ส่วนนมผสมไอศกรีม (รสวานิลลา) ให้พลังงาน 352 แคลอรี ถ้าเป็นรสช็อกโกแลตให้พลังงาน 383 แคลอรี รวมแล้วให้พลังงาน 1,142 แคลอรี คนไทยต้องการพลังงานเพียง 2,000 แคลอรีต่อวัน อาหารจานด่วนจึงจัดว่าเป็นอาหารที่มีโปรตีนและไขมันสูง ส่วนเกลือแร่และวิตามินต่างๆจะมีต่ำ ถ้ารับประทานอาหารจานด่วนเพียงหนึ่งมื้อจะได้โปรตีนประมาณ 40 กรัม ซึ่งเพียงพอสำหรับคนไทยที่มี

น้ำหนักตัวประมาณ 40-50 กิโลแคลอรี นั่นคือไม่ต้องรับประทานเนื้อสัตว์อีกในวันนั้น ส่วนไขมันจะได้ประมาณ 55 กรัม ซึ่งมากเกินไป

รองริน วรรณัญ (2532 : 24-25) ได้วิเคราะห์ว่าจำนวนโปรตีนจากสัตว์ 70 กรัมและโปรตีนจากพืช 30 กรัม ในแต่ละกรัมจะเป็นปริมาณ 2 เท่าของที่ร่างกายของคนธรรมดาต้องการ ครั้งหนึ่งของโปรตีนที่เกินกว่าความจำเป็นจะพอกเป็นไขมันในร่างกาย และทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ นอกจากนี้สถาบันโภชนาการมหาวิทยาลัยมหิดล ได้ทำการศึกษาเมื่อปี 2533 พบว่าในแฮมเบอร์เกอร์ 1 ชิ้นให้พลังงานประมาณ 250 แคลอรี มีโปรตีนประมาณ 22 กรัม ไขมันประมาณ 16 กรัม อาหารพวกนี้มีไขมันสูง เพราะการทำเนื้อแฮมเบอร์เกอร์นั้นมักจะใส่ไขมันค่อนข้างมาก คือมีไขมันประมาณร้อยละ 50 ของจำนวนแคลอรีทั้งหมด

สมทรง สวัสดิ์จัน และจรัพร จิตจรรย์โชคไชย (2534 : 34-35) ได้อธิบายถึงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนว่า อาหารจานด่วนจะให้สารอาหารที่ไม่สมดุล เช่นพลังงานโปรตีนและไขมัน เพราะในส่วนผสมจะใช้พวกแป้ง เนื้อสัตว์และไขมันเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งจะได้มากกว่าที่ร่างกายต้องการในแต่ละมื้อ พบว่าอาหารจานด่วนแต่ละชนิดจะให้พลังงาน 900 ถึง 1,800 แคลอรี ซึ่งความต้องการพลังงานของคนเราตามปกติต้องการพลังงานเพียงวันละ 2,000 ถึง 2,800 แคลอรีเท่านั้น ถ้ากินอาหารจานด่วนเพียงมื้อเดียวเท่ากับจะได้พลังงานเกือบเพียงพอกับความต้องการของร่างกายแล้ว

ส่วนโซเดียมนั้นตามปกติ ควรได้รับวันละ 1,100 ถึง 3,000 มิลลิกรัม แต่ถ้ารับประทานอาหารจานด่วน เช่น พิซซา 2 ชิ้นจะได้โซเดียมถึง 800 ถึง 1,500 มิลลิกรัม ปริมาณเกลือโซเดียมในอาหารจานด่วนในแซนด์วิชแต่ละคู่มิโซเดียมอยู่ตั้งแต่ 700 ถึง 900 มิลลิกรัม ถ้าเป็นแฮมเบอร์เกอร์สองชิ้นอาจมีถึง 1,953 มิลลิกรัม หากแถมเครื่องเคียงพวกมันทอดและซอสมะเขือเทศยิ่งมีมากขึ้น ซึ่งการบริโภคเกลือมากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อหัวใจและไต

เพราะเกลือโซเดียมจะมีคุณสมบัติอุ้มน้ำ เมื่อรับประทานเค็มจัด ปริมาณน้ำในตัวโดยเฉพาะในโลหิตจะสูงขึ้น ทำให้มีแนวโน้มว่าจะเกิดโรคความดันโลหิตสูงมากขึ้น ไตทำงานหนักอาจทำให้ไตเสื่อมเร็ว ถ้าผู้ที่ชอบรับประทานอาหารเค็มจัดเป็นโรคหัวใจอยู่แล้ว อาการของโรคหัวใจจะกำเริบรุนแรงขึ้นอาจถึงขั้นเสียชีวิตได้อีก ทั้งในอาหารจานด่วนจะมีผักน้อยเมื่อเทียบกับความต้องการที่ร่างกายควรได้รับ และจะขาดสารอาหารพวกวิตามินเอและวิตามินซี

สำหรับสารไอโอดีนในอาหารจานด่วน พบว่าในอาหารจานด่วนหลายอย่างมีปริมาณสารไอโอดีนมากเกินไป ไอโอดีนพบในสารที่เป็นตัวทำให้ขนมปังฟู นอกจากนั้นไอโอดีนยังปนเปื้อนอยู่ในเนื้อสัตว์จากแหล่งที่ใช้อาหารสัตว์ที่เติมสารไอโอดีนเข้าไป การได้รับไอโอดีนเข้าไปเกินขนาด นอกจากจะกระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติหน้าที่ของต่อมไทรอยด์แล้ว ยังอาจทำให้เกิดผื่น ลิวซีนได้ และสิ่งที่ขาดในอาหารจานด่วน คือ เส้นใยพืช ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่า

เส้นใยพืชมีความสำคัญช่วยแก้อาการท้องผูก และเชื่อว่าถ้าบริโภคเส้นใยพืชไม่เพียงพอ จะมีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งในลำไส้ใหญ่สูงขึ้น (หมอพัตร. 2534 : 72-73)

อาหารจานด่วนส่วนมากจะมีสารแคลเซียมค่อนข้างน้อย อาจเกิดโรคกระดูกผุได้ ยิ่งถ้าโปรตีนในอาหารจานด่วนมีมากเกินไปทำให้ส่งเสริมอาการกระดูกผุอีกด้วย อาหารจานด่วนจะขาดสารอาหารหลายอย่าง เช่น ไบโอดีน กรดโฟลิก กรดแพนโทเทนิก เหล็ก ทองแดง แคลเซียม แมกนีเซียม วิตามินบี 6 วิตามินอี และวิตามินซี

จूरिपर จิตจํารูญุชคไซย และคณะ (2535 : 31-36) ได้ทำการวิเคราะห์คุณค่าสารอาหารหลักในอาหารจานด่วน โดยเก็บตัวอย่างอาหารจานด่วนแบบตะวันตก 10 ชนิด จากศูนย์การค้า 4 แห่ง ได้แก่ เซ็นทรัลสาขาลาดพร้าว สยามเซ็นเตอร์ เดอะมอลล์สาขาท่าพระ และพาด้าสาขาปิ่นเกล้า ในเขตกรุงเทพมหานครนำมาวิเคราะห์โดยวิธีการทางชีวเคมี รายละเอียดดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงคุณค่าสารอาหารหลักของอาหารจานด่วน (ปริมาณอาหารต่อการเสิร์ฟ 1 ที่)

ชนิดของอาหาร	น้ำหนัก (g)	พลังงาน (kcal)	โปรตีน (g)	ไขมัน (g)	คาร์โบไฮเดรต (g)	ใย อาหาร (g)	โคเลสเตอรอล (g)
1. พิซซารวมมิตร (ขนาดกลาง)	375	876	54	48	57	17	203
2. พิซซาทะเล (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. อี้อทอด	149	398	16	22	34	4	67
9. คอนเนตอง	127	293	16	13	28	3	42
10. มันฝรั่งทอด	94	314	4	18	34	5	0

ที่มา : จूरिपर จิตจํารูญุชคไซยและคณะ. (2535). “คุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดในสารอาหารหลัก,”
วารสารอาหาร. 22(3) : 32.

จากตาราง 2 พบว่าเมื่อคิดเฉลี่ยถึงสารอาหารหลักต่อพลังงาน โปรตีน คาร์โบไฮเดรต

อยู่ในปริมาณที่ค่อนข้างดี เพราะใกล้เคียงกับค่าความต้องการในแต่ละวันของผู้ใหญ่ โดยโปรตีนเฉลี่ย 14.20 กรัม คิดเป็นร้อยละ 30 พลังงานประมาณ 320 กิโลแคลอรี คิดเป็นร้อยละ 13 โคลเลสเตอรอลมีค่าเฉลี่ย 72 มิลลิกรัมต่อ 100 กรัม ซึ่งจะเปรียบเทียบกับโคเลสเตอรอลของหมูติดมันปริมาณ 60 กรัม นอกจากนี้ปริมาณใยอาหารมีค่าต่ำมาก เพียง 2.70 กรัมต่อ 100 กรัมเท่านั้น หรือร้อยละ 11 ของปริมาณที่ควรได้ต่อวัน ซึ่งใยอาหารมีความสำคัญต่อร่างกาย เพราะช่วยในการทำงานของลำไส้ ทำให้ลำไส้บีบตัวและช่วยดูดซับน้ำ ไขมันเกลือหรือ กรดน้ำดี สารก่อมะเร็ง และสารพิษต่าง ๆ ลดการหมักหมมเนื่องจากแบคทีเรียในลำไส้ การขาดใยอาหารจะทำให้อุจจาระเป็นก้อนแข็ง ถ่ายยาก อาจเป็นโรคริดสีดวงทวาร โรคลำไส้ใหญ่โป่งพอง และโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ได้

เพลินใจ ตั้งคณะกุล และคณะ (2537 : 11) ได้วิเคราะห์สารอาหารและคุณค่าทางอาหารของอาหารจานด่วนที่จำหน่ายในประเทศไทย โดยสุ่มตัวอย่างอาหารจานด่วน 27 ชนิด จากศูนย์การค้าในกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น พิซซ่า 10 ชนิด แฮมเบอร์เกอร์ 10 ชนิด ไก่ทอด 1 ชนิด ไก่ย่าง 1 ชนิด โดนัท 4 ชนิด มันฝรั่งทอด วิเคราะห์โดยวิธีการทางเคมีพบว่า มีสารอาหารโดยเฉลี่ยต่อ 100 กรัมดังนี้ คือ 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) ซึ่งจะเห็นว่าอาหารจานด่วนที่จำหน่ายในประเทศไทยให้ไขมันในปริมาณสูง

อันตรายจากการบริโภคอาหารจานด่วน

จากรายงานของศูนย์กิจการวิทยาศาสตร์เพื่อประโยชน์สาธารณะ (Center for Science in the Public Interest ; CSPI) ในรัฐวอชิงตันดี.ซี. (Truswell and Darnton. 1981 : 73-88) ซึ่งเป็นกลุ่มผู้บริโภคก่อให้เกิดความตระหนกอย่างใหญ่หลวงสำหรับผู้นิยมบริโภคอาหารจานด่วน รวมไปถึงบริษัทที่มีกิจการอาหารด้วย เพราะการทอดอาหารจานด่วนนั้นใช้ไขมันสัตว์ (Tallow) เป็นน้ำมันทอดเกือบทั้งหมด ซึ่งไขมันสัตว์นั้นเป็นไขมันชนิดอิ่มตัว

โคเลสเตอรอลเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน โคลเลสเตอรอลบริสุทธิ์เป็นผงสีขาว ไม่มีกลิ่น ประกอบขึ้นด้วยอะตอมของคาร์บอนและไฮโดรเจน ที่ดึงมาจากไขมัน และสารอาหารอื่นๆ ในสัตว์ทุกชนิดมีโคเลสเตอรอลอยู่ในทุกเซลล์และละลายได้ในไขมัน ทำให้ถูกดูดซึมกลับเข้าสู่ร่างกายได้ โคลเลสเตอรอลมีหน้าที่สำคัญต่อการสร้างเซลล์ประสาทและเยื่อหุ้มเซลล์ เมื่อใดก็ตามที่เรงดบริโภคกรดไขมันอิ่มตัว และหันมาบริโภคไขมันไม่อิ่มตัว แทน ร่างกายของคนเราจะเริ่มต้นการขับโคเลสเตอรอลออกจากร่างกายมากยิ่งขึ้น เพราะไขมันที่ไม่อิ่มตัว จะช่วยให้ย่อยสลายไลโปโปรตีนที่มีความถ่วงจำเพาะต่ำ (LDL) ได้ดียิ่งขึ้น หลังจากนั้นอีก 4-6 สัปดาห์ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดจะกลับสู่ระดับปกติ (ในระดับที่ต่ำสุด)

เพราะกรดไขมันไม่อิ่มตัว จะช่วยลดการผลิตโคเลสเตอรอล ถ้ามนุษย์ยังคงบริโภคกรดไขมันไม่อิ่มตัวต่อเนื่องตลอดไปจะทำให้ระดับโคเลสเตอรอลจะคงตัวตลอดไปเช่นกัน แต่หากหันมาบริโภคกรดไขมันอิ่มตัวอีกเมื่อใด กระบวนการนี้จะผกผันย้อนกลับในทันที ร่างกายของเราจะสร้างโคเลสเตอรอลมากขึ้น และการขับโคเลสเตอรอลออกจากร่างกายก็จะเป็นไปได้ยาก ผลที่ตามมาคือปริมาณไลโปโปรตีนที่มีความถ่วงจำเพาะต่ำ (LDL) ในเลือดจะเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ จนถึงจุดวิกฤต หลอดเลือดแดงใหญ่จะอุดตันและหัวใจวายเสียชีวิตในที่สุด

โรคที่เกิดจากการบริโภคอาหารจานด่วน

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า อาหารจานด่วนสามารถก่อให้เกิดโรคต่างๆ ได้ดังนี้

โรคความดันโลหิตสูง

โรคความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่พบบ่อยที่สุดโรคหนึ่งในปัจจุบัน ซึ่งปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้เกิดภาวะความดันโลหิตสูงก็คืออาหารประเภทโซเดียม ปกติความต้องการโซเดียมอยู่ระหว่าง 1,100-3,000 มิลลิกรัมต่อวัน แต่ในอาหารจานด่วนมีปริมาณโซเดียมค่อนข้างสูง เช่น ถ้าบริโภคพิซซ่า 1 ชิ้นจะได้รับโซเดียมถึง 1,200 มิลลิกรัม และเมื่อใส่เครื่องปรุงรส เช่น เนยปน ซอส ก็จะได้รับโซเดียมมากขึ้น การบริโภคเกลือโซเดียมมากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อหัวใจและไต ถ้าบริโภคเกลือโซเดียมมากกว่า 14 กรัมต่อวัน ก็จะเพิ่มความดันเลือด ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และโรคความดันโลหิตสูงก็เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดการทำลายของหลอดเลือดแดง ซึ่งนำไปสู่การเกิดภาวะหลอดเลือดแดงแข็งตัว (Artherosclerosis) อีกทั้งเกลือโซเดียมเป็นสาเหตุของการเกิดภาวะโรคบวมน้ำ (Edema) เนื่องจากเกลือโซเดียมมีคุณสมบัติในการอุ้มน้ำ (ดูฐฎี สุทธิปรียาศรี. 2531 : 11)

โรคระบบไหลเวียนโลหิตและโรคหัวใจ

เป็นที่ทราบกันแล้วว่าปริมาณไขมันที่บริโภคเป็นเครื่องชี้วัดระดับโคเลสเตอรอลในเลือด (Kromhout. 1992 : 49-53) ระดับโคเลสเตอรอลในพลาสมาที่เพิ่มขึ้น เป็นตัวทำนายการเกิดโรคเกี่ยวกับระบบไหลเวียนโลหิต

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคอาหารที่มีกรดไขมันกับอัตราการตายจากโรคหัวใจขาดเลือด (Coronary Heart Disease ; CHD) ใน 7 ประเทศ (Hopkins. 1992 : 1,060-1,070) ได้แก่ ประเทศฟินด์แลนด์ กรีซ ญี่ปุ่น อิตาลี เนเธอร์แลนด์ สหรัฐอเมริกา ยูโกสลาเวีย ซึ่งเป็นการศึกษาโคฮอร์ต (Cohort Study) 16 การศึกษาในช่วง 15 ปี ตั้งแต่ต้น ค.ศ.1950 พบว่ากรดไขมันเป็นตัวสำคัญที่กำหนดระดับโคเลสเตอรอลในเลือด โดยกรดไขมันชนิดไม่อิ่มตัวทำให้ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดสูงขึ้น และกรดไขมันชนิดไม่อิ่มตัวจะช่วยลดระดับ

โคเลสเตอรอลในเลือด และพบว่าการบริโภคกรดไขมันชนิดอิ่มตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมากกับอัตราการตายด้วยโรคหัวใจขาดเลือด การเพิ่มโคเลสเตอรอลในอาหาร 200 มิลลิกรัมต่อ 1,000 กิโลแคลอรี จะทำให้เพิ่มอัตราการเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจขาดเลือด โดยมีค่าความเสี่ยงสัมพันธ์เท่ากับ 1.30 และในแต่ละคนที่ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดลดลงร้อยละ 1 มีความสัมพันธ์กับการลดอุบัติการณ์ของโรคหัวใจขาดเลือดถึงร้อยละ 2

จากการศึกษาของพาร์กเกอร์ (Parker. 1987 : 1729-1739) เกี่ยวกับการบริโภคใยอาหารและระดับโคเลสเตอรอลในเลือด พบว่า เส้นใยอาหารที่ทำให้เกิดเจลในทางเดินอาหาร ได้แก่ สารเพคติน (Pectin) และกัม (Gum) สามารถลดการดูดซึมโคเลสเตอรอลจากลำไส้ โดยการเพิ่มการขับถ่ายน้ำดีออกทางอุจจาระมีผลทำให้ร่างกายต้องดึงโคเลสเตอรอลมาสร้างน้ำดีใหม่ ซึ่งทำให้ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดลดลงได้ เพราะฉะนั้นการบริโภคอาหารจานด่วนที่มีปริมาณเส้นใยอาหารน้อยและไขมันสูง ซึ่งเป็นกรดไขมันอิ่มตัวจากเนื้อสัตว์จึงเป็นปัจจัยเสริมให้โคเลสเตอรอลในเลือดสูงขึ้น

โรคอ้วน

นอกจากปัจจัยทางกรรมพันธุ์แล้ว โรคอ้วนอาจเกิดจากการบริโภคนิสัยที่ไม่ถูกต้อง การบริโภคอาหารที่มากเกินไป โดยเฉพาะอาหารที่ให้พลังงานสูงทำให้เกิดการสะสมของคาร์โบไฮเดรตและไขมันในร่างกายก่อให้เกิดโรคอ้วน

วูดและคณะ (Wood et al.1990 : 858-866) ได้ประเมินภาวะสุขภาพของเด็กไร้ที่อยู่อาศัยจำนวน 196 คน ในนครลอสแอนเจลิส พบว่าเด็กเหล่านี้มีพัฒนาการล่าช้าร้อยละ 9 และมีภาวะน้ำหนักเกินร้อยละ 13 เนื่องจากได้รับอาหารบริโภคที่มีปริมาณพลังงานและสารอาหารไม่สมดุล ซึ่งอาหารที่เด็กเหล่านี้บริโภคเป็นประจำคืออาหารจานด่วน โคเลสเตอรอลที่มีมากในอาหารจานด่วนจะนำไปสู่ภาวะอ้วน

โรคมะเร็ง

อาหารจานด่วนมักมีเส้นใยอาหารอยู่ในปริมาณที่ค่อนข้างต่ำ หากบริโภคเป็นประจำย่อมมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็ง โดยเฉพาะมะเร็งลำไส้ใหญ่ ผู้ที่บริโภคอาหารเส้นใยน้อย ปริมาณของกรดน้ำดีที่ขับออกมากับอุจจาระจะมีจำนวนน้อยกว่าผู้ที่บริโภคอาหารเส้นใยสูง แสดงให้เห็นว่ากรดน้ำดีนี้ได้ถูกทำลายและเปลี่ยนเป็นสารก่อมะเร็งแล้ว ทั้งนี้เนื่องจากว่าลำไส้ใหญ่ของกลุ่มที่กินอาหารเส้นใยสูง จะมีเชื้อแบคทีเรียสเตรปโตคอคคัส (Streptococcus) และเชื้อแบคทีเรียแลคโตบาซิลลัส (Lactobacillus) มากกว่าพวกอื่นๆ ซึ่งแบคทีเรียพวกนี้จะไม่ทำลายน้ำดี น้ำดีจะคงอยู่ในรูปเดิมไม่เปลี่ยนแปลงเป็นสารที่เป็นพิษต่อร่างกาย สำหรับผู้ที่บริโภคอาหารเส้นใยต่ำ กรดน้ำดีได้ถูกเปลี่ยนเป็นสารที่เป็นพิษ ซึ่งสะสมอยู่ในลำไส้เวลานานเท่าใด ยิ่งทำให้เพิ่มโอกาสที่จะเป็นโรคมะเร็งขึ้นเท่านั้น (อภิชาติ พงษ์ศรีหตุลชัย และสุรเกียรติ

องค์ประกอบของพฤติกรรม

องค์ประกอบของพฤติกรรมทางการศึกษามี 3 ด้าน ได้แก่ (Bloom. 1975 : 65-197)

1. พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) เป็นพฤติกรรมด้านความรู้ หมายถึง การมีประสบการณ์เกี่ยวกับข้อเท็จจริงหรือหลักการต่างๆ ซึ่งเกิดจากการศึกษาหรือการตรวจสอบความรู้ จัดเป็นความสามารถด้านสติปัญญาจำแนกได้ดังนี้

1.1 ความรู้ (Knowledge) หมายถึง ความสามารถที่จะจดจำและระลึกได้ถึงเรื่องราวที่ได้รับไปแล้ว

1.2 ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นทักษะและความสามารถทางสติปัญญา ระดับแรก รู้ว่าผู้อื่นสื่อสารมาอย่างไรและสามารถที่จะนำเอาข้อมูลหรือปัจจัยที่ได้รับมาใช้ให้เป็นประโยชน์

1.3 การนำไปประยุกต์ (Application) คือ ความสามารถที่จะนำเอาความรู้ความเข้าใจจากกฎเกณฑ์ และวิธีการดำเนินการต่างๆของเรื่องนั้นไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่ไม่เหมือนเดิมได้

1.4 การวิเคราะห์ (Analysis) หมายถึง ความสามารถในการแยกแยะเรื่องราวที่สมบูรณ์ใด ๆ ให้กระจายออกเป็นส่วนใหญ่ และมองเห็นหลักการผสมผสานระหว่างส่วนที่ประกอบกันขึ้นเป็นปัญหาหรือสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง

1.5 การสังเคราะห์ (Synthesis) หมายถึง ความสามารถและทักษะที่จะนำองค์ประกอบหรือส่วนต่างๆเข้ามารวมกันเพื่อเป็นภาพลักษณ์ที่สมบูรณ์ เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการพิจารณาส่วนย่อยแต่ละส่วน แล้วจัดรวมกันเป็นหมวดหมู่เพื่อให้เกิดความกระจ่างใน สิ่งเหล่านั้น

1.6 การประเมินค่า (Evaluation) หมายถึง ความสามารถที่จะพิจารณาและตัดสินไม่ว่าจะด้วยมาตรฐานที่ผู้อื่นกำหนดไว้หรือกำหนดขึ้นด้วยตัวเองก็ตาม

2. พฤติกรรมด้านเจตพิสัย (Affective Domain) หมายถึง ความสนใจ ความรู้สึก ทำที่ ความชอบในการให้คุณค่าหรือปรับปรุงค่านิยมที่ยึดถืออยู่ เป็นพฤติกรรมที่ยากแก่การอธิบาย เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของตน การเกิดพฤติกรรมด้านเจตคติแบ่งตอนดังนี้

2.1 การรับหรือการให้ความสนใจ (Receiving or Attending) เป็นขั้นที่บุคคลถูกกระตุ้นให้ทราบว่ามีการณ์หรือสิ่งเร้าบางอย่างเกิดขึ้น และบุคคลนั้นมีความยินดีและพร้อมที่จะรับหรือให้ความพอใจต่อสิ่งเร้า นั้น

2.2 การตอบสนอง (Responding) เป็นขั้นที่บุคคลถูกจูงใจให้เกิดความรู้สึกผูกมัดต่อสิ่งเร้าเป็นเหตุให้บุคคลพยายามทำให้เกิดการตอบสนอง พฤติกรรมขั้นนี้ประกอบด้วย ความยินยอม ความพอใจและพอใจที่จะตอบสนอง

2.3 การให้ค่านิยม (Valuing) เป็นขั้นที่บุคคลมีปฏิกิริยาซึ่งแสดงให้เห็นว่า บุคคลนั้นยอมรับว่าเป็นสิ่งมีคุณค่าสำหรับตนเอง และนำไปพัฒนาให้เป็นของตนเองอย่างแท้จริง พฤติกรรมในขั้นนี้มักใช้คำว่า “ค่านิยม” ซึ่งการเกิดค่านิยมนี้ประกอบด้วย การยอมรับ ความชอบ และผูกมัดค่านิยมเข้ากับตนเอง

2.4 การจัดกลุ่มค่านิยม (Organization) เป็นขั้นที่บุคคลจัดระบบค่านิยมต่างๆ ให้เข้ากลุ่ม โดยพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมเหล่านั้น ในการจัดกลุ่มนี้ประกอบด้วย การสร้างแนวคิดเกี่ยวกับค่านิยมและจัดระบบค่านิยม

2.5 การแสดงลักษณะตามค่านิยมที่ยึดถือ (Characterization by a value or value complex) พฤติกรรมขั้นนี้ถือว่าบุคคลมีค่านิยมหลายชนิด และจัดอันดับของค่านิยมเหล่านั้นจากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด และพฤติกรรมเหล่านี้จะเป็นตัวคอยควบคุมพฤติกรรมของบุคคล พฤติกรรมในขั้นนี้ประกอบด้วย การวางแนวทางการปฏิบัติ และแสดงลักษณะที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่เขากำหนด

3. พฤติกรรมด้านทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) เป็นพฤติกรรมที่ใช้ความสามารถในการแสดงออกของร่างกาย ซึ่งรวมถึงการปฏิบัติที่อาจแสดงออกในสถานการณ์หนึ่งๆ หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่คาดคะเนว่าอาจจะปฏิบัติในโอกาสต่อไป พฤติกรรมด้านนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้ายซึ่งต้องอาศัยพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย หรือความรู้ ความคิด และพฤติกรรมด้านเจตคติเป็นส่วนประกอบ เป็นพฤติกรรมที่ประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมนี้ต้องอาศัยเวลาและการตัดสินใจหลายขั้นตอนในทางด้านสุขภาพ ถือว่าพฤติกรรมทางด้านการศึกษาของบุคคลเป็นเป้าหมายขั้นสุดท้ายที่ช่วยให้บุคคลมีสุขภาพดี

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตของบุคคล ได้มีผู้ให้ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหารไว้ดังนี้

ศิริลักษณ์ สิมชวลัย (2533 : 86) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหารไว้ว่า หมายถึง ลักษณะวิธีการรับประทานอาหารว่ารับประทานอะไร รับประทานอย่างไร มากหรือน้อย บ่อยหรือไม่ในรอบวันหรือเดือน มีระเบียบมารยาทการรับประทานอาหารอย่างไรซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจำแนกไปตามลักษณะหรือประเภทของบุคคล เป็นเด็ก ผู้ใหญ่หรือคนชรา เป็นต้น หรืออาจจำแนกการรับประทานตามโอกาส เช่น รับประทานที่บ้าน รับประทานที่ร้านอาหาร เป็นต้น และอาจมีความสัมพันธ์ไปถึงเรื่องการหา การทำอาหารก่อนนำมา รับประทานว่าได้วัสดุอาหารนั้นมาจากไหน ใช้วิธีใดรักษาหรือเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด

วิธีใดทำลายหรือลดคุณค่าทางโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ใช่พฤติกรรมธรรมชาติ

เอกเทศส่วนบุคคลที่จะทำได้โดยเสรีตามอำเภอใจ แต่เป็นการกระทำทางสังคมและวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นเสมอ จึงต้องเป็นไปตามรูปแบบและกฎเกณฑ์ที่กลุ่มนั้นกำหนดไว้ เรื่องอาหารและการรับประทานอาหารจึงเป็นพฤติกรรมทางสังคมและวัฒนธรรม ที่จะเข้าใจได้ชัดเจนก็ต่อเมื่อได้พิจารณาปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมนั้นด้วย

สุทธิลักษณ์ สมิตตะสิริ (2533 : 4-5) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เป็นการแสดงออกของบุคคลทั้งที่สังเกตได้และสังเกตไม่ได้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร โดยมีความสัมพันธ์กับสิ่งอื่น เช่น ความเชื่อเรื่องอาหาร ข้อห้ามในเรื่องอาหาร ความนิยมในเรื่องอาหาร และนิสัยการบริโภคอาหาร ล้วนมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารทั้งสิ้น

อรณี บุญมีนิมิตร (2540 : 13) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง “พฤติกรรมซึ่งบุคคลทำการค้นหา (Searching) การซื้อ (Purchasing) การประเมินผล (Evaluating) และการใช้จ่าย (Disposing) ในผลิตภัณฑ์และบริการ โดยคาดว่าจะตอบสนองความต้องการของเขา”

สรัญญา ทรัพย์อัประไมย (2542 : 3) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง อุปนิสัย ลักษณะ รวมถึงการกระทำต่างๆของผู้บริโภคที่ตัดสินใจเลือกและรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด

ดารา ทีปะปาล (2542 : 4) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การกระทำใดๆของผู้บริโภคที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการเลือกสรร การซื้อ การใช้สินค้า และการบริการ รวมทั้งกระบวนการตัดสินใจซื้อ ซึ่งเป็นตัวนำหรือตัวกำหนดการกระทำดังกล่าว เพื่อตอบสนองความจำเป็นและความต้องการของผู้บริโภคให้ได้รับความพอใจ

จากความหมายของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจาด่วนดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การเลือกซื้อ เลือกใช้ และตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์หรือบริการใดๆ เพื่อสนองความต้องการ ความปรารถนา และเพื่อให้ได้รับความพึงพอใจสูงสุด โดยใช้ทัศนคติและเหตุผลของแต่ละบุคคลในการตัดสินใจซื้อ

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

ปัจจุบันพบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นทำให้มีภาวะโภชนาการที่บกพร่อง เพราะวัยรุ่นมักจะอดอาหารเนื่องจากความเข้าใจผิด พยายามอดอาหารเพื่อรักษาทรดทรง เป็นเหตุให้มีรูปร่างแบบบาง ตัวเล็กเพราะขาดอาหาร และโอกาสที่จะเจริญเติบโตเต็มที่ที่ต้องเสียไป ซึ่งพรพรรณ คเนจร ณ อยุธยา (2523 : 106-107) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไว้ดังนี้

1. อดอาหารบางมื้อ เด็กวัยรุ่นเป็นห่วงรูปร่างมากกว่าอย่างอื่น โดยเฉพาะเด็กผู้หญิงกลัวว่าน้ำหนักจะมากเกินไปทำให้รูปร่างไม่สวยจึงมักแก้ปัญหาโดยการอดอาหาร
2. นิสัยการบริโภคอาหารไม่ดี เนื่องจากกิจกรรมต่างๆทั้งในด้านการศึกษาและสังคม

ทำให้ไม่ค่อยได้บริโภคอาหารที่บ้านนิสัยการบริโภคอาจเปลี่ยนแปลงตามเพื่อนมากกว่าพ่อแม่

3. บริโภคผักและผลไม้ไม่เพียงพอ สาเหตุอาจเป็นเพราะไม่ชอบหรือนิสัยการบริโภคไม่ดีตั้งแต่ต้น เด็กวัยรุ่นมักชอบรับประทานอาหารพวกเนื้อสัตว์ น้ำตาล แป้ง เป็นต้น

4. เบื่ออาหารหรือไม่อยากรับประทานอาหาร เป็นปัญหาที่พบมากในเด็กวัยรุ่น ถ้ามีเหตุทำให้กระทบกระเทือนทางจิตใจหรืออารมณ์ถูกรบกวน เช่น ผิดหวังเสียใจในเรื่องต่างๆ ก็เป็นเหตุทำให้เบื่ออาหาร หรือไม่อยากอาหารได้ เป็นต้น

5. ชอบบริโภคอาหารจุบจิบ คือการบริโภคอาหารตามมือแล้วไม่เพียงพอ ยังบริโภคอาหารระหว่างมืออีกด้วย ซึ่งทำให้บริโภคอาหารมากกว่าที่ควร ซึ่งทำให้เกิดโรคอ้วน โรคฟันผุตามมาได้

6. ความเชื่อผิดๆในเรื่องอาหาร เด็กวัยรุ่นมักหลงเชื่อและบริโภคอาหารตามที่โฆษณาว่ามีคุณค่าต่างๆ เช่น ลดความอ้วนได้ เป็นต้น

ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2532 : 75) ได้แบ่งประเภทของพฤติกรรมสุขภาพเป็น 3 ชนิด คือ

1. พฤติกรรมการป้องกันโรค (Preventive Health Behavior) หมายถึง การปฏิบัติตัวของบุคคลเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรค ได้แก่ การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การไม่สูบบุหรี่ การคาดเข็มขัดนิรภัยเมื่อขับรถยนต์ เป็นต้น

2. พฤติกรรมเมื่อเจ็บป่วย (Illness Behavior) หมายถึง การปฏิบัติที่บุคคลกระทำเมื่อมีอาการผิดปกติ ได้แก่ การซักถามถึงอาการของตน การแสวงหาการรักษาพยาบาล การพักผ่อน เป็นต้น

3. พฤติกรรมเมื่อรู้ว่าตนเป็นโรค (Sick Role Behavior) หมายถึง การปฏิบัติที่บุคคลกระทำหลังจากทราบผลการวินิจฉัยโรคแล้ว เช่น การรับประทานยาตามแพทย์สั่ง การควบคุมอาหาร การลดหรือเลิกกิจกรรมที่จะทำให้อาการของโรครุนแรงขึ้น

องค์ประกอบที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

การเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ นั้นเป็นเรื่องที่สลับซับซ้อน ขึ้นอยู่กับกระบวนการเรียนรู้ที่สะสมมาตั้งแต่เด็ก ซึ่งแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันออกไป ดังนั้น จึงมีองค์ประกอบหลายอย่างที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งประภาเพ็ญ สุวรรณ (2532 : 173-185) ได้แบ่งออกเป็น 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1. องค์ประกอบทางด้านจิตวิทยาที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ วุฒิภาวะ ความต้องการ ความสนใจ ความสามารถ ความคับข้องใจ ความเชื่อ ค่านิยม เป็นต้น สิ่งต่างๆ

เหล่านี้มีผลต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางสุขภาพของบุคคลทั้งในยามปกติและในยามเจ็บป่วย

2. องค์ประกอบทางด้านสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ ครอบครัว กลุ่มบุคคลในสังคม สถานภาพทางสังคม วัฒนธรรม และศาสนา ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนแต่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ การพัฒนาความคิด ความเชื่อและการปฏิบัติตนขณะเจ็บป่วยของบุคคล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ครอบครัว เป็นสถาบันทางสังคมที่สำคัญที่สุด พฤติกรรมสุขภาพทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติมีอิทธิพลมาจากสถาบันครอบครัว เช่น บางครอบครัวปลูกฝังการไม่รับประทานผัก เนื้อสัตว์ หรือปลูกฝังการให้ออกกำลังกาย เป็นต้น ถ้าสถาบันครอบครัวช่วยส่งเสริมให้เกิดความเชื่อ ค่านิยมที่ดีต่อสุขภาพและสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้อง ก็จะสามารถช่วยแก้ปัญหาสุขภาพของบุคคลได้อย่างมาก

2.2 กลุ่มบุคคลในสังคม จะมีอิทธิพลในการชักจูงให้คนมีพฤติกรรมที่คล้ายตามกันได้ เพราะคนเราต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม

2.3 สถานภาพทางสังคม สถานภาพที่แตกต่างกันจะทำให้คนแสดงออกได้ต่างกัน เช่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุขย่อมจะมีพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการใช้ส้วม ดีกว่าประชาชนทั่วไป เป็นต้น

2.4 วัฒนธรรม เป็นตัวถ่ายทอดวิถีการครองชีวิต วิถีความคิด ความเชื่อ ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเป็นอย่างมาก อิทธิพลของวัฒนธรรมส่งผลกระทบต่อการปฏิบัติทางสุขภาพได้เป็นอย่างมาก เช่น ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือบางชุมชนเมื่อเกิดอาการเจ็บป่วยนิยมรักษาโดยเวทมนต์ เป็นต้น

2.5 ศาสนา มีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำเนินชีวิตและความเป็นอยู่ของประชาชน และมีผลต่อพฤติกรรมของประชาชนด้วย เช่น คำสอนของพุทธศาสนาที่กล่าวถึงการรับประทานอาหารแต่พอควร ไม่ให้น้อยเกินไปหรืออึดเกินไป

3. องค์ประกอบทางด้านเศรษฐกิจที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ภาวะเศรษฐกิจของประชาชนมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเป็นอย่างมากเช่นเดียวกัน จากสถิติการเกิดโรคที่เกิดจากการติดเชื้อ จะพบในกลุ่มประชาชนที่ยากจนมากกว่ากลุ่มที่มีฐานะปานกลางหรือร่ำรวย แต่ในกลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีมักจะมีปัญหาเกี่ยวกับโรคเรื้อรังบางอย่าง เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น

4. องค์ประกอบทางการศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ โดยทั่วไปบุคคลที่มีการศึกษาสูงจะมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางด้านสุขภาพอนามัยดีกว่าบุคคลที่มีการศึกษาน้อย เพราะผู้ที่มีการศึกษาดีจะมีอาชีพที่มีรายได้ค่อนข้างดีซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

5. องค์ประกอบทางด้านการเมือง มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เพราะนโยบายของประเทศจะชี้ให้เห็นถึงจำนวนและความเพียงพอของบริการ การรักษาพยาบาล หรือข้อบังคับที่จะมีผลต่อสุขภาพบางอย่าง

6. องค์ประกอบทางด้านระบบบริการสาธารณสุข ซึ่งจะต้องมีเพียงพอและเข้าถึงระบบบริการสาธารณสุขที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเจ็บป่วย คือ

6.1 ความทั่วถึงของการบริการรักษาพยาบาล การปฏิบัติในชีวิตประจำวันของผู้ป่วยอาจจะขัดขวางหรือเป็นอุปสรรคต่อความสามารถของผู้ป่วยที่จะปฏิบัติหรือให้ความร่วมมือในการรักษาพยาบาล

6.2 ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล

กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ

กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคนมีอยู่หลายวิธี แต่ละวิธีมีแนวความคิดหลักแตกต่างกันออกไป เพราะพฤติกรรมของคนโดยเฉพาะพฤติกรรมสุขภาพเกิดจากสาเหตุหลายประการ ดังนั้นการปลูกฝังหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพในประชาชนจะเกิดขึ้นได้หรือไม่และเป็นไปในลักษณะใดนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัย 3 ประการ (ชนวรรณ อิมสมบูรณ์. 2532 : 25) คือ

1. ปัจจัยโน้มน้าว (Predisposing Factor) เป็นผลที่เกิดจากการเรียนรู้ของแต่ละบุคคลโดยตรง ซึ่งอยู่ในลักษณะของความรู้ความเข้าใจ ความเชื่อ ค่านิยม เจตคติ เกี่ยวกับเนื้อหาของวิชาสุขศึกษา การเกิด หรือการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยโน้มน้าวให้อยู่ในระดับที่เอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ได้นั้น ต้องอาศัยประสบการณ์การเรียนรู้ที่ต่อเนื่องกันมา ตั้งแต่จุดแรกของการเรียนรู้ ซึ่งอาจจะได้รับจากผู้ปกครองและสิ่งแวดล้อมภายในครอบครัวหรือจากการสังเกต และสิ่งแวดล้อมทั่วไป

2. ปัจจัยสนับสนุน (Enabling Factor) ได้แก่ สภาพแวดล้อมและกิจกรรมต่างๆที่เอื้ออำนวยให้แต่ละคนได้มีโอกาสกระทำการในเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างเพียงพอ เหมาะสมและต่อเนื่องจนกระทั่งเกิดการพัฒนาเป็นทักษะและพฤติกรรมอย่างถาวรเช่น การจัดให้นักเรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมในการดำเนินการ และรับผิดชอบในโครงการสุขภาพในโรงเรียนตามระดับความรู้ความชำนาญ ก็จะเป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะปลูกฝังหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพให้เกิดได้โดยที่ปัจจัยอื่นเป็นแรงเสริม

3. ปัจจัยเสริม (Reinforcing Factor) ได้แก่ ตัวบุคคลอื่นๆในครอบครัว โรงเรียน และสังคมสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งมีบทบาทในการส่งเสริมแนะนำ ชักจูง ควบคุม ดูแล กระตุ้นเตือน หรือปฏิบัติสัมพันธ์อย่างหนึ่งอย่างใดที่จะเสริมสร้างให้การกระทำ หรือการตัดสินใจของตนเองที่ได้รับแรงโน้มน้าว และกำลังสนับสนุนจากปัจจัยต่างๆดังกล่าวมาแล้ว

แนวคิดเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู

ความหมายการอบรมเลี้ยงดู

มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

เซียร์และคนอื่นๆ (นงนุช โรจนเลิศ. 2533 : 42 ; อ้างอิงจาก Sear and Others. 1957. *Adjustment and Personal Growth*. P 78) ได้สรุปความหมายของการอบรมเลี้ยงดูไว้ว่า เป็นกระบวนการต่อเนื่องตลอดชีวิตของเด็กและการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาจะมีผลบางประการต่อพฤติกรรมของเด็กในปัจจุบัน และศักยภาพของการกระทำในอนาคตของเขา ดังนั้น พฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคลใดบุคคลหนึ่งนั้น ส่วนหนึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา

ดวงเดือน พันธุนาวิณ อรพินทร์ ชุชม และงามตา วรินทร์านนท์ (2528 : 3) ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่ผู้ใกล้ชิดเด็กมีการติดต่อเกี่ยวข้องกับเด็กทั้งทางด้านคำพูดและการกระทำ ซึ่งเป็นสื่อความหมายต่อเด็กทั้งทางด้านความรู้สึกและอารมณ์ของผู้กระทำ ตลอดจนเป็นการให้ผู้เลี้ยงดูสามารถจะให้รางวัลหรือลงโทษเด็กได้ นอกจากนี้ ยังเป็นโอกาสให้เด็กได้ดูแบบอย่างการกระทำของผู้เลี้ยงดูตนด้วย

จากข้อมูลดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่าการอบรมเลี้ยงดู หมายถึง พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่นในการเลี้ยงดูสั่งสอนและอบรมซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมของเด็กทั้งในปัจจุบันและในอนาคต แบ่งออกได้ 3 ลักษณะ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบเข้มงวดกวดขัน และแบบปล่อยปละละเลย

ประเภทของการอบรมเลี้ยงดู

โรเจอร์ (นงนุช โรจนเลิศ. 2533 : 45-46 และพรสุดา ดิษยวรรณนะ. 2534 : 23 ; อ้างอิงจาก Roger. 1972. *Patterns of Adjustment*. p 117) แบ่งแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูเด็กเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง พฤติกรรมของผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่น โดยเด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกว่าตนเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ผู้ปกครองให้ความรักความอบอุ่น มีเหตุผล ยอมรับความสามารถและความคิดเห็นของเด็กวัยรุ่น ส่งเสริมให้เด็กวัยรุ่นมีความอิสระในการตัดสินใจ หรือแก้ปัญหาต่างๆได้ด้วยตนเองและให้ความร่วมมือกับเด็กวัยรุ่นตามโอกาสอันสมควร

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง พฤติกรรมของผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่น โดยเด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับความอิสระเท่าที่ควร ต้องอยู่ในระเบียบวินัยที่ผู้ปกครองกำหนดไว้ หรือถูกควบคุมให้อยู่ในสายตา หรือคุ้มครองป้องกันให้

ความช่วยเหลือตลอดเวลา ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง และมีความรู้สึกที่ว่าตัวเองตนเองเป็นเด็กอยู่เสมอ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง พฤติกรรมของผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อเด็กวัยรุ่น โดยเด็กวัยรุ่นมีความรู้สึกที่ว่าตนเองไม่ได้รับการเอาใจใส่สนับสนุนหรือคำแนะนำจากผู้ปกครอง มักถูกปล่อยให้ทำอะไรตามใจชอบ ใช้วิธีวิจารณ์ ตำหนิ ลงโทษที่รุนแรงและปราศจากเหตุผล ไม่ให้ความสนิทสนมเป็นกันเองและปล่อยปละละเลยความเป็นอยู่

แนวคิดเกี่ยวกับความรู้และเจตคติ

ความรู้ (Knowledge)

มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้ให้ความหมายของความรู้ไว้หลายท่านดังนี้

กูด (Good. 1973 : 325) ได้ให้ความหมายความรู้ หมายถึง ข้อเท็จจริงกฎเกณฑ์ และรายละเอียดต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้รับและเก็บรวบรวมไว้

บลูม (Bloom. 1975 : 271) ได้กล่าวถึงความรู้ว่า ความรู้เป็นสิ่งที่เกี่ยวกับการระลึกถึงสิ่งเฉพาะเรื่อง หรือเรื่องทั่วไป ระลึกถึงวิธี กระบวนการ หรือสถานการณ์ต่าง ๆ โดยที่วัตถุประสงค์ของความรู้นั้นย้ำในเรื่องกระบวนการทางจิตวิทยาของความจำในการเชื่อมโยงจัดระบบใหม่

ประกาเพ็ญ สุวรรณ (2526 : 16) ได้ให้ความหมายความรู้ หมายถึง พฤติกรรมขั้นต้นซึ่งผู้เรียนเพียงแต่จำได้ อาจจะได้จากการนึกได้ หรือโดยการมองเห็น ได้ยิน จำได้ เช่น ความรู้เกี่ยวกับคำจำกัดความ ความหมายข้อเท็จจริง ทฤษฎี กฎ โครงสร้าง วิธีการแก้ปัญหา มาตรฐาน เหล่านี้เป็นต้น

ไพศาล หวังพานิช (2526 : 96) ได้ให้ความหมายความรู้ หมายถึงบรรดาข้อเท็จจริง หรือรายละเอียดของเรื่องราวการกระทำอันเป็นประสบการณ์ของบุคคล ซึ่งสะสมและถ่ายทอดสืบต่อกันไป

อัญชลี สิงห์สุด (2534 : 25) กล่าวว่า ความรู้ หมายถึง ข้อเท็จจริงต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้รับรู้จากประสบการณ์ การค้นคว้า ศึกษา สังเกต และมีการสะสมไว้ สามารถจำได้ โดยอาศัยกระบวนการทางจิตวิทยา

สมรรถน์ มั่นคง (2546 : 14) กล่าวว่า ความรู้ คือ รายละเอียดข้อเท็จจริงต่าง ๆ ที่มนุษย์รับรู้และรวบรวมจากประสบการณ์จนเกิดความรู้ ความเข้าใจ จำได้ สามารถนำไปวิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินได้ สามารถนำไปปฏิบัติได้ และความรู้เป็นแนวทางอย่างหนึ่งของบุคคลในการที่จะนำไปใช้สำหรับการประพฤติปฏิบัติ หรือควบคุมสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น

จากที่มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้ให้ความหมายของความรู้ สามารถสรุปได้คือ ความรู้ หมายถึง สิ่งที่คุณคนนั้น ๆ ได้รับการถ่ายทอด รายละเอียดต่าง ๆ แล้วสามารถนำมาประมวล หรือมาจากประสบการณ์เดิม จนทำให้บุคคลนั้นเกิดความเข้าใจ ความจดจำ จนสามารถนำความรู้ที่ได้มาวิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินได้ และสามารถถ่ายทอด ความรู้ใหม่ ๆ ให้แก่บุคคลอื่นได้

ระดับความรู้

ระดับความรู้สามารถแบ่งออกได้เป็น 6 ระดับ ดังนี้ บลูม (Bloom. 1975 : 65-197)

1. ความรู้ (Knowledge) เป็นความสามารถที่จะจดจำหรือระลึกได้ เกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ที่เคยได้รับรู้มาแล้ว
2. ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ แล้วแสดงความเข้าใจออกมาในรูปของการแปลความ เป็นการจับใจความได้ถูกต้องกับสิ่งที่สื่อความหมาย การตีความหมายเป็นการอธิบายหรือสรุปเรื่องราว และการขยายความของเนื้อหาที่เกินกว่าขอบเขตที่รู้
3. การนำไปประยุกต์ใช้ (Application) เป็นความสามารถในการนำความรู้ต่าง ๆ ที่ได้รับมาไปปรับหรือประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ
4. การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นความสามารถในการแยกแยะเรื่องราวที่สมบูรณ์ไปสู่ส่วนย่อยและมองเห็นความสัมพันธ์ของส่วนที่ประกอบกันขึ้นเป็นปัญหาหรือเรื่องเหล่านั้น
5. การสังเคราะห์ (Synthesis) เป็นความสามารถในการนำส่วนย่อย ๆ มารวมกันเป็นหมวดหมู่ หรือเรื่องเดียวกัน ซึ่งมีการผสมผสาน จัดเรียงเรียงเป็นโครงสร้างใหม่ ก่อให้เกิดเป็นความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
6. การประเมินค่า (Evaluation) เป็นความสามารถในการให้คุณค่าของข้อเท็จจริงต่าง ๆ ทั้งในรูปของปริมาณและคุณภาพ โดยอาศัยเกณฑ์ที่กำหนดขึ้นเองหรือผู้อื่นกำหนด

วิธีการวัดความรู้

สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542 : 137) กล่าวว่า ความรู้วัดได้ง่ายกว่าพฤติกรรมอย่างอื่น กระทำโดยการให้แบบทดสอบหรือข้อสรุปให้แสดงความรู้หรือความคิดออกมา ซึ่งมีวิธีการที่ใช้วัดได้หลายวิธี ดังนี้

1. การใช้แบบทดสอบชนิดต่าง ๆ ทั้งแบบอัตนัยและปรนัย แบบปรนัยที่นิยมกันมาก ได้แก่ แบบถูกผิด แบบเลือกตอบ แบบจับคู่ และแบบเติมความ ซึ่งมีทั้งแบบทดสอบที่ครูสร้างขึ้น และแบบทดสอบมาตรฐาน
2. การสัมภาษณ์ การสนทนา หรือการซักถาม ซึ่งอาจจะกระทำเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่มก็ได้ โดยครูอาจจะทำเป็นแบบฟอร์มขึ้น หรือจดบันทึกเอาไว้เป็นหลักฐาน

3. การสาธิต หรือการปฏิบัติ อาจสาธิตหรือแสดงโดยครูหรือนักเรียนก็ได้แต่ตามความเหมาะสม ด้วยการให้ตอบหรือชี้ให้เห็นว่าสิ่งที่ได้สาธิตหรือแสดงให้ดูนั้นถูกหรือผิดอย่างไร

4. การตรวจผลงาน เช่น ผลงานจากการทำรายงาน การจดบันทึก การเก็บรวบรวม การทำสมุดภาพ ซึ่งวิธีเหล่านี้ครูควรอธิบายให้นักเรียนเข้าใจถึงความมุ่งหมายและวิธีการทำผลงานด้วย

5. การสังเกต วิธีนี้อาจจะได้ผลน้อย และไม่ค่อยจะแน่นอน เช่น การสังเกตสีหน้าและหน้าตาหรือท่าทาง รวมทั้งการสังเกตสมาธิหรือความตั้งใจเรียนของนักเรียน เป็นต้น

ความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วน

โดยทั่วไปพฤติกรรมของคนเกิดขึ้นได้ต้องมีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติ ซึ่งในองค์ประกอบด้านความรู้นี้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์ตั้งแต่จุดแรกเริ่มของการเรียนรู้ อาจได้รับจากบิดา มารดา และสิ่งแวดล้อมในครอบครัว โรงเรียนและชุมชน (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2527 : 155)

ถ้าบุคคลได้รับความรู้ในด้านอาหารและโภชนาการที่ผิด ก็จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีการปฏิบัติตนในด้านการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสม ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพโภชนาการต่างๆที่มีอาหารอย่างเพียงพอ แต่เนื่องจากขาดความรู้เกี่ยวกับประโยชน์และคุณค่าทางอาหารและโภชนาการ ไม่รู้วิธีรับประทานอาหารให้เกิดประโยชน์ และไม่สนใจอาหารที่จะนำมารับประทาน (อุทัย พิศลยบุตร. 2528 : 196)

ปัญหาโภชนาการของประชาชนในประเทศไทยส่วนใหญ่เกิดจากปัญหาของความยากจนและปัญหาของความรู้ว่าอาหารนั้นมีความสำคัญต่อสุขภาพ และการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย ไม่รู้ว่าอาหารชนิดใดมีความจำเป็นต้องรับประทานเพื่อให้การทำงานของร่างกายเป็นปกติ และความเข้าใจผิดเกี่ยวกับอาหารบางอย่างที่ทำให้ประชาชนงดรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ทางโภชนาการ (สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ. 2533 : 259)

ในปัจจุบันคนยุคใหม่ไม่ใส่ใจคุณค่าอาหาร ขอให้รับประทานเพื่ออิมมิต้องก็เพียงพอแล้ว ไม่รู้และไม่ตระหนักว่าอาหารยุคใหม่ปลอมปนไปด้วยสารเคมีที่เป็นอนุมูลอิสระที่เข้าไปทำร้ายเซลล์ร่างกายในทุกระดับ และจากสภาพความเจริญทางการเมืองและการรับเอาวัฒนธรรมแบบตะวันตกเข้ามา ประกอบกับต้องทำงานแข่งขันกันทำให้ไม่มีเวลาในการประกอบอาหารทำให้อาหารจานด่วนเข้ามามีบทบาท และเป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายในชีวิตประจำวันจนเกิดปัญหาทางโภชนาการและสุขภาพอาหาร อาหารทางตะวันตกส่วนใหญ่มักมีปัญหาทางโภชนาการที่เกิดจากความไม่สมดุลของสารอาหาร คือ มีกรดไขมันอิ่มตัวและโคเลสเตอรอลสูง ในขณะที่อาหารจานด่วนแบบตะวันออก มักจะมีปัญหาทางด้านความสะอาดและความปลอดภัย ทำให้เกิดการปนเปื้อนด้วยเชื้อโรคและสารเคมีที่เป็นอันตรายได้

ความปลอดภัยแก่สุขภาพในการรับประทานอาหารจานด่วน จะต้องปฏิบัติตนดังนี้
คือ

1. เลือกรับประทานเฉพาะอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน และสะอาดปลอดภัย คือ ปรุงร้อนๆและเสิร์ฟรับประทานทันที
2. สังเกตภาชนะที่ใส่อาหาร ต้องสะอาดและปลอดภัย
3. สังเกตผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟอาหาร ต้องแต่งกายสะอาด มีสุขภาพดีแข็งแรง เล็บมือสั้นสะอาด ไม่สูบบุหรี่หรือไอจามใส่อาหาร
4. ถ้ากินข้าวปั้นแบบญี่ปุ่นควรเสริมด้วยไข่ ส้ม และนม
5. ถ้ากินแฮมเบอร์เกอร์ควรรับประทานกับสลัดผักและดื่มนมด้วย
6. สังเกตร้านหรือสถานที่ขายอาหารต้องสะอาดเป็นระเบียบ

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ความรู้ด้านโภชนาการมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าความรู้ด้านโภชนาการมีความเกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารจานด่วนอย่างไร

เจตคติ (Attitude)

กู๊ด (Good. 1973 : 49) ได้ให้ความหมายของ เจตคติ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกต่อสิ่งต่าง ๆ ในลักษณะความรู้สึกชอบ ไม่ชอบ เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ต่อสภาพการณ์ของบุคคลหรือสิ่งหนึ่งสิ่งใด

เทอร์สโตน (Thurstone. 1976 : 77) กล่าวว่า เจตคติเป็นผลรวมทั้งหมดของมนุษย์เกี่ยวกับความรู้สึก อคติ ความคิด ความกลัวต่อบางสิ่งบางอย่าง การแสดงออกทางด้านการพูด เช่น ความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528 : 230-231) กล่าวว่า ทักษะคติ หมายถึง ความพร้อมของร่างกาย และจิตใจที่มีแนวโน้มจะตอบสนองต่อสิ่งเร้า หรือสถานการณ์ใด ๆ ด้วยการเข้าหา หรือถอยหนีออกไป โดยแบ่งได้ 2 ประเภทคือ ทักษะคติทางบวก และทักษะคติทางลบ

นิภา มนูญปัจจุ (2528 : 68) ให้ความหมาย เจตคติ หมายถึง ความสนใจ ความรู้สึก ทักษะที่ ความชอบ การให้คุณค่า ค่านิยม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจคน

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2537 : 226) ให้คำจำกัดความของเจตคติว่าเป็นความคิดเห็นซึ่งมีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ ซึ่งทำให้บุคคลพร้อมที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งต่อสถานการณ์ภายนอก องค์ประกอบของเจตคติประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบคือ องค์ประกอบทางด้านพุทธิปัญญา ทางด้านความรู้สึก และด้านการปฏิบัติ ซึ่งองค์ประกอบทั้ง 3 ด้านนี้มีความสัมพันธ์กันมากและนำไปสู่การปฏิบัติ

จากที่มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้กล่าวถึง เจตคติ สามารถสรุปได้คือ ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่แสดงออกทางด้านบวก และลบ โดยมีความรู้สึกภายใน เป็นตัวกำหนดให้แสดงออก

ขั้นตอนการเกิดเจตคติมีดังนี้คือ

1. การรับ หรือการให้ความเข้าใจ (Receiving of attending) เป็นขั้นที่บุคคลถูกกระตุ้นให้ทราบว่ามีสิ่งเร้าบางอย่างเกิดขึ้น
2. การตอบสนอง (Responding) เป็นขั้นที่บุคคลถูกจูงใจให้เกิดความรู้สึกผูกพันต่อสิ่งเร้า
3. การจัดกลุ่มค่านิยม (Organization) เป็นขั้นที่บุคคลจัดระบบค่านิยมต่าง ๆ เข้าเป็นกลุ่ม
4. การแสดงตามค่านิยมที่ยึดถือ (Characterization by a value or value complex)

กระบวนการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้ (พัชนี วรกวิน. 2522 : 70-72)

1. การเอาใจใส่ เป็นความสนใจ ใส่ใจในการรับฟัง ถ้าบุคคลไม่ให้ความสนใจ กระบวนการขั้นต่อไปก็จะไม่เกิดขึ้นและไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติ สิ่งซึ่งทำให้คนสนใจฟังและเอาใจใส่ ได้แก่ ผู้ส่งความและเนื้อหาสาระนั้น ๆ
2. ความเข้าใจ เป็นความเข้าใจในความหมายของเนื้อหา นั้น ๆ เนื้อหาที่ยากหรือง่ายเกินไปจะทำให้ผู้ฟังไม่สนใจและไม่เข้าใจ
3. การยอมรับ เป็นผลจากข้อ 1 และ ข้อ 2 หากบุคคลตั้งใจฟัง เกิดความเข้าใจก็จะทำให้เกิดการยอมรับตามมา
4. การเก็บเอาไว้ เป็นความคงทนหรือความจำที่เก็บไว้ระยะหนึ่งเมื่อเวลาผ่านไป อาจเปลี่ยนไปหรือคงอยู่ เรื่องราวใดที่มีความสำคัญจะทำให้จำได้นาน หรือการสื่อสารที่ดึงดูดความสนใจแก่ผู้รับโดยการเสนอบ่อย ๆ จะทำให้จำได้นาน
5. การกระทำ บุคคลเมื่อมีการเปลี่ยนเจตคติก็จะเปลี่ยนการกระทำด้วย เพื่อแสดงถึงการมีเจตคตินั้น ๆ

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์ (2527 : 66) กล่าวว่า การวัดเจตคติมีวิธีการวัดต่าง ๆ ดังนี้คือ

1. สังเกตจากพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเป็นวิธีการที่ทำได้ยาก ผลลัพธ์ที่ได้ยังไม่อาจจะสรุปได้แน่นอนว่าเป็นเจตคติ เพียงแต่นำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตไปอนุมานว่าบุคคลนั้นมีเจตคติต่อสิ่งนั้น ๆ เป็นอย่างไร

2. วิธีการรายงานด้วยคำพูด โดยใช้แบบสอบถามหรือการสัมภาษณ์ เป็นวิธีการวัด เจตคติแบบปรนัยแบบหนึ่ง ซึ่งเป็นวิธีที่นิยมใช้และใช้ศึกษาเปรียบเทียบได้กับบุคคลจำนวนมาก อีกด้วย

3. วิธีการแปลความ เป็นวิธีการวัดเจตคติแบบอัตนัย เหมาะสำหรับใช้วัดบุคคล จำนวนน้อย ซึ่งต้องอาศัยเวลามากในการวัด ผู้ถูกวัดจะแสดงความรู้สึกนึกคิดที่จะตอบคำถาม ได้อย่างไม่ถูกจำกัดในด้านเวลาและขอบเขตของเนื้อหา

เจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน

จากการศึกษาของโฟลีย์ (Foley. 1979 : 13-17) พบว่าเจตคติอยู่ระหว่างความรู้และการนำไปใช้ในการปฏิบัติ ซึ่งแสดงออกมาในรูปของความรู้สึกในทางบวก ทางลบ และความรู้สึกที่อยู่ระหว่างทางบวกและทางลบ คือความรู้สึกไม่แน่ใจ รู้สึกเฉยๆ ซึ่งอยู่ในระดับที่ แตกต่างกันออกไปของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อม การกระทำ ความคิด และสถานการณ์นั้น ต่างๆกันอันเป็นผลมาจากประสบการณ์ ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และการเรียนรู้ เช่น เจตคติเกี่ยวกับความรู้สึกชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับอาหาร ซึ่งจะมีประโยชน์ในการศึกษาสาเหตุ ของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีผลต่อภาวะโภชนาการ

นอกจากนี้ กิฟ (Giffit. 1972 : 200) ยังพบว่าเจตคติยังสามารถทำนายพฤติกรรมกรรมการ บริโภคอาหารได้ และมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งทั้งเจตคติและ พฤติกรรมอาจเกิดจากการเลียนแบบคนอื่น ๆ แล้วนำมาปฏิบัติตามทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เจตคติและพฤติกรรมที่แท้จริง โดยที่เจตคติและของของเราเป็นอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับความรู้ที่มี อยู่ ถ้าผู้ใดมีความรู้ดีเจตคติต่อสิ่งนั้นก็จะต้องและดีตามไปด้วย เมื่อเจตคติดีแล้วแนวโน้มที่จะ ส่งเสริมให้ผู้นั้นแสดงพฤติกรรมไปในทางดีจะมีมากขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

งานวิจัยในต่างประเทศ

ซาร์เจนท์ (Sargent. 1994 : 263-269) ได้รวบรวมผลการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภค ของวัยรุ่น ในเซาท์แคโรไลนา ศึกษาแก่นักเรียนระดับ 9-12 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง พบว่าเพศชายร้อยละ 53.30 และเพศหญิงร้อยละ 57.60 ไม่บริโภคผลไม้ เพศชายร้อยละ 74.00 เพศหญิงร้อยละ 76.10 ไม่บริโภคสลัดผักใบเขียว เพศหญิงร้อยละ 59.30 ไม่บริโภค อาหารที่ทำจากผัก และร้อยละ 55.50 ไม่ดื่มน้ำผลไม้ เพศชายร้อยละ 56.00 บริโภค แอมเบอร์เกอร์ ฮีทดอก หรือไส้กรอก 1-2 ครั้ง เพศชายร้อยละ 67.00 และเพศหญิงร้อยละ 62.00 บริโภคเฟรนฟรายด์หรือมันฝรั่ง 1 ครั้งหรือมากกว่านั้น เพศชายร้อยละ 65.50 และ เพศหญิงร้อยละ 64.70 บริโภคคุกกี้ โดนัท พายหรือเค้ก

คูแซตติส (Cusatis. 1995 : 325) ทำการศึกษาเรื่องอิทธิพลของปัจจัยทางสังคม จิตวิทยาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและหญิง ส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยที่ชอบรับประทานอาหารมื้อหลัก และอาหารว่างจากบ้าน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของตนเอง ความพร้อมของครอบครัว และจำนวนมื้ออาหารของครอบครัว โดยที่นักเรียนชายมีกิจกรรมการออกกำลังกายร่วมด้วย ส่วนนิสัยการบริโภคเกี่ยวกับไขมัน น้ำตาล และความถี่ในการบริโภคอาหารระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยที่แตกต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นแตกต่างกัน

เจกเนอพลสกี (Jekanowski. 1998 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเรื่องความต้องการอาหารฟาสต์ฟู้ดในเขตชุมชนเมืองใหญ่และย่านธุรกิจ พบว่า ในสหรัฐอเมริกามีการรับประทานอาหารนอกบ้านค่อนข้างสูง และการเพิ่มขึ้นของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด มีผลโดยตรงต่อการเพิ่มการบริโภค

ศิริธร ชัยภูพิพัฒน์ (อัครฤทธิ์ หอมประเสริฐ. 2543 ; อ้างอิงจาก Chaipoopirutana. 1998 : 157) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณภาพในด้านการบริการระหว่างประเทศสหรัฐอเมริกาและประเทศไทย ตัวแปรที่ทำการศึกษาคือ อายุ รายได้ และระดับการศึกษาของชาวอเมริกันจำนวน 219 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างจากร้านพิซซา ฮัท จำนวน 5 ร้าน ที่ตั้งอยู่ในมลรัฐฟลอริดา และชาวไทยจำนวน 217 คน จากการสุ่มตัวอย่างจากร้านพิซซา ฮัท จำนวน 5 ร้านที่ตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยใช้การเปรียบเทียบค่าของแบบสำรวจทั้ง 2 ประเทศ พบว่ามีความแตกต่างในเรื่องของความคาดหวังและการรับรู้คุณภาพการบริการของกลุ่มตัวอย่าง ยกเว้นกลุ่มที่มีรายได้และการศึกษาสูง ของประชากรทั้งผู้บริโภชาวอเมริกันและชาวไทย แสดงว่าแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อการคาดหวังและการรับรู้คุณภาพของการบริการ

งานวิจัยในประเทศไทย

รัชณี ยนต์นิยม (2530 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ทศนคติของนักศึกษาที่มีต่อกิจการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่านักศึกษาร้อยละ 95 เคยใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร ส่วนประกอบของร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ชอบรับประทานมากที่สุด คือ ไก่ทอด รองลงมา ได้แก่ โดนัทและแฮมเบอร์เกอร์ เครื่องดื่มที่นักศึกษาชอบมากที่สุด คือ น้ำอัดลม รองลงมา ได้แก่ น้ำผลไม้ น้ำหวาน และชา กาแฟ สำหรับเหตุผลที่นักศึกษาไปใช้บริการที่ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่า ใช้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่นัดพบ รองลงมา คือ เพื่อนชวนและต้องการเปลี่ยนรสชาติอาหาร

กุลขลิ ทันจิตต์ (2533 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าผู้บริโภคเป็นชายและหญิงจำนวนใกล้เคียงกัน มีอายุอยู่ในช่วง 12-23 ปี ระดับการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีสถานภาพโสด อาชีพส่วนใหญ่เป็นนักเรียน นักศึกษา มีรายได้ในช่วง 1,000 ถึง 2,500 บาท และใช้บริการร้านแมคโดนัลด์ประเภทของอาหารที่ชอบมากที่สุด คือ ไก่ทอด เครื่องดื่มที่ชอบมากที่สุด คือ น้ำอัดลม ผู้บริโภคส่วนใหญ่ชอบร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด เนื่องจากชอบสถานที่ และความสะดวกในการรับบริการ สื่อที่ทำให้ผู้บริโภครู้จักร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมากที่สุด คือ โทรทัศน์ รองลงมา คือ ป้ายโฆษณา และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้บริการตราไก่ฟาสต์ฟู้ดได้เป็นประจำ ได้แก่ มีสาขา มาก ทำเลที่ตั้งสะดวกต่อการเดินทาง

ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ และวิชัย หฤทัยพนาสันต์ (2537 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร เป็นชาย 573 คน และ หญิง 730 คน พบว่าเด็กนักเรียนชายอ้วนร้อยละ 1.6 เด็กนักเรียนหญิงร้อยละ 1.1 ในกลุ่มนักเรียน นักศึกษา อายุ 15-20 ปี และ 21-25 ปี ใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดถึงร้อยละ 52 และ 58 ตามลำดับ และนิยมบริโภคอาหารประเภทโดนัทมากที่สุด รองลงมา คือ ร้านอาหารที่มีไก่ทอด สเต็ก พิซซ่า

สมฤดี วีระพงษ์ (2535 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีกnowledgeและการปฏิบัติในการบริโภคอาหารด่วนทันใจอยู่ในระดับพอใช้ ส่วนเจตคติอยู่ในระดับค่อนข้างดี ตัวแปรที่มีผลต่อการปฏิบัติ คือ อาชีพ และฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง

ชไมพร ยนต์นิยม (2539 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบคุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน โรงเรียนเซนต์จอร์จส์และโรงเรียนสาธิตวัดพระศรีมหาธาตุวิทยาลัยครูพระนคร อายุ 16-19 ปี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชายที่บริโภคอาหารจานด่วน 2 วัน ได้รับสารอาหารไขมัน วิตามิน บี 1, บี 2 และโคเลสเตอรอลมากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรตน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนกลุ่มนักเรียนหญิงที่บริโภคอาหารจานด่วน 2 วัน ได้รับพลังงานและสารอาหารไขมันมากกว่า และได้รับคาร์โบไฮเดรต เหล็ก วิตามินเอ วิตามินซี ในอาซีน และเส้นใยอาหารน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่บริโภคอาหารจานด่วนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิตินอกจากนี้ยังพบว่าเด็กวัยรุ่นที่มาจากรอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจจะระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูงมีการบริโภคอาหารที่มีไขมันและโคเลสเตอรอลในปริมาณมาก และมีเส้นใยอาหารน้อยแม้จะไม่ได้บริโภคอาหารจานด่วนก็ตาม

นิภา นิรุตติกุล (2541 : 59-64) ได้ทำการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร พบว่าร้านฟาสต์ฟู้ดที่ผู้บริโภคใช้บริการบ่อย ได้แก่ เคเอฟซี ประเภทอาหารฟาสต์ฟู้ดที่เป็นที่นิยม ได้แก่ อาหารประเภทไก่ เครื่องดื่มที่นิยมมาก

ที่สุด ได้แก่ น้ำอัดลม บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกร้าน คือ ตัวเองและมีความคิดเห็นว่าการโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการใช้บริการในระดับปานกลาง

วิธี แจ่มกระจ่าง (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่าปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ เพศ เงินค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับ และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ปัจจัยทางด้านครอบครัว ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา ปัจจัยทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ลักษณะการจูงใจของอาหารจานด่วนด้านคุณลักษณะของอาหาร ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ด้านราคาของอาหารและอิทธิพลของสื่อโฆษณา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

สร้อยญา ทรัพย์อัประโมย (2542 : 36-37) ได้ทำการศึกษา เรื่องการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนครปฐม พบว่าผู้บริโภคส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 16-25 ปี มีการศึกษาระดับปริญญาตรี มีสภาพโสด ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษา มีรายได้ไม่เกิน 4,000 บาทต่อเดือน รู้จักอาหารฟาสต์ฟู้ดครั้งแรกจากสื่อโทรทัศน์ และตราสินค้าที่ผู้บริโภคใช้เป็นประจำ ได้แก่ เคเอฟซี

จากที่ผู้วิจัยได้มีการศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนทั้งต่างประเทศ และในประเทศ พบว่า การบริโภคอาหารจานด่วนส่วนใหญ่เกิดจากเด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง อาหารจานด่วนส่วนใหญ่จะเป็นอาหารประเภทตามสั่ง เป็นอาหารที่ได้รับบริการอย่างรวดเร็ว และทันกับความต้องการของเด็กวัยรุ่น และที่สำคัญสะดวก ประหยัดเวลา อาหารจานด่วนมีคุณค่าสารอาหารไม่เพียงพอับความต้องการของร่างกายเด็กวัยรุ่น และส่งผลเสียต่อสุขภาพทำให้เกิดปัญหาโภชนาการ และจากการศึกษาพบว่า ในปัจจุบันผู้ประกอบการปลูกฝังในเรื่องของการบริโภคอาหารที่ถูกต้องให้แก่เด็ก ทั้งนี้เป็นเพราะผู้ประกอบการไม่มีเวลาว่างในการอบรมสั่งสอน เนื่องจากต้องทำงานแข่งกับเวลาในการหาเลี้ยงครอบครัว ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้เด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง และที่สำคัญเด็กวัยรุ่นขาดความรู้ ความเข้าใจ และมีเจตคติที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน จึงทำให้เด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่

ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสม ฉะนั้นถ้าหากวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องและเหมาะสม ก็จะทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีจิตใจแจ่มใส สมองปลอดโปร่ง ไม่เจ็บป่วยได้ง่าย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางในการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
 - 2.1 ลักษณะของเครื่องมือ
 - 2.2 ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ
 - 2.3 การหาคุณภาพเครื่องมือ
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำ และการวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ เป็นเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง ในเขตกรุงเทพมหานคร จากการที่ผู้วิจัยได้ไปสังเกตและสอบถามพนักงานจากร้านอาหารจานด่วน พบว่าในวันจันทร์ถึงศุกร์มีลูกค้า ประมาณ 250 คนต่อวัน วันเสาร์ อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ มีลูกค้าประมาณ 350 คนต่อวัน จากข้อมูลดังกล่าวคาดว่าจำนวนประชากรมีประมาณ 7,800 คนต่อเดือน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นเด็กวัยรุ่นที่รับประทานอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียงในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 360 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการคำนวณของยามาเน่ (Yamane. 1967 : 886) และได้มาโดยการเลือกแบบหลายขั้นตอน (Multistage Sampling)

สูตร

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

เมื่อ n แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
N แทน	จำนวนประชากร
e แทน	ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ โดยกำหนดให้เท่ากับ 0.05

จากการคำนวณได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 360 คน ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการเลือกแบบหลายขั้นตอน (Multistage Sampling) โดยการเลือกเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่เข้ามารับประทานอาหารเช้าจนด่วนที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง และตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในโดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างได้ดังนี้

1. จากการแบ่งสภาพชุมชนของกึ่งเมือง กรุงเทพมหานคร ออกเป็น 3 กลุ่มคือ กรุงเทพมหานครชั้นใน กรุงเทพมหานครชั้นกลาง และกรุงเทพมหานครชั้นนอก โดยใช้การสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ดังนี้

1.1 กรุงเทพมหานครชั้นในหรือเขตเมือง มี 15 เขต ประกอบด้วย เขตพระนคร ป้อมปราบศัตรูพ่าย สัมพันธวงศ์ ปทุมวัน ธนบุรี คลองสาน บางรัก บางกอกใหญ่ ดุสิต บางซื่อ เขตพญาไท ราชเทวี ห้วยขวาง ดินแดง สะพานสูง

1.2 กรุงเทพมหานครชั้นกลางมี 20 เขต ประกอบด้วย เขตยานนาวา สาทร บางคอแหลม บางกอกน้อย บางพลัด ภาษีเจริญ พระโขนง คลองเตย ประเวศ สวนหลวง บางเขน ดอนเมือง จตุจักร บางกะปิ ลาดพร้าว บึงกุ่ม หลักสี่ สายไหม วัฒนา วังทองหลาง

1.3 กรุงเทพมหานครชั้นนอกหรือเขตชานเมืองมี 15 เขต ประกอบด้วย เขตหนองจอก มีนบุรี ลาดกระบัง บางขุนเทียน จอมทอง ตลิ่งชัน ราษฎร์บูรณะ หนองแขม คลองสามวา คันนายาว ทุ่งครุ บางนา บางบอน บางแค และทวีวัฒนา

2. ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยวิธีการจับฉลากสุ่มเขตการปกครองมาชั้นละ 2 เขตจาก 3 ชั้นการปกครอง ได้ 6 เขต ได้แก่ เขตปทุมวัน เขตพญาไท เขตจตุจักร เขตบางกะปิ เขตราษฎร์บูรณะ เขตบางแค

3. ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยสุ่มห้างสรรพสินค้าที่มีอยู่ในแต่ละเขตมาเขตละ 1 แห่ง

4. เลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยการเลือกเด็กวัยรุ่นที่ออกจากร้านอาหารจนด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้า แห่งละ 60 คนโดยวิธีการเลือกแบบบังเอิญ (Accidental sampling) ได้จำนวนทั้งหมด 360 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่น อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ซึ่งมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นคำถามให้เลือกตอบ แต่ละข้อมี 4 ตัวเลือก

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเพื่อวัดเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert มี 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ คือ จริงที่สุด ค่อนข้างจะจริง ไม่ค่อยจะจริง ไม่จริงเลย แบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูของ นงนุช โรจนเลิศ (นงนุช โรจนเลิศ. 2533 : 124) มาปรับปรุงใหม่

ตอนที่ 5 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้ศึกษาค้นคว้าดำเนินการสร้างแบบสอบถาม และแบบทดสอบดังต่อไปนี้

1. ศึกษาทฤษฎีและแนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยรุ่น จากเอกสารและงานศึกษาค้นคว้าที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร

2. ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำรา เอกสาร และงานศึกษาค้นคว้าที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เพื่อนำมาปรับปรุงและสร้างแบบสอบถาม

3. สร้างแบบสอบถามตามหลักเกณฑ์ให้ครอบคลุมเนื้อหา โดยศึกษาจากแบบสอบถามและแบบทดสอบต่าง ๆ ที่มีลักษณะใกล้เคียง ได้แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน จำนวน 35 ข้อ แบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน จำนวน 30 ข้อ แบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะการอบรมเลี้ยงดู จำนวน 30 ข้อ และแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน จำนวน 35 ข้อ

4. นำแบบทดสอบและแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ได้แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนจำนวน 30 ข้อ แบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน

จำนวน 25 ข้อ แบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะการอบรมเลี้ยงดู จำนวน 24 ข้อ และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน จำนวน 30 ข้อ

5. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดสอบ (Try out) กับเด็กวัยรุ่นในเขตอื่นที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาคุณภาพเครื่องมือ

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลความหมาย

1. แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มีลักษณะคำถามเป็นปรนัยมีเกณฑ์ให้คะแนนคือ ตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน

การแปลความหมายคะแนนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้ (ประคอง กรรณสูตร. 2539 : 77)

ร้อยละของคะแนนมากกว่า 80	หมายถึง	มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับดี
ร้อยละของคะแนน 50.00-80.00	หมายถึง	มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลาง
ร้อยละของคะแนนน้อยกว่า 50	หมายถึง	มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับไม่ดี

2. แบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งมีทั้งข้อความที่แสดงลักษณะทางบวก และทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

	มีเจตคติทางลบ ต่ออาหารจานด่วน	มีเจตคติทางบวก ต่ออาหารจานด่วน
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

การแปลความหมายของคะแนนเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนแบ่งออกเป็น 3 ระดับ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 9)

ค่าเฉลี่ย	3.67 – 5.00	หมายถึง	เจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนระดับดี
ค่าเฉลี่ย	2.34 – 3.66	หมายถึง	เจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย	1.00 – 2.33	หมายถึง	เจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนระดับไม่ดี

3. แบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ผู้วิจัยได้มีการแบ่งออกเป็น 3 แบบ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มี 8 ข้อ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มี 8 ข้อ และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มี 8 ข้อ ซึ่งมีทั้งข้อความที่แสดงลักษณะทางบวก และทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริงที่สุด	3	0
ค่อนข้างจริง	2	1
ไม่ค่อยจะจริง	1	2
ไม่จริงเลย	0	3

แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็น 3 ตอน รวมทั้งหมด 24 ข้อ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19 และ 22
2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20 และ 23
3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21 และ 24

เกณฑ์การวัดการอบรมเลี้ยงดู หากคะแนนของการอบรมเลี้ยงดูแบบใดได้คะแนนมาก ให้ถือว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนั้น

4. แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีทั้งข้อความที่แสดงลักษณะทางบวก และทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

	หลีกเลี่ยงการรับประทาน อาหารจานด่วน	การรับประทาน อาหารจานด่วน
ปฏิบัติเป็นประจำ	2	0
ปฏิบัติบางครั้ง	1	1
ไม่เคยปฏิบัติ	0	2

การแปลความหมายของคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยมีหลักเกณฑ์ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 10)

ค่าเฉลี่ย 1.34 – 2.00 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนระดับน้อย คือ ต่ำกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์

ค่าเฉลี่ย 0.67 – 1.33 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลาง คือ 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์

ค่าเฉลี่ย 0.00 – 0.66 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนระดับมาก คือ มากกว่า 4 ครั้งต่อสัปดาห์

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการหาคุณภาพของเครื่องมือ ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content validity)

1.1 นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้วให้ประธานและคณะกรรมการควบคุมปริญญาบัตรตรวจสอบ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.2 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขเสร็จแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร โดยอาศัยดุลยพินิจของผู้เชี่ยวชาญพิจารณาเป็นรายข้อว่า แต่ละข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องกับลักษณะเฉพาะกลุ่มพฤติกรรมโดยใช้เกณฑ์กำหนดคะแนน ดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 117)

+1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องตามจุดประสงค์ที่ต้องการ

0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องตามจุดประสงค์ที่ต้องการนั้นหรือไม่

-1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้องตามจุดประสงค์ที่ต้องการนั้น นำผลการพิจารณาความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ในแต่ละข้อนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามโดยใช้สูตร IC โดยเลือกข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับหรือมากกว่า .50 ขึ้นไป เป็นแบบสอบถามที่นำไปทดลองใช้

1.3 นำแบบสอบถามและแบบทดสอบที่ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขใหม่

1.4 นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับเด็กวัยรุ่นในเขตพื้นที่อื่น ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาคุณภาพเครื่องมือ

1.5 นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้มาตรวจให้คะแนน และทำการวิเคราะห์หาคุณภาพของเครื่องมือ

2. นำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มาหาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

2.1 นำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมาหาค่าความยากง่าย โดยหาสัดส่วนระหว่างจำนวนผู้ที่ตอบถูกในแต่ละข้อกับจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด และเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 30 ข้อ จาก 35 ข้อ มีความยากง่ายระหว่าง 0.28-0.94 โดยให้ข้อ คำถามครอบคลุมเนื้อหาทั้งหมด

2.2 นำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน โดยหาค่าสัมพันธ์แบบพอยต์ไบซีเรียล (Point biserial correlation) ของคะแนนรายข้อ กับคะแนนรวมทั้งฉบับ ได้เลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 30 ข้อ จาก 35 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.14-0.71 สำหรับข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกต่ำกว่า 0.20 ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงภาษาที่ใช้แล้วเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโทตรวจสอบก่อนนำไปเก็บข้อมูลจริง

2.3 นำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้ สูตร KR_{20} ของคูเดอร์ริชาร์ดสัน (Kuder-richardson formula 20) มีค่าความเชื่อมั่น 0.8609

3. นำแบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน มาหาค่าคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

3.1 แบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน มาหาค่าอำนาจจำแนก โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อและคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item to total correlation) (สูนีย์ รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117-118) และคัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 25 ข้อ จาก 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.14-0.63 สำหรับข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกต่ำกว่า 0.20 ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงภาษาที่ใช้แล้วเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโทตรวจสอบก่อนนำไปเก็บข้อมูลจริง

3.2 นำแบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน มาหาความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient) มีค่าความเชื่อมั่น 0.7916

4. นำแบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู นำมาหาค่าคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

4.1 แบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู มาหาค่าอำนาจจำแนก โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อและคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item to total correlation) (สูนีย์ รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117-118) และคัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 24 ข้อ จาก 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.19-0.60

4.2 นำแบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู มาหาความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient) มีค่าความเชื่อมั่น 0.8445

5. นำแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน นำมาหาค่าคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

5.1 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน นำมาหาค่าอำนาจจำแนก โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อและคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item to total correlation) (สูนีย์ รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117-118) และคัดเลือกข้อคำถามไว้จำนวน 30 ข้อ จาก 35 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.15-0.67

5.2 นำแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มาหาความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient) มีค่าความเชื่อมั่น 0.8846

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยดำเนินการแจกแบบสอบถามและเก็บแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยขอความร่วมมือกับเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วน และใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมแบบสอบถาม 2 เดือน คือ ระหว่างวันที่ 1 พฤศจิกายน 2547 ถึง 30 ธันวาคม 2547
2. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกฉบับ แล้วนำไปวิเคราะห์ผลต่อไป

การจัดกระทำกับข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ และในการทดสอบสมมติฐานครั้งนี้ยอมรับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับต่อไปนี้

1. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม และคัดเลือกแบบสอบถามที่สมบูรณ์ นำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนข้อคำถามในแต่ละข้อตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนดไว้
2. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าร้อยละ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน จำแนกตาม เพศ และเจตคติ โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐาน ข้อ 1 และ 9
4. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยที่มีตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม ใช้การทดสอบแบบวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One-way analysis of variance) หรือทดสอบค่าเอฟ (F-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2, 3, 4, 5, 6, 7 และ 8 ถ้าพบว่าข้อใดมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของเชฟเฟ (Scheffe' test)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 หาค่าร้อยละ โดยใช้สูตร (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538 : 59)

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

- เมื่อ P แทน ค่าร้อยละ
 f แทน ค่าความถี่ที่ต้องการแปลให้เป็นร้อยละ
 n แทน ค่าจำนวนความถี่ทั้งหมด

1.2 หาค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 40)

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

- เมื่อ \bar{X} แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย
 $\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
 n แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

1.3 หาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 74)

$$s = \sqrt{\frac{n \sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

- เมื่อ S แทน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
 $\sum X^2$ แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
 $(\sum X)^2$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
 n แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่

2.1 การตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยใช้ในสูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 117) ดังนี้

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

- เมื่อ IC แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ที่ต้องการ
 $\sum R$ แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเนื้อหาทั้งหมด
 N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

2.2 การวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก

2.2.1 หาค่าอำนาจจำแนก(r) ของแบบทดสอบความรู้ โดยใช้สูตร (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 119)

$$r_{pbis} = \frac{\overline{Y_p} - \overline{Y_q}}{S_y \sqrt{pq}}$$

- เมื่อ r_{pbis} แทน ดัชนีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบพอยต์ไบซีเรียล
 $\overline{Y_p}$ แทนค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมของกลุ่มที่ตอบข้อนั้นถูก
 $\overline{Y_q}$ แทนค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมของกลุ่มที่ตอบข้อนั้นผิด
 S_y ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนรวมทั้งหมด
 p แทนค่าความยากของข้อสอบนั้น (สัดส่วนของผู้ที่ตอบข้อนั้นถูก)
 q แทนค่า (1-p) ซึ่งคือสัดส่วนของผู้ที่ตอบข้อนั้นผิด

2.2.2 วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหาร जानद्वान แบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร जानद्वान โดยวิธีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ โดยใช้สูตร (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117)

$$r_{xy} = \frac{n\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2][n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

- เมื่อ r_{xy} แทน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร X กับ Y
 $\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนรายข้อ
 $\sum Y$ แทน ผลรวมของคะแนนรวม
 $\sum X^2$ แทน ผลรวมของกำลังสองของคะแนน X
 $\sum Y^2$ แทน ผลรวมของกำลังสองของคะแนน Y
 $\sum XY$ แทน ผลรวมของผลคูณกำลังสองของคะแนน X กับ Y
 n แทน จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม

2.3 การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

2.3.1 การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบความรู้ โดยใช้สูตร KR₂₀ (Kuder Richardson formular 20)

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

เมื่อ r_{tt} แทน ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
 n แทน จำนวนข้อในแบบทดสอบ
 p แทน ค่าความยากของข้อสอบแต่ละข้อ (สัดส่วนของคนทำถูก)
 q แทน $1-p$ (สัดส่วนของคนทำผิด)
 S_t^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนทั้งหมด

2.3.2 การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถามเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วน แบบสอบถามลักษณะการอบรมเลี้ยงดู แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient) ใช้วิธีของครอนบัต (Cronbach) โดยใช้สูตร (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538 : 200)

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

เมื่อ α แทน ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ
 n แทน จำนวนข้อสอบของแบบสอบถาม
 S_i^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
 S_t^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนรวมทั้งฉบับ
 $\sum S_i^2$ แทน ผลรวมของค่าความแปรปรวนรายข้อ

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ที่เป็นอิสระจากกัน โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 1 และ 9 โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 117)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

$$dt = \frac{\left[\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} \right]^2}{\left[\frac{S_1^2}{n_1} \right]^2 + \left[\frac{S_2^2}{n_2} \right]^2}$$

$$\frac{df}{n_1 - 1} + \frac{df}{n_2 - 1}$$

เมื่อ t แทน ค่าใช้พิจารณาใน t - distribution
 \bar{X}_1 \bar{X}_2 แทน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2
 S_1^2 S_2^2 แทน ค่าความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มตัวอย่างที่ 1
 n_1 n_2 แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2
 df แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)

3.2 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม
 ขึ้นไป โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One – Way analysis of variance)
 เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 2, 3, 4, 5, 6, 7 และ 8 โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2541 : 232-
 236)

$$F = \frac{MS_B}{MS_w}$$

เมื่อ F แทน ค่าใช้พิจารณาใน F -distribution
 MS_B แทน ค่าเฉลี่ยของผลบวกยกกำลังสองระหว่างกลุ่ม
 MS_w แทน ค่าเฉลี่ยของผลบวกยกกำลังสองภายในกลุ่ม

ถ้าการทดสอบพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะทดสอบ
 ความแตกต่างระหว่างคะแนนเป็นรายคู่ โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe' test) โดยใช้สูตร (ชูศรี
 วงศ์รัตน์. 2541 : 248)

$$CV_d = \sqrt{(k-1)(F^*)(MS_{within}) \left[\frac{1}{n_i} - \frac{1}{n_j} \right]}$$

เมื่อ	k	แทนจำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	F^*	แทน ค่า F ที่เปิดจากตาราง (Critical value)
	MS_{within}	แทน ค่า Mean square within group ที่คำนวณไว้แล้วในการ การวิเคราะห์ความแปรปรวน
	n_i, n_j	แทนจำนวนหน่วยตัวอย่างในแต่ละกลุ่มตัวอย่าง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

n	แทน	จำนวนคนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์การแจกแจงแบบที (t-distribution)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์การแจกแจงแบบเอฟ (F-distribution)
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Sum of square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกของคะแนนยกกำลังสอง (Mean of square)
p	แทน	ค่าความน่าจะเป็น (Probability)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ส่วนในการทดสอบสมมติฐานครั้งนี้ผู้วิจัยยอมรับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance หรือ F-test) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตาราง 3 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	135	37.50
	หญิง	225	62.50
	รวม	360	100.00
	<hr/>		
อายุ	10-12 ปี	54	15.00
	13-16 ปี	179	49.72
	17-21 ปี	127	35.28
	รวม	360	100.00
	<hr/>		
ระดับการศึกษา	ต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษา	36	10.00
	ระดับมัธยมศึกษา	273	75.83
	ระดับอุดมศึกษาขึ้นไป	51	14.17
	รวม	360	100.00
	<hr/>		
รายได้เฉลี่ยต่อวัน	น้อยกว่า 50 บาท	76	21.11
	50-100 บาท	170	47.22
	101-200 บาท	52	14.45
	มากกว่า 200 บาทขึ้นไป	62	17.22
	รวม	360	100.00
	<hr/>		

ตาราง 3 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพของผู้ปกครอง		
รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	136	37.78
พนักงานบริษัทเอกชน	50	13.89
เกษตรกรรวม	53	14.72
รับจ้างทั่วไป	36	10.00
ค้าขาย	71	19.72
อื่น ๆ	14	3.89
รวม	360	100.00
สื่อโฆษณา		
หนังสือพิมพ์และสิ่งตีพิมพ์ต่าง ๆ	57	15.83
วิทยุ	10	2.78
โทรทัศน์	257	71.39
ป้ายโฆษณา	36	10.00
รวม	360	100.00

จากตาราง 3 แสดงว่า

1. เพศ

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 62.50 และเป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 37.50

2. อายุ

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีอายุ 13-16 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.72 รองลงมามีอายุ 17-21 ปี คิดเป็นร้อยละ 35.28 และมีอายุ 10-12 ปี น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 15.00

3. ระดับการศึกษา

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.83 รองลงมามีระดับการศึกษาดูมศึกษาขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 14.17 และมีระดับการศึกษาต่ำกว่ามัธยมศึกษา น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.00

4. รายได้เฉลี่ยต่อวัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อวัน 50-100 บาท มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.22 รองลงมา มีรายได้ต่ำกว่า 50 บาท คิดเป็นร้อยละ 21.11 มีรายได้มากกว่า 200 บาทขึ้นไป น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 17.22 และมีรายได้ 101-200 บาท น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 14.45

5. อาชีพของผู้ปกครอง

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.78 รองลงมา มีอาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 19.72 อาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 14.72 อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน คิดเป็นร้อยละ 13.89 อาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 10.00 และมีอาชีพอื่นๆ น้อยที่สุด ได้แก่ แม่บ้าน พ่อบ้าน ไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 3.89

6. สื่อโฆษณา

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อโฆษณาโทรทัศน์ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.39 รองลงมา ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อโฆษณาหนังสือพิมพ์และสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 15.83 จากป้ายโฆษณา คิดเป็นร้อยละ 10.00 และจากวิทยุ น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.78

ตาราง 4 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

ตัวแปรที่ศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
การอบรมเลี้ยงดู		
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	152	42.20
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน	73	20.30
การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย	135	37.50
รวม	360	100.00
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน		
ระดับดี	95	26.39
ระดับปานกลาง	232	64.44
ระดับไม่ดี	33	9.17
รวม	360	100.00

ตาราง 4 (ต่อ)

ตัวแปรที่ศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน		
ระดับดี	121	33.61
ระดับปานกลาง	239	66.39
รวม	360	100.00
พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน		
ระดับดี	55	15.28
ระดับปานกลาง	298	82.78
ระดับไม่ดี	7	1.94
รวม	360	100.00

จากตาราง 4 แสดงว่า

1. ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู

เด็กวัยรุ่น ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย คิดเป็นร้อยละ 42.20 รองลงมา มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย คิดเป็นร้อยละ 37.50 และมีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน คิดเป็นร้อยละ 20.30

2. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

เด็กวัยรุ่น ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 64.44 รองลงมา มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 26.39 และมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับไม่ดี คิดเป็นร้อยละ 9.17

3. เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

เด็กวัยรุ่น ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 66.39 และมีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 33.61

4. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

เด็กวัยรุ่น ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 82.78 รองลงมา มีพฤติกรรมการ

บริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 15.28 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับไม่ดี คิดเป็นร้อยละ 1.94

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance หรือ F-test) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

ตาราง 5 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปร เพศ และเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

เพศ	n	X	S	t	p
ชาย	135	1.10	0.23	0.120	0.904
หญิง	225	1.10	0.26		

จากตาราง 5 แสดงว่า เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

ตาราง 6 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน	n	X	S	t	p
ระดับดี	121	1.23	0.28	7.070*	0.000
ระดับปานกลาง	239	1.04	0.21		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 แสดงว่า เด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยวัยรุ่นที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนระดับดี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนดีกว่าวัยรุ่นที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

ตาราง 7 จำนวน คะแนนเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ตัวแปร	n	X	S	ระดับพฤติกรรม
อายุ				
10-12 ปี	54	1.02	0.21	ปานกลาง
13-16 ปี	179	1.12	0.23	ปานกลาง
17-21 ปี	127	1.10	0.30	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง
ระดับการศึกษา				
ต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษา	36	1.09	0.27	ปานกลาง
ระดับมัธยมศึกษา	273	1.09	0.25	ปานกลาง
ระดับอุดมศึกษาขึ้นไป	51	1.18	0.25	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง
รายได้ของวัยรุ่น				
น้อยกว่า 50 บาท	76	1.15	0.19	ปานกลาง
50-100 บาท	170	1.10	0.29	ปานกลาง
101-200 บาท	52	1.04	0.25	ปานกลาง
มากกว่า 200 บาทขึ้นไป	62	1.10	0.22	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง

ตาราง 7 (ต่อ)

ตัวแปร	n	X	S	ระดับ พฤติกรรม
อาชีพผู้ปกครอง				
รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	136	1.16	0.23	ปานกลาง
พนักงานบริษัทเอกชน	50	1.04	0.22	ปานกลาง
เกษตรกรกรรม	53	1.03	0.19	ปานกลาง
รับจ้างทั่วไป	36	1.18	0.33	ปานกลาง
ค้าขาย	71	1.11	0.25	ปานกลาง
อื่นๆ	14	0.70	0.00	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง
สื่อโฆษณา				
หนังสือพิมพ์/สิ่งตีพิมพ์ต่างๆ	57	1.00	0.28	ปานกลาง
วิทยุ	10	1.14	0.21	ปานกลาง
โทรทัศน์	257	1.11	0.26	ปานกลาง
ป้ายโฆษณา	36	1.15	0.14	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง
ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู				
แบบประชาธิปไตย	152	1.12	0.28	ปานกลาง
แบบเข้มงวดกวดขัน	73	1.06	0.25	ปานกลาง
แบบปล่อยปละละเลย	135	1.10	0.22	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง
ความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วน				
ระดับดี	95	1.18	0.22	ปานกลาง
ระดับปานกลาง	232	1.08	0.26	ปานกลาง
ระดับไม่ดี	33	1.02	0.27	ปานกลาง
รวม	360	1.10	0.25	ปานกลาง

จากตาราง 7 แสดงว่า เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีอายุ 13-16 ปี มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.12$, $S = 0.23$) รองลงมา มีอายุ 17-21 ปี และมีอายุ 10-12 ปี ($X = 1.10$, $S = 0.30$, $X = 1.02$, $S = 0.21$ ตามลำดับ)

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีระดับการศึกษาอุดมศึกษาขึ้นไป มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.18$, $S = 0.25$) รองลงมาคือ มีระดับการศึกษาต่ำกว่ามัธยมศึกษา และมัธยมศึกษา ($X = 1.09$, $S = 0.27$, $X = 1.09$, $S = 0.25$ ตามลำดับ)

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร รายได้น้อยกว่า 50 บาท มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.15$, $S = 0.19$) รองลงมา คือ มีรายได้ 50-100 บาท รายได้มากกว่า 200 บาทขึ้นไป และรายได้ 101-200 บาท ($X = 1.10$, $S = 0.29$, $X = 1.10$, $S = 0.22$, $X = 1.04$, $S = 0.25$ ตามลำดับ)

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้างทั่วไปมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.18$, $S = 0.33$) รองลงมา คือ ผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ อาชีพค้าขาย พนักงานบริษัทเอกชน เกษตรกรรม และอื่นๆ ($X = 1.16$, $S = 0.23$, $X = 1.11$, $S = 0.25$, $X = 1.04$, $S = 0.22$, $X = 1.03$, $S = 0.19$, $X = 0.70$, $S = 0.00$ ตามลำดับ)

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อป้ายโฆษณา มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.15$, $S = 0.14$) รองลงมาคือ สื่อวิทยุ โทรทัศน์ และหนังสือพิมพ์และสิ่งพิมพ์ต่างๆ ($X = 1.14$, $S = 0.21$, $X = 1.11$, $S = 0.26$, $X = 1.00$, $S = 0.28$ ตามลำดับ)

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.12$, $S = 0.28$) รองลงมาคือ มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ($X = 1.10$, $S = 0.22$, $X = 1.06$, $S = 0.25$ ตามลำดับ)

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับดี มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ($X = 1.18$, $S = 0.22$) รองลงมาคือ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลางและระดับไม่ดี ($X = 1.08$, $S = 0.26$, $X = 1.02$, $S = 0.27$ ตามลำดับ)

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของคะแนนพฤติกรรมการบริโภค
อาหารจานด่วน ของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา รายได้
ของวัยรุ่น อาชีพผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการ
บริโภคอาหารจานด่วน

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
1. อายุ	ระหว่างกลุ่ม	2	0.433	0.217	3.450*	0.033
	ภายในกลุ่ม	357	22.423	0.063		
	รวม	359	22.856			
2. ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	2	0.371	0.185	2.944	0.054
	ภายในกลุ่ม	357	22.485	0.063		
	รวม	359	22.856			
3. รายได้ของวัยรุ่น	ระหว่างกลุ่ม	3	0.331	0.110	1.741	0.158
	ภายในกลุ่ม	356	22.525	0.063		
	รวม	359	22.856			
4. อาชีพผู้ปกครอง	ระหว่างกลุ่ม	5	3.331	0.666	12.077*	0.000
	ภายในกลุ่ม	354	19.525	0.055		
	รวม	359	22.856			
5. สื่อโฆษณา	ระหว่างกลุ่ม	3	0.694	0.231	3.716*	0.012
	ภายในกลุ่ม	356	22.162	0.062		
	รวม	359	22.856			
6. ลักษณะการ อบรมเลี้ยงดู	ระหว่างกลุ่ม	2	0.162	0.081	1.274*	0.281
	ภายในกลุ่ม	357	22.694	0.064		
	รวม	359	22.856			
7. ความรู้เกี่ยวกับ การบริโภคอาหาร จานด่วน	ระหว่างกลุ่ม	2	0.949	0.475	7.734*	0.001
	ภายในกลุ่ม	357	21.907	0.061		
	รวม	359	22.856			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 แสดงว่า เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 4 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อโฆษณาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 7 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 8 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

ตาราง 9 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ

อายุ		10-12 ปี	17-21 ปี	13-16 ปี
	X	1.02	1.10	1.12
10-12 ปี	1.02	-	0.08	0.10*
17-21 ปี	1.10		-	0.02
13-16 ปี	1.12			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 แสดงว่า เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 13-16 ปี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่า เด็กวัยรุ่นที่มีอายุ 10-12 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

ตาราง 10 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอาชีพของผู้ปกครอง

อาชีพผู้ปกครอง	อื่น ๆ	เกษตรกร	พนักงานบริษัทเอกชน	ค้าขาย	รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	รับจ้างทั่วไป
X	0.70	1.03	1.04	1.11	1.16	1.18
อื่น ๆ	0.70	-	0.33*	0.34*	0.41*	0.48*
เกษตรกร	1.03	-	0.01	0.08	0.13	0.15
พนักงานบริษัทเอกชน	1.04	-	-	0.07	0.12	0.14
ค้าขาย	1.11	-	-	-	0.05	0.07
รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	1.16	-	-	-	-	0.02
รับจ้างทั่วไป	1.18	-	-	-	-	-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 แสดงว่า เด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ที่ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้างทั่วไป อาชีพรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ อาชีพค้าขาย อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน และอาชีพเกษตรกร มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่า เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพอื่น ๆ ได้แก่ อาชีพแม่บ้าน พ่อบ้าน และไม่ได้ทำงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

ตาราง 11 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสื่อโฆษณา

สื่อโฆษณา		หนังสือพิมพ์ และสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ	โทรทัศน์	วิทยุ	ป้าย โฆษณา
	X	1.00	1.11	1.14	1.15
หนังสือพิมพ์และสิ่งตีพิมพ์ ต่าง ๆ	1.00	-	0.11*	0.14	0.15
โทรทัศน์	1.11		-	0.03	0.04
วิทยุ	1.14			-	0.01
ป้ายโฆษณา	1.15				-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 11 แสดงว่า เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อทางโทรทัศน์ มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่า เด็กวัยรุ่นที่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อโฆษณาทางหนังสือพิมพ์และสิ่งตีพิมพ์ต่าง ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

ตาราง 12 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นรายคู่ ของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภค อาหารจานด่วน		ไม่ดี	ปานกลาง	ดี
	X	1.02	1.08	1.18
ระดับไม่ดี	1.02	-	0.06	0.16*
ระดับปานกลาง	1.08		-	0.10*
ระดับดี	1.18			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 แสดงว่า เด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับดี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่า เด็กวัยรุ่นที่ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับไม่ดีและระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่น ๆ พบว่าไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ที่บริโภคอาหารจานด่วนที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้า ในกรุงเทพมหานคร

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐานและวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น

ในกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่น อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
2. เด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
3. เด็กวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
4. เด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
5. เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
6. เด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
7. เด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
8. เด็กวัยรุ่นที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน
9. เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ เป็นเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง ในกรุงเทพมหานคร จากการที่ผู้วิจัยได้ไปสังเกตและสอบถามพนักงานจากร้านอาหารจานด่วน พบว่าในวันจันทร์ถึงศุกร์มีลูกค้าประมาณ 250 คนต่อวัน วันเสาร์ อาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์มีลูกค้าประมาณ 350 คนต่อวัน จากข้อมูลดังกล่าวคาดว่าจำนวนประชากรมีประมาณ 7,800 คนต่อเดือน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นเด็กวัยรุ่นที่รับประทานอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียง ในกรุงเทพมหานคร ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) มีจำนวน 360 คน และกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการคำนวณของยามาเน่ (Yamane. 1967 : 886)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองโดยการแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 5 ตอนดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่น อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ซึ่งมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นคำถามให้เลือกตอบ แต่ละข้อมี 4 ตัวเลือก จำนวน 30 ข้อ

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเพื่อวัดเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวน 25 ข้อ

ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ คือ จริงที่สุด ก่อนข้างจะจริง ไม่ค่อยจะจริง ไม่จริงเลย จำนวน 24 ข้อ

ตอนที่ 5 เป็นแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย จำนวน 30 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม ของเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วนที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าที่มีชื่อเสียงในเขตกรุงเทพมหานคร มีจำนวน 360 ฉบับ เป็นแบบสอบถามที่ได้คำตอบแบบสอบถามสมบูรณ์ร้อยละ 100 ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป และในการทดสอบสมมุติฐานครั้งนี้ผู้วิจัยยอมรับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดำเนินการวิเคราะห์ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของเด็กวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพของผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance หรือ F-test) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นที่บริโภคอาหารจานด่วน ในกรุงเทพมหานคร ปรากฏผลดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 360 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.50 และเป็นเพศชายคิดเป็นร้อยละ 37.50 ส่วนใหญ่มีอายุ 13-16 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.72 มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.83 มีรายได้เฉลี่ยต่อวัน 50-100 บาท มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.22 ผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.78 ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อโทรทัศน์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.39 และได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 42.20

2. เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง ($x = 1.08$, $S = 0.26$) มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง

($x = 1.04$, $S = 0.21$) มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง ($x = 1.10$, $S = 0.25$)

3. การทดสอบสมมติฐานโดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ตามตัวแปรเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ของวัยรุ่น อาชีพผู้ปกครอง สื่อโฆษณา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน และเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน สรุปได้ดังนี้

3.1 เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน

3.2 เด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3 เด็กวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน

3.4 เด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน

3.5 เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.6 เด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.7 เด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน

3.8 เด็กวัยรุ่นมีความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.9 เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติในการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

จากการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร อภิปรายผลการศึกษาได้ดังนี้ คือ

เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง หมายถึงมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่มีอายุ 13-16ปี เป็นกลุ่มเด็กวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่ติดเพื่อนชอบรวมกลุ่มกันเพื่อจัดเลี้ยงสังสรรค์ มีพฤติกรรมเลียนแบบ ชอบลอง

ของใหม่ กลุ่มวัยรุ่นบางกลุ่มมีค่านิยมที่ว่า การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นเรื่องที่โก้เก๋และทันสมัย (รัชนิกร เศรษฐ์. 2536 : 97) ค่านิยมใดก็ตามที่มาจากตะวันตกมักจะเป็นสิ่งที่นำสมัย และในสังคมเมืองปัจจุบันต้องการความรีบเร่ง ต่างคนก็พยายามใช้เวลาว่างให้มีค่ามากที่สุดสิ่งต่างๆ เหล่านี้ส่งเสริมให้คนในสังคมเมืองให้ความสำคัญกับอาหารจานด่วนมาก โดยเฉพาะอาหารจานด่วนที่เปิดให้บริการในประเทศไทยมีการแข่งขันกันสูงมากจึงมักมีการโฆษณาสินค้ารูปแบบใหม่ๆ ให้ลองอยู่เสมอ อีกทั้งมีการจัดสถานที่ตั้งของร้านให้มีความสะดวกในการหารับประทาน มีความหรูหรา สะอาดและรสชาติแปลกใหม่ให้ลองเสมอเพราะเป็นอาหารที่แตกต่างจากอาหารไทยทั่วไป อีกทั้งร้านอาหารจานด่วนเป็นที่แสดงออกถึงความมีอิสระของวัยรุ่นในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การทำการบ้านเป็นกลุ่ม ๆ การจัดเลี้ยงวันเกิด การใช้เป็นแหล่งนัดพบในโอกาสต่างๆ แต่เนื่องจากอาหารจานด่วนที่มีขายทั่วไปในกรุงเทพฯ จะมีราคาค่อนข้างสูง เพราะเป็นร้านระดับที่มีการตกแต่งร้านหรูกว่าร้านขายอาหารทั่วไป ประกอบกับวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังไม่มีรายได้เป็นของตนเอง ต้องรอรับจากผู้ปกครอง และรายได้ที่ได้รับอาจไม่มากพอที่จะซื้ออาหารจานด่วนมารับประทานเป็นประจำ การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง ฟาสต์ฟู้ด การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่าร้านอาหารจานด่วนเปิดโอกาสให้ผู้บริโภคใช้เวลาในร้านอาหารจานด่วนได้อย่างเป็นอิสระในการทำกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ การพบปะสังสรรค์ การทำการบ้านและอ่านหนังสือ ในขณะที่เดียวกันเด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังศึกษาเล่าเรียนจึงค่อนข้างมีความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่บ้าง แต่เนื่องจากสังคมของเด็กวัยรุ่นที่ต้องเข้ากลุ่มเพื่อทำกิจกรรมหรือเพื่อสังสรรค์ ทำให้ในบางครั้งรู้ว่าอาหารบางอย่างไม่มีประโยชน์แต่ต้องรับประทานเพราะต้องเข้ากลุ่ม การรับประทานอาหารจานด่วนถึงแม้จะไม่มีประโยชน์แต่ก็ไม่เกิดโทษให้เห็นทันที จึงทำให้ผู้ที่รับประทานไม่เกิดความรู้สึกกลัวอาหารจานด่วน อีกทั้งการรับประทานอาหารจานด่วนค่อนข้างมีราคาแพง จึงเป็นข้อจำกัดของเด็กวัยรุ่นที่จะบริโภคอาหารจานด่วนบ่อยๆ

1. เพศ

จากการศึกษาพบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากในปัจจุบันนี้ร้านฟาสต์ฟู้ดมีจำนวนมาก และมีการตกแต่งร้านที่แปลกเป็นที่สนใจของวัยรุ่น บางครั้งอาจพบว่าวัยรุ่นนิยมไปรับประทานอาหารจานด่วนแทนอาหารมื้อได้ ซึ่งอาจจะน้อยมาก วัยรุ่นคิดว่าเป็นเรื่องโก้เก๋และมีความสะดวกสบาย อร่อยถูกปาก ไม่เหมือนกับการรับประทานอาหารที่บ้าน ประกอบกับผู้ผลิตอาหารจานด่วนมีการโฆษณาและเชิญชวน ตลอดจนมีของกำนัลต่างๆ ล่อใจเด็กวัยรุ่น จึงทำให้เด็กวัยรุ่นซึ่งมีประสบการณ์น้อย อาจหลงเชื่อ และมาบริโภคอาหารจานด่วนจนเกิดความเคยชินซึ่งในการรับประทานอาหารจานด่วนนี้พบว่า มีทั้งหญิงและชายสามารถเข้ามา

รับประทานได้ ในปัจจุบันนี้โดยเฉพาะเด็กระดับมัธยมศึกษา ซึ่งมีการเรียนแบบสหศึกษาทั้งเพศชายและหญิง เด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ก็จะคบหาสมาคมกับเพื่อนในชั้นเดียวกันโดยไม่ได้แยกเพศชายหญิงการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ กุลชลี ทันจิตต์ (2533 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า เพศชายและเพศหญิง มีการบริโภคฟาสต์ฟู้ดใกล้เคียงกัน สอดคล้องกับ สมฤดี วีระพงษ์ (2535 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวพฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมในการบริโภคอาหารด่วนทันใจไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับ ญัฐสิตางค์ ทศบุตร (2539 : 117-118) พบว่า นักเรียนที่มีเพศต่างกันมีการปฏิบัติการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับ จันท์เต็ม หาญมงคลศิลป์ (2543 : 106) ที่ทำการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อไม่แตกต่างกัน แต่การศึกษาครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุเทศน์ กุลละวณิชย์ (2540 : บทคัดย่อ) ศึกษาเกี่ยวกับความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับวัตถุดิบในอาหารของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนสังกัด กรมสามัญศึกษา จังหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียนหญิงมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับวัตถุดิบในอาหารสูงกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

2. อายุ

จากการศึกษา พบว่าเด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีอายุ 13-16 ปี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่าเด็กวัยรุ่นที่มีอายุ 10-12 ปี ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้บริโภคที่เป็นเด็กวัยรุ่นที่มีอายุ 13-16 ปี เป็นช่วงที่อยู่ในวัยต้องการแสวงหาสิ่งใหม่ และเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงตนเองทั้งทางด้านร่างกายและสังคม ซึ่งอาจทำให้เด็กอยากลองและสัมผัสกับสิ่งที่ตนเองเห็นว่าทันสมัย ซึ่งการเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนบางครั้งไม่ได้มุ่งเพื่อบริโภคอาหาร แต่กระทำตามแฟชั่น ส่วนวัยรุ่นที่มีอายุ 10-12 ปีซึ่งเป็นวัยที่เพิ่งจะผ่านวัยเด็กมา วัยนี้อาจมีพ่อแม่ต้องอยู่ดูแลเอาใจใส่ในการบริโภคอาหารของเด็ก พ่อแม่อาจจะรู้ว่าการรับประทานอาหารจานด่วนจะทำให้ได้อาหารที่ไม่มีประโยชน์ ซึ่งอาจจะทำให้วัยรุ่นได้รับประทานอาหารอื่น ด้วยเหตุดังกล่าวจึงทำให้วัยรุ่นที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผล

การศึกษาของ ชนุตร ชาญวิรวงศ์ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดจากต่างประเทศของกลุ่มเจนเนอเรชั่นเอ็กซ์ ในกรุงเทพมหานคร พบว่า อายุช่วง 20-29 ปี จะใช้เวลาในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากที่สุด สอดคล้องกับ วิธี แจ่มกระทีก (2541 : 133) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่าวัยรุ่นที่มีอายุน้อยจะนิยมใช้บริการบ่อยกว่าผู้ที่มีอายุมาก ทั้งนี้อาจเนื่องจากผู้บริโภคที่มีอายุมากขึ้นจะคำนึงถึงคุณค่าและประโยชน์ของอาหาร และจากข้อมูลในวารสารคู่แข่งได้ ทำการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้บริการในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนกรุงเทพฯ พบว่า อายุ 1-25 ปี ไปใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 58.14 สอดคล้องกับ วิไลลักษณ์ แสงคุณ (2533 : 154-159) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกบ้านของคนในเมือง ศึกษาเฉพาะกรณีในเขตเทศบาลเมืองนครสวรรค์ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับความถี่ในการบริโภคอาหารนอกบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า อายุยังมีความสัมพันธ์กับเหตุผลในการเลือกรับประทานอาหารนอกบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ระดับการศึกษา

จากการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะปัจจุบันอาหารจานด่วนได้แพร่หลายไปทั่วกรุงเทพฯ และสามารถหากินได้ง่าย ประกอบกับอาหารจานด่วนมีการโฆษณาประชาสัมพันธ์ที่ดี และมีการบริการส่งถึงที่ทำให้สะดวกสบายต่อการรับประทาน ซึ่งวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการลองของใหม่ และต้องการความสะดวกสบาย ไม่ชอบการรับประทานอาหารที่ยุ่งยากโดยเฉพาะอาหารไทยตามปกติจะมีอาหารหลายอย่างหลายชั้น บางอย่างเด็กวัยรุ่นไม่พอใจที่จะรับประทานตามที่พ่อแม่หามาให้รับประทาน เด็กวัยรุ่นไม่ว่าจะมีการศึกษาอยู่ในระดับใดก็จะมีความคิดและความต้องการที่จะชอบสิ่งใหม่ๆ และรสชาติที่แปลกจากเดิมเหมือนกัน นอกจากนั้นเด็กวัยรุ่นชอบเรียนแบบและเอาอย่างกัน ถึงแม้จะเรียนในชั้นที่ต่างกันก็เป็นเพื่อนกัน ไปเที่ยวและรับประทานอาหารด้วยกันได้ถึงแม้การศึกษาจะแตกต่างกันก็ตามซึ่งไม่สอดคล้องกับ กัลยา นาคเพ็ชร (2521 : 4) ที่กล่าวว่าระดับการศึกษามีความสำคัญต่อเจตคติและพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลโดยตรง เพราะบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูงย่อมมีความรู้ในเรื่องโภชนาการดีกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำหรือไม่มีการศึกษา ดังนั้น ระดับการศึกษาจึงมีความสำคัญต่อการเลือกซื้ออาหารและพฤติกรรมการบริโภคของบุคคลอย่างมาก และชวลิต รัตนกุล (2515 : 6) ได้กล่าวว่าอิทธิพลของการศึกษา การมีความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารอาจเป็นเหตุผลสำคัญในการตัดสินใจเลือกซื้อ การที่ปรากฏว่าบุคคลนิยมรับประทาน

อาหารบางอย่างเพราะมีความรู้เรื่องคุณค่าของอาหารนั้น แสดงให้เห็นความสำคัญของความรู้ทางโภชนาการ

4. รายได้ของวัยรุ่น

จากการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อ 4 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะอาหารจานด่วนที่มีขายในปัจจุบันมีราคาไม่แพงมาก และวัยรุ่นสามารถเลือกซื้อตามกำลังของตนได้ดี ประกอบกับการหาซื้อมารับประทานไม่ยากลำบาก เพราะอาหารจานด่วนมีทุกแห่งที่เป็นแหล่งชุมชนในกรุงเทพฯ ทำให้เด็กวัยรุ่นไม่ต้องเสียค่ารถเพื่อเดินทางไปซื้ออาหารมารับประทาน ประกอบกับภายในกลุ่มวัยรุ่นส่วนใหญ่อาจเห็นว่าการได้รับประทานอาหารจานด่วนเป็นเรื่องของความทันสมัยและอยู่ในสังคมของพวกเขา โดยวัยรุ่นเหล่านั้นไม่ได้คำนึงถึงรายได้ของตนเอง จะรับประทานอาหารจานด่วนเป็นประจำด้วยเหตุดังกล่าวจึงทำให้วัยรุ่นที่มีรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 91) ได้ทำการศึกษาเรื่องฟาสต์ฟู้ด การบริการแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดแม้ว่าจะมีราคาค่อนข้างสูงกว่าอาหารแบบไทย แต่ผู้บริโภครุ่นใหม่เป็นกลุ่มคนที่มีกำลังซื้อสูงมีวัฒนธรรมบริโภคสูง แม้วัยรุ่นเป็นกลุ่มคนที่ยังไม่มีงานทำค่าใช้จ่ายต่างๆได้มาจากผู้ปกครองก็ยังเป็นกลุ่มที่นิยมบริโภคมากกว่ากลุ่มอื่น และสอดคล้องกับ ยูอิ นากามูระ (Yui Nakamura.1996 :125) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง พลวัตของวัฒนธรรมบริโภคและรูปแบบการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นไทยในเขตมหานคร กรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมในกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กวัยรุ่นที่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเป็นจำนวนมาก อาจทำให้เด็กสามารถมีเงินเก็บออมได้มากเพียงพอที่จะนำไปใช้ในการซื้อสินค้าที่มีราคาแพง และตรงกับความต้องการของตนเองได้

5. อาชีพผู้ปกครอง

จากผลการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า วัยรุ่นที่มีผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้างทั่วไป อาชีพรับราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ อาชีพค้าขาย อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน และอาชีพเกษตรกรรม มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่า เด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพอื่น ๆ ได้แก่ อาชีพแม่บ้าน พ่อบ้าน และไม่ได้ทำงาน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพ่อบ้านแม่บ้านมีเวลาทำอาหารและดูแลบุตรมากกว่าอาชีพที่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ทำให้วัยรุ่นที่มีพ่อแม่ดูแล

ใกล้ชิดมีเวลาเอาใจใส่ในเรื่องการรับประทานอาหารแตกต่างกันไปตามลักษณะของอาชีพ เช่น กลุ่มบุคคลผู้ปฏิบัติงานอาชีพด้านบริหารและอาชีพข้าราชการ ลักษณะการเลี้ยงดูจะแตกต่างกัน ดังนั้นเด็กวัยรุ่นที่มีผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน และย่อมมีลักษณะของการบริโภคอาหารจานด่วนไปตามลักษณะของครอบครัวตนเอง ผู้ปกครองที่มีอาชีพแม่บ้าน พ่อบ้าน และไม่ได้ทำงาน ก็จะรู้จักที่จะเลือกประกอบอาหารให้กับบุคคลในครอบครัวรับประทานและสามารถเลือกอาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีให้แก่บุตร รวมทั้งมีการปลูกฝังให้เด็กมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องและเหมาะสม การศึกษาครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สมฤดี วีระพงษ์ (2535:บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนทันใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนในสังกัด กรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีอาชีพของผู้ปกครองแตกต่างกัน มีเจตคติและการปฏิบัติในการบริโภคอาหารจานด่วนทันใจไม่แตกต่างกัน

6. ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู

จากผลการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีการอบรมเลี้ยงดูต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มเด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการเพื่อนมากกว่าผู้ปกครอง แม้ว่าเด็กวัยรุ่นจะได้รับการอบรมเลี้ยงดูมาแบบไหน เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นมักจะปรับเปลี่ยนนิสัยตนเองเพื่อให้สามารถเข้ากับกลุ่มเพื่อนได้ และเพื่อนๆยอมรับในสิ่งนั้น ดังนั้นการเข้ากลุ่มสังสรรค์หรือทำกิจกรรมต่างๆของเด็กวัยรุ่นจึงหลีกเลี่ยงไม่พ้นที่จะใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นจุดศูนย์กลางนัดพบปะสังสรรค์ เด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และได้รับเงิน 50-100 บาท เรียนอยู่ในระดับชั้นใกล้เคียงก็จะมีความต้องการใกล้เคียงกัน การศึกษาครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของนฤมล โพธิ์สัตย์ (2530 : 60) ที่ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่มีความแตกต่างกันทางการอบรมเลี้ยงดู พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีบริโภคนิสัยดีที่สุด ซึ่งดีกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและแบบปล่อยปละละเลย ไม่สอดคล้องกับ วลัย อินทร์ทรัพย์ (2528 : 60-61) ที่กล่าวว่าบิดามารดาเลี้ยงดูบุตรต้องเลี้ยงทั้งกายและใจ ต้องเรียนรู้นิสัยของบุตรและฝึกรอบรมให้เกิดนิสัยที่ถูกต้อง สุขภาพกายจะนำไปสู่สุขภาพจิต นิสัยในการรับประทานอาหารไม่ได้มีมาแต่กำเนิดแต่เกิดจากการเลียนแบบและสิ่งแวดล้อม ผู้ที่มีอิทธิพลต่อนิสัยการรับประทานอาหารของเด็กมากที่สุด คือ บิดามารดาซึ่งเป็นผู้ที่ใกล้ชิดมากที่สุด เด็กจะเลียนแบบนิสัยการบริโภคจากบิดามารดาของตน ตั้งแต่เริ่มรับประทานอาหารกับสมาชิกในครอบครัว และไม่สอดคล้องกับคำกล่าวของเฮอร์ลิค (Hurlock. 1969 : 297) ที่ได้กล่าวถึงความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดามีต่อเด็กไว้ว่า เด็กเล็กจะเลียนแบบอย่างพฤติกรรมจากบิดามารดา

7. สื่อโฆษณา

จากการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อ 7 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน จากการศึกษ พบว่า เด็กวัยรุ่นได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนจากสื่อโฆษณาอาหารจานด่วนจากสื่อโฆษณาทางหนังสือพิมพ์ และสิ่งตีพิมพ์ต่างๆ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสื่อโฆษณานิตต่างๆในปัจจุบันมีเป็นจำนวนมาก สามารถเลือกอ่านได้และมีเทคนิคในการจูงใจผู้บริโภคหลากหลายรูปแบบ ซึ่งในแต่ละวันผู้บริโภคจะได้รับอิทธิพลจากสื่อเกือบทุกด้าน แต่สื่อโทรทัศน์เป็นสื่อที่สามารถเข้าถึงประชาชนได้ทุกบ้าน โดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร จะพบว่าทุกบ้านมีสื่อโทรทัศน์ สำหรับสื่อหนังสือพิมพ์และสิ่งตีพิมพ์ เป็นสื่อที่มีวางขายอยู่ตามร้านค้า จึงทำให้เด็กวัยรุ่นที่ไม่ชอบอ่านหนังสือพิมพ์ก็จะไม่หาซื้อมาอ่าน ทำให้ไม่ได้รับทราบข่าวสารเกี่ยวกับการโฆษณาอาหาร อาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบันจะใช้วิธีโฆษณาถึงตัวผู้บริโภค โดยมีการลดราคาและแจกใบปลิวตามบ้านทำให้เป็นที่สนใจ และมีอิทธิพลกับวัยรุ่นมากดังนั้นจึงทำให้เด็กวัยรุ่นที่ได้รับสื่อโฆษณาต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน การศึกษครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ แคลนซี (Clancy. 1974 : 93-97) พบว่า ความชอบมีความสัมพันธ์กับวิธีการโฆษณา โดยอาหารที่เด็กไม่นิยมเลือกซื้อเป็นอาหารที่เด็กไม่ค่อยรู้จักและเรียกชื่อไม่ถูก ส่วนอาหารที่เด็กรู้จักดีและนิยมซื้อคืออาหารที่มีโฆษณาทางโทรทัศน์ โดยเด็กส่วนใหญ่จะชอบอาหารที่มีการโฆษณามากกว่าอาหารที่ไม่มีการโฆษณา สอดคล้องกับ บาร์คัส (Barcus. 1978 : 20) พบว่า ในขณะที่เด็กใช้เวลาดูโทรทัศน์ 5 ชั่วโมงจะมีรายการโฆษณา 1 ชั่วโมง ซึ่งการโฆษณาจะมีวิธีการเรียกร้องความสนใจของเด็กวัยรุ่นทำให้เกิดความต้องการที่จะบริโภค การโฆษณาทางโทรทัศน์มีอิทธิพลทำให้เด็กวัยรุ่นต้องการซื้อสินค้าเพิ่มมากขึ้น ซึ่งจำนวนรายการโฆษณามีความสัมพันธ์กับความต้องการซื้อสินค้าในโฆษณาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ รายการโฆษณาทางโทรทัศน์ ส่วนใหญ่เป็นอาหารที่มีปริมาณน้ำตาล ไขมันและแคลอรีสูง โดยโฆษณาผลิตภัณฑ์จากแป้งต่างๆร้อยละ 25 ลูกกวาดและขนมหวานร้อยละ 25 อาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 10 สอดคล้องกับ ศิริลักษณ์ สินธวาลัย (2530 :10) ได้ทำการการศึกษาเรื่อง ทศนคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง พบว่าการโฆษณาทางโทรทัศน์ มีความสำคัญในการโฆษณาอาหารมาก สำหรับโรงเรียนในเขตเมืองถึงร้อยละ 78.00 และสอดคล้องกับ สุนิสา พิลาสกุล (2540 : 72) ได้ทำการศึกษาเรื่องฟาสต์ฟู้ดการบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย พบว่า การโฆษณาและการส่งเสริมการขายในธุรกิจฟาสต์ฟู้ด เป็นปัจจัยแรกที่มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

8. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

จากผลการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีความรู้ในการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 8 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน จากการศึกษาพบว่า เด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับดี ร้อยละ 26.39 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลาง ร้อยละ 64.44 และมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนระดับไม่ดี ร้อยละ 9.17 ซึ่งมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันรับประทานอาหารจานด่วนเพียงแค่นี้เป็นอาหารว่างหรือทดแทนอาหารหลักได้สักมื้อเพื่อเปลี่ยนรสชาติ เปลี่ยนบรรยากาศเป็นครั้งคราว หรือรับประทานเพื่อต้องการความสะดวกและรวดเร็ว ประหยัดเวลา และมีร้านอาหารจานด่วนเป็นจำนวนมาก จึงสามารถเลือกรับประทานอาหารได้ตามความต้องการของตนเอง และเลือกรับประทานตามแบบอย่างเพื่อน และการเข้าสังคมกับเพื่อนก็เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เลือกรับประทานอาหารจานด่วน แม้ว่าวัยรุ่นจะรู้ถึงโทษของอาหารจานด่วนแต่ก็ยังนิยมบริโภคเพราะโทษของอาหารจานด่วนไม่แสดงให้เห็นทันทีแต่จะสะสมไปเรื่อยๆในระยะยาวจึงจะเห็นผลชัดเจน การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของสมฤดี วีระพงษ์ (2535 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษากรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีความรู้เรื่องอาหารจานด่วนทันใจในระดับพอใช้ มีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารจานด่วนทันใจในระดับพอใช้ ไม่สอดคล้องกับวิธีแจ่มกระจ่าง (2541 : 131) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่าความรู้ด้านโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับอาหารจานด่วน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

9. เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

จากผลการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 9 ที่ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน จากการศึกษาพบว่า เด็กวัยรุ่นมีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับดี และมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน มากที่สุด เท่ากับ 1.23 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันมีความรู้สึกว่าการรับประทานอาหารจานด่วนเป็นสิ่งที่แสดงถึงความเป็นคนที่ทันสมัย โก้เก๋ และยังใช้เป็นแหล่ง

พบปะสังสรรค์และทำกิจกรรมต่างๆ ซึ่งในร้านอาหารไทยโดยทั่วไปไม่ได้เปิดในลักษณะเช่นนี้ สิ่งต่างๆเหล่านี้ทำให้วัยรุ่นมีเจตคติในทางที่ดีกับการเข้าไปรับประทานอาหารจานด่วนในบ้าน ถึงแม้ว่าอาหารจานด่วนจะมีราคาแพงก็ตาม เด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติระดับดี มีความรู้สึกนึกคิดในทางที่ดีเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน จึงทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากกว่าเด็กวัยรุ่นที่มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนในระดับปานกลาง ดังคำกล่าวของ กู๊ด (Good. 1973 : 49) ได้กล่าวว่า เจตคติ คือ ความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกต่อสิ่งต่าง ๆ ในลักษณะความรู้สึกชอบ ไม่ชอบ เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยต่อสภาพการณ์ของบุคคลหรือสิ่งหนึ่งสิ่งใด และสอดคล้องกับคำกล่าวของ สุชาติ โสมประยูร (2525 : 180) กล่าวว่า ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับการปฏิบัติว่า เจตคติมีบทบาทที่สำคัญมากที่จะช่วยโน้มน้าวจิตใจ หรือจูงใจนักเรียนให้ปฏิบัติตาม การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ วิถี แจ่มกระจ่าง (2541 :131) ที่ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่าเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน และสอดคล้องกับโฟลีย์ (Foley et al. 1979 : 13-17) พบว่า เจตคติอยู่ระหว่างความรู้และการนำไปใช้ในการปฏิบัติ ซึ่งแสดงออกมาในรูปของความรู้สึก เจตคติเกี่ยวกับความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบเกี่ยวกับอาหารจะมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารชนิดนั้นๆ และสอดคล้องกับคำกล่าวของกิฟฟ์(Giff. 1972: 200) กล่าวว่าเจตคดียังสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคได้ และมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ข้อเสนอแนะ

1. จากการศึกษา พบว่า เด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง คือมีการบริโภคอาหารจานด่วน1-3ครั้งต่อสัปดาห์ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง มีเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรปลูกฝังสร้างเสริม ให้เด็กมีความรู้และมีเจตคติที่ดี ก็จะช่วยให้เด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนน้อยลงได้ การมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องและเหมาะสมควรมีการอบรมเพิ่มพูนความรู้ให้กับแกนนำนักเรียนในโรงเรียน และอาจารย์ที่รับผิดชอบในวิชาสุขศึกษามีการให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กแต่ละวัยให้กับเด็กทุกกลุ่ม เพื่อจะทำให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

2. สถานศึกษาเป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาเรียนรู้ ดังนั้น ควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการเรียนการสอนเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การเลือกรับประทานอาหาร และการ

บอกถึงผลเสียของการบริโภคอาหารจานด่วน ในหลักสูตรในแต่ละระดับชั้น เพื่อเป็นการปลูกฝังให้เด็กมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง และเป็นการกระตุ้นให้เด็กมีความตื่นตัวอยู่เสมอ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น กลุ่มวัยทำงาน เป็นต้น
2. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กนักเรียนชั้นระดับประถมศึกษา
3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ของเด็กวัยรุ่น ในเขตเมือง และเขตชนบท

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงวงศ์. (2528). *จิตวิทยาสังคม*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กัลยา นาคเพชร. (2521). *การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนจังหวัดนครราชสีมา*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- กุลชลี ทันจิตต์. (2533). *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ : สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.
- กองบรรณาธิการ. (สิงหาคม-กันยายน 2537). “ฟาสต์ฟู้ด อะไรดีกว่ากัน,” *ฉลาดซื้อ*. 1(2) : 32.
- จूरिพร จิตจำรูญโชคไชย. (สิงหาคม-กันยายน 2537). “กินฟาสต์ฟู้ดอย่างไรเรียกว่าฉลาด,” *ฉลาดซื้อ*. 1(2) : 21-25.
- จूरिพร จิตจำรูญโชคไชย และคณะ. (2535). “คุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดในสารอาหารหลัก,” *วารสารอาหาร*. 22(3) : 31-36.
- จำเนียร ช่างโชติและคณะ. (2524). *จิตวิทยาเด็กและวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จันทร์เต็ม หาญมงคลศิลป. (2543). *พฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา
- ฉวีวรรณ สุขพันธ์โพธาราม. (2527). *พัฒนาการวัยรุ่นและบทบาทครู*. กรุงเทพฯ : มิตรนราการพิมพ์.
- ชญาณิชฐ์ ธรรมธิษฐาน. (2543). *พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- ชวลิต รัตนกุล. (2515). *ตำราโภชนาการเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- ชูดา จิตพิทักษ์. (2525). *พฤติกรรมศาสตร์เบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : สารมวลชน.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2541). *เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชนิสรา แจ่มวงศ์. (2544). *พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการใช้ยาของหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการที่แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลราชวิถี*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.

- ชไมพร ยนต์นิยม. (2531). คุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่บริโภคอาหารจานด่วน. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายสำเนา.
- ช่อเพชร บุรศิริรักษ์. (2532). ความรู้เรื่องวัตถุเจือปนในอาหารและนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- ณัฐสตาจค์ ทศบุตร. (2539). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 3 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- ดารา ทีปะปาล. (2542). พฤติกรรมผู้บริโภค = *Consumer Behavior*. (เอกสารคำสอน). กรุงเทพฯ : รุ่งเรือง-สาส์นการพิมพ์.
- ดุษณี สุทธิปริยาศรี. (2531). โภชนศาสตร์คลินิก. กรุงเทพฯ : โครงการตำราวิทยาศาสตร์ - สุขภาพ.
- ดวงกมล เวชบรรจงรัตน์. (2527). พัฒนาการสอนและการฝึกอบรม. เอกสารการสอนชุดวิชาการพัฒนาการและการอบรม นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ดวงเดือน พันธุนาวิน , อรพินท์ ชูชม และงามตา วนินทานนท์. (2528). ปัจจัยทางจิตวิทยาในเวศน์เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กของมารดาไทย. รายงานการวิจัยฉบับที่ 32. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ทรงศักดิ์ ศรีอนุชาติ และวิชัย หฤทัยชนาสนันต์. (2537). โภชนาการเด็กวัยรุ่น. การประชุมวิชาการประจำปี 2537 โภชนาการสร้างชาติเด็กฉลาดชาติเจริญ. กรุงเทพฯ : ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง.
- ธนวรรณ อิมสมบูรณ์. (2532). "การสอนสุขศึกษาและการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ." *ข่าวสุขศึกษา*. 4(2) : 28-43.
- นพดล เวชสวัสดิ์. (พฤษภาคม 2529). "ฟาสต์ฟู้ด ภัยอันตรายที่แฝงเร้น," *รู้รอบตัว*. 6(5) : 22-31.
- นงนุช โรจนเลิศ. (2533). การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- นฤมล โพธิ์สัตย์. (2530). *บริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดพังงา*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.

- นิภา นิรุตติกุล. (2541). *พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร*. สารนิพนธ์ บธ.ม. (บริหารธุรกิจ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, อุดรธานี.
- นิภา พิทยานน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพ*. กรุงเทพฯ : โอเอสพริ้นติ้งเฮาส์.
- นิภา มนูญปิจุ. (2528). *การวิจัยทางสุขศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.
- บุญธรรม กิจปรีดาปริสุทธิ. (2527). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ : การพิมพ์พระนคร.
- ปาริชาติ กาญจนะ. (2534). *การศึกษาเกี่ยวกับอาหารบริโภคและระดับไขมันในเลือดของวัยรุ่นอ้วนเพศชายระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 จังหวัดนครปฐม*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายสำเนา.
- ประคอง กรรณสูตร. (2529). *สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์*. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2526). *ทัศนคติ : การวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พีระพัชรา.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2532). *“ทัศนคติ” ในการวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พีระพัชรา.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2537). *การวัดสถานะทางสุขภาพ : การสร้างมาตราส่วนประมาณค่าและแบบสอบถาม*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.
- ผ่องพันธ์ เกษเกษมสุข. (พฤษภาคม 2527). “ฟาสต์ฟู้ด,” *รามาริบทติสาร*. 14(12)55-57.
- พะนอ ทิพย์พิมพ์รัตน์. (2534). *พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดชุมพร*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- พรพรรณ คเนจร ณ อยุธยา. (2523). *โภชนาการสำหรับบุคคลปกติในแต่ละภาวะ*. ชลบุรี : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน.
- พรสุดา ดิษยวรรณนะ. (2534). *พฤติกรรมการแสดงออกตามทฤษฎีของดิจิโรวานนิกกับการอบรมเลี้ยงดูและลักษณะทางชีวสังคมบางประการของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์.
- พัชนี วรกวิน. (2522). *จิตวิทยาสังคม*. กรุงเทพฯ : สถานสงเคราะห์หญิงปากเกร็ด.

- เพลินใจ ตั้งคณะกุลและคณะ. (2537). การประเมินคุณค่าทางโภชนาการของฟาสต์ฟู้ดประเภทต่าง ๆ. *วารสารอาหาร* 24. (กรกฎาคม-กันยายน 2527), 190-200.
- “พฤติกรรมการใช้บริการร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดของคนกรุงเทพฯ,” *คู่แข่ง*. 9(98) : 86-94 ; พฤศจิกายน 2531.
- ไพศาล หวังพานิช. (2526). *การวัดผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- มนทิรา โลหพันธุ์วงศ์. (2543). *อาหารกับสุขภาพในชีวิตยุคใหม่*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- มันทนา ประทีปะเสน. (2537). *มิติใหม่ทางโภชนาการเพื่อสุขภาพในเอกสารประกอบการประชุมวิชาการ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาโภชนวิทยา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รัชนีกร เศรษฐโช. (2536). *โครงสร้างทางสังคมและวัฒนธรรมไทย*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- รัชนี ยนต์นิยม. (2530). *ทัศนคติของนักศึกษาที่มีต่อกิจการร้านฟาสต์ฟู้ด ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ บธ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, อัดสำเนา.
- รองริน วรรณัญญ์. (13 สิงหาคม 2532). “แฮมเบอร์เกอร์ ฟาสต์ฟู้ดที่เป็นปัญหา,” *สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์*. 6(9) : 24-25.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ลิขิต กาญจนภรณ์. (2533). *พื้นฐานพฤติกรรมมนุษย์*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- วลัย อินทร์ทรัพย์. (2528). *โภชนาการสำหรับคนวัยต่าง ๆ*. กรุงเทพฯ : แสงแก้วการพิมพ์.
- วลัยทิพย์ สาขลวิจารณ์. (กรกฎาคม-กันยายน 2524). “บริโภคนิสัยของเด็ก,” *วารสารสุขศึกษา*. 15(2). 73-78.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538). *สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- วิธี แจ่มกระตึก. (2541). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- ศรียา นิยมธรรม และ ประภัสสร นิยมธรรม. (2519). *โปรแกรมการเรียนวิชาจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ : เอ็กเพรสการพิมพ์.
- ศิริลักษณ์ สินธวาลัย. (ตุลาคม 2533). “ทัศนคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารว่าง,” *โภชนาการสาร*. 21(4) : 101-103.
- สุชา จันทร์เอม. (2528). *จิตวิทยาสังคม*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : แพร์พิทยา.

- สุชาดา มะโนทัย. (2539). การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ คม.บ. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายสำเนา.
- สถิตีแห่งชาติ, สำนักงาน. (2536). รายงานการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว พ.ศ.2534. กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สาธารณสุข, กระทรวง. (2540). “สถานการณ์โรคไม่ติดต่อของประเทศไทยและแนวโน้มมาตรการแก้ไข.” เอกสารวิชาการ. นนทบุรี.
- สุทธิลักษณ์ สมิตตะสิริ. (เมษายน-กันยายน 2533). “พฤติกรรมการกินของคนไทย,” สุขศึกษา. 13(50-51) : 1-9.
- สุนิสา พิลาสกุล. (2540). ฟาสต์ฟู้ด : การบริโภคแบบใหม่ในสังคมไทย. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายสำเนา.
- สุพัตรา สุภาพ. (2534). สังคมวิทยา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สุภาภรณ์ โรจน์รังษีธรรม. (2530). การศึกษาเรื่องความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ คม.บ.กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายสำเนา.
- สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. (2539). การวิเคราะห์ข้อมูลทางด้านสถิติด้วย SPSS. กรุงเทพฯ : สำนักคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมใจ วิชัยดิษฐ์. (2533). การประเมินภาวะโภชนาการ. ในเอกสารการสอนชุดวิชาโภชนาการกับชีวิตมนุษย์ สุขุทัยธรรมมาธิราช หน่วยที่ 6-10. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สารมวลชน.
- สมฤดี วีระพงษ์. (2535). พฤติกรรมการบริโภคอาหารด่วนทันใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายสำเนา.
- สมทรง สวัสดิ์จันทน์ และจรีพร จิตจำรูญโชคไชย. (กรกฎาคม 2534). “ฟาสต์ฟู้ดค่านิยมในยุคนี้,” หมอชาวบ้าน. 13 (147) : 34-35.
- สมรรัตน์ มั่นคง. (2546). พฤติกรรมการใช้จ่ายค่าน้ำดื่มของนักศึกษาในโรงเรียนอาชีวศึกษาเอกชน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมศรี สุกุมลนันท์. (10 มีนาคม 2528). “ฟาสต์ฟู้ด”, สตรีสาร. 37(50) : 105-107.

- สร้อยญา ททรัพย์อัประไมย. (2542). การศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนครปฐม. กรุงเทพฯ : สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.
- เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. (2526). หลักโภชนาการปัจจุบัน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยเกษม.
- สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์. (2542). การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพฯ : เอมี เทรตดีง.
- สำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข. (2539). สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนาการสาธารณสุขในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก
- หมอพัตร (นามแฝง). (มกราคม 2534). "ฟาสต์ฟู้ด," *ใกล้หมอ*. 15(1) : 72-73.
- อัครฤทธิ์ หอมประเสริฐ. (2543). การศึกษาพฤติกรรมและความคิดเห็นที่มีต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ประเภทธุรกิจแฟรนไชส์ ของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (ธุรกิจศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อนามัย, กรม. (2538). รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2538. กรุงเทพฯ : กระทรวงสาธารณสุข.
- อภิชาติ พงษ์ศรีหุดุลชัย และสุรเกียรติ อาชานุกาพ. (2531). อาหารต่ออายุ. กรุงเทพฯ : มีเดียปรินท์.
- เอกอาภา มังกรพิศม์. (2542). การบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นพื้นฐานคหกรรมศาสตร์ในเขตกรุงเทพมหานคร แผนกวิชาอาหารและโภชนาการ โดยใช้แบบสอบถามความถี่อาหารบริโภคสิ่งปริมาณ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สาธารณสุข). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- เอมอร อุดมเกษมาลี. (2534). อาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ทีพีพรินท์จำกัด.
- อรณี บุญมีนิมิตร. (2540). พฤติกรรมการซื้อสินค้าที่ระลึกของนักท่องเที่ยวชาวไทยในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ บธ.ม.(บริหารธุรกิจ). เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- อลิศรา ชูชาติ. (เมษายน-กันยายน 2528). "อิทธิพลของสื่อมวลชนต่อพฤติกรรมของบุคคล," *สุขศึกษา*. 13(50) : 10-12.
- อุทัย พิศลยบุตร. (2528). ตำราโภชนาการสาธารณสุข. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญสุข.
- อัญชลี สิงห์สุด. (2534). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และเจตคติกับพฤติกรรมการป้องกันการติดเชื้อโรคเอดส์ของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

- Bloom , Benjamin S. (ed), (1975). *Taxonomy of Education Objective Handbook 1 : Cognitive Domain*. Newyork : David Mc Kay Company Inc.
- Chaipooipirutana, Sirion. (1984). *A Comparative study of service quality in the fast food industry : united states of america vs. thailand*. American : Novo Southeastern University.
- Cobb, S. (September – October, 1976). Social Support as a Modurator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-313.
- Crow and Crow. (1961). *Adolescent Development and Adjustment*. New York : Mc Graw-Hill, Inc.
- Cusatis, Deborah Cardamone. (1995 , March). *Psychosocial Influences on Adolescent Eating Behavior*. Dissertation Abstracts International. 55(135) : 3825-A.
- Farthing, Maryann C. (March-April 1991). Current Eathing Patterns of Adolescents in the United States,” *Nutrition To day*. 26(2) : 35-39.
- Foley, C. A.A. Hertzler and L.H. Anderson. (1979).” Attitudes and Food Habits of Children,” *Journal America Dietetic Association*. 75(1) : 13-17.
- Giff, H.H., M.B. Washbon and G.G. Harrison. (1972). *Nutrition Behavior and Change*. Englewood Cliffs, New Jersey : Herentice – Hall, Inc.
- Good, V.C. (1973). *Dictionary of Education*. New York : McGraw Hill Book Commpany.
- Goldenson , Robert M. (1984). *Longman Dictionary of Psychology and Psychiatry*. New York : Longman Inc.
- Hall. (1964). *Psychology of Adolescent*. New York : Holt, Rinchit and Winston.
- Harlock, Elizabeth B. (1969). *Adolescent Development*. New York : Mc Graw-Hill Book.
- Heald , Felix P. (1992). “ FastFood and Snack Food ,” *Beneficial or Deleterious Journal*. 13 ; 380-383.
- Hopkins, Paul N.(1992). “ Effects of Dietary Cholesterol : A Meta Analysis and Review,” *America Journal Clinic Nutrition*. 55 : 1660-1070.
- Hurlock, Elizabeth B. (1974). *Adolescent Development*. New York : Mc Graw Hill Book.

- Jekanowski, Mark David. (1998). *An Econometric analysis of the demand for fast food across metropolitan areas with an emphasis on the role of availability*. Dissertation Thesis, Ph. D. (Economic agriculture). Purdue : Graduate school University. Photocopied.
- Kromhout, Daan. (1992). "Dietary Fats : Long Term Implication for Health," *Nutrition Today*. 50 : 49-53.
- Parker T.S. and McNamara.(1987). "Heterogeneity of Cholesterol Homeostasis in Man," *Journal Clinic Invest*. 79 : 1729-1739.
- Sargent , R.G. , K.A. Kerper and E. Schulken. (1994,July). "Dietary Behaviors of South Carolina Adolescents," *Journal South Carolina Med Association*. 90(7) : 263-269.
- Schwartz, Nancy E. (January 1975)." Nutrition Knowledge , Attitude, and Practice of High School Graduates," *Journal of the America Dietetic Association*.
- Stuart , Price. (September-October 1991). " Fast Food," *Nutrition And Food Science*. 132 : 8.
- Thurstone, LL. (1976). *Theory and Measurement*. New York and Sons Inc.
- Truswell, Stewart and Ian Darnton. (1981). "Food Habits of Adolescents," *Nutrition Today*. 39(14) : 73-88.
- Wood, L.D. et al.(1990). " Health of Homeless Children and Housed , Poor Children," *Ped* 1990. 86 : 858-866.
- Yamane, Taro. (1967). *Statistics : An Introduction Analysis*. New York : Harper and Row.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ
หนังสือราชการ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

- | | |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กฤตกรณ์ ประทุมวงศ์ | ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 2. อาจารย์ ดร. กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐิน | ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 3. อาจารย์ ดร. ทรงพล ต่อนี่ | ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 4. นางสาวพิจิตรา ปรีดาร์ตน์ | ฝ่ายโภชนาการสถาบันจิตเวชศาสตร์
สมเด็จพระเจ้าพระยา กรมสุขภาพจิต
กระทรวงสาธารณสุข |
| 5. นางเกษราภรณ์ พงษ์เสาวคนธ์ | ฝ่ายโภชนาการสถาบันจิตเวชศาสตร์
สมเด็จพระเจ้าพระยา กรมสุขภาพจิต
กระทรวงสาธารณสุข |

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
คุณภาพของเครื่องมือ

แบบสอบถาม

เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจงเกี่ยวกับแบบสอบถาม

แบบสอบถามเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร มีทั้งหมด 5 ตอนคือ

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม
- ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน
- ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน
- ตอนที่ 4 ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู
- ตอนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

การตอบแบบสอบถามในแต่ละตอนให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงหรือข้อคิดเห็นของท่านมากที่สุด และแบบสอบถามฉบับนี้ใช้สำหรับหาข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น ไม่มีผลใดๆต่อผู้ตอบแบบสอบถามและผู้วิจัยจะเก็บรักษาคำตอบไว้เป็นความลับ โปรดอ่านคำชี้แจงของแต่ละตอนก่อนลงมือทำและกรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

น.ส.วิไลวรรณ คงกิจ

นิสิตปริญญาโทหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความในช่องว่างให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุปี (ระบุอายุปีเต็ม)
3. ระดับการศึกษาสูงสุด
 - () ต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษา
 - () ระดับมัธยมศึกษา
 - () ระดับอุดมศึกษาขึ้นไป
4. รายได้เฉลี่ยต่อวันของผู้ตอบแบบสอบถาม
 - () น้อยกว่า 50 บาท/วัน
 - () 50 – 100 บาท/วัน
 - () 101 – 200 บาท/วัน
 - () มากกว่า 200 บาท/วัน
5. อาชีพของผู้ปกครอง
 - () รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ
 - () พนักงานบริษัทเอกชน
 - () เกษตรกรรม
 - () รับจ้างทั่วไป
 - () ค้าขาย
 - () อื่นๆ (โปรดระบุ).....
6. สื่อโฆษณาที่ท่านได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาหารจานด่วนมากที่สุด
 - () หนังสือพิมพ์และสิ่งตีพิมพ์ต่างๆ
 - () วิทยุ
 - () โทรทัศน์
 - () ป้ายโฆษณา

ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. อาหารจานด่วนหมายถึงข้อใด
 - (1) อาหารสำเร็จรูป
 - (2) อาหารที่ปรุงได้อย่างรวดเร็วและสามารถเก็บได้นาน
 - (3) อาหารที่พร้อมรับประทานทันทีและต้องนำเข้าจากต่างประเทศ
 - (4) อาหารที่สามารถปรุงเสร็จในเวลารวดเร็วและสามารถรับประทานได้ทันที
2. อาหารในข้อใดไม่ใช่อาหารจานด่วนที่ได้รับวัฒนธรรมมาจากประเทศตะวันตก
 - (1) แฮมเบอร์เกอร์
 - (2) พิซซ่า
 - (3) แซนด์วิช
 - (4) ขนมจีบและซาลาเปา
3. คำกล่าวในข้อใดไม่ถูกต้อง
 - (1) อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่ให้พลังงานสูง
 - (2) อาหารจานด่วนมีใยอาหารสูง
 - (3) อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีราคาแพง
 - (4) การรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยๆอาจทำให้เกิดโรคอ้วนได้
4. สารปรุงแต่งในอาหารจานด่วนในข้อใดมีผลเสียต่อสุขภาพมากที่สุด
 - (1) ผงชูรส
 - (2) ซอสมะเขือเทศ
 - (3) ซอสปรุงรส
 - (4) พริกไทยป่น
5. โรคใดต่อไปนี้ที่ไม่ได้เกิดจากการรับประทานอาหารจานด่วน
 - (1) โรคหัวใจขาดเลือด
 - () โรคถุงลมโป่งพอง
 - (2) โรคความดันโลหิตสูง
 - () โรคอ้วน
6. อาหารประเภทเส้นใยอาหารมีประโยชน์อย่างไร
 - (1) ช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร
 - (2) ป้องกันการเกิดความดันโลหิตสูง
 - (3) ทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตดีขึ้น
 - (4) ช่วยในระบบขับถ่ายดีขึ้น
7. เด็กวัยรุ่นที่เป็นโรคอ้วนเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคใดได้ง่าย
 - (1) โรคหัวใจและหลอดเลือด
 - (2) โรคโลหิตจาง
 - (3) โรคภูมิแพ้
 - (4) โรคมะเร็ง
8. การรับประทานพิซซ่าหรือแฮมเบอร์เกอร์ในปริมาณที่มากเกินไปจะส่งผลใดต่อร่างกาย
 - (1) เกิดโรคอ้วน
 - (2) ร่างกายแข็งแรงขึ้น
 - (3) หิวบ่อย
 - (4) การขับถ่ายสะดวก
9. การรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยๆอาจทำให้ขาดสารอาหารชนิดใดมากที่สุด
 - (1) โปรตีน
 - (2) ไขมัน
 - (3) วิตามิน
 - (4) คาร์โบไฮเดรต

10. อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่นหรือไม่ เพราะเหตุใด
- (1) เหมาะสมเพราะเป็นอาหารที่รับประทานง่ายและสะดวก
 - (2) เหมาะสมเพราะมีสารอาหารครบถ้วนเหมาะแก่การเจริญเติบโต
 - (3) ไม่เหมาะสมเพราะมีแป้งและน้ำตาลปริมาณมากทำให้เกิดโรคอ้วนได้ง่าย
 - (4) ไม่เหมาะสมเพราะมีปริมาณพลังงานน้อยไม่เพียงพอต่อความต้องการของวัยรุ่น
11. อาหารชนิดใดต่อไปนี้จะให้พลังงานมากที่สุด
- (1) ยำมะม่วง
 - (2) แฮมเบอร์เกอร์
 - (3) แกงส้มปลาช่อน
 - (4) ข้าวต้มปลา
12. ผู้ที่เป็นโรคความดันโลหิตสูงไม่ควรรับประทานอาหารใด
- (1) ไส้กรอก
 - (2) พืชช้า
 - (3) แฮมเบอร์เกอร์
 - (4) ถูทุกข้อ
13. อาหารประเภทใดที่ทำให้ผู้บริโภคมักมีโอกาสเกิดโรคอ้วนได้ง่าย
- (1) แฮมเบอร์เกอร์ไก่ , แชนด์วิชหมู
 - (2) ไข่ต้ม , ยำวุ้นเส้น
 - (3) ต้มจืดเต้าหู้ , ยำมะม่วง
 - (4) แกงส้มปลา , ผัดผักคะน้า
14. อาหารในข้อใดมีโคเลสเตอรอลมากที่สุด
- (1) ไส้กรอก
 - (2) น้ำเต้าหู้
 - (3) ข้าวต้มมัด
 - (4) นมถั่วเหลือง
15. คำกล่าวในข้อใดถูกต้อง
- (1) ปริมาณโคเลสเตอรอลในร่างกายไม่สามารถทำให้ลดลงได้
 - (2) โคเลสเตอรอลเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด
 - (3) โคเลสเตอรอลไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
 - (4) โคเลสเตอรอลมีมากในผักและผลไม้
16. ข้อใดช่วยป้องกันการเกิดโรคอ้วนได้ดีที่สุด
- (1) การออกกำลังกาย
 - (2) รับประทานอาหารจำพวกผักและผลไม้
 - (3) หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาล
 - (4) การงดรับประทานอาหารมีไขมันและน้ำตาล
17. ผู้ที่เป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดไม่ควรรับประทานอาหารในข้อใด
- (1) แฮมเบอร์เกอร์
 - (2) ราดหน้ายอดผัก
 - (3) ปลาเก๋ราดพริก
 - (4) ต้มจืดหมูสับ

18. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับโคเลสเตอรอล
- (1) ร่างกายคนเราสามารถสร้างโคเลสเตอรอลได้เองบางส่วนและนำไปใช้ประโยชน์ได้
 - (2) การออกกำลังกายเพียงเบาๆไม่สามารถลดโคเลสเตอรอลได้
 - (3) น้ำมันพืชมีโคเลสเตอรอลสูง
 - (4) ในอาหารทะเลไม่มีสารอาหารพวกโคเลสเตอรอล
19. ไชมันอิ่มตัวจากพืชชนิดใดที่ทำให้เกิดโรคหัวใจ
- (1) น้ำมันดอกทานตะวัน
 - (2) น้ำมันถั่วเหลือง
 - (3) น้ำมันงา
 - (4) น้ำมันปาล์ม
20. สารปรุงแต่งในอาหารจานด่วนข้อใดมีอันตรายน้อยที่สุด
- (1) ผงชูรส
 - (2) เนย
 - (3) ซอสมะเขือเทศ
 - (4) พริกไทย
21. โคเลสเตอรอลมีหน้าที่สำคัญคือข้อใด
- (1) สร้างเซลล์ประสาทและเยื่อหุ้มประสาท
 - (2) สลายไขมันในลำไส้ใหญ่
 - (3) ทำให้ผนังหลอดเลือดหัวใจแข็งแรงขึ้น
 - (4) ช่วยขับของเสียที่ร่างกายไม่ต้องการออกมาทางเหงื่อ
22. อาหารต่อไปนี้ข้อใดให้แคลอรีมากที่สุด
- (1) ข้าวคลุกกะปิ
 - (2) สลัดผักน้ำใส
 - (3) แกงเลียง
 - (4) พืชชำหน้าทะเล
23. ผลของการรับประทานอาหารจานด่วนที่มีต่อร่างกายคือข้อใด
- (1) ทำให้ร่างกายได้รับพลังงานมากเกินความต้องการของร่างกาย
 - (2) ทำให้ร่างกายได้รับพลังงานพอดีกับความต้องการของร่างกาย
 - (3) ทำให้ร่างกายได้รับพลังงานน้อยเกินความต้องการของร่างกาย
 - (4) ทำให้ร่างกายแข็งแรงมีภูมิต้านทานโรคมมากขึ้น
24. อาหารในข้อใดที่ให้ปริมาณโซเดียมค่อนข้างสูง
- (1) ไส้กรอก พืชชำ
 - (2) สลัดผัก ราดหน้ายอดผัก
 - (3) หมูทอด ไข่เจียว
 - (4) ผัดผักรวมมิตร คะน้าหมูกรอบ
25. การบริโภคเกลือโซเดียมปริมาณมากจะส่งผลใดต่อร่างกาย
- (1) เพิ่มความดันโลหิต
 - (2) ส่งผลให้ผู้ป่วยโรคไตขับปัสสาวะได้ดีขึ้น
 - (3) ส่งผลให้การขับถ่ายดีขึ้น
 - (4) ช่วยสลายไขมันส่วนเกินที่สะสมในร่างกาย

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาว่า ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อความนั้นๆอย่างไร โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดโดยมีเกณฑ์ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนมาก

ไม่แน่ใจ เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นบางส่วน

ไม่เห็นด้วย เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนมาก

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีคุณค่าครบถ้วน เหมาะกับเด็กวัยรุ่น					
2.	อาหารจานด่วนมีเส้นใยอาหารมาก					
3.	พิชชามีประโยชน์มากกว่าการรับประทานผัก คะน้าหมูกรอบราดข้าว					
4.	การรับประทานอาหารจานด่วนแสดงถึงความ เป็นคนทันสมัย					
5.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารของคนรวย					
6.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารสำหรับคนรุ่นใหม่					
7.	การรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยๆทำให้ท่าน เป็นโรคขาดสารอาหาร					
8.	การรับประทานอาหารจานด่วนที่ร้านจะมีความ ปลอดภัยมากกว่ารับประทานที่บ้าน					
9.	อาหารจานด่วนประเภทบิง ย่าง และรมควันไม่ มีอันตรายต่อร่างกาย					
10.	การรับประทานผัดมักกะโรนีบ่อยๆจะช่วย ป้องกันโรคเบาหวานได้					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
11.	การรับประทานอาหารประเภทไส้กรอก ไก่ทอด และ แฮมเบอร์เกอร์เป็นประจำทำให้ร่างกายแข็งแรง					
12.	ควรมีการสอนเรื่องอาหารจานด่วนในหลักสูตรการเรียนวิชาสุขศึกษา					
13.	เราควรรับประทานอาหารจานด่วนแทนอาหารมือหลัก 1 มื้อ					
14.	อาหารจานด่วนเป็นอาหารที่มีคุณค่า และได้มาตรฐานสากล					
15.	ท่านชอบและเลือกที่จะรับประทานอาหารจานด่วน					
16.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนเพราะรสชาติอร่อยกว่าอาหารอื่น					
17.	ท่านรับประทานอาหารโดยคำนึงถึงความอร่อยมากกว่าคุณค่าทางโภชนาการ					
18.	ถ้าท่านมีรายได้เพิ่มขึ้นกว่าเดิมท่านจะรับประทานอาหารจานด่วนบ่อยขึ้น					
19.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนเพราะสะอาด					
20.	การรับประทานอาหารจานด่วนทำให้ท่านมีน้ำหนักตัวลดลง					
21.	อาหารจานด่วนทำให้ท่านมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น					
22.	อาหารจานด่วนทำให้ท่านมีระบบการขับถ่ายที่ดี					
23.	อาหารจานด่วนทำให้ท่านมีไขมันในเลือดสูง					
24.	การรับประทานอาหารจานด่วนแสดงถึงความมีหน้ามีตาในสังคม					
25.	ในโอกาสพิเศษต่างๆท่านเลือกที่จะจัดเลี้ยงฉลองในร้านอาหารจานด่วน					

ลำดับ	วิธีที่พ่อแม่ปฏิบัติต่อท่าน	จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	ไม่ค่อย จะจริง	ไม่จริง เลย
10.	พ่อแม่มักจะถามความคิดเห็นของท่านก่อนที่จะตัดสินใจในเรื่องต่างๆ				
11.	พ่อแม่ของท่านไม่ชอบให้ท่านเล่นดนตรีเพราะกลัวเสียเวลาเรียน				
12.	พ่อแม่ให้เงินท่านตามจำนวนที่ต้องการโดยไม่เคยสอบถามว่าจะนำไปทำอะไร				
13.	พ่อแม่อนุญาตให้ท่านเล่นกีฬาที่ชอบ				
14.	พ่อแม่มักจะดูค่าท่านบ่อยๆเกี่ยวกับความประพฤติ				
15.	ท่านกลับถึงบ้านไม่เคยเจอหน้าพ่อแม่				
16.	พ่อแม่เอาใจใส่ดูแลสุขภาพของท่านเสมอ				
17.	พ่อแม่มักเคี้ยวข้าวเหนียวให้ท่านรับประทานอาหารที่ไม่ชอบ				
18.	พ่อแม่มักจะดูค่าหากท่านสอบตก				
19.	พ่อแม่ยอมรับในการตัดสินใจของท่านหากท่านมีเหตุผลเพียงพอ				
20.	เมื่อท่านทำผิดท่านมักจะถูกลงโทษด้วยการเขียนตีเสมอ				
21.	ท่านจะเดินทางไปไหนก็ได้โดยที่พ่อแม่ไม่เคยสนใจ				
22.	พ่อแม่อนุญาตให้ท่านเรียนพิเศษในวันเสาร์และวันอาทิตย์				
23.	พ่อแม่ขับรถไปส่งท่านด้วยตัวเองทุกครั้งไม่ว่าท่านจะไปไหน				
24.	พ่อแม่ไม่เคยสนใจว่าท่านจะชอบหรือไม่ชอบรับประทานอาหารเช้า				

ตอนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาว่า ข้อความดังกล่าวตรงกับความเป็นจริงมากน้อยเพียงใด โดยมีเกณฑ์พิจารณาดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึงการกระทำที่ผู้ตอบแบบสอบถามปฏิบัติตั้งแต่4ครั้งขึ้นไปต่อสัปดาห์

ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึงการกระทำที่ผู้ตอบแบบสอบถามปฏิบัติตั้งแต่1-3 ครั้งต่อสัปดาห์

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึงการกระทำที่ผู้ตอบแบบสอบถามไม่เคยปฏิบัติเลยหรือปฏิบัติต่ำกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์

ลำดับ	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1.	ท่านจะรับประทานอาหารจานด่วนควบคู่กับน้ำอัดลม			
2.	ท่านใช้เวลาในการรับประทานอาหารจานด่วนในแต่ละครั้งนานเกิน 1 ชั่วโมง			
3.	ท่านสั่งพิซซ่ามารับประทานที่บ้านโดยใช้บริการทางโทรศัพท์			
4.	ท่านใช้ร้านอาหารจานด่วนเป็นสถานที่นัดพบกับเพื่อน			
5.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนเป็นอาหารมื้อหลัก1 มื้อ			
6.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนเป็นกลุ่ม			
7.	ท่านจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ในร้านอาหารจานด่วน			
8.	ท่านไปรับประทานอาหารจานด่วนกับครอบครัว			
9.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนที่เปิดให้บริการในห้างสรรพสินค้า			
10.	ท่านไปรอพบเพื่อนในร้านอาหารจานด่วน			
11.	ท่านไปใช้บริการอาหารจานด่วนในช่วงเวลา 15.00 น. ถึง 20.00 น.			
12.	ท่านต้องจ่ายเงินค่าอาหารจานด่วนโดยเฉลี่ยมากกว่า 300 บาทต่อครั้ง			
13.	ท่านสั่งอาหารจานด่วนที่มีราคาแพง			
14.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนกับกาแฟในตอนเช้า			
15.	ท่านสั่งอาหารจานด่วนหลายชนิดจนรับประทานไม่หมด			

ลำดับ	พฤติกรรมกรบริโภคอาหารจานด่วน	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
16.	หลังจากรับประทานอาหารจานด่วนที่ร้านแล้ว ท่านจะซื้อกลับไปรับประทานที่บ้านด้วย			
17.	ท่านนัดเพื่อนไปสังสรรค์ในร้านอาหารจานด่วน			
18.	ท่านเลือกรับประทานอาหารจานด่วนโดยคำนึงถึงความรวดเร็วและความสะดวก			
19.	ท่านรับประทานอาหารจานด่วนเวลาท่านหิว			
20.	ท่านหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารจานด่วนแทนข้าวมีเย็นเพราะกลัวอ้วน			
21.	ท่านสั่งพิซซ่ามารับประทานที่ทำงานกับเพื่อนๆ แทนมื้อกลางวัน			
22.	ท่านจัดงานวันเกิดในร้านอาหารจานด่วนทุกปี			
23.	ท่านไปนั่งรอเพื่อนในร้านอาหารจานด่วน			
24.	ท่านเลือกรับประทานอาหารจานด่วนตามรายการโฆษณาใหม่ๆ			
25.	ท่านรับประทานแฮมเบอร์เกอร์หมูแทนอาหารมีเย็น			
26.	ท่านหลีกเลี่ยงการใช้อาหารจานด่วนเป็นอาหารว่าง			
27.	ท่านชอบรับประทานไก่ทอดกับน้ำอัดลม			
28.	ท่านหลีกเลี่ยงการรับประทานฮอตดอกกับมันฝรั่งทอดในมีเย็น			
29.	ท่านใส่ซอสมะเขือเทศมากเวลารับประทานแฮมเบอร์เกอร์			
30.	ท่านรับประทานไส้กรอก แฮม กับไข่ดาวในตอนเช้า			

เฉลยแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ข้อ 1	4	ข้อ 2	4	ข้อ 3	2
ข้อ 4	1	ข้อ 5	2	ข้อ 6	4
ข้อ 7	1	ข้อ 8	1	ข้อ 9	3
ข้อ 10	3	ข้อ 11	2	ข้อ 12	4
ข้อ 13	1	ข้อ 14	1	ข้อ 15	2
ข้อ 16	1	ข้อ 17	1	ข้อ 18	1
ข้อ 19	4	ข้อ 20	4	ข้อ 21	1
ข้อ 22	4	ข้อ 23	1	ข้อ 24	1
ข้อ 25	1	ข้อ 26	2	ข้อ 27	4
ข้อ 28	3	ข้อ 29	3	ข้อ 30	3

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

เจตคติทางลบต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ ข้อ 7,12,19 และ 23

เจตคติทางบวกต่อการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ ข้อ 1,2,3,4,5,6,8,9,10,11,13, 14,15,16,17,18,20,21,22,24 และ 25

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะการอบรมเลี้ยงดู

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ได้แก่ ข้อ 1,4,7,10,13,16,19 และ 22

การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ได้แก่ ข้อ 2,5,8,11,14,17,20 และ 23

การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ได้แก่ ข้อ 3,6,9,12,15,18,21 และ 24

ตอนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน

หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารจานด่วน ได้แก่ ข้อ 20,26 และ 28

รับประทานอาหารจานด่วน ได้แก่ ข้อ 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17, 18,19,21,22,23,24,25,27,29 และ 30

ตาราง 13 แสดงค่าความยากง่าย และค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน

ข้อที่	ค่าความยากง่าย	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.82	0.67
2	0.90	0.37
3	0.54	0.51
4	0.94	0.59
5	0.76	0.36
6	0.80	0.40
7	0.90	0.63
8	0.86	0.58
9	0.70	0.43
10	0.52	0.55
11	0.40	0.41
12	0.92	0.39
13	0.92	0.71
14	0.72	0.61
15	0.60	0.33
16	0.82	0.67
17	0.86	0.37
18	0.50	0.15
19	0.48	0.14
20	0.40	0.41
21	0.28	0.22
22	0.66	0.26
23	0.52	0.33
24	0.44	0.39
25	0.54	0.49
26	0.52	0.26
27	0.72	0.22

ตาราง 13 (ต่อ)

ข้อที่	ค่าความยากง่าย	ค่าอำนาจจำแนก
28	0.66	0.57
29	0.64	0.38
30	0.62	0.25

ค่าความเชื่อมั่น (α) = 0.8609

ตาราง 14 แสดงค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเจตคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.55
2	0.24
3	0.56
4	0.63
5	0.30
6	0.53
7	0.20
8	0.22
9	0.27
10	0.32
11	0.52
12	0.55
13	0.34
14	0.34
15	0.58
16	0.35
17	0.42
18	0.34
19	0.15
20	0.18
21	0.14
22	0.53
23	0.36
24	0.25
25	0.34

ค่าความเชื่อมั่น (α) = 0.7916

ตาราง 15 แสดงค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามลักษณะการอบรม
เลี้ยงดู

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.58
2	0.49
3	0.36
4	0.45
5	0.20
6	0.41
7	0.23
8	0.19
9	0.23
10	0.60
11	0.41
12	0.48
13	0.50
14	0.37
15	0.51
16	0.29
17	0.49
18	0.36
19	0.42
20	0.23
21	0.25
22	0.31
23	0.60
24	0.56

ค่าความเชื่อมั่น (α) = 0.8445

ตาราง 16 แสดงค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามพฤติกรรม
การบริโภคอาหารจานด่วน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.48
2	0.58
3	0.37
4	0.44
5	0.37
6	0.51
7	0.43
8	0.45
9	0.56
10	0.67
11	0.63
12	0.58
13	0.44
14	0.56
15	0.46
16	0.047
17	0.52
18	0.57
19	0.33
20	0.17
21	0.15
22	0.42
23	0.41
24	0.41
25	0.21
26	0.18
27	0.59

ตาราง 16 (ต่อ)

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
28	0.36
29	0.46
30	0.39

ค่าความเชื่อมั่น (α) = 0.8846

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาววิไลวรรณ คงกิจ
วันเดือนปีเกิด	17 มกราคม 2514
สถานที่เกิด	1/1 ต. ท่งมะพร้าว อ. ท้ายเหมือง จ. พังงา 82120
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	82/688 หมู่บ้านซิเมนต์ไทย ถนนประชาชื่น แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ 6
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2533	ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสารวิทยา กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2537	พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยรังสิต
พ.ศ. 2548	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ