

ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
Knowledge, Attitude, and Fast-food Consumption Behavior of Adolescents in Muang
District Phitsanulok Province

Received: 22/07/2565

Revised: 26/06/2566

Accepted: 28/06/2566

เดือนกัญญา พูลชนะ¹, ชนิกันต์เชื้อบัว²,

ชลิตา พิมสร³, พิษณุ อภิสมามจารย์โยธิน⁴

Duankanya Phunchana¹, Chanikan Chueabua²,

Chalita Pimson³, Phitsanu Aphisamacharyothin⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น 2) เพื่อศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น 3) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ความรู้ ทักษะ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ วัยรุ่นในอำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก มีอายุตั้งแต่ 20-24 ปีบริบูรณ์ จำนวน 380 คน ซึ่งใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน และวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความถี่ ร้อยละ และสัมมาปะสิทธ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า 1) ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีความรู้ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X}$ = 5.20 , S.D. = 1.637) 2) ทักษะ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก มีทัศนคติอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.51 , S.D. = 0.59) 3) พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ฟาสต์ฟู้ด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.91 , S.D. = 0.88) 4) ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของวัยรุ่นอำเภอเมืองพิษณุโลก การวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ความรู้และ ทักษะ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 (r = 0.003 และ 0.635 ตามลำดับ)

คำสำคัญ: อาหารฟาสต์ฟู้ด, ความรู้, ทักษะ, พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

¹⁻³ นิสิตสาขาพัฒนาสังคม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

¹⁻³ Bachelor of Arts Social Development Program, Faculty of Social Sciences, Naresuan University

⁴ อาจารย์ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

⁴ Lecturer, Department of Sociology and Anthropology, Faculty of Social Sciences, Naresuan University

*E-mail: duankanyap62@nu.ac.th

Abstract

This research aims 1) to study the knowledge about fast-food consumption of adolescents, 2) to study attitudes towards fast food consumption of adolescents, 3) to study the fast food consumption behavior of adolescents, 4) To study the relationship between adolescents' knowledge, attitude and fast-food consumption behavior, The samples teenagers in Mueang District age among 20 to 24 years old were 380 sampling by a simple random and analyze the data by using statistics of mean, standard deviation, percentage, frequency, and Pearson-product moment correlation coefficient. The result found that the samples have knowledge about fast-food consumption in moderate level ($\bar{X}$ = 5.20, S.D. = 1.637), have attitudes towards fast food consumption in a high level ($\bar{X}$ = 3.51, S.D. = 0.59), have fast food consumption behavior in a high level ($\bar{X}$ = 3.91, S.D. = 0.88). And, correlation analysis found attitude towards fast food consumption, have a positive relation with fast-food consumption behavior at 0.01 (r = 0.635)

Keywords: Fast food, Knowledge, Attitude, fast-food consumption behavior

บทนำ

การบริโภคอาหารจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมและความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัย ทำให้ประชาชนในปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของตนเอง ปัจจุบันพบว่าวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างมากเนื่องจากวัยรุ่นได้รับอิทธิพลจากความเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม วัฒนธรรม และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เพื่อน และสภาพแวดล้อมการแข่งขันกับเวลาในการศึกษาหาความรู้ จึงทำให้วัยรุ่นมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยหันมารับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดกันเป็นจำนวนมาก วัยรุ่นและเยาวชน ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างน้อย 1 วัน/สัปดาห์ มากถึง 69.2% (การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร พ.ศ. 2560, สำนักงานสถิติแห่งชาติ) ทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง เช่น การบริโภคอาหารสำเร็จรูป การบริโภคอาหารไม่ครบ 5 หมู่ บริโภคอาหารมากเกินไป และไม่รับประทานอาหารเป็นเวลา ทำให้เกิดผลกระทบจากการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ที่สามารถป้องกันได้ เช่น โรคอ้วน โรคสมองเสื่อม โรคกระเพาะอาหาร โรคขาดสารอาหาร โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงและโรคแทรกซ้อนอื่นๆตามมามีด้วย เนื่องจากอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นอาหารที่มีการเตรียมขึ้นมาจากผู้บริโภค เพื่อความสะดวกและรวดเร็ว ประหยัดเวลา (การสำรวจอนามัยและสวัสดิการของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี

2556 และปี 2560) สามารถรับประทานได้ทันที ซึ่งเหมาะกับสังคมในสภาพที่มีความต้องการเร่งด่วน เช่น แอมเบอร์เกอร์ สเต็ก แชนด์วิช พาย พิซซ่า ไก่ทอด ไส้กรอก เป็นต้น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญมากเพราะเป็นช่วงที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโตในทุกๆด้านทำให้ความต้องการ การแสวงหาอาหารต่างๆเพิ่มขึ้นเป็นอย่างมากแต่ด้วยชีวิตประจำวันที่ต้องเร่งรีบในช่วงเวลาสั้นๆ จึงทำให้ไม่มีเวลาในการเลือกรับประทานอาหารส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมากขึ้น เพื่อความสะดวกรวดเร็วและประหยัดเวลาจนลืมนึกถึงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารที่รับประทานเข้าไป แต่ด้วยรสชาติของอาหารจานด่วนที่มีความหลากหลายรูปแบบประกอบกับรายการอาหารที่มีให้เลือกสรรมากมายจึงทำให้เป็นที่นิยมและยังสามารถหาซื้อได้ง่ายตามร้านสะดวกซื้อ เป็นต้น

จึงนับว่าเป็นเรื่องที่น่าสนใจอย่างยิ่ง ดังนั้นผู้วิจัยจึงศึกษา เรื่องความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างไร มีการใส่ใจในการดูแลสุขภาพของตนเองมากน้อยเพียงใด ซึ่งในการซึ่งการศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปเป็นประโยชน์และแนวทางได้หลายด้าน เช่นการวางแผนการบริโภค ใช้ข้อมูลที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นไทย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น
2. เพื่อศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น
3. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่น

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีรายละเอียด ดังนี้ ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ประชากรอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก อายุตั้งแต่20ปี-24ปี จำนวน 42,747 คน(กรมอนามัย 2563) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ วัยรุ่นอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกจำนวน 380 คน ซึ่งคำนวณจากสูตรของ(Krejcie & Morgan ,1970) และสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling)

ดังนั้น เกณฑ์คัดเข้า คือ ประชากรวัยรุ่น อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก อายุ 20ปี-24ปี และ เกณฑ์คัดออก คือ ประชากรวัยรุ่น อำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก ผู้ที่ไม่สะดวกตอบแบบสอบถามจนแล้วเสร็จหรือไม่สามารถสื่อสารภาษาไทยได้

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล เป็นคำถามแบบ Check list จำนวน

4 ข้อ คือ เพศ อายุ รายได้ แหล่งที่มาของรายได้ 2) แบบสอบถามวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ประกอบด้วยจำนวน 10 ข้อ คำถาม เป็นความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ลักษณะข้อคำถาม 2 ตัวเลือก คือ ถูก และผิด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน 3) แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นคำถามมาตราส่วนประเมินค่า(Rating Scales) 5 ระดับ 4)แบบสอบถามพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นคำถามมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scales) 5 ระดับ

ผลการวิเคราะห์ : คุณภาพเครื่องมือการวิจัยพบว่า ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.86

โดยแยกเป็นส่วนดังนี้

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เท่ากับ 0.96

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เท่ากับ 0.87

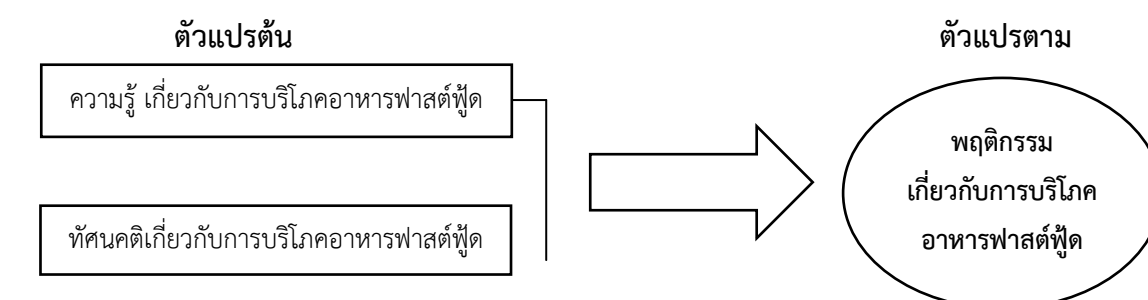
ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด เท่ากับ 0.93

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัย ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ใช้สถิติ ความถี่ (Frequency) และ ร้อยละ (Percentage)
2. การวิเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage)
3. การวิเคราะห์ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดสถิติที่ใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
4. การวิเคราะห์พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดสถิติที่ใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
5. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ใช้สถิติอนุमान ได้แก่ สัมประสิทธิ์สหพันธ์แบบเพียร์สันต์ (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient)

กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยจึงกำหนดกรอบแนวคิดจากทฤษฎีการวิเคราะห์ (KAP) ความรู้ ทัศนคติ พฤติกรรม Roger (1978) ดังนี้



ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1.การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของวัยรุ่น

ตารางที่ 1 ตารางแสดงระดับความรู้ส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล (n=380)	จำนวน(คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	178	46.8
หญิง	202	53.2
รวม	380	100.0
2. อายุ		
20 ปี	44	11.6
21 ปี	70	18.4
22 ปี	120	31.6
23 ปี	75	19.7
24 ปี	53	13.9
มากกว่า 24 ปี	18	4.7
รวม	380	100.0
3. รายได้หลัก		
รายได้ต่ำกว่า5,000บาทต่อเดือน	44	11.6
รายได้ 5,00-10,000บาทต่อเดือน	159	41.8
รายได้10,001-20,000บาทต่อเดือน	108	28.4
รายได้20,00-30,000บาทต่อเดือน	49	12.9
รายได้30,001-40,000 บาทต่อเดือน	16	4.2
รายได้ 40,001 - 50,000 บาทต่อเดือน	3	0.8
รายได้ตั้งแต่ 50,001 บาทต่อเดือนขึ้นไป	1	0.3
รวม	380	100.0
4. แหล่งที่มาของรายได้		
งานประจำ	136	35.8
อาชีพเสริม	138	36.3
ครอบครัว	61	16.1
อื่นๆ	45	11.8
รวม	380	100.0

จากตาราง ที่ 1 แสดงให้เห็นว่าข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง มีลักษณะดังนี้

เพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง คิดเป็นร้อยละ 52.3 รองลงมาคือ ผู้ชาย คิดเป็นร้อยละ 46.8

อายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 22 ปี จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 31.6 รองลงมาคือ รองลงมาคืออายุ 23 ปีจำนวน 75 คนคิดเป็นร้อยละ 19.7 และอายุ 21 ปีจำนวน 70 คนคิดเป็นร้อยละ 18.4 และอายุ 24 ปีจำนวน 53 คนคิดเป็นร้อยละ 13.9 และอายุ 20 ปีจำนวน 44 คนคิดเป็นร้อยละ 11.6 และมากกว่า 24 ปีจำนวน 18 คนคิดเป็นร้อยละ 4.7

รายได้หลัก พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ 5,000 - 10,000 บาทต่อเดือน จำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 41.8 รองลงมา คือรายได้ 10,001 ถึง 20,000 บาทต่อเดือนจำนวน 108 คิดเป็นร้อยละ 28.4 และรายได้ 20,001 ถึง 30,000 บาทต่อเดือนจำนวน 49 คนคิดเป็นร้อยละ 12.9 และรายได้ต่ำกว่า 5000 บาทต่อเดือนจำนวน 44 คนคิดเป็นร้อยละ 11.6 และรายได้ 30,001 ถึง 40,000 บาทต่อเดือนจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 4.2 และรายได้ 40,001 ถึง 50,000 บาทต่อเดือนจำนวนสามคนคิดเป็นร้อยละ 0.8 และรายได้ ตั้งแต่ 50,001 บาทต่อเดือนขึ้นไปจำนวนหนึ่งคนคิดเป็นร้อยละ 0.3

แหล่งที่มาของรายได้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีแหล่งที่มาของรายได้คือ อาชีพเสริม จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 35.8 รองลงมาคืองานประจำ จำนวน 136 คน คิดเป็นร้อยละ 35.8 และครอบครัว จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 6.1 และ อื่นๆ จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 11.8

2.การวิเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การวิเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยแบบวัดความรู้ลักษณะ เป็นคำถามแบบ ถูก – ผิด ใช้สถิติพรรณนแบบการแจกแจงความถี่ ร้อยละค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วประเมินแบบอิงเกณฑ์ โดยแบ่งคะแนนเป็น 5 ระดับ ซึ่งสามารถพิจารณาได้ดังนี้

ตารางที่ 2.1 ตารางแสดงระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ระดับความรู้	คะแนน	ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (n=380)	
		ความถี่	ร้อยละ
น้อยที่สุด	ต่ำกว่าร้อยละ 21	24	6.3
น้อย	ระหว่างร้อยละ 21-40	89	23.4
ปานกลาง	ระหว่างร้อยละ 41-60	194	51.1
มาก	ระหว่างร้อยละ 61-80	64	16.8
มากที่สุด	มากกว่าร้อยละ 80	9	2.4
รวม (n=380)		380	100.0

$\bar{X}$ = 5.20 (คิดเป็นร้อยละ 52 ของคะแนนเต็ม 10 คะแนน) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง S.D. = 1.637

จากตารางที่ 2.1 แสดงให้เห็นว่าในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ =5.20 และ S.D. = 1.637) โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.1 รองลงมาคือมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 23.4 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 16.8 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.4 ตามลำดับ

ตารางที่ 2.2 การตอบคำถามความรู้ความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่าง

คำถาม (n=380)	ตอบถูก		ตอบผิด	
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
1.อาหารฟาสต์ฟู้ดหลายอย่างมีปริมาณสารไอโอดีนเกินขนาดทำให้เกิดปัญหาโรคไต (ใช่)	277	72.9	103	27.1
2.ถ้างดอาหารมื้อหลักและกินอาหารฟาสต์ฟู้ดแทนจะทำให้ขาดสารอาหาร(ใช่)	276	72.6	104	27.1
3.อาหารฟาสต์ฟู้ดจัดว่าเป็นอาหารที่มีไขมันสูง(ใช่)	268	70.5	112	29.5
4.อาหารฟาสต์ฟู้ดมักมีเส้นใยอาหารอยู่ในปริมาณที่ค่อนข้างต่ำส่งผลต่อระบบขับถ่าย(ใช่)	255	67.1	125	32.9
5.โคเลสเตอรอลในอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน (ใช่)	233	61.3	147	38.7
6.ถ้ามีน้ำหนักตัวมากเกินไปควรลดอาหารฟาสต์ฟู้ดเหลือ3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ (ไม่ใช่)	180	47.4	200	52.6
7.วัยรุ่น ชาย-หญิง อายุ20-24ปี ควรรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ (ไม่ใช่)	178	46.8	202	53.2
8.การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ได้รับพลังงาน(2000แคลอรี) ต่อวัน (ไม่ใช่)	157	41.3	223	58.7
9.คิดว่าวัยรุ่นที่อยู่ในช่วงกำลังเจริญเติบโตควรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดในปริมาณมาก (ไม่ใช่)	153	40.3	227	59.7
10.ผู้ที่ชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำ จะมีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วน (ใช่)	51	13.4	329	86.6

$\bar{X}$ =5.20 (คิดเป็นร้อยละ 52 ของคะแนนเต็ม 10 คะแนน) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง S.D. = 1.637

จากตารางที่ 2.2 แสดงให้เห็นข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างตอบถูกมากที่สุด ได้แก่ ผู้ที่ชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นประจำจะมีโอกาสเสี่ยงต่อโรคอ้วน (คิดเป็นร้อยละ86.6) รองลงมาคือ คิดว่าวัยรุ่นที่อยู่ในช่วงกำลังเจริญเติบโตควรกินอาหารฟาสต์ฟู้ดในปริมาณมาก(คิดเป็นร้อยละ59.7) การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ได้รับพลังงานสองพันแคลอรีต่อวัน(คิดเป็นร้อยละ58.7) วัยรุ่นชายหญิงอายุ20-24 ควรรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด 3-4ครั้งต่อสัปดาห์(คิดเป็นร้อยละ53.2) ถ้ามีน้ำหนักตัวมากเกินไปควรลดอาหารฟาสต์ฟู้ดเหลือ3-4 ครั้งต่อสัปดาห์(คิดเป็นร้อยละ52.6) คอเลสเตอรอลในอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคหัวใจอุดตัน(คิดเป็นร้อยละ(38.7) อาหารฟาสต์ฟู้ดมาพร้อมใยอาหารอยู่ในปริมาณที่ค่อนข้างต่ำส่งผลต่อระบบขับถ่าย(คิดเป็นร้อยละ32.9) อาหารฟาสต์ฟู้ดจัดเป็นอาหารที่มีไขมันสูง(คิดเป็นร้อยละ (29.5) แต่ข้อคำถามที่

อยู่ในระดับน้อยที่สุดคือ งดอาหารมื้อหลักและกินอาหารพาสต์ฟู้ดแทนจะทำให้ขาดสารอาหาร (คิดเป็นร้อยละ 27.1) อาหารพาสต์ฟู้ดหลายอย่างมีปริมาณสารไอโอดีนเกินขนาดทำให้เกิดปัญหาโรคไต(คิดเป็นร้อยละ 27.1)

3. การวิเคราะห์ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพาสต์ฟู้ด

3.การวิเคราะห์ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพาสต์ฟู้ด

การวิเคราะห์ทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพาสต์ฟู้ด ผู้วิจัยมาตรฐานส่วนประเมนค่า (Rating Scales) 5 ระดับ ใช้ สถิติพรรณนาแบบค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) โดยใช้เกณฑ์ แปลผลเป็นระดับซึ่งสามารถพิจารณาได้ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพาสต์ฟู้ด

ตัวแปร	$\bar{X}$	(S.D.)	ระดับ
1. ชอบที่จะเลือกรับประทานอาหารพาสต์ฟู้ดเพราะรสชาติอร่อยกว่าอาหารอื่น	3.77	0.89	มาก
2. คิดว่าการรับประทานอาหารพาสต์ฟู้ดเพราะสามารถเข้าถึงง่าย	3.58	1.06	มาก
3. คิดว่าอาหารพาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลที่มีเวลาน้อย	3.57	1.02	มาก
4. คิดว่าอาหารพาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีให้เลือกหลากหลายรูปแบบ	3.57	1.02	มาก
5. คิดว่าอาหารพาสต์ฟู้ดมีรสชาติที่อร่อย	3.55	1.06	มาก
6. คิดว่าคนที่กินอาหารพาสต์ฟู้ดเป็นคนที่ทันสมัย	3.55	0.97	มาก
7. คิดว่าการกินอาหารพาสต์ฟู้ดปริมาณมากจะช่วยให้คุณเจริญเติบโตได้ดีในช่วงวัยรุ่นมากกว่า	3.52	1.03	มาก
8. คิดว่าการรับประทานแฮมเบอร์เกอร์รสชาติดีกว่าอาหารมื้อหลักของคนไทย	3.46	1.04	ปานกลาง
9. คิดว่าอาหารพาสต์ฟู้ดประเภท ทอด ปิ้งย่าง ไม่มีอันตรายต่อร่างกายของท่าน	3.37	1.09	ปานกลาง
10. คิดว่าอาหารพาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีคุณค่าครบถ้วนเหมาะสมกับตัวท่าน	3.21	0.95	ปานกลาง
เฉลี่ยทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพาสต์ฟู้ด	3.51	0.59	มาก

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่าในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 (S.D=.59) ซึ่งหากพิจารณารายข้อคำถามจะพบว่า ชอบที่จะเลือกทานอาหารพาสต์ฟู้ดเพราะรสชาติอร่อยกว่าอาหารอื่นคิดว่าการรับประทานอาหารพาสต์ฟู้ดเพราะสามารถเข้าถึงง่ายคิดว่อาหารพาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับบุคคลที่มีเวลาน้อยคิดว่อาหารพาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีให้เลือกหลากหลายรูปแบบคิดว่อาหารพาสต์ฟู้ดมีรสชาติที่อร่อยคิดว่คนที่กินอาหารพาสต์ฟู้ดเป็นคนที่ทันสมัยคิดว่การกินอาหารพาสต์ฟู้ดปริมาณมากจะช่วยให้คุณเจริญเติบโตได้ดีในช่วงวัยรุ่นมากกว่าคิดว่การรับประทานอาหารแฮมเบอร์เกอร์รสชาติดีกว่าอาหารมื้อหลักของคนไทยคิดว่อาหารพาสต์ฟู้ดประเภททอดปิ้งย่างไม่มีอันตรายต่อร่างกายของท่านคิดว่อาหารพาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีคุณค่าครบถ้วนเหมาะสมกับตัวท่านอยู่ในระดับมากมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77, 3.58, 3.57, 3.57, 3.55,3.55,3.52,3.46,3.37, และ 3.21 (S.D= 0.89, 1.06 ,1.02 ,1.02 ,1.06 ,0.97 ,1.03 ,1.04 ,1.09 ,0.95) ตามลำดับ

4.การวิเคราะห์พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การวิเคราะห์พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นคำถามมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scales) 5 ระดับ สถิติที่ใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ซึ่งสามารถพิจารณาได้ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตัวแปร	$\bar{X}$	(S.D.)	ระดับ
1. สั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยใช้การสั่งแบบออนไลน์	3.74	0.96	มาก
2. รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทไก่ทอดกับน้ำอัดลม	3.66	0.84	มาก
3. ใช้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่นัดพบกับเพื่อน	3.60	0.96	มาก
4. จัดเลี้ยงสังสรรค์ในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.57	1.04	มาก
5. กินอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า โดนัท	3.54	1.06	มาก
6. รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเวลาหิว	3.52	1.00	มาก
7. เลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดในตอนเช้าเพราะสะดวกรวดเร็ว	3.51	1.10	มาก
8. คิดว่าในโอกาสพิเศษ เทศกาลต่างๆท่านมักเลือกอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารหลัก	3.50	1.08	ปานกลาง
9. หลังจากรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดที่ร้านแล้ว ท่านจะซื้อกลับไปรับประทานที่บ้านด้วย	3.48	1.07	ปานกลาง
10. รับประทานพิซซ่าแทนข้าวเย็นกับครอบครัว	3.45	1.11	ปานกลาง
เฉลี่ยพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	3.91	0.88	มาก

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 (S.D = 0.88) ซึ่งหากพิจารณาหลายข้อคำถาม พบว่ากลุ่มตัวอย่างสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยใช้การสั่งแบบออนไลน์ และรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทไก่ทอดกับน้ำอัดลมและใช้ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่นัดพบกับเพื่อนและจัดเลี้ยงสังสรรค์ในร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดและกินอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า โดนัทและรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเวลาหิวและเลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดในตอนเช้าเพราะสะดวกรวดเร็ว อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่า 3.74, 3.66, 3.60, 3.57, 3.54, 3.52, 3.51 ตามลำดับ (S.D. = 0.96, 0.84, 0.96, 1.04, 1.06, 1.00, 1.10) ตามลำดับ

5.การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ใช้สถิติ อนุमान ได้แก่อสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) โดยสามารถพิจารณาได้จากตารางที่ 5

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์สัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

ตัวแปรต้น (X) ตัวแปรตาม (Y)	ความรู้เกี่ยวกับ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (X ₁)	ทักษะเกี่ยวกับ การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (X ₂)
พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด	0.003 (p=.950)	0.635** (p=.000)

**มีนัยที่สำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 5 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดพบว่าทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดซึ่งเป็นตัวแปรต้นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดซึ่งเป็นตัวแปรตาม มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน(r) เท่ากับ 0.635 ซึ่งเป็นความสำคัญระดับมาก นอกจากนี้ยังพบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดซึ่งเป็นตัวแปรต้นกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดซึ่งเป็นตัวแปรตามไม่มีความสัมพันธ์กัน

สรุป และอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย สามารถนำมาสรุปตามวัตถุประสงค์วิจัยได้ดังนี้

- 1.ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอยู่ในระดับปานกลาง
- 2.ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอยู่ในระดับมาก
- 3.พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอยู่ในระดับมาก
- 4.ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์กันทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแต่ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

จากการสรุปผลการวิจัย สามารถ นำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังรายละเอียดต่อไปนี้

จากการสรุปผลการวิจัย สามารถ นำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ผลการวิจัยอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงาน วิไลวรรณ คงกิจ (2555) พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ในระดับปานกลางพบว่าปัจจัยด้านความรู้ของวัยรุ่นมีความรู้ที่ อาหารฟาสต์ฟู้ดหลายอย่างมีปริมาณสารไอโอดีนเกินขนาดทำให้เกิดปัญหาโรคไต

2. พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ผลวิจัยอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงาน ทศนา ศิริโชติ (2555) พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมเกี่ยวกับ อาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับมาก พบว่าปัจจัยด้านพฤติกรรม ของวัยรุ่น มีพฤติกรรมการรับประทานอาหาร แบบสั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยใช้การสั่งแบบออนไลน์

3. ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก ผลอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับ เครื่องมาศ มีเกษม (2555) พบว่ากลุ่มตัวอย่างมี ทักษะเกี่ยวกับอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับมาก พบว่าปัจจัยด้านทัศนคติของวัยรุ่นมีทัศนคติในการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ว่าชอบที่จะเลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะมีรสชาติอร่อยกว่าอาหารอย่างอื่น

4. ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมืองจังหวัดพิษณุโลก พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีทัศนคติเชิงบวก ต่ออาหารฟาสต์ฟู้ด และพฤติกรรมการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 สอดคล้องกับงาน ทศนา ศิริโชติ (2555) และทฤษฎี KAP Roger (1978) พบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ได้แก่ สั่งอาหารฟาสต์ฟู้ดโดยใช้การสั่งแบบออนไลน์ รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดประเภทไก่ทอดกับน้ำอัดลม ใช้อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นสถานที่นัดพบกับเพื่อน กินอาหารฟาสต์ฟู้ดเช่น แฮมเบอร์เกอร์พิซซ่าโดนัท เลือกรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดในตอนเช้าเพราะสะดวกรวดเร็ว

ข้อเสนอแนะการวิจัย

จากการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอแนะทางเป็นข้อเสนอแนะขึ้นซึ่งประกอบด้วยข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัยและข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ซึ่งสามารถพิจารณาได้ ดังนี้

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1.1 จากการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลาง จึงควรเข้าใจถึงโทษของการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดและการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างเหมาะสม

2.2 จากการวิจัย พบว่าทัศนคติมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดดังนั้นจึงควร ส่งเสริมให้เกิดการลดพฤติกรรมหรืออาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นไทยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเข้าถึงอาหารแบบ Grab Food ในยุคปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย. (2563). *ปริมิตประชากรพิษณุโลก*. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2564, เข้าถึงได้จาก <http://203.157.71.115>.
- เครือมาศ มีเกษม. (2554). *การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร*. บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยกรุงเทพ
- นวพร นาคะนิธ. (2563). *ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเนื้อจากพืชของประชากรในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วิไลวรรณ คงกิจ. (2548). *พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรจน์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). *การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร*. สืบค้นเมื่อวันที่ 20 ธันวาคม 2564, เข้าถึงได้จาก <http://www.nso.go.th>.
- ศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษาพระนครศรีอยุธยา. (2557). *การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด*. สืบค้นเมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2564, เข้าถึงได้จาก <https://www.ay-sci.go.th/>.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2563).
- อนุกุล พลศิริ. (2551). *ความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.