

## ความรู้ ค่านิยม วิถีชีวิตกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม

### Knowledge, value, way of life and Western-style fast food consumption behavior of teenage student in urban area, Samut Songkhram

#### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ค่านิยม วิถีชีวิตกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 จำนวน 330 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้หลักความน่าจะเป็นจากประชากรนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 1,910 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือแบบสอบถามและการสัมภาษณ์เชิงลึกวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติร้อยละค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient)

**ผลการศึกษาพบว่า** กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 17 ปี กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 น้ำหนักตัวเฉลี่ย 54.6 กิโลกรัม ส่วนสูงเฉลี่ย 163.7 เซนติเมตร ภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ปกติ ได้รับเงินค่าใช้จ่าย 300 - 500 บาท ต่อสัปดาห์ อาศัยอยู่กับพ่อแม่ บิดาและมารดามีการศึกษา อนุปริญญา บิดาและมารดามีอาชีพรับจ้าง ค่าขาย/ธุรกิจส่วนตัว ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ย 10,000 - 29,999 บาทต่อเดือน มีความรู้ ค่านิยม วิถีชีวิต และพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกระดับมาก

การเปรียบเทียบความแตกต่างพบว่า ตัวแปรด้านเพศของกลุ่มตัวอย่าง มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.01$ ) และไม่พบความแตกต่างของตัวแปรข้อมูลทั่วไปอื่นๆ ของกลุ่มตัวอย่างกับค่านิยมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก วิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก วิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.01$ )

**ข้อเสนอแนะ** ควรมีการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชน โดยเฉพาะนักเรียนวัยรุ่น มีความรู้ ความตระหนักและความเข้าใจ ที่ถูกต้องเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ความต้องการสารอาหารที่จำเป็น และเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย เพื่อให้นักเรียนวัยรุ่นและครอบครัว สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการเลือกบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ให้เหมาะสมกับสุขภาพร่างกายของตนเอง

**คำสำคัญ** : การบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก

### *Abstract*

The purpose of this study was to study knowledge, value, way of life and Western-style fast food consumption behavior of teenage student in urban area, Samutsongkhram. The sample group were 330 students studying in MathayomSeuksa 4 - 6 chosen by Probability sampling from 1,910 students in Mattaym Seuksa 4 - 6. The Tools of this study were Questionnaire and In-depth interview. The quantitative data was analyzed by using Statistic, Percentage, Mean, Standard Deviation, T - test, One-way ANOVA, Pearson's Correlation Coefficients.

**The study results revealed that** : Most of the sample were female, 17 years old, studying in Mattayom Seuksa 5, whose weight were 54.65 kilograms and hight were 163.92 centimeters in average. They had nutritional status in general and they were received the expenditure from parents about 300 - 500 baht per week. They lived with parents graduating from MattayomSeuksa level to Diploma level. Their parents were employees, etc. Their family earned in average 10,000 - 29,999 baht per month. Their parents had knowledge, value, way of life and Western-style fast food consumption behavior in high level.

The different comparison found that gender of the sample were the variables creating the significant difference in knowledge, way of life and Western-style fast food consumption behavior at p-value <0.01 and there was no difference between other variables with Western - style fast consumption value, way of life about consumption and Western-style fast food consumption behavior.

From Correlation Coefficient, the knowledge about Western-style fast food consumption, way of life about consumption and Western - style fast food consumption value significantly had the relation with Western - style fast food consumption behavior at p-value < 0.01.

Suggestions should be encouraged. Encourage people Especially teenagers have knowledge, awareness and understanding. Correct about the nutritional value of Western fast food. Necessary nutritionalneeds and adequate for the needs of the body. For teenagers and families. Can change the behavior in the choice of Western fast food. To suit their own health.

**Keywords** : Western-style fast food consumption

## บทนำ

กระแสโลกาภิวัตน์ในรอบสามทศวรรษที่ผ่านมา ก่อให้เกิดผลกระทบต่อการพัฒนาของสังคมโลกอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เห็นได้จากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของระบบต่างๆ ในประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรมและเทคโนโลยี สังคมชนบทเป็นสังคมเมือง และสังคมตะวันออกเป็นสังคมตะวันตกมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลให้วิถีการดำเนินชีวิตของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงจากเดิมอย่างมากโดยเฉพาะวิถีชีวิต หรือความเป็นอยู่ของคนในสังคมเมือง ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกสบายมากขึ้น แต่ต้องใช้ชีวิตแบบเร่งรีบแข่งขันกับเวลามากขึ้นด้วย (กระทรวงสาธารณสุข, 2555) อาหารพร้อมบริโภคหรืออาหารที่รับประทานได้ทันที จากร้านอาหารต่างๆ หรือร้านอาหารในศูนย์การค้ามากขึ้น วัฒนธรรมการบริโภคอาหารจานด่วนจึงเข้ามามีบทบาทอย่างมากกับวิถีชีวิตของคนในสังคมเมืองที่มีเวลาไม่มากพอ โดยเฉพาะครอบครัวที่พ่อแม่ต้องทำงานนอกบ้าน ไม่มีเวลาเตรียมอาหารให้ลูก อาหารจานด่วนจึงเข้ามามีบทบาทและตอบสนองความต้องการได้อย่างเหมาะสม (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชุมพร, 2558)

อาหารจานด่วน หรือ “อาหารจานเดียว” หรือ “ฟาสต์ฟู้ด” (Fast Food) เป็นอาหารที่ผู้ผลิตมีการเตรียมและปรุงไว้จนสำเร็จรูปหรือเกือบสำเร็จรูป เพื่อจำหน่ายแก่ผู้บริโภคสามารถบริโภคได้ทันทีหรือใช้กรรมวิธีขั้นสุดท้ายก่อนรับประทานเพียงแค่มักินาที โดยผู้บริโภคสามารถรับประทานภายในร้านหรือซื้อไปรับประทานภายนอกร้านก็ได้ ซึ่งเหมาะสมกับสังคมและวิถีชีวิตที่เร่งรีบ

จังหวัดสมุทรสงครามมีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว ประชาชนมีรายได้เพิ่มขึ้น ตามภาวะเศรษฐกิจที่เริ่มขยายตัว ราคาผลผลิตทางการเกษตรปรับตัวสูงขึ้น ประชาชนมีความสามารถในการจับจ่ายเพิ่มขึ้น เห็นได้จากในพื้นที่เขตอำเภอเมือง มีการขยายสาขาของไฮเปอร์มาเก็ต 1 แห่ง ได้แก่ บิ๊กซี มีการปรับปรุงและขยายไฮเปอร์มาเก็ต 1 แห่ง ได้แก่ โลตัส

ซึ่งภายในมีร้านค้าจำหน่ายสินค้าแบรนด์เนมและร้านอาหาร โดยเฉพาะร้านอาหารที่เป็นเฟรนไชส์ (Franchise) จากต่างประเทศหรืออาหารจานด่วนแบบตะวันตกเพิ่มขึ้นมากมาย ทำให้กระแสบริโภคนิยมและรูปแบบการบริโภคอาหารและประชาชนเปลี่ยนไป โดยเฉพาะกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นได้รับอิทธิพลการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกมากขึ้น ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังหรือโรคจากวิถีชีวิตที่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของจังหวัด

## วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาหาความรู้ ค่านิยม วิถีชีวิตกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม

## รูปแบบของการศึกษา

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) เพื่อศึกษาความรู้ ค่านิยม วิถีชีวิตกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ของนักเรียนวัยรุ่น ในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน 330 คน รวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณโดยการใช่แบบสอบถามเพิ่มเติมโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก

## ประชากร

การศึกษาคั้งนี้ คือ นักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 - 6 ปีการศึกษา 2560 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม ได้แก่ โรงเรียนศรัทธาสมุทร และโรงเรียนถาวรานุกูลและผู้ปกครองนักเรียนและนักเรียนวัยรุ่น จำนวน 3 ครอบครัว

## กลุ่มตัวอย่าง

การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณคือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 - 6 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 1,910 คน เป็นนักเรียนโรงเรียนศรัทธาสมุทร จำนวน 978 คน และนักเรียนโรงเรียนถาวรานุกูล จำนวน 932 คน ขนาด

ของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณโดยใช้สูตรของทาร์โร ยามาเน่ (ประคอง กรรณสูตร, 2542) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และระดับความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.05 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 330 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้หลักความน่าจะเป็น และเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยคำนวณจำนวนนักเรียนตามสัดส่วนของจำนวนนักเรียนทั้งหมดตามชั้นปีที่ 4 - 6 ในแต่ละโรงเรียน โดยเลือกเฉพาะนักเรียนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตเมืองเท่านั้น และสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนที่คำนวณได้โดยวิธีจับสลากส่วนบุคคลตัวอย่างการสัมภาษณ์เชิงลึก จำนวน 3 ครอบครัว เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sample)

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) โดยผู้วิจัย ประกอบด้วย 6 ส่วน คือ

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เช่น เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ภาวะโภชนาการ ชั้นปีที่ศึกษา จำนวนเงินค่าใช้จ่ายที่ได้รับ ผู้ที่อาศัยอยู่ด้วย การศึกษาของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว ข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check List) และเติมข้อความโดย ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเอง

**ส่วนที่ 2** แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ผู้ศึกษาสร้างขึ้นโดยประยุกต์จากการทบทวนวรรณกรรม (วิไลวรรณ คงกิจ, 2548) ลักษณะแบบสอบถาม เป็นคำถามให้เลือกตอบมี 4 ตัวเลือก โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนและแปลความหมาย

**ส่วนที่ 3** แบบสอบถามค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ผู้ศึกษาสร้างขึ้นโดยประยุกต์จากการทบทวนวรรณกรรม (สุษมาลย์ ประสมศักดิ์, 2552) แบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

**ส่วนที่ 4** แบบสอบถามวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีมาตรวัด 5 ระดับ คือ มากที่สุด มากปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

**ส่วนที่ 5** แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ผู้ศึกษาสร้างขึ้น โดยประยุกต์จากการทบทวนวรรณกรรม (วิไลวรรณ คงกิจ, 2548) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีมาตรวัด 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ

**ส่วนที่ 6** การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยสัมภาษณ์วิถีชีวิต ค่านิยมและพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของกลุ่มตัวอย่างและครอบครัว

### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่านซึ่งหัวหน้ากลุ่มงานและผู้รับผิดชอบงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านอาหารปลอดภัยและผู้รับผิดชอบงานควบคุมโรคไม่ติดต่อพิจารณา ร่วมกันหลังจากนั้นทำการทดสอบหาค่าดัชนีตรงตามเนื้อหา ได้เท่ากับ 0.91

2. การหาความเชื่อมั่น โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนที่มีบริบทใกล้เคียงกัน จำนวน 30 คน โดยแบบทดสอบความรู้ ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.78 แบบสอบถามค่านิยม ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.77 แบบสอบถามวิถีชีวิต ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.79 และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.77

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามให้นักเรียนทำแล้วรื้อกลับคืน
2. ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มตัวอย่าง 3 ครอบครัวยุ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

**ตอนที่ 1** วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ตามตัวแปรโดยแจกแจงความถี่ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

**ตอนที่ 2** เปรียบเทียบความแตกต่าง ด้านความรู้ ค่านิยม วิถีชีวิตและพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามตัวแปร โดยการทดสอบค่าที่ (t-test) และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

**ตอนที่ 3** วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก และวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

**ตอนที่ 4** วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก เชื่อมโยงความเป็นเหตุเป็นผลของข้อมูล

### ผลการศึกษา

**ตอนที่ 1** วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป พบว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 58.5 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 73.2 มีอายุ 17 ปี ร้อยละ 32.4 รองลงมาอายุ 16 ปี 15 ปี และ 18 ปี ร้อยละ 31.3, 22.4 และ 13.9 ตามลำดับ กำลังศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ 6, 4 และ 5 ร้อยละ 35.8, 33.0 และ 31.2 ส่วนใหญ่ ร้อยละ 63.3 ได้รับค่าใช้จ่าย/สัปดาห์

300 - 500 บาท โดยเฉลี่ยได้รับค่าใช้จ่าย/สัปดาห์ 519.8 บาท ร้อยละ 83.6 อาศัยอยู่กับพ่อและหรือแม่ ทั้งนี้ส่วนใหญ่ นักเรียนวัยรุ่นดังกล่าว ร้อยละ 77.5 มีภาวะโภชนาการสมส่วน บิดาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 31.2 รองลงมา มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. หรือสูงกว่า และมีมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. ร้อยละ 30.2, 26.7 และ 11.8 ส่วนมารดา มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. ร้อยละ 30.6 รองลงมา มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า และมีมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. ร้อยละ 27.3, 25.1 และ 17.0 ตามลำดับ บิดามีอาชีพรับจ้าง และค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 43.9 และ 31.8 ส่วนมารดา ร้อยละ 38.8 และ 37.5 มีอาชีพรับจ้าง และค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว เช่นกัน ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,000-29,999 บาท ร้อยละ 40.6 โดยเฉลี่ยครอบครัวมีรายได้ต่อเดือน 32,670.4 บาท

**ตอนที่ 2** เปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ ภาวะโภชนาการ จำนวนเงินค่าใช้จ่ายที่ได้รับ การศึกษาของบิดามารดา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวพบว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value = 0.002) โดยพบว่า นักเรียนหญิงมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกดีกว่าเพศชาย ส่วนนักเรียนที่มีอายุ ภาวะโภชนาการ จำนวนเงินค่าใช้จ่ายที่ได้รับ การศึกษาของบิดามารดา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวที่แตกต่างกัน มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกไม่แตกต่างกันทางสถิติ (P-value > 0.05) รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบเพศ อายุ ภาวะโภชนาการ จำนวนเงินค่าใช้จ่ายที่ได้รับ การศึกษาของบิดามารดา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว กับความรู้เกี่ยวกับ การบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่าง

ลำดับ	ตัวแปร	n	$\bar{X}$	SD	t / F	P-value	คู่ที่ต่าง
	<b>เพศ</b>	<b>330</b>					
1	ชาย	137	11.1	2.4	-3.203	0.002	1, 2
2	หญิง	193	11.9	1.7			
	<b>อายุ</b>	<b>330</b>					
1	15 ปี	74	11.5	2.3	1.119	0.341	-
2	16 ปี	103	11.3	2.0			
3	17 ปี	107	11.8	1.8			
4	18 ปี	46	11.7	2.3			
	<b>ภาวะโภชนาการ</b>	<b>330</b>					
1	ผอม (ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ)	21	12.1	1.3	1.974	0.141	-
2	สมส่วน (อยู่ในเกณฑ์ปกติ)	256	11.6	2.1			
3	อ้วน (สูงกว่าเกณฑ์ปกติ)	53	11.1	2.3			
	<b>จำนวนเงินค่าใช้จ่ายที่ได้รับ</b>	<b>330</b>					
1	น้อยกว่า 300 บาท	25	10.9	2.0	1.744	0.176	-
2	300 – 500 บาท	209	11.7	2.1			
3	มากกว่า 500 บาท	96	11.5	2.0			
	<b>การศึกษาของบิดา</b>	<b>330</b>					
1	ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า	88	11.7	2.0	0.656	0.579	-
2	มัธยมศึกษาตอนต้น	103	11.6	1.9			
3	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	39	11.8	1.6			
4	อนุปริญญา/ปวส. หรือสูงกว่า	100	11.3	2.4			
	<b>การศึกษาของมารดา</b>	<b>330</b>					
1	ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า	83	11.5	2.2	0.725	0.538	-
2	มัธยมศึกษาตอนต้น	90	11.4	2.0			
3	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	56	11.5	1.9			
4	อนุปริญญา/ปวส.	101	11.8	2.1			

ลำดับ	ตัวแปร	n	$\bar{X}$	SD	t / F	P-value	คู่ที่ต่าง
	รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน	330					
1	น้อยกว่า 10,000 บาท	24	11.5	1.8	0.368	0.776	-
2	10,000 – 29,999 บาท	134	11.5	2.1			
3	30,000 – 49,999 บาท	95	11.5	1.8			
4	ตั้งแต่ 50,000 บาทขึ้นไป	77	11.8	2.3			

### ตอนที่ 3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก และวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก และวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก มีความสัมพันธ์เชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.01$ ) ในระดับต่ำ และปานกลาง ตามลำดับ ( $r = -0.199$  และ  $-0.494$ ) กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกส่วนค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก มีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < 0.01$ ) ในระดับปานกลาง ( $r = 0.439$ ) กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก รายละเอียดดังตารางที่ 2

### ตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และระดับความสัมพันธ์ระหว่างความรู้

เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก และวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก

ตัวแปร	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วนแบบตะวันตก	ระดับ ความสัมพันธ์
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบ ตะวันตก	-0.199**	ต่ำ
ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบ ตะวันตก	0.439**	ปานกลาง
วิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบ ตะวันตก	-0.494**	ปานกลาง

หมายเหตุ \*\* หมายถึง P - value < 0.01

#### ตอนที่ 4 ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก

กลุ่มตัวอย่างและครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า วิถีชีวิตส่วนใหญ่ครอบครัวจะปรุงอาหารรับประทานเอง ภายในครอบครัว และกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนวัยรุ่น ได้รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ วันที่ไปโรงเรียนก็จะรับประทานอาหารเช้าที่บ้าน โดยแม่เป็นผู้เตรียมอาหาร ส่วนอาหารมื้อเที่ยงจะรับประทานที่โรงเรียน และอาหารมื้อเย็นก็จะรับประทานกับครอบครัว โดยแม่เป็นผู้เตรียมอาหาร มื้อเย็น บางวันจะซื้ออาหารสำเร็จรูป อาหารถุงมารับประทานที่บ้าน หรือรับประทานอาหารนอกบ้านหรืออาหารจานด่วนแบบตะวันตกบ้างเป็นบางครั้ง สำหรับกิจกรรมอย่างอื่น เช่น การออกกำลังกาย ได้ออกกำลังกายในช่วงโรงเรียนวิชาพลศึกษาเท่านั้น เนื่องจากไม่มีเวลา เพราะต้องเรียนพิเศษ หลังเลิกเรียนและวันเสาร์-อาทิตย์ เกือบทุกวัน

ค่านิยมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกครอบครัวกลุ่มตัวอย่างนิยมบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เพื่อพบปะสังสรรค์ภายในครอบครัว หรือในโอกาสพิเศษต่างๆ เช่น เลี้ยงฉลองวันเกิด วันสอบเสร็จ นิยมไปรับประทานอาหารในร้านอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ที่ตั้งอยู่ภายในห้างสรรพสินค้า เนื่องจากโดยให้เหตุผลว่า สะดวก อาหารอร่อย ใกล้เคียงบรรยากาศดีเหมาะกับวัยรุ่นสามารถนั่งกินและคุยได้นาน และใกล้กับที่เรียนพิเศษ ซึ่งต้องไปเรียนในวันเสาร์-อาทิตย์ ส่วนใหญ่จะไปกินร่วมกับกลุ่มเพื่อน โดยเฉลี่ยจะไปกินประมาณ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ เนื่องจากเห็นโฆษณาอาหารดังกล่าวตามสื่อต่างๆ มากมาย ทั้งทาง โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต

#### อภิปรายผล

เพศหญิงและชาย มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยเพศหญิงมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกมากกว่าเพศชาย ซึ่งอาจเนื่องมาจากเพศหญิงเป็นเพศที่มีความละเอียดรอบคอบ รักสวยรักงาม สนใจ เอาใจใส่ดูแลสุขภาพตนเองมากกว่าเพศชาย ประกอบ

กับผู้เตรียมหรือปรุงอาหารในบ้านส่วนใหญ่คือ มารดา และการอบรมเลี้ยงดูของไทยเด็กผู้หญิงจะมีความใกล้ชิดมารดา มากกว่าเด็กผู้ชาย

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ในระดับดี ( $\bar{X} = 11.6$ , S.D. = 2.1) สอดคล้องกับการศึกษาของ มาริน สาลี (ม.ป.ป.) ได้ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับดี

ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีค่านิยมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 71.2 และระดับต่ำ ร้อยละ 17.3 ค่านิยมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ในทิศทางเดียวกัน แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีค่านิยมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ระดับมาก จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ระดับมากด้วย ทั้งนี้ อาจเนื่องจากค่านิยมของวัยรุ่นในสังคมไทยปัจจุบัน เปลี่ยนแปลงไปตามความเจริญก้าวหน้าของธุรกิจด้านอาหาร อิทธิพลของสื่อเทคโนโลยี โดยเฉพาะค่านิยมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก เพราะสะดวก รวดเร็ว (จุจา, 2557)

วิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ระดับปานกลาง และระดับมาก และยังพบว่าวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ในทิศทางตรงกันข้าม แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่เหมาะสม ก็จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ระดับน้อย และกลุ่มตัวอย่างที่มีวิถีชีวิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ก็จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกระดับมาก

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกระดับปานกลาง ประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยสูง ได้แก่ การรับประทานอาหารจานด่วนแบบตะวันตกที่เปิดบริการในห้างสรรพสินค้าเพราะบรรยากาศดีและนั่งได้นาน การใช้ร้านอาหารจานด่วนแบบตะวันตกเป็นสถานที่นัดพบกับเพื่อน เพื่อรับประทานอาหารเช้าคล้อยกับการศึกษาของสาวงาม สืบสมาน (2555) ศึกษาแนวทางการส่งเสริมภูมิคุ้มกันการบริโภคอาหารกินด่วนและอาหารขยะของเยาวชน ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและจังก์ฟู้ด คือ อร่อย รูปลักษณ์ทันสมัย มีจำหน่ายทั่วไป บริการรวดเร็ว สถานที่เหมาะสำหรับนัดพบ สอดคล้องกับการศึกษาของพันธะกิจ ดังทอง (2556) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารจานด่วน ของนักศึกษาสถาบันราชภัฏเชียงใหม่ พบว่า ปัจจัยที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างรับประทานอาหารจานด่วน เนื่องมาจากมีให้เลือกหลายชนิดหลายประเภท ทั้งง่ายและรวดเร็วต่อการรับประทาน

สรุปได้ว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในแต่ละสังคมมีความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม หรืออาจกล่าวได้ว่ามีปัจจัยหลายประการที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ได้แก่ ทางด้านครอบครัวและการปฏิบัติของบิดามารดา ในการเตรียมอาหาร มาให้เด็กบริโภค ทำให้ประสบการณ์ในวัยเด็กที่สะสมมาจากครอบครัว ก่อให้เกิดบริโภคนิสัยที่ติดตัวเรื่อยมา ประกอบกับสิ่งแวดล้อมทางด้านสังคม วัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณี ความเชื่อ และค่านิยมในการบริโภคอาหารของสังคม มีส่วนช่วยพัฒนาทัศนคติและค่านิยมในการบริโภคอาหาร เช่นกัน ส่วนความรู้ทางด้านโภชนาการทั้งจากที่มีอยู่และจากสื่อมวลชน เช่น หนังสือพิมพ์

วารสาร หนังสือ ตลอดจนวิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์ ซึ่งเผยแพร่ข่าวสารทางด้านโภชนาการที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น เป็นอย่างมาก เนื่องจากเป็นวัยที่ชอบการเลียนแบบและถูกชักจูงได้ง่าย นอกจากนี้กลุ่มเพื่อนเป็นกลุ่มที่มีอิทธิพลอย่างมาก เพราะวัยรุ่นต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

### ข้อเสนอแนะ

ในการพัฒนาควรมีการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชน โดยเฉพาะนักเรียนวัยรุ่น มีความรู้ความตระหนักและความเข้าใจ ที่ถูกต้องเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ความต้องการสารอาหารที่จำเป็นและเพียงพอ ต่อความต้องการของร่างกาย เพื่อให้วัยรุ่นและครอบครัว สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการเลือกบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ให้เหมาะสมกับสุขภาพร่างกายของตนเอง

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาในกลุ่มเป้าหมายอื่น โดยเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนักเรียนชั้นประถมศึกษา เพราะวิถีชีวิตและการใช้ชีวิตของนักเรียนในวัยนี้ค่อนข้างใกล้เคียงกับกลุ่มเป้าหมายนี้ เช่น การเรียนพิเศษ เป็นต้น
2. ควรมีการศึกษาโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับวิถีชีวิตกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของบุคคลในวัยต่างๆ
3. ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนด้านอื่นๆ ด้วยโดยเฉพาะอิทธิพลของการโฆษณา กลุ่มเพื่อน บุคคลในครอบครัว เพื่อค้นหาข้อมูลในการพัฒนาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่ถูกต้องเหมาะสม ...■

บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. แผนยุทธศาสตร์สุขภาพดีวิถีไทย พ.ศ. 2550 - 2559. เอกสารประกอบการประชุมกระทรวงสาธารณสุข ครั้งที่ 11/2555 วันที่ 20 ธันวาคม 2555., 2555.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชุมพร. รายงานประจำปี 2558. ชุมพร : ชุมพรพริ้นแอนดดีไซท์., 2558.
- วิไลวรรณ คงกิจ. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ., 2548.
- สุชมาลย์ ประสมศักดิ์. พฤติกรรมบริโภคอาหารจานด่วน ศึกษารณีนักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐบาลและมหาวิทยาลัยเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเซนต์จอห์น., 2552.
- มาริน สาลี. (ม.ป.ป.). พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร (บทคัดย่อ) วิทยานิพนธ์ คณะกรมศาตรมหาบัณฑิต คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.
- รุจา ภูไพบูลย์. ทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม (Theory of planned Behavior) และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมวัยรุ่น. รามาธิบดี พยาบาลศาสตร์ 10 (1) : 10 - 12, 2557.
- สำอาง สืบสมาน. แนวทางสร้างภูมิคุ้มกันการบริโภคอาหารกินด่วนและอาหารขยะของเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย., 2555.
- พันธกิจ ดังก้อง. ปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาสถาบันราชภัฏเชียงใหม่. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่., 2556.