

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551
คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
Factor Affecting Food Consumption Behavior of First Year Undergraduate Students
Academic Year 2008 Faculty of Education and Development Sciences Kasetsart University
Kamphaengsaen Campus

สมบุญ ศิลปรุ่งธรรม¹
Somboon Silrungtham¹

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้ มีความมุ่งหมายที่จะศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จำแนกตามตัวแปรปัจจัยชีวสังคม ได้แก่ เพศ สาขา เงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และอาชีพของผู้ปกครอง กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านจิตลักษณะ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความเชื่ออำนาจภายในตน ด้านการบริโภคอาหาร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต และศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จำนวน 156 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น ตามสัดส่วนของเพศและสาขา (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบและแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที การทดสอบค่าเอฟ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง นิสิตที่มีเพศ สาขา เงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และอาชีพของผู้ปกครองต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การสนับสนุนทางสังคม และค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตได้ร้อยละ 13.70

¹ ภาควิชาพลศึกษาและกีฬา คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จ.นครปฐม 73140
Department of Physical Education and Sports, Faculty of Education and Development Science, Kasetsart University,
Kamphaengsaen Campus, Nakhon Pathom 73140

ABSTRACT

The purpose of this study was to study and compare the food consumption behavior of First Year Undergraduate Students, Academic Year 2008, Faculty of Education and Development Sciences Kasetsart University Kamphaengsaen Campus. The study variables were sex, area of study, (money for) expense, guardian's education, guardian's occupation, relation between psychological factors such as food consumption knowledge, food consumption value, internal health locus of control, and environmental factor such as social support. The prediction of food consumption behavior was also studied.

The samples in this study were 156 first year undergraduate students selected by Stratified Random Sampling. All data was collected from the questionnaires constructed by researcher. Percentages, arithmetic mean, standard deviation, t – test, F – test, Pearson product moment correlation coefficient and multiple regression analysis were used for the data analysis by a computer program. The results were as follows: The first year undergraduate students had moderate level of food consumption behavior. The students with different sex, area of study, (money of) expense, guardian's education and guardian's occupation had no significant differences in food consumption behavior. Food consumption knowledge, food consumption value and social support correlated positively with food consumption behavior are at .05 level. Social support and food consumption value could predict the food consumption behavior at 13.70 percents.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การมีสุขภาพดีเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา อาหารและโภชนาการที่ดีเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญของการมีสุขภาพที่ดี เนื่องจากอาหารเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งในการดำรงชีวิต ร่างกายจะเจริญเติบโตมีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรงสมบูรณ์ เมื่อได้รับอาหารที่ถูกสุขลักษณะ มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย ดังนั้น อาหารและโภชนาการจึงเป็นรากฐานของสุขภาพอนามัยของมนุษย์ตั้งแต่เด็กจนถึง วัยชรา ถ้าบริโภคอาหารได้ถูกต้องครบถ้วนตามความต้องการของร่างกายแล้ว จะทำให้ร่างกายผู้นั้นมีการเจริญเติบโตเป็นปกติทั้งร่างกายและสติปัญญา มีภูมิคุ้มกันโรค และมีพลังงานที่จะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ (สิริพันธุ์ จุลกรังคะ. 2542 : 1)

กระแสการพัฒนาประเทศในปัจจุบัน ส่งผลให้สังคมไทยเริ่มเปลี่ยนจากการผลิตเพื่อบริโภคในครัวเรือนเป็นการผลิตเพื่อเศรษฐกิจมากกว่า ดังนั้น แหล่งอาหารของคนไทยจึงเปลี่ยนไป กล่าวคือ เปลี่ยนจากการจัดหาอาหารเองในครัวเรือน มาเป็นการซื้อหาอาหารจากระบบตลาดแทนเป็นส่วนใหญ่แม้ในชนบทก็ตาม ทำให้ลักษณะการบริโภคอาหารของคนไทยเปลี่ยนไป ประกอบกับมีการถ่ายทอดเทคโนโลยีและวัฒนธรรมต่างๆจากประเทศตะวันตก รวมทั้งวัฒนธรรมการบริโภคหลังไหลเข้ามาอย่างรวดเร็ว ทำให้รับวัฒนธรรมตะวันตกมาใช้โดยขาดความรู้ ขาดการถ่วงถ่วง หรือยอมรับวัฒนธรรมนั้นโดยไม่มีทางเลือก ร่วมกับอิทธิพลของสื่อต่างๆ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยมากยิ่งขึ้น (วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์. 2541 : 2)

- 3) โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กเล็ก วัยรุ่น นักเรียน นักศึกษา ซึ่งมักจะถูกอิทธิพลของสื่อและแฟชั่นครอบงำ มักนิยมกินอาหารตามแฟชั่น กินตามเพื่อน เช่น วัยรุ่นมักจะอดอาหารเนื่องจากความเข้าใจผิด พยายามอดอาหารเพื่อรักษาทรวดทรงให้มีรูปร่างบอบบาง เอวเล็ก ทรวดทรงเล็กคล้ายหุ่นนางแบบ และต้องการเลียนแบบเหมือนเพื่อนในกลุ่มชอบกินตามโฆษณา กินจุบจิบ กินวันละหลาย ๆ ครั้ง กินไม่เป็นเวลา กินอาหารตามที่กลุ่มนิยม และนิยมอาหารสไตล์แปลกๆ รสชาติใหม่ๆ เช่น การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด จำพวกแป้ง ไขมัน และน้ำตาล ที่มักจะใส่สูง สวยงาม สะดวกในการซื้อและหยิบรับประทานได้ง่าย ได้แก่ มันฝรั่งทอด โดนัท ข้าวโพดอบเนย เป็นต้น สอดคล้องกับผลการสำรวจของ พ.ญ. แสงโสม สีนะวัฒน์ (ไทยรัฐ, 2550 : 15) ระบุว่าอาหารจานด่วนจากวัฒนธรรมตะวันตกที่เรียกกันว่า อาหารฟาสต์ฟู้ด ทั้งแฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด มันฝรั่งทอด หรือพิซซ่า ได้รับความนิยมอย่างสูงในกลุ่มเด็กและวัยรุ่น แต่เนื่องจากอาหารฟาสต์ฟู้ด เป็นอาหารที่มีปริมาณแป้งและไขมันสูง จึงทำให้มีรสชาติถูกปาก การบริโภคต่อเนื่องเป็นเวลานาน จะทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกายในระยะยาว กล่าวคือ ไขมันจะไปเพิ่มระดับคอเลสเตอรอลในกระแสเลือด สะสมจนกระทั่งทำให้เกิดหลอดเลือดอุดตัน และนำไปสู่การเจ็บป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจหลอดเลือด และโรคไขมันในเส้นเลือด

นิติตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ที่หอพักนิติต และมีรายได้จากผู้ปกครองในแต่ละเดือน ทำให้มีอิสระในการดำรงชีวิต และสามารถเลือกซื้ออาหารบริโภคได้ตามความพอใจ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ส่วนใหญ่จะกินตามอย่างเพื่อน กินตามโฆษณา กินจุบจิบ กินไม่เป็นเวลา ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ และโภชนาการของนิติตได้ในอนาคต การศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิติต จึงเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับบุคลากรทางการศึกษา ใช้เป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมสุขศึกษา เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ที่ถูกต้องและเหมาะสมให้กับนิติต ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิติตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิติตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิติตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จำแนกตามตัวแปรปัจจัยชีวสังคม ได้แก่ เพศ เงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง สาขา ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และอาชีพของผู้ปกครอง
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านจิตลักษณะ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิติตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
4. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิติตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย 1) ปัจจัยด้านชีวิตสังคม ได้แก่ เพศ เงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง สาขา ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง 2) ปัจจัยด้านจิตลักษณะ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความเชื่ออันมาจากภายในตนด้านการบริโภคอาหาร 3) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การแสดงออกของนิสิตเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ได้แก่ การเลือกซื้ออาหาร การรับประทานอาหาร และวิธีการรับประทานอาหาร สามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. นิสิต หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์ และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

3. ปัจจัยด้านชีวิตสังคม หมายถึง ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของนิสิต ได้แก่

3.1 สาขา หมายถึง สาขาที่เปิดทำการสอนตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเรียนรู้ พ.ศ. 2550 แบ่งออกเป็น 4 สาขา คือ

3.1.1 สาขาเกษตรและสิ่งแวดล้อมศึกษา

3.1.2 สาขาพลศึกษาและสุขศึกษา

3.1.3 สาขาคณิตศาสตร์และคอมพิวเตอร์ศึกษา

3.1.4 สาขาภาษาอังกฤษศึกษา

3.2 เงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง หมายถึง เงินที่นิสิตได้รับจากบิดา หรือมารดา หรือผู้ปกครอง เพื่อใช้จ่ายในแต่ละเดือน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

3.2.1 น้อยกว่า 5,000 บาทต่อเดือน

3.2.2 5,000 - 10,000 บาทต่อเดือน

3.3 ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง หมายถึง วุฒิการศึกษาสูงสุดของบิดา หรือมารดา หรือผู้ปกครอง ซึ่งเป็นผู้ดูแลและให้ความอุปการะนิสิต แบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2542 : 39)

3.3.1 ประถมศึกษา

3.3.2 มัธยมศึกษาตอนต้น

3.3.3 มัธยมศึกษาตอนปลาย

3.3.4 อนุปริญญาหรือเทียบเท่า

3.3.5 ปริญญาตรีหรือสูงกว่า

3.4 อาชีพของผู้ปกครอง หมายถึง งานหลักของบิดา หรือมารดา หรือผู้ปกครองซึ่งเป็นผู้ดูแลและให้ความอุปการะนิสิต แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม คือ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2534 : 6)

3.4.1 ข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ หมายถึง ผู้ที่ทำงานในหน่วยงานของทางราชการ และหน่วยงานของรัฐ

3.4.2 พนักงานบริษัท ค้าขาย หรือธุรกิจ หมายถึง ผู้ที่ทำการค้าธุรกิจทุกชนิด

3.4.3 เกษตรกรรม หมายถึง ผู้ประกอบอาชีพทำนา ทำไร่ ทำสวน หรือเลี้ยงสัตว์เพื่อจำหน่าย

3.4.4 รับจ้าง หมายถึง ผู้ที่รับจ้างเป็นรายวัน รายเดือน หรือรับจ้างส่วนตัว ซึ่งมีรายได้ไม่แน่นอน

4. ปัจจัยด้านจิตลักษณะ หมายถึง ลักษณะภายในตัวนิสิตที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ประกอบด้วย

4.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หมายถึง ความสามารถในการจำ หรือระลึกได้ รวมทั้งประสบการณ์ต่างๆที่เคยรับรู้มาเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบทดสอบวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

4.2 ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หมายถึง ความรู้สึก ความชอบ การให้คุณค่าความสำคัญต่อการบริโภคอาหาร ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

4.3 ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร หมายถึง ความเชื่อว่าการมีสุขภาพดี เป็นผลมาจากการกระทำ หรือการปฏิบัติของตนเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร สามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

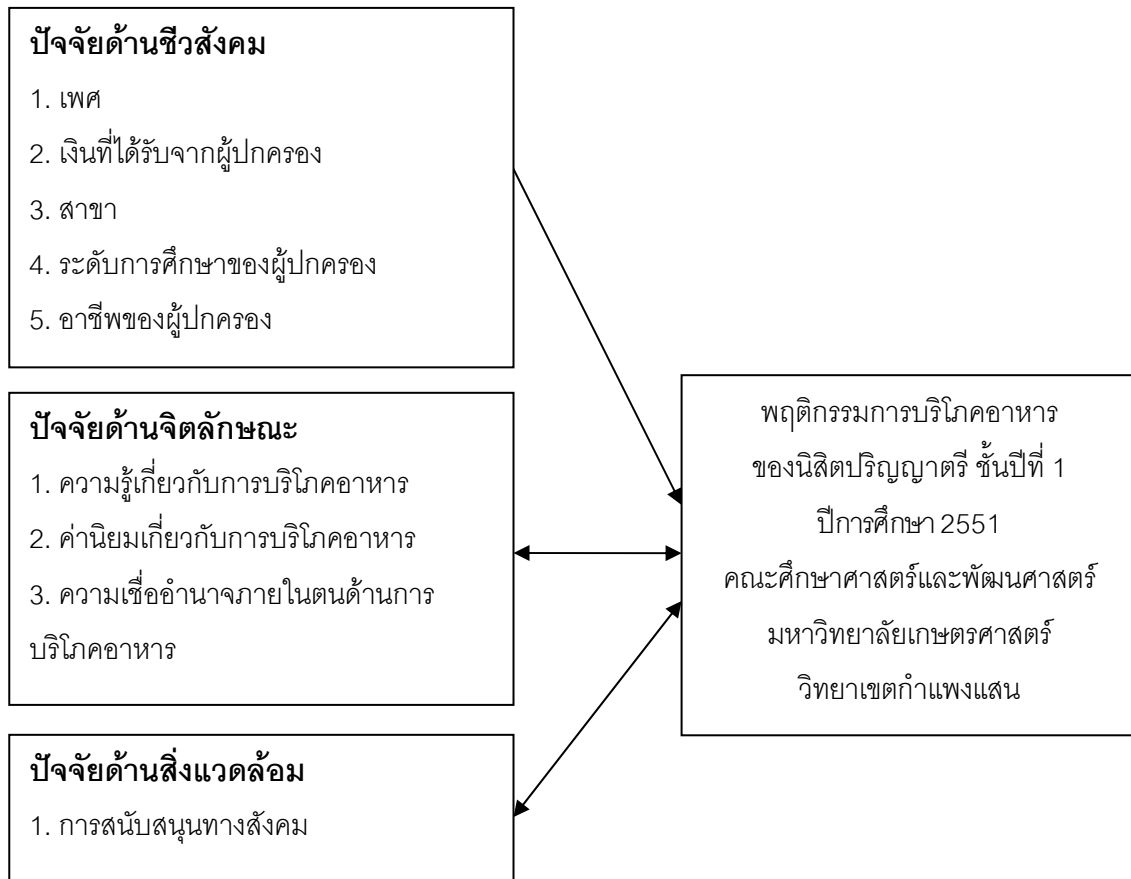
5. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง ตัวแปรสภาพสังคมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ประกอบด้วย

5.1 การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง สิ่งที่นิสิตได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคล อาจเป็นข้อมูล ข่าวสาร คำแนะนำ คำชม คำชักชวน เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร สามารถวัดได้ด้วยแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

6. คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ หมายถึง หน่วยงานในสังกัดมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน เปิดสอนนิตินระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก แบ่งออกเป็น 5 หน่วยงาน คือ ภาควิชาอาชีวศึกษา ภาควิชาพลศึกษา ภาควิชาการศึกษา โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน และสำนักงานเลขาธิการคณะ

กรอบแนวคิดของการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวม สังเคราะห์ และสรุปปัจจัยที่คาดว่าจะมีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ดังกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้าต่อไปนี้



สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปเป็นสมมติฐานได้ดังต่อไปนี้

1. นิสิตที่มีเพศต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน
2. นิสิตที่ได้รับเงินจากผู้ปกครองต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน
3. นิสิตที่เรียนสาขาต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน
4. นิสิตที่ผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน
5. นิสิตที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน
6. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต
7. ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต
8. ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต
9. การสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต
10. ปัจจัยด้านจิตลักษณะและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive research) ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์ และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จำนวน 163 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์ และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จำนวน 156 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น ตามตัวแปรเพศและสาขา (Stratified Random Sampling) และกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรยามาเน่ (Yamane, 1967 : 886) ดังตารางต่อไปนี้

สาขา	ประชากร			กลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
1. สาขาเกษตรและสิ่งแวดล้อมศึกษา	5	30	35	5	29	34
2. สาขาคณิตศาสตร์และคอมพิวเตอร์ศึกษา	8	29	37	8	27	35
3. สาขาพลศึกษาและสุขศึกษา	29	23	52	26	22	48
4. สาขาภาษาอังกฤษศึกษา	12	27	39	12	27	39
รวม	54	109	163	51	105	156

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ลักษณะของเครื่องมือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จากการศึกษา ค้นคว้า ตำรา เอกสาร วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งออกเป็น 6 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านชีวสังคม ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ตอนที่ 3 แบบสอบถามค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ตอนที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร ตอนที่ 5 แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ตอนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรม การบริโภคอาหาร

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้

1) ขอลงชื่อจากภาควิชาพลศึกษาและกีฬา ถึงหัวหน้าภาควิชาอาชีวศึกษา และภาควิชาการศึกษาศาสตร์ เพื่อขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง 2) ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ผู้เกี่ยวข้องรับทราบ 3) นัดหมายวันเวลาการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง 4) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างวันที่ 28 พฤศจิกายน 2551 – 13 มกราคม 2552 จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้รับจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 153 ฉบับ มาจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การหาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (s)
2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ ได้แก่ การหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (IOC) ของแบบทดสอบและแบบสอบถาม การวิเคราะห์หาค่าความยากง่าย ของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และการวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก ของแบบสอบถามค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน ด้านการบริโภคอาหาร แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของแต่ละข้อ โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Correlated item to total correlation) (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117) การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น ของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยใช้สูตรคูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder Richardson) สูตร K.R. 20 (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 123) การวิเคราะห์แบบสอบถามค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยใช้สูตรของครอนบาค (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 125)
3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน
 - 3.1 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรสองกลุ่ม ที่เป็นอิสระจากกัน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 และ 2 โดยใช้สูตรค่าที (t - test) (บุญชม ศรีสะอาด. 2532 : 125)
 - 3.2 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่มากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป โดยการทดสอบค่าเอฟ (F - test) หรือการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One way analysis of variance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 3, 4 และ 5
 - 3.3 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร และการสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 6, 7, 8, และ 9 ทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่คำนวณได้ โดยการทดสอบค่าที (t - test)
 - 3.4 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ทดสอบสมมติฐานข้อ 10

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลได้ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยชีวิตสังคมของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 66.67 เป็นนิสิตสาขาพลศึกษา และสุขศึกษามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 30.77 ส่วนใหญ่ได้รับเงินจากผู้ปกครองน้อยกว่า 5,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 85.90 ผู้ปกครองของนิสิตมีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่ามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.54 ผู้ปกครองของนิสิตมีอาชีพเป็นข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.41

2. วิเคราะห์ระดับคะแนนความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร การสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเท่ากับ 0.62 อยู่ในระดับต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเท่ากับ 4.22 อยู่ในระดับสูง มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออำนาจในตนด้านการบริโภคอาหารเท่ากับ 4.48 อยู่ในระดับสูง มีคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคม เท่ากับ 1.24 อยู่ในระดับปานกลาง มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร เท่ากับ 1.30 อยู่ในระดับปานกลาง

3. การทดสอบหาความแตกต่างระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่า นิสิตที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน นิสิตที่ได้รับเงินจากผู้ปกครองต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน นิสิตที่เรียนสาขาต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน นิสิตที่ผู้ปกครองมีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน นิสิตที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

4. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านจิตลักษณะและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่านิยมเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านการบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ การสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. วิเคราะห์ตัวแปรที่มีความสามารถร่วมกันในการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) แบบมีขั้นตอน (Stepwise) พบว่า ตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม และค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ตามลำดับ โดยสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ ได้ร้อยละ 13.70

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยดังกล่าว ได้นำมากำหนดเป็นข้อเสนอแนะ เพื่อการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิต ดังนี้

1. ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตมากที่สุด ดังนั้น จึงควรมีการสนับสนุนทางสังคมแก่นิสิต ทั้งในระดับบุคคลและระดับกลุ่มเครือข่าย ดังนี้

1.1 การสนับสนุนทางสังคมในระดับบุคคล เช่น การให้คำปรึกษา แนะนำ การเตือน การยกย่อง ชมเชย ให้กำลังใจ และการให้ข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหาร โดยบิดา มารดา ผู้ปกครอง ญาติ พี่น้อง ครู อาจารย์ และกลุ่มเพื่อนของนิสิต

1.2 การสนับสนุนทางสังคมในระดับกลุ่มเครือข่าย เช่น การส่งเสริมให้นิสิตได้มีโอกาสเข้าร่วม กิจกรรมด้านการบริโภคอาหาร ซึ่งจัดขึ้นโดยชมรมหรือเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้นิสิตมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้น

2. ในการจัดการเรียนการสอน ควรมีการบูรณาการเนื้อหาเกี่ยวกับการบริโภคอาหารในรายวิชาที่เกี่ยวข้อง เพื่อส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนิสิตให้อยู่ในระดับสูง เนื่องจากความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีผลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารทั้งทางตรงและทางอ้อม เมื่อนิสิตมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับสูง ย่อมมีผลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารอยู่ในระดับสูงเช่นกัน

3. ควรมีการรณรงค์เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคอาหารผ่านสื่อต่างๆ เช่น การจัดบอร์ด นิทรรศการ แผ่นปลิว แผ่นพับ ป้าย ประกาศ ฯลฯ รวมทั้งประสานร่วมมือกันระหว่างคณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์กับผู้ปกครอง ในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจ และปลูกฝังค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารให้อยู่ในระดับสูงอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้นิสิตมีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ถูกต้อง เหมาะสม ต่อไป

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยต่อไป

1. ควรมีการศึกษา เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารในกลุ่มนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ของคณะอื่นๆ ได้แก่ นิสิตคณะเกษตรศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ และคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อนำผลการศึกษามาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคอาหารของนิสิตคณะอื่นๆ ให้ถูกต้องเหมาะสมต่อไป

2. ควรมีการศึกษาพัฒนารูปแบบการจัดโปรแกรมสุขศึกษา ที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ดีให้แก่นิสิตต่อไป

บรรณานุกรม

“แนวโน้มสุขภาพคนไทยได้ปีกลูกโลกาภิวัตน์ ปี 2550 กินอยู่อย่างรู้เท่าทัน สร้างภูมิคุ้มกันชีวิต,” (2550, 3 มกราคม).

ไทยรัฐ. 58 (17879) : 12

บุญชม ศรีสะอาด. (2532). *การวิจัยเบื้องต้น*. มหาสารคาม : ม.ป.ท.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล.

วีณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์. (2541). *พฤติกรรมบริโภคอาหาร*. นนทบุรี : กองโภชนาการ กระทรวงสาธารณสุข.

สิริพันธุ์ จุลกรังคะ. (2542). *โภชนศาสตร์เบื้องต้น*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. (2539). *การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS*. กรุงเทพฯ : สำนักคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

Yamane, Taro. (1967). *Statistics : An Introductory Analysis*. New York : Harper and Row.