

ทัศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

จันทกร มาประชุม¹ และ ฉันทนา ปาปัดถา^{2*}

วันที่รับบทความ : 22 ต.ค. 2565

วันแก้ไขบทความ : 23 มิ.ย. 2566

วันที่ตอบรับบทความ : 26 มิ.ย. 2566

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาทัศนคติการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ 2) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ 3) เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ และ 4) ศึกษาทัศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 317 คน สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า (1) ทัศนคติการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.37 (2) พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.47 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า (1) เพศต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน (2) ระดับชั้นต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (3) ทัศนคติต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยมีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ เพิ่มขึ้น .640 หน่วย หรือเพิ่มขึ้นร้อยละ 6.40

คำสำคัญ: พฤติกรรม; ทัศนคติ; การบริโภค; นักเรียน

¹ ครู โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ผู้ประสานงานหลัก : chantana.p@rmutp.ac.th

Attitudes Affecting Food Consumption Behaviors of Omnoi Sophonchanupatham School Students

Chantakorn Maprachom¹ and Chantana Papattha^{2*}

Received: 22 Oct 2022

Revised: 23 Jun 2023

Accepted: 26 Jun 2023

Abstract

The objectives of this research were to (1) study food consumption attitudes of students at Omnoi Sophonchupat School, (2) study food consumption behavior of students at Omnoi Sophonchupat School, (3) to compare the population characteristics and food consumption behavior of students at Omnoi Sophonchanupat School, and (4) study attitudes affecting food consumption behavior of students at Omnoi Sophonchanupat School. A sample of 317 pupils in grades 1-6 were given a questionnaire, and the results were gathered. The following statistical techniques were employed in the study: mean, standard deviation, T-test, one-way analysis of variance, and multiple regression analysis. The study's conclusions were as follows: (1) Students at Omnoi Sophonchanupatham School had very positive opinions toward food intake ($\bar{x}=4.37$). (2) Students at Omnoi Sophonchanupatham School exhibit significant levels of food consumption habit ($\bar{x}=3.47$). The findings of the hypothesis test showed that (1) there were no differences in food consumption behaviors between genders and (2) there were differences in food consumption behaviors between grades. .05 level statistical significance. (3) Attitude factors toward food consumption of Omnoi-Sophonchanupatham School students were the factors influencing food consumption behavior, with statistical significance at .05. This factor caused an increase in food consumption of Omnoi Sophonchanupatham School students of .640 units, or 6.40%.

Keywords: Behavior; Attitude; Consumption; Students

¹ Teacher, Omnoi Sophonchanupatham School email: kru.james.marprachum@gmail.com

² Assistant Professor, Faculty of Mass Communication Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon

* Corresponding Author : chantana.p@rmutp.ac.th

1. บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

อาหารและโภชนาการเป็นปัจจัยพื้นฐานสำหรับการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา ตลอดจนส่งเสริมสุขภาพอนามัยของมนุษย์ให้แข็งแรงสมบูรณ์ การบริโภคอาหารถูกหลักโภชนาการจะทำให้ร่างกายเจริญเติบโตอย่างเหมาะสม เป็นไปตามศักยภาพที่ควรจะเป็น (อนุกุล พลศิริ, 2551) ซึ่งพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทยในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากโดยมีสาเหตุมาจากสภาพภาพสังคม วัฒนธรรม และความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่ทันสมัยขึ้น จากวิถีชีวิตที่เคยรับประทานอาหารพร้อมหน้ากันทั้งครอบครัวในบ้าน โดยเฉพาะอาหารมื้อเช้า แต่ด้วยวิถีชีวิตที่เร่งรีบในปัจจุบัน ก็เปลี่ยนเป็นการเลือกรับประทานอาหารนอกบ้าน รับประทานอาหารจานด่วน และเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปกันมากขึ้น เพราะความสะดวกและรวดเร็ว (สุลัดดา พงษ์อุทธา และวาทีณี คุณเผือก, 2558) โดยการเลือกซื้ออาหารสำหรับวัยรุ่นและเยาวชนไทยยังเป็นไปตามความชอบ (ร้อยละ 27.7) ความอยากรับประทาน (ร้อยละ 18.8) และรสชาติ (ร้อยละ 18.8) เป็นหลัก มีเพียงร้อยละ 8.1 ที่คำนึงถึงคุณค่าทางอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอื่น ๆ ที่พบ เช่น การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดจากประเทศตะวันตกที่อาจมีรสชาติถูกปาก แต่ให้พลังงานและไขมันในสัดส่วนที่สูง ในปี 2560 ร้อยละ 47.8 ของวัยรุ่นและเยาวชนทั่วประเทศรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง ในขณะที่พฤติกรรมการกินผักผลไม้ในกลุ่มนี้ยังอยู่ในระดับที่ต่ำ โดยเฉพาะในช่วงอายุ 10-14 ปี ที่ไม่ถึง 1 ใน 4 ที่บริโภคผักผลไม้สดเป็นประจำทุกวัน (เว็บสารสนเทศสุขภาพไทย, 2563) และจากผลการศึกษาของ อนุกุล พลศิริ (2551) ที่พบว่า นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ มีทัศนคติการบริโภคอาหารในระดับดี และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับปานกลาง และ อติชา สังขะทิพย์ และ สุลล โลวีวรรณ (2560) ควรส่งเสริมการให้ความรู้ปรับเปลี่ยนทัศนคติและการบริโภคอาหาร รวมทั้งส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และภาวะโภชนาการที่ดีขึ้น

เมื่อปี 2550 พบว่า เด็กและวัยรุ่นไทยอ้วนประมาณ 15 ล้านคน พบมากที่สุดในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งสาเหตุหลักมาจากพฤติกรรมการกิน (ปราษฎ์ บุญยวงศ์วิโรจน์, 2551) โดยวัยรุ่นมักนิยมบริโภคตามสื่อโฆษณา นอกจากนี้ยังพบว่า วัยรุ่นขาดความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารเลือกซื้อโดยขาดการไตร่ตรอง ไม่คำนึงถึงคุณภาพ โดยรับประทานอาหารประเภทหวาน มัน และเค็มมากเกินไป รวมทั้งอาหารปิ้ง ย่าง รับประทานผักและผลไม้ไม่นิยมดื่มน้ำอัดลมมากกว่าน้ำสะอาด (สุวรรณา เชียงขุนทด และคณะ, 2557) และเมื่อพิจารณาตามช่วงวัย พบว่าเด็กที่อยู่ในวัยประถมศึกษาและมัธยมศึกษามีปัญหาโรคอ้วนโดยเฉพาะเด็กที่อาศัยในเขตเมือง (ชนิกา ตูจินดา, 2552) ดังนั้น พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากความเชื่อหรือค่านิยมที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ชอบรับประทานอาหารตามแฟชัน ชอบรับประทานอาหารตามโฆษณา ชวนเชื่อที่มาจากบุคคลที่มีชื่อเสียงทั้งในและต่างประเทศชอบอาหารรูปแบบแปลกใหม่ และชอบอาหารที่มาจากต่างประเทศ (มโนลี ศรีเปารยะ เพ็ญพงษ์, 2559) นอกจากนี้ ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์ และ วรางคณา อุดมทรัพย์ (2560) นำเสนอไว้ว่า กระแสสื่อสังคมออนไลน์เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ซึ่งปัจจุบัน สื่อโฆษณาในประเทศไทยมีแนวโน้มเป็นที่นิยมมากขึ้น อาหารเสริมและอาหารสำเร็จรูปจึงเป็นสินค้าที่เป็นที่ต้องการและหาซื้อได้ง่าย โดยผ่านสื่อโฆษณาทางอินเทอร์เน็ต เพียงแค่ผู้ผลิตนำภาพอาหารจากร้านที่มีชื่อเสียงมาโพสต์ในสื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ ก็สามารถเป็นที่ถูกใจคนทุกเพศทุกวัยโดยเฉพาะวัยรุ่น ให้หันมาใช้สินค้าและเลือกบริโภคอาหารผ่านทางสื่อ ดังนั้น ปัญหานี้จึงควรได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน เพื่อป้องกันปัญหาด้านสุขภาพของคนไทยในอนาคต

จากที่มาและความสำคัญดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ ทัศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ เนื่องจากในโรงเรียน ยังไม่มีการศึกษาถึงเกี่ยวกับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารและพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก อีกทั้งยังมีตัวแปรที่อาจเกี่ยวข้องกับความรู้อาหารและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กที่ยังไม่ได้เข้ามาศึกษา หากเราทราบภาวะ

โภชนาการของเด็กในโรงเรียนชัดเจนขึ้น จะสามารถหาแนวทางแก้ไขที่ถูกต้องและสอดคล้องกับปัญหาที่เกิดขึ้น และหาแนวทางป้องกันเพื่อไม่ให้เกิดปัญหานี้ในระยะยาว

1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาทัศนคติต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์
- 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์
- 3) เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์
- 4) เพื่อศึกษาทัศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

2. การทบทวนวรรณกรรม

2.1 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทัศนคติ

ทัศนคติ คือ ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ อันเป็นผล เนื่องจากการเรียนรู้ประสบการณ์และเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่อสิ่งต่าง ๆ ไปในทิศทางใด ทิศทางหนึ่งซึ่งอาจเป็นไปทางสนับสนุนหรือคัดค้านได้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540) และ รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548) กล่าวว่า ทัศนคติ คือการประเมินหรือการตัดสินเกี่ยวกับความชอบหรือไม่ชอบในวัตถุ คน หรือเหตุการณ์ ซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกของคนๆ หนึ่งเกี่ยวกับบางสิ่งบางอย่าง หรือเป็นท่าทีหรือแนวโน้มของบุคคลที่แสดงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งอาจเป็นบุคคล กลุ่มคน ความคิด หรือสิ่งของก็ได้ ในขณะที่ Schermerhorn (2000) ได้อธิบายถึงความของทัศนคติ คือ การวางแนวคิดความรู้สึกให้สามารถตอบสนองได้ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบต่อบุคคลหรือสิ่งของ ในภาวะแวดล้อมของบุคคลหรือทัศนคตินั้นสามารถที่จะรู้หรือได้ถูกตีความได้จากสิ่งที่คนพูดออกมาอย่างไม่เป็นทางการหรือการสำรวจที่เป็นทางการ หรือพฤติกรรมของบุคคลเหล่านั้น ซึ่งทัศนคติ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) องค์ประกอบด้านความรู้ (Cognitive Component: Learn) เป็นความเชื่อ ความรู้ความคิด และความคิดเห็นของผู้บริโภคเกี่ยวกับวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่ง (2) องค์ประกอบด้านความรู้สึก เป็นปฏิกิริยาทางด้านความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีต่อวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่ง และ (3) องค์ประกอบทางด้านพฤติกรรมเป็นแนวโน้มที่จะตอบสนองในลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งต่อวัตถุหรือกิจกรรม และ มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร ได้แก่ อนุกุล พลศิริ (2551) ที่พบว่า นักศึกษา มีทัศนคติการบริโภคอาหารในระดับดี ในขณะที่ อติชา สังขะทิพย์ และ สุวลี โล่วรรณ (2560) พบว่า ทัศนคติในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น สรุปได้ว่า ทัศนคติเป็นเรื่องของจิตใจ ทาที่ความรู้สึกนึกคิด และความโน้มเอียงของบุคคลที่มีต่อข้อมูลข่าวสาร และการเปิดรับรายการการรณรงค์ที่รับรู้มา ซึ่งเป็นไปได้ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ ทัศนคติมีผลให้มีการแสดงพฤติกรรมออกมา จะเห็นได้ว่าทัศนคติประกอบด้วยความคิดที่มีผลต่ออารมณ์และความรู้สึกนั้นออกมาโดยทางพฤติกรรม

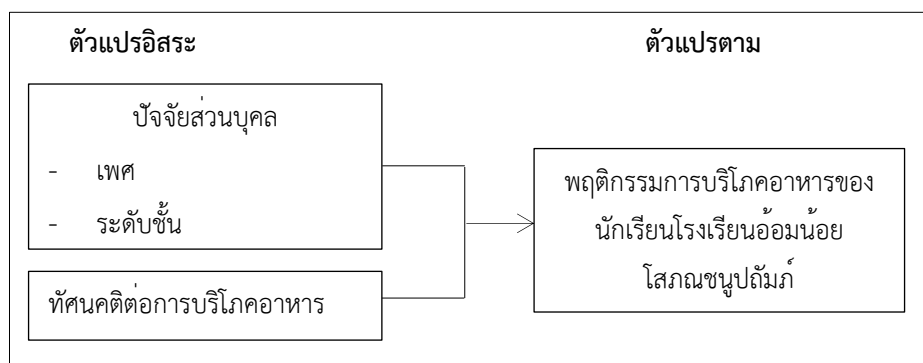
2.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค

พฤติกรรม หมายถึง การกระทำหรืออาการที่แสดงออกทางกล้ามเนื้อ ความคิดและความรู้สึก เพื่อตอบสนองสิ่งเร้า (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ซึ่งสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2549) กล่าวว่า พฤติกรรม คือสิ่งที่บุคคลกระทำ แสดงออกมาตอบสนอง หรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งสภาพการณ์ใดสภาพการณ์หนึ่งโดยที่ผู้อื่นสามารถสังเกตได้ และ ธนัญญา ธีระกนิษฐ์ (2555) กล่าวว่า พฤติกรรม คืออาการที่แสดงออกของมนุษย์ ปฏิบัติโต้ตอบต่อสิ่งเร้าที่อยู่รอบตัว โดยจากการสังเกตหรือการใช้เครื่องมือช่วยวัดพฤติกรรม ซึ่งส่งผลต่อกระบวนการทางร่างกาย ในขณะที่พฤติกรรมการบริโภคอาหาร คือพฤติกรรมการบริโภคเป็นเรื่องของลักษณะวิธีการรับประทานอาหาร ว่ารับประทานอาหารอะไร รับประทานอาหารอย่างไร มากหรือน้อย บ่อยหรือไม่ในรอบวันหรือเดือน มีระเบียบมารยาทในการรับประทานอาหารเป็นเช่นไร ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจำแนกไปตามลักษณะหรือประเภทของบุคคลเป็นเด็ก หรือผู้ใหญ่ คนชรา หรืออาจจำแนกการรับประทานอาหารตามโอกาส เช่น รับประทานอาหารที่บ้าน รับประทานอาหารที่ร้านอาหาร เป็นต้น นอกจากนี้ พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ไปถึงเรื่องเกี่ยวกับการหาและการทำอาหารก่อนที่จะเอามารับประทานว่าได้สดุนั้นมาจากไหน วิธีใด ใช้วิธีการใดในการรักษาหรือเพิ่มพูนคุณค่าทางโภชนาการ

ได้ดีที่สุด วิธีใดทำลายหรือลดคุณค่าทางโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ใช่พฤติกรรมธรรมชาติเอกเทศส่วนบุคคลที่จะทำได้โดยเสรีตามอำเภอใจ แต่เป็นการกระทำทางสังคมและวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นเสมอ จึงต้องดำเนินการให้เป็นไปตามรูปแบบและกฎเกณฑ์ที่กลุ่มกำหนดไว้ เรื่องอาหารและการรับประทานอาหาร (ศิริลักษณ์ สีนวลชัย, 2533) และจากผลการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ ปุรินทร์ ศรีศัลลักษณ์ (2557) พบว่า พฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่นตอนปลายมีความเหมาะสมในระดับปานกลาง โดยประมาณครึ่งหนึ่งรับประทานอาหารมื้อเช้าเป็นบางวัน และนิยมดื่มชา กาแฟวันละ 1 แก้ว ในขณะที่ อนุกุล พลศิริ (2551) ที่พบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับปานกลาง อติชา สังขะทิพย์ และ สุวลีโลวีรกรรม (2560) พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีการบริโภคอาหาร ส่วนใหญ่รับประทานอาหารมื้อหลัก 3 มื้อต่อวัน โดยเลือกจากคุณค่าทางโภชนาการ นักเรียนรับประทานอาหารเช้า อาหารกลางวัน อาหารเย็น และอาหารระหว่างมื้อ ร้อยละ 79.4, 95.6, 95.1 และ 77.5 และการศึกษาของ มโนลี ศรีเปารยะ เพ็ญพงษ์ (2559) ที่พบว่า นักเรียนและนักศึกษาที่อาศัยอยู่ในเขตจังหวัดสุราษฎร์ธานีมีพฤติกรรมนิยมบริโภคน้ำอัดลม อาหารรสจัดอยู่ระดับปานกลางถึงค่อนข้างมาก นอกจากนี้ยังมีผลงานวิจัยของ วัชรภรณ์ ภิรมย์ฤทธิ์ (2560) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 57.63 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน นิยมอาหารจานด่วนประเภทรับประทานอิม ซอบรับประทานอาหารจานด่วนเมนูไก่ทอด มีเหตุผลที่เลือกรับประทาน คือ ซอรสชาติอร่อย ร้อยละ 46.4 ค่าใช้จ่ายการบริโภค 101-200 บาท ร้อยละ 60.1 สถานที่การบริโภค ร้านเคเอฟซี ร้อยละ 60.10 ช่องทางการรับรู้อาหารจานด่วน คือ เฟสบุ๊ก ร้อยละ 49.6 และด้านราคาอาหารจานด่วนมีให้เลือกหลากหลาย ร้อยละ 35.9 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารแต่ละครั้ง ระดับชั้นที่กำลังศึกษา มีความสัมพันธ์กับประเภทอาหารจานด่วน เมนูอาหารจานด่วนที่ชอบรับประทาน และด้านราคาอาหารจานด่วน จำนวนเงินที่ได้รับมาโรงเรียนต่อวันมีความสัมพันธ์กับช่องทางการรับรู้อาหารจานด่วน รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับเหตุผลที่เลือกการบริโภค และค่าใช้จ่ายในการบริโภคแต่ละครั้ง ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับเหตุผลที่เลือกการบริโภค และค่าใช้จ่ายในการบริโภคแต่ละครั้ง ความรู้เกี่ยวกับอาหารจานด่วนมีความสัมพันธ์กับสถานที่ในการบริโภค และช่องทางการรับรู้ข่าวอาหารจานด่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้น สรุปได้ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหาร คือ การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่กระทำเป็นประจำ ซึ่งเป็นการแสดงออก ได้แก่ ด้านการกระทำ เช่น การเลือกชนิดของอาหาร การเตรียม การปรุง และการบริโภคอาหารจนเป็นสุขนิสัย เป็นต้น ด้านความคิดและความรู้สู่การบริโภคอาหาร ซึ่งจะส่งผลต่อการปฏิบัติถูกต้องตามหลักโภชนาการ และส่งผลให้บุคคลมีภาวะโภชนาการที่ดี เช่น การเลือกรับประทานอาหารเฉพาะบางชนิดที่ชอบรับประทาน และอาหารที่ชอบนั้นเป็นอาหารที่ไม่มีประโยชน์หรือมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการปรุงอาหารที่ไม่ถูกต้องจะส่งผลให้เกิดปัญหาทางโภชนาการตามมา เป็นต้น

3. กรอบแนวคิดและสมมติฐานการวิจัย

การศึกษาเรื่อง ทักษะคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ พฤติกรรมผู้บริโภค และทัศนคติในการบริโภคอาหาร และข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล สามารถสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

จากกรอบแนวคิดการวิจัย สามารถกำหนดเป็นสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1: ลักษณะทางประชากรต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน

สมมติฐานย่อยที่ 1.1: เพศต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน

สมมติฐานย่อยที่ 1.2: ระดับชั้นต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 2: ทัศนคติส่งผลต่อพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

4. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่อง ทัศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย คณะผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

4.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ จำนวน 1,800 คน (งานทะเบียนและวัดผล โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์, 2565)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ โดยกำหนดขนาดตัวอย่างด้วยวิธีการเปิดตารางกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie and Morgan (1970) ผู้วิจัยจะต้องทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 317 คน และทำการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง โดยอาศัยความสนใจของกลุ่มตัวอย่าง

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม (Questionnaire) โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน มีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้น มีลักษณะข้อมูลแบบ Nominal Scale และ Ordinal Scale ในรูปแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

ส่วนที่ 2 ทัศนคติต่อบริโภคอาหาร เป็นคำถามให้ผู้เลือกตอบเพียงข้อเดียว ใช้การวัดข้อมูลแบบ Interval Scale แบ่งระดับความเห็นเป็น 5 ระดับ ได้แก่ 5 = มากที่สุด 4 = มาก 3 = ปานกลาง 2 = น้อย และ 1 = น้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมบริโภคอาหาร เป็นคำถามให้ผู้เลือกตอบเพียงข้อเดียว ใช้การวัดข้อมูลแบบ Interval Scale แบ่งระดับความเห็นเป็น 5 ระดับ ได้แก่ 5 = มากที่สุด 4 = มาก 3 = ปานกลาง 2 = น้อย และ 1 = น้อยที่สุด

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

4.3 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย การสร้างแบบสอบถามเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถามและหาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

1) การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) เป็นการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ ด้วยการประเมินค่า IOC (Index of Item Objective Congruence) มีการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาโดยอาศัยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ผลจากการประเมินความตรงเชิงเนื้อหา พบว่า ข้อคำถาม 25 ข้อ มีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่าความตรงระหว่าง 0.66-1.00 และมีข้อเสนอแนะเพื่อการปรับแก้ข้อคำถามให้มีความสมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น ซึ่งผู้ศึกษาได้ดำเนินการปรับแก้ข้อคำถามต่าง ๆ ตามข้อเสนอแนะก่อนจัดทำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ก่อนนำไปทดลองใช้

2) การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยการนำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปทดลองใช้ (Try Out) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายกับ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจริง จำนวน 30 คน และเมื่อรวบรวมข้อมูลแล้วนำมาวิเคราะห์ หาค่าความเชื่อมั่นของชุดแบบสอบถาม ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า แบบสอบถามทั้งฉบับมีค่าความเชื่อมั่น ที่ .926 ซึ่งถือว่ามีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูงมาก

4.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยดำเนินการวิจัยโดยการแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง มีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

- 1) จัดเตรียมแบบสอบถามแบบสอบถาม
- 2) ดำเนินการขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ โดยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่าง 26 กันยายน – 18 ตุลาคม 2565
- 3) ตรวจสอบความสมบูรณ์แบบสอบถามให้ครบตามจำนวนที่กำหนด 317 ชุด
- 4) บันทึกข้อมูลเพื่อนำไปทำการวิเคราะห์ข้อมูล

4.5 การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- 1) การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ และระดับชั้น ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย การหาความถี่ และร้อยละ
- 2) การวิเคราะห์ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้วยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาค่าเฉลี่ย ดังนี้ (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2550)

ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50	ความหมาย	น้อยที่สุด
ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50	ความหมาย	น้อย
ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50	ความหมาย	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50	ความหมาย	มาก
ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00	ความหมาย	มากที่สุด

- 3) การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

การทดสอบสมมติฐานที่ 1 ลักษณะทางประชากรต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน สำหรับตัวแปรที่มีตัวแปรย่อย 2 ตัวแปร ได้แก่ เพศ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการทดสอบค่าที (t-Test) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.5 และตัวแปรที่มีตัวแปรย่อยมากกว่า 2 ตัวแปร ได้แก่ ระดับชั้น ทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และทำการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยด้วยวิธี LSD ที่ระดับนัยสำคัญ .05

การทดสอบสมมติฐานที่ 2 ทศนคติส่งผลต่อพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยเชิงเส้นอย่างง่าย (Simple Linear Regression Analysis) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

5. ผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง ทศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ โดยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสามารถนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

5.1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล จากการสำรวจพบว่า เพศส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.16 และเพศชาย ร้อยละ 49.84 ตามลำดับ และระดับชั้นส่วนใหญ่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 18.30 มัธยมศึกษาปีที่ 4 และ 5 ร้อยละ 17.35 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ร้อยละ 15.77 และมัธยมศึกษาปีที่ 1 ร้อยละ 15.46

5.2 ทศนคติการบริโภคอาหารของนักเรียน สามารถนำเสนอผลการวิเคราะห์ดังนี้

ตารางที่ 1 ทศนคติการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

ทศนคติการบริโภคอาหารของนักเรียน	$\bar{x}$	S.D.	ระดับทศนคติ
1. อาหาร สะอาด และถูกสุขอนามัย	4.47	0.60	มาก
2. อาหารมีเมนูแปลกใหม่ น่าสนใจ	4.46	0.60	มาก
3. อาหารมีรูปแบบที่หลากหลาย	4.30	0.71	มาก
4. อาหารมีรสชาติที่อร่อย	4.34	0.67	มาก
5. อาหารราคาเหมาะสมกับคุณภาพ	4.34	0.69	มาก
6. อาหารราคาเหมาะสมกับปริมาณ	4.33	0.67	มาก
ภาพรวม	4.37	0.48	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า ภาพรวมประชากรในโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.37 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ 3 ข้อแรกพบว่า ข้อแรกที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ อาหาร สะอาด และถูกสุขอนามัย อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.47 รองลงมาคือ อาหารมีเมนูแปลกใหม่ น่าสนใจ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.46 และอาหารมีรสชาติที่อร่อย อาหารราคาเหมาะสมกับคุณภาพ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.34 ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ อาหารมีรูปแบบที่หลากหลาย อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.30

5.3 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร สามารถนำเสนอผลการวิเคราะห์ดังนี้

ตารางที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	$\bar{x}$	S.D.	ระดับพฤติกรรม
1. นักเรียนรับประทานอาหารหลัก วันละ 3 มื้อ (เช้า กลางวัน เย็น) ทุกวัน	4.42	0.61	มาก
2. นักเรียนไม่รับประทานอาหารเช้า	4.28	0.73	มาก
3. นักเรียนไม่รับประทานอาหารมือกกลางวัน	4.55	0.56	มากที่สุด
4. นักเรียนไม่รับประทานอาหารเช้าเย็น	4.63	0.54	มากที่สุด
5. นักเรียนชอบรับประทานอาหารประเภทข้าว	4.63	0.54	มากที่สุด

ตารางที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ (ต่อ)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	$\bar{x}$	S.D.	ระดับพฤติกรรม
6. นักเรียนชอบรับประทานอาหารประเภทกล้วยเดี่ยว	4.69	0.52	มากที่สุด
7. นักเรียนรับประทานอาหารที่มีรสจัด ไม่เติมน้ำปลาและเกลือในอาหาร	4.33	0.71	มาก
8. นักเรียนชอบรับประทานอาหารที่สำเร็จรูป เช่น บะหมี่ โจ๊ก เป็นต้น	4.52	0.59	มากที่สุด
9. นักเรียนรับประทานไข่ อย่างน้อย วันละ 1 ฟอง	4.57	0.61	มากที่สุด
10. นักเรียนรับประทานปลา สัปดาห์ละอย่างน้อย 3 วัน	4.50	0.65	มาก
11. นักเรียนไม่กินเนื้อสัตว์ติดมัน เช่น หมูสามชั้น ขาหมู คอหมู หนังไก่ หนังเป็ด เป็นต้น	4.41	0.67	มาก
12. นักเรียนไม่กินขนมที่มีรสหวาน เช่น ไอติม หวานเย็น ช็อคโกแลต หมากฝรั่ง ลูกอม เยลลี่ เป็นต้น	4.55	0.61	มากที่สุด
13. นักเรียนไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น น้ำอัดลม น้ำหวาน โกโก้เย็น ชาเย็น น้ำปั่น น้ำผลไม้ นมเปรี้ยว เป็นต้น	4.15	0.75	มาก
14. นักเรียนไม่กินขนมเบเกอรี่ เช่น เค้ก พาย โดนัท เป็นต้น	4.42	0.66	มาก
15. นักเรียนไม่กินขนมขบเคี้ยว เช่น ปลาเส้นปิ้งรส มันฝรั่งทอด ขนมปังเวเฟอร์ ขนมปังแท่ง เป็นต้น	4.30	0.70	มาก
16. นักเรียนไม่รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นต้น	4.24	0.76	มาก
17. นักเรียนไม่รับประทานอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ เช่น แกงกะทิ ขนมหวาน เป็นต้น	4.52	0.65	มากที่สุด
18. นักเรียนรับประทานอาหารที่มีผักเป็นส่วนประกอบทุกมื้อ	4.54	0.58	มากที่สุด
19. นักเรียนรับประทานผลไม้ทุกวัน	4.61	0.58	มากที่สุด
20. นักเรียนรับประทานอาหารที่สุกใหม่และร้อนๆ	4.50	0.63	มาก
21. นักเรียนดื่มนมทุกวัน	4.52	0.62	มากที่สุด
22. นักเรียนดื่มน้ำวันละ 8 แก้ว	4.57	0.58	มากที่สุด
23. นักเรียนไม่รับประทานอาหารที่มีรสจัด หวานจัด เค็มจัด	4.49	0.61	มาก
24. นักเรียนอ่านรายละเอียดของฉลากโภชนาการทุกครั้งก่อนรับประทาน	4.25	0.74	มาก
25. นักเรียนชอบรับประทานอาหารประเภททอด เช่น ไก่ทอด ลูกชิ้นทอด เป็นต้น	4.56	0.57	มากที่สุด
ภาพรวม	4.47	0.42	มาก

จากตารางที่ 2 พบว่า ภาพรวมประชากรในโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.47 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ 3 ข้อแรกพบว่า ข้อแรกที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ นักเรียนชอบรับประทานอาหารประเภทกล้วยเดี่ยว อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.69 รองลงมาคือนักเรียนไม่รับประทานอาหารมีเชื้อรา นักเรียนชอบรับประทานอาหารประเภทข้าว อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.63 และนักเรียนรับประทานผลไม้ทุกวัน อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.61 ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ นักเรียนไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น น้ำอัดลม น้ำหวาน โกโก้เย็น ชาเย็น น้ำปั่น น้ำผลไม้ นมเปรี้ยว เป็นต้น อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.15

5.4 การทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ลักษณะทางประชากรต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 1.1 เพศต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ จำแนกตามเพศ

ตัวแปร	เพศ	จำนวน	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	ชาย	158	4.49	0.43	1.015	.311
	หญิง	159	4.45	0.40		

จากตารางที่ 3 พบว่า เพศต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 1.2 ระดับชั้นต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ จำแนกตามระดับชั้น

ตัวแปร	df	Sum of Squares	Mean Squares	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	4.400	.880	5.461	.000*
ภายในกลุ่ม	311	50.112	.161		
รวม	316	54.512			

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 4 พบว่า ระดับชั้นต่างกันพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นจึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยด้วยวิธี LSD ที่ระดับ .05 ดังนี้

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ จำแนกตามระดับชั้น

ระดับชั้น	$\bar{X}$	มัธยมศึกษาปีที่ 1 (4.32)	มัธยมศึกษาปีที่ 2 (4.50)	มัธยมศึกษาปีที่ 3 (4.62)	มัธยมศึกษาปีที่ 4 (4.57)	มัธยมศึกษาปีที่ 5 (4.51)	มัธยมศึกษาปีที่ 6 (4.31)
มัธยมศึกษาปีที่ 1	4.32	-	-.18487*	-.29927*	-.25417*	-.19745*	.00570
มัธยมศึกษาปีที่ 2	4.50		-	-.11440	-.06931	-.01258	.19057*
มัธยมศึกษาปีที่ 3	4.62			-	.04509	.10182	.30497*
มัธยมศึกษาปีที่ 4	4.57				-	.05673	.25987*
มัธยมศึกษาปีที่ 5	4.51					-	.20315*
มัธยมศึกษาปีที่ 6	4.31						-

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 5 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ จำแนกตามระดับชั้น พบว่า มีความแตกต่างรายคู่จำนวน 8 คู่ ได้แก่

- คู่ที่ 1 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารน้อยกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
- คู่ที่ 2 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารน้อยกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
- คู่ที่ 3 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารน้อยกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
- คู่ที่ 4 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารน้อยกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
- คู่ที่ 5 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารมากกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- คู่ที่ 6 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารมากกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- คู่ที่ 7 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารมากกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
- คู่ที่ 8 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารมากกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

สมมติฐานที่ 2 ทักษะคิดส่งผลต่อพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ถดถอยเชิงเส้นอย่างง่ายของทักษะคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
นักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์

ตัวแปร		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		β	Std. Error	Beta		
พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	ค่าคงที่	1.672	.144		11.612	.000*
	ทักษะคิด	.640	.033	.740	19.546	.000*
R = .740 R ² = .548 Adjusted R Square = .547 Std. Error of the Estimate = 0.279 F = 382.029 Sig. = .000*						

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 6 พบว่า ทักษะคิดส่งผลทางบวกต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยมีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์เพิ่มขึ้น .640 หน่วย หรือเพิ่มขึ้นร้อยละ 64

6. สรุปผลและอภิปรายผล

การศึกษาเรื่อง ทักษะคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ วิจัยดำเนินการอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

ทักษะคิดการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ อาจเนื่องจากนักเรียนมีทัศนคติในการเลือกบริโภคอาหารที่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความชอบ รสชาติ อิทธิพลจากสื่อ โฆษณาชวนเชื่อที่ทำให้เกิดทัศนคติในการเลือกบริโภคอาหารที่มีความแตกต่างกัน ทั้งนี้สามารถอธิบายรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะคิดและพฤติกรรม ได้ 4 ลักษณะคือ การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะเป็นตามทัศนคติ โดยทัศนคติเป็นตัวกลางระหว่างความรู้และพฤติกรรม และการปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่เกิดจากทัศนคติที่มีความสัมพันธ์ นั่นคือ ทัศนคติจะก่อให้เกิดการปฏิบัติหรือพฤติกรรมนั่นเอง และสอดคล้องกับ อนุกุล พลศิริ (2551) ที่พบว่า นักศึกษา มีทัศนคติการบริโภคอาหารในระดับดี

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ พบว่า ภาพรวมนักเรียนในโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เนื่องมาจากปัจจัยหลายอย่างมีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน อีกทั้งความเจริญต่างๆ สามารถเข้าถึงได้ครอบคลุมเกือบทุกพื้นที่ รวมทั้งอิทธิพลจากสื่อมวลชน การโฆษณาที่มีเทคนิคการสร้างแรงจูงใจสูง ทำให้นักเรียน ซึ่งอยู่ในวัยรุ่นนเปนวัยที่ชอบเลียนแบบ ราคานิยมที่ไม่ถูกต้องในการบริโภคอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับ มัญญา ธนิกกุล (2553) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนเทพสุวรรณชาวยุวิทยา อำเภอมะนัง จังหวัดสมุทรสงคราม พบว่า ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจากสื่อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนเทพสุวรรณชาวยุวิทยา อำเภอมะนัง จังหวัดสมุทรสงคราม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และสอดคล้องกับโมลี ศรีเปารยะ เพ็ญพงษ์ (2559) ที่พบว่า นักเรียนและนักศึกษาที่อาศัยอยู่ในเขตจังหวัดสุราษฎร์ธานี มีพฤติกรรมนิยมบริโภคน้ำอัดลม อาหารรสจัดอยู่ระดับปานกลางถึงค่อนข้างมาก

สมมติฐานที่ 1 ลักษณะทางประชากรต่างกันพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน มีผลการทดสอบดังนี้

เพศต่างกันมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน พบว่า เพศต่างกันพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากนักเรียนส่วนใหญ่มักจะใช้เวลามากกว่าครึ่งหนึ่งของเวลาทั้งหมดใน 1 วัน ทำการเรียนหนังสืออยู่ภายในโรงเรียน ทำให้นักเรียนทั้งเพศชายและเพศหญิงอยู่ในสภาพแวดล้อมเดียวกัน โดยที่ภายในโรงเรียนมีการจำหน่ายอาหารที่ไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังส่งผลให้เกิดความเคยชิน การมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร การบริโภคอาหารเฉพาะที่ตนเองชอบ หรืออาหารที่มีความใกล้เคียงกับการบริโภคในโรงเรียนถึงแม้ว่าจะอยู่บริเวณอื่น เช่น ภายนอกโรงเรียนหรือที่บ้าน ซึ่งสอดคล้องกับ วิภาวี บัณฑิตศรี (2550) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรในอำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี มีกลุ่มตัวอย่างส่วนมากเป็นเพศหญิง และอยู่ในช่วงอายุ 10-19 ปี มากที่สุดพบว่า ระดับชั้นต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์แตกต่างกัน พบว่า ระดับชั้นต่างกันพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องจากธรรมชาติของนักเรียน ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่น ที่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสสังคม ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีปัญญาสังคมเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตจากต้นแบบที่ไม่ว่าจะเป็นสื่อบุคคลที่มีชื่อเสียง หรือบุคคลรอบข้าง เช่น เพื่อน เป็นต้น สอดคล้องกับการวิจัยของ มัญญา ธนิกกุล (2553) เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนเทพสุวรรณชาวยุวิทยา อำเภอมะนัง จังหวัดสมุทรสงคราม พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แต่ทั้งนี้จากการศึกษาครั้ง พบว่า นักเรียนที่มีอายุน้อยและเรียนอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติมากกว่านักเรียนที่มีอายุมากกว่าและเรียนในระดับชั้นที่สูงกว่า และสอดคล้องกับการศึกษาของ วัชรภรณ์ ภริมย์ฤทธิ์ (2560) ที่พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารแต่ละครั้ง ระดับชั้นที่กำลังศึกษามีความสัมพันธ์กับประเภทอาหารจานด่วน เมนูอาหารจานด่วนที่ชอบรับประทาน และด้านราคาอาหารจานด่วน

สมมติฐานที่ 2 ทศนคติส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ พบว่า มี 1 ทศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ คือ ปัจจัยที่ศนคติต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยมีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ เพิ่มขึ้น .640 หน่วย หรือเพิ่มขึ้นร้อยละ 6.40 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ จิราภรณ์ เรืองอิง, สุจิตรา จรจิตร, และ กานดา จันทร์แย้ม (2559) พบว่า ทศนคติต่อการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้สามารถอธิบายรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทศนคติและพฤติกรรม ได้ 4 ลักษณะ คือ การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกมากจะเป็นตามทศนคติโดยทศนคติเป็นตัวกลางระหว่างความรู้และพฤติกรรม และการปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่เกิดจากทศนคติที่มี

ความสัมพันธ์ นั่นคือ ทักษะคิดจะก่อให้เกิดการปฏิบัติหรือพฤติกรรมนั่นเอง และสอดคล้องกับการศึกษาของ จิราภรณ์ เรื่องยิ่งและคณะ (2559) พบว่า ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

7. ประโยชน์และข้อเสนอแนะ

7.1 ประโยชน์จากการวิจัย

จากผลการศึกษาพบว่า ทักษะคิดการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์ อยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีทักษะคิด และพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้ดี ดังนั้น โรงเรียนสามารถนำผลการศึกษาไปวางแผนการรณรงค์การบริโภคอาหารจานเดียว และให้ความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับ รวมถึงข้อดีและข้อเสียของการบริโภคอาหารที่ผลต่อการพัฒนาการของสมองได้

7.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูลในเชิงลึกในการค้นหาเหตุผลและนำไปสู่การส่งเสริมการบริโภคอาหารจานเดียวที่มีประโยชน์ และปรับทัศนคติที่ต่อการบริโภคอาหารสำหรับกลุ่มวัยรุ่นต่อไป

บรรณานุกรม

- งานทะเบียนและวัดผล โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์. (2565). สถิตินักเรียนประจำปีการศึกษา 2565. สมุทรสาคร: งานทะเบียน และวัดผล โรงเรียนอ้อมน้อยโสภณชนูปถัมภ์.
- จิราภรณ์ เรื่องยิ่ง, สุจิตรา จรจิต, และกานดา จันทร์แย้ม. (2559). พฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่นในจังหวัด สงขลา: การสังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร. *วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตหาดใหญ่*. 8(1), หน้า 245-264.
- ชนิกา ตูจินดา. (2552). *Happy 8 Workplace ความสุข 8 ประการในที่ทำงาน*. ค้นวันที่ 28 ตุลาคม 2565 จาก <http://www.thaihealth.or.th/node/12827>
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2550). *เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย*. นนทบุรี: ไทเนรมิตกิจ อินเตอร์ โปรเกรสซิฟ.
- ธัญญา ธีระกนิษฐ. (2555). *พฤติกรรมมนุษย์เพื่อการพัฒนาดน*. อุดรธานี: สำนักวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยราชภัฏ อุดรธานี.
- ปราษฎ์ บุญยวงศ์โวจน์. (2551). สถานการณ์วัฒนธรรมของประเทศไทยและแนวทางแก้ไข. *วารสารวัฒนธรรมไทย*, 29(3), หน้า 169-172.
- ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์ และวรางคณา อุดมทรัพย์. (2560). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทย ผลกระทบและแนวทางแก้ไข. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี*. 28(1) มกราคม – มิถุนายน, หน้า 122-128.
- ปฐมนิธิ ศรีศัลลักษณ์. (2557). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของอาจารย์พยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเครือข่ายภาคกลาง กระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยคริสเตียน
- มนัส ศรีเปารยะ เพ็ญพงษ์. (2559). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มนักเรียนและนักศึกษาในจังหวัดสุราษฎร์ธานี. *วารสารวิทยาการจัดการ*, 3(1), หน้า 109-116.
- มัญชุสา ธนิกกุล. (2553). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนเทพสุวรรณชาภิยยา อำเภอมะนัง จังหวัดสมุทรสงคราม*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

รังสรรค์ ประเสริฐศรี. (2548). *พฤติกรรมองค์กร*. กรุงเทพฯ: ธรรมสาร.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.

วัชรารักษ์ ภิรมย์ฤทธิ์. (2560). *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์*. วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.

วิภาวี ปันนพศรี. (2550). *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรในอำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี*.

วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการตลาด มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.

เว็บไซต์ประเทศไทย. (2563). *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร*. สืบค้นเมื่อ 25 ตุลาคม 2565 จาก

https://www.hiso.or.th/hiso/picture/reportHealth/ThaiHealth2020/thai2020_6.pdf

ศิริลักษณ์ สีนธวาลย์. (ตุลาคม 2533). *ทัศนคติและพฤติกรรมของเด็กนักเรียนไทยในตัวเมืองที่มีต่ออาหารวาง*. โฆษณาการสาร. 21(4) : 101-103.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุดิดดา พงษ์อุทธา และวาทีณี คุณเผือก. (2558). *อาหารและโภชนาการในประเทศไทย: เราอยู่ตรงจุดใดในปัจจุบัน (รายงานประจำปี)*. นนทบุรี: แผนงานวิจัยนโยบายอาหารและโภชนาการเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ มูลนิธิเพื่อการพัฒนา นโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ กระทรวงสาธารณสุข.

สุวรรณา เชียงขุนทด, ชนิดา มัททวงกูร, กุลธิดา จันทรเจริญ, เนตร หงส์ไกรเลิศ, นารี รมย์นกุล, จิตติมา อุดมศรี และสมหญิง งามมูล. (2557). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความรู้และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของคนภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร*. นนทบุรี: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

อดิชา สังขะทิพย์ และ สุวลี โลวีรกรณ์ (2560). *พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนในตำบลกุดปลาตุก อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม*. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี*. 19(1) มกราคม – เมษายน, หน้า 179-189.

อนุกุล พลศิริ. (2551). *ความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง*. *วารสารวิจัยรามคำแหง*. 11(ฉบับพิเศษ 1) กรกฎาคม – ธันวาคม, หน้า 49-60.

Krejcie, R.V. & Morgan, E.W. (1970). *Determining sample size for research activities*. *Educational and Psychological Measurement*. 30, pp. 607-610.

Schermerhorn, J. R. (2000). *Organizational behavior*. 7th ed. New York: John Wiley & Sons.