

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา: การสังเคราะห์
องค์ความรู้และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
Food consumption behavior of adolescents in Songkhla
Province: *Synthesis* of literacy and factors influencing food
consumption behavior

จิราภรณ์ เรืองยิ่ง¹

Jiraporn Ruangying

สุจิตรา จรจิตร²

Sujitra Jorajit

กานดา จันทร์แย้ม³

Kanda Janyam

Abstract

This research aims to 1) synthesize knowledge about adolescent food consumption behavior, 2) compare food consumption behavior of adolescents in Songkhla Province based on enabling factors, and 3) investigate factors influencing food consumption behavior of adolescents in Songkhla Province. The research was divided into two phases. Phase 1 was synthesis of research about adolescent food consumption behavior published during 2000 - 2010. The results of Phase 1 were used to test the hypothesis in Phase 2 was investigation of factors influencing

¹นิสิตระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Graduate Student, Doctoral degree in Applied Behavioral Science Research, Srinakharinwirot University

²รองศาสตราจารย์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

Associate Professor, Graduate School, Hatyai University

ดร. ภาควิชาสารพัดศึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

Ph.D., Department of Education of Foundation, Faculty of Liberal Arts, Prince of Songkla University, Hat Yai Campus

adolescent food consumption behavior. Data were gathered using a data record form, a questionnaire, and a test. The study was conducted with 437 high school students under the Secondary Educational Service Area Office 16 selected using multi-stage random sampling. The data were analyzed using one-way ANOVA and stepwise multiple regression analysis.

The results were as follows. 1) There were three factors influencing adolescent food consumption behavior: 1.1) predisposing factors; i.e. food consumption knowledge, attitude towards food consumption, and food consumption value, 1.2) enabling factors; i.e. parent education and family income, and 1.3) reinforcing factors; i.e. the influence of advertisement. 2) The adolescents with different levels of parent education and family income had no significant difference on food consumption behavior. 3) Food consumption value and the influence of advertisement could predict the food consumption behavior of the adolescents in Songkhla province at 11.30 percent.

Keywords: Food consumption behavior, food consumption knowledge, attitude towards food consumption, food consumption value, influence of advertisement

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สำรวจองค์ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาจำแนกตามปัจจัยเอื้อ และ 3) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ในจังหวัดสงขลา โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 สำรวจห้วงงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นที่เผยแพร่ในช่วงปี พ.ศ. 2543-2553 เพื่อนำปัจจัยที่ได้ไปใช้ในการวิจัยระยะที่ 2 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกข้อมูล

งานวิจัย แบบสอบถามและแบบทดสอบ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 16 จำนวน 437 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ 1.1) ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติต่อการบริโภคอาหาร และค่านิยมในการบริโภคอาหาร 1.2) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของครอบครัว และ 1.3) ปัจจัยเสริม ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา 2) วัยรุ่นที่ระดับการศึกษาของผู้ปกครองและรายได้ของครอบครัวต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน และ 3) ค่านิยมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลของสื่อโฆษณา และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาได้ร้อยละ 11.30

คำสำคัญ: พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติต่อการบริโภคอาหาร ค่านิยมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลของสื่อโฆษณา

บทนำ

อาหารและโภชนาการเป็นปัจจัยพื้นฐานของการดำรงชีวิตและมีบทบาทสำคัญต่อการเจริญเติบโตทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมทั้งมีความสัมพันธ์กับสุขภาพในระยะยาวทำให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น หากย้อนกลับไปในอดีตในช่วงปี พ.ศ. 2544 - 2554 ที่ผ่านมามีอุบัติการณ์โรคอ้วนในเด็กเพิ่มขึ้นเร็วที่สุดในโลก (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, 2554)

การสำรวจภาวะโภชนาการของเด็กไทย อายุ 6 เดือน ถึง 12 ปี พบว่า เด็กไทยกำลังเผชิญกับภาวะทุพโภชนาการทั้งด้านการขาดและเกินในการได้รับสารอาหารบางอย่าง โดยร้อยละ 20 ของเด็กไทยมีน้ำหนักเกินมาตรฐานเข้าข่ายโรคอ้วน เนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคและได้รับสารอาหารไม่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ และร้อยละ 60-70 บริโภคอาหาร

ที่ให้อาหารที่จำเป็นต่อร่างกายต่ำกว่าเกณฑ์ เด็กบางคนอาจได้รับอาหารเพียงพอ แต่สัดส่วนของอาหารไม่ถูกต้อง ส่งผลให้ร้อยละ 18 ของเด็กในต่างจังหวัด และร้อยละ 9 ของเด็กในเมือง มีปัญหาโลหิตจาง รวมถึงภาวะขาดธาตุเหล็กและวิตามินดี ซึ่งอาจส่งผลต่อพัฒนาการของเด็กในด้านที่สำคัญ เช่น ด้านการเรียนรู้ และด้านร่างกาย เป็นต้น (สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2555)

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเป็นการกระทำของบุคคลเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ซึ่งเกิดจากปัจจัยนำ (predisposing factors) เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่สนับสนุนหรือลดแรงจูงใจที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมบริโภคอาหาร ได้แก่ ความรู้ เจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม เป็นต้น ปัจจัยเอื้อ (enabling factors) ที่เป็นแหล่งสนับสนุนหรือสิ่งขัดขวางการเกิดพฤติกรรมบริโภคอาหาร และปัจจัยเสริม (reinforcing factors) เป็นปัจจัยภายนอกตัวบุคคล สถานการณ์ สภาพแวดล้อม สิ่งเร้าต่างๆ ที่มีอิทธิพลทำให้เกิดพฤติกรรมบริโภคอาหาร ได้แก่ สื่อโฆษณา กลุ่มเพื่อน เป็นต้น (Green & Kreuter, 2005) จากผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาและสื่อบุคคล และความเชื่อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01 และสามารถทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ได้ร้อยละ 41.8 (พัชรารักษ์ ไซยสังข์, ปัญจกรณ์ ยะเกษม, และนุชจรีรัตน์ ชูทองรัตน์, 2557) การสนับสนุนทางสังคม ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและอิทธิพลจากสื่อมวลชนสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนได้ร้อยละ 31.20 (สนทยา มูอำหมัด, 2544) ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาเด็กไทยในมิติวัฒนธรรมที่พบว่าปัจจุบันเด็กและเยาวชนไทยกำลังเผชิญกับกระแส “วัฒนธรรม กิน ต้ม ซุป” เป็นตัวเร่งให้เกิดค่านิยมการบริโภคอย่างมหาศาล เด็กวัยรุ่นถูกดึงดูดจากการโฆษณาให้ใช้ยาอย่างฟุ่มเฟือยและสาเหตุของปัญหาด้านการบริโภคในสังคมเมืองส่วนใหญ่เกิดจากการรับเอาวัฒนธรรมของสังคมตะวันตกมาใช้โดยขาดความรู้ การคัดสรรกลั่นกรองร่วมไปกับอิทธิพลของการโฆษณาที่มีการลงทุนและใช้เทคนิคการจูงใจสูง ส่งผลให้พฤติกรรมกรรมการบริโภคเปลี่ยนไปโดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นซึ่งจัดได้ว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อ

การเกิดปัญหาภาวะโภชนาการเนื่องจากวัยรุ่นส่วนใหญ่ชอบบริโภคอาหารในรูปแบบใหม่ตามกระแสนิยม (อมรวิษฐ์ นาครทรรพ, 2549, น. 45)

จังหวัดสงขลาเป็นเมืองใหญ่หนึ่งในห้าของภาคใต้และเป็นศูนย์กลางของภาคใต้ฝั่งตะวันออก มีการขยายตัวทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและอุตสาหกรรม เช่นเดียวกับเมืองใหญ่ทั่วไปและจากการเจริญเติบโตในด้านต่างๆ มากมายส่งผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของเด็กและเยาวชนในจังหวัดสงขลา โดยพบว่าวัยรุ่นในจังหวัดสงขลามีปัญหาโภชนาการเกินและขาดมากที่สุดในพื้นที่ 12 ประกอบด้วย จังหวัดสงขลา สตูล ตรัง พัทลุง ปัตตานี ยะลา และนราธิวาส (สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดสงขลา, 2550) ดังปรากฏในงานวิจัยของเบญจวรรณช่วยแก้ว (2555) ที่พบว่าวัยรุ่นตอนต้น ในจังหวัดสงขลา มีพฤติกรรมบริโภคเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง โดยความตั้งใจกระทำพฤติกรรมบริโภคเพื่อสุขภาพกับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมบริโภคเพื่อสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมบริโภคเพื่อสุขภาพในวัยรุ่นตอนต้นได้ร้อยละ 15.3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อย่างไรก็ดีตามลัตดา เหมาะะสุวรรณ (2553) ได้กล่าวว่า เด็กไทยในภาคใต้น่าเป็นห่วงในเรื่องของโภชนาการไม่สมดุลเพราะมีทั้งขาดและเกิน

จากปัญหาพฤติกรรมบริโภคอาหารไม่ถูกสุขลักษณะของวัยรุ่น ผู้วิจัยเห็นความจำเป็นในการศึกษาพฤติกรรมบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา โดยการวิจัยแบบผสมวิธี แบบสำรวจตามลำดับ (exploratory sequential design) ตามแนวคิดของ Creswell & Plano Clark (2011) แบ่งการวิจัยเป็น 2 ระยะคือ ระยะที่ 1 ทำการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมบริโภคอาหารของวัยรุ่น และนำผลที่ได้ไปใช้ในการวิจัยระยะที่ 2 เป็นการเปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาจำแนกตามปัจจัยเชื้อและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาเพื่อเสนอต่อหน่วยงานคุ้มครองผู้บริโภคสำหรับใช้ในการวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหารของเยาวชนให้รู้เท่าทันโรคร้าย เกิดความตระหนักในการเลือกบริโภคอาหารและใส่ใจต่อสุขภาพมากขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา จำแนกตามปัจจัยเอื้อ
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกของวัยรุ่นเกี่ยวกับการเลือกรับประทานอาหาร

2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง ปัจจัยที่เป็นสาเหตุกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม

2.1 ปัจจัยนำ (predisposing factors) หมายถึง คุณลักษณะภายในตัวบุคคลที่สนับสนุนหรือลดแรงจูงใจที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติต่อการบริโภคอาหาร และค่านิยมในการบริโภคอาหาร

2.1.1 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์และโทษที่เกิดจากการบริโภคอาหารนั้นๆ รวมถึงวิธีการหรือแนวทางในการตัดสินใจบริโภคอาหารได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย

2.1.2 เจตคติต่อการบริโภคอาหาร หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด หรือความเชื่อของบุคคลที่มีต่ออาหารชนิดนั้น อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้และประสบการณ์ ซึ่งอาจเป็นไปในทางบวก ทางลบหรือเป็นกลางอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.1.3 ค่านิยมในการบริโภคอาหาร หมายถึง ความรู้สึกที่แสดงถึงการเต็มใจพอใจ ยอมรับ นิยมชมชอบ เชื่อถือและการสร้างความคิดรวบยอดที่เกี่ยวข้องกับอาหารและการบริโภคอาหาร

2.2 ปัจจัยเอื้อ (enabling factors) หมายถึง สิ่งสนับสนุนหรือขัดขวางพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ คือรายได้ของครอบครัว แบ่งเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่

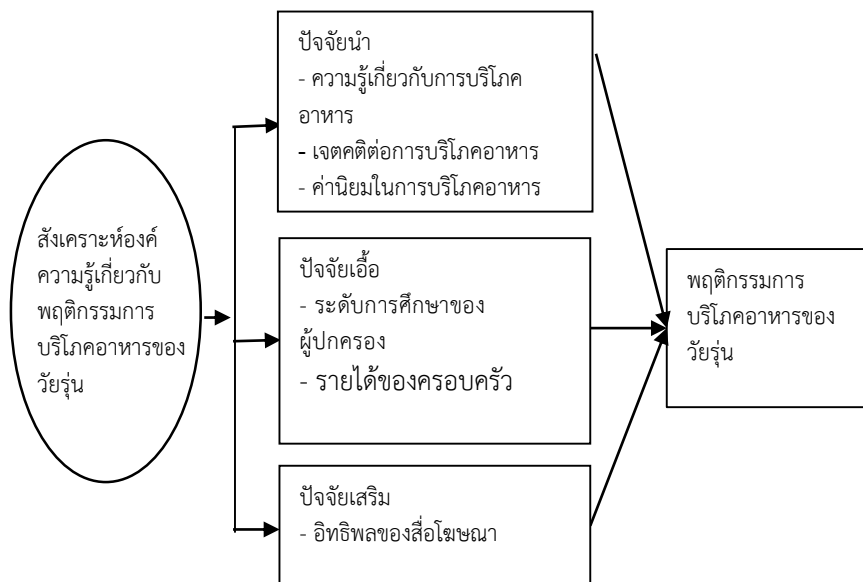
ต่ำกว่า 15,000 บาท, 15,001 - 20,000 บาท, 20,001 - 25,000 บาท, 25,001 - 30,000 บาท และ 30,001 บาทขึ้นไปและระดับการศึกษาของผู้ปกครอง แบ่งเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ ประถมศึกษา, มัธยมศึกษา, อนุปริญญา, ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี

2.3 ปัจจัยเสริม (reinforcing factors) หมายถึง สถานการณ์หรือสภาพแวดล้อมภายนอก ตัวบุคคล เจือปนทางสังคมและสิ่งเร้าต่างๆ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา

อิทธิพลของสื่อโฆษณา หมายถึง บทบาทการนำเสนอข้อมูล ข่าวสาร หรือ กิจกรรมต่างๆ ของสื่อโฆษณา ทั้งทางวิทยุ โทรทัศน์ นิตยสาร และคอมพิวเตอร์ ที่มีส่วนชี้นำ ชักจูง โน้มน้าวให้วัยรุ่นเกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้แนวคิดแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ PRECEDE-PROCEED model ของ Green & Kreuter (2005) โดยนำมาใช้เฉพาะขั้นที่ 4 และ 5 ที่เป็นการอธิบาย ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และ ปัจจัยเสริม โดยทำการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาตาม ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของครอบครัว และวิเคราะห์หา ปัจจัยนำและปัจจัยเสริมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา ดังภาพประกอบ



สมมติฐานการวิจัย

1. วัยรุ่นในจังหวัดสงขลาที่มีปัจจัยทางเอื้อ ได้แก่ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของครอบครัวต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน
2. ปัจจัยนำและปัจจัยเสริมสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาได้

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิจัยแบบผสมวิธี แบบสำรวจตามลำดับ (exploratory sequential design) ตามแนวคิดของ Creswell & Plano Clark โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ คือ

การวิจัยระยะที่ 1 ทำการสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น และค้นหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

1. แหล่งข้อมูลในการสังเคราะห์งานวิจัยคือ ผลงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ในช่วงปี พ.ศ. 2543 – 2553 จำนวน 16 เรื่อง
2. เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลงานวิจัย คือ แบบบันทึกข้อมูลงานวิจัย
3. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อค้นหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis)

การวิจัยระยะที่ 2 เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา จำแนกตามปัจจัยเชื้อ และศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 16 ในจังหวัดสงขลา จำนวน 42 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 30,676 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของ Krejcie & Morgan (1970) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างนักเรียนจำนวน 380 คน ทั้งนี้เพื่อป้องกันความผิดพลาดของข้อมูลซึ่งอาจเกิดจากการที่นักเรียนไม่ตั้งใจตอบแบบสอบถาม/แบบทดสอบหรือตอบไม่ครบทุกข้อ ผู้วิจัยจึงเก็บข้อมูล จำนวน 437 คน โดยทำการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi – stage Random sampling) ดังนี้

ขั้นที่ 1 สุ่มแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) สุ่มโรงเรียนแต่ละขนาด (เล็ก กลาง ใหญ่ ใหญ่พิเศษ) มาร้อยละ 20 ของจำนวนโรงเรียนในแต่ละขนาด ได้ทั้งหมด 9 โรงเรียน

ขั้นที่ 2 สุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) โดยการจับฉลากห้องเรียนในแต่ละโรงเรียนที่สุ่มได้ในขั้นที่ 1 มาระดับชั้นละ 1 ห้องเรียน

ขั้นที่ 3 สุ่มอย่างง่าย โดยการจับฉลากเลือกนักเรียนในแต่ละห้องเรียนที่สุ่มได้ในขั้นที่ 2 มาร้อยละ 40 ของจำนวนนักเรียนในแต่ละห้องเรียน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 437 คน

2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 4 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามวัดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นแบบสอบถามวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร แบบสอบถามวัดเจตคติต่อการบริโภคอาหาร และแบบสอบถามวัดค่านิยมในการบริโภคอาหาร และแบบทดสอบวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .71, .81, .79, .83 และ .66 ตามลำดับ

3. การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ วิเคราะห์สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย $\bar{x}$ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) วิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาจำแนกตามปัจจัยเอื้อโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และวิเคราะห์หาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา โดยวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression analysis)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยสามารถสรุปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังนี้

1. องค์ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น พบองค์ความรู้ที่ได้ภายใต้กลุ่มปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นที่สอดคล้องกัน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ 1) ปัจจัยนำ พบตัวแปรที่มีจำนวนผลงานวิจัยที่พบนัยสำคัญทางสถิติมากที่สุด คือ เจตคติต่อการบริโภคอาหาร รองลงมาคือ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และค่านิยมในการบริโภคอาหาร 2) ปัจจัยเอื้อ พบตัวแปรที่มีจำนวนผลงานวิจัยที่พบนัยสำคัญทางสถิติมากที่สุด คือ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของครอบครัว รองลงมาคือ อาชีพของผู้ปกครอง และ 3) ปัจจัยเสริม พบตัวแปรที่มีจำนวนผลงานวิจัยที่พบนัยสำคัญทางสถิติมากที่สุด คือ อิทธิพลของสื่อโฆษณา รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคมและอิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรม

2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา จำแนกตามปัจจัยเอื้อ

ผลการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาพบว่า โดยภาพรวมวัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.88) เมื่อเปรียบเทียบกับปัจจัยเอื้อ พบว่าวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาของผู้ปกครองและรายได้ของครอบครัวต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน ดังตาราง 1

ตาราง 1 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาตามปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง					
ระหว่างกลุ่ม	48.013	28	1.715	1.073	.368
ภายในกลุ่ม	651.927	408	1.598		
รวม	699.941	436			
รายได้ของครอบครัว					
ระหว่างกลุ่ม	40.360	28	1.441	.953	.536
ภายในกลุ่ม	616.949	408	1.512		
รวม	657.309	436			

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา

ผลการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา พบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติต่อการบริโภคอาหาร และได้รับอิทธิพลของสื่อโฆษณาอยู่ในระดับปานกลาง มีค่านิยมในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ โดยความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนเจตคติต่อการบริโภคอาหาร ค่านิยมในการบริโภคอาหาร และอิทธิพลของสื่อโฆษณามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงในตาราง 2

ตาราง 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร (X_1) เจตคติต่อการบริโภคอาหาร (X_2) ค่านิยมในการบริโภคอาหาร (X_3) อิทธิพลของสื่อโฆษณา (X_4) และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา (Y)

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	Y
X_1	1				
X_2	-.255**	1			
X_3	-.207**	.363**	1		
X_4	-.165**	.424**	.526**	1	
Y	-.160**	.189**	.301**	.257**	1

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สำหรับผลการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา พบว่า ค่านิยมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลของสื่อโฆษณา และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาได้ร้อยละ 11.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงในตาราง 3

ตาราง 3 ผลการทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา

ตัวแปรทำนาย	b	SE b	β	t
ค่านิยมในการบริโภคอาหาร (X_3)	.134	.034	.214	3.977**
อิทธิพลของสื่อโฆษณา (X_4)	.081	.034	.129	2.422**
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร (X_1)	-.193	.094	-.095	-2.048*
R = .336 R ² = .113 Adjusted R ² = .107 SE _{est.} = .378				
F = 18.366** a = 2.448				

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ ---- $Y = 2.448 + 0.134X_3 + 0.081X_4 - 0.193X_1$

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน -- $Z = 0.214X_3 + 0.129X_4 - 0.095X_1$

อภิปรายผลการวิจัย

1. องค์ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

ปัจจัยเอื้อที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ได้แก่ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของครอบครัว ปัจจัยนำ ได้แก่ เจตคติต่อการบริโภคอาหาร ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และค่านิยมในการบริโภคอาหาร และปัจจัยเสริม ได้แก่ อิทธิพลของสื่อโฆษณา การสนับสนุนทางสังคม และอิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรม นำแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของ Green & Kreuter (2005) มาอธิบายปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นได้ว่าการมีพฤติกรรม การบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการหรือไม่นั้น เกิดจากสาเหตุหลายประการ ทั้งที่เป็นสาเหตุจากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร สอดคล้องกับผลการวิจัยของสนทยา มุอำหมัด (2544) ที่พบว่าระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ค่านิยมในการบริโภคอาหาร การสนับสนุนทางสังคม และอิทธิพลจากสื่อมวลชน มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยการสนับสนุนทางสังคม ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และอิทธิพลจากสื่อมวลชนสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนได้ร้อยละ 31.20 ดังนั้นในการวางแผนปรับเปลี่ยนหรือส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยดังกล่าวร่วมกันเสมอ

2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา จำแนกตามปัจจัยเอื้อ

รายได้ของครอบครัวที่ต่างกันไม่ทำให้พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนแตกต่างกัน วิณะ วีระไวทยะ และ สง่า ดามาพงษ์ (2541) มีแนวคิดว่า ครอบครัวที่มีรายได้สูง ค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารจะเป็นสัดส่วนน้อยคือจะไม่มากขึ้นตามอัตราส่วนหรือเป็นสัดส่วนกับรายได้ แม้จะมีรายได้มากขึ้นกว่าเดิมหลายเท่า แต่ค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารจะใกล้เคียงกับของเดิมเนื่องจากมีรายได้ส่วนใหญ่ใช้ในการซื้อสิ่งของอื่นที่ไม่ใช่อาหาร สอดคล้องกับผลการวิจัยของสุจินต์ ปรัชามารถ (2544) ที่พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่รายได้ของ

ผู้ปกครองแตกต่างกันมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อไม่แตกต่างกัน แต่ขัดแย้งกับผลการวิจัยของศาสตราจารย์ ศาสตราจารย์ (2544) และสนทนามูฮำหมัด (2544) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนที่บิดามารดามีรายได้ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารต่างกันอย่างน้อยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งอาจเป็นไปได้เนื่องจากการที่บางคนหรือบางครอบครัวที่ผู้ปกครองมีรายสูงมีได้หมายความว่า จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเสมอไปเพราะพฤติกรรมการบริโภคอาหารขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่นๆ หลายปัจจัยดังที่ได้กล่าวไปแล้วข้างต้น

ระดับการศึกษาของผู้ปกครองที่ต่างกันไม่ทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนแตกต่างกัน ขัดแย้งกับผลการวิจัยของศาสตราจารย์ ศาสตราจารย์ (2544) และสนทนามูฮำหมัด (2544) ที่พบว่านักเรียนที่บิดามารดามีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารต่างกันอย่างน้อยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องด้วยครอบครัวเป็นหน่วยทางสังคมที่เล็กที่สุดที่เด็กจะได้รับการปลูกฝังและเลี้ยงดูเมื่อพ่อแม่มีความรู้ย่อมส่งผลในการส่งเสริมลูกด้านการบริโภคและด้านอื่นๆ ซึ่งเป็นไปได้ว่าการที่บางครอบครัวผู้ปกครองมีระดับการศึกษาสูงมีได้หมายความว่า จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเสมอไปเพราะพฤติกรรมการบริโภคอาหารขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่นๆ หลายปัจจัยดังที่ได้กล่าวไปแล้วข้างต้น

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ความรู้เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรม แต่การเพิ่มความรู้ไม่ได้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคเสมอไปเพราะการเปลี่ยนพฤติกรรมต้องมีปัจจัยอื่นร่วมด้วย ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง พบว่าสิ่งที่นักเรียนส่วนใหญ่มีความเข้าใจถูกต้องมากที่สุดคือ หลักในการเลือกรับประทานอาหารเลือกจากส่วนประกอบของอาหารเป็นหลัก แต่ยังมี ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเพื่อให้มีภาวะโภชนาการที่ดีว่าควรรับประทาน อาหารประเภทโปรตีนมากกว่าหมู่อื่นๆ ซึ่งแท้จริงแล้วการรับประทานอาหารเพื่อให้มีภาวะโภชนาการที่ดีนั้นควรรับประทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ ในปริมาณที่พอเหมาะ จากการวิจัย ในครั้งนี้พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติต่อการบริโภคอาหาร ค่านิยมในการ

บริโภคอาหาร และอิทธิพลของสื่อโฆษณาที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของศาสตราจารย์ศาสตราวุฒ (2544) ที่พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เจตคติต่อการบริโภคอาหาร ค่านิยมในการบริโภคอาหาร และอิทธิพลของสื่อโฆษณาที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่านิยมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลของสื่อโฆษณา และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา ได้ร้อยละ 11.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อธิบายตามแนวคิดของ Green & Kreuter (2005) ได้ว่า การที่วัยรุ่นมีความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ ซึ่งเป็นปัจจัยภายใน ตัวบุคคลอื่นมีผลเอื้อต่อการมีความเชื่อและค่านิยมให้เกิดแรงจูงใจใฝ่มน้าวในการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารชนิดนั้นๆ และเมื่อได้รับอิทธิพลของสื่อโฆษณาซึ่งเป็นปัจจัยภายนอก ที่สนับสนุนและส่งเสริมโดยอาศัยการให้ข้อมูลข่าวสาร โฆษณาชวนเชื่อที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อมุ่งเน้นให้ผู้บริโภคได้รู้จักอาหารชนิดนั้นๆ และเกิดการยอมให้ข้อมูลข่าวสารนั้นเข้ามา มีผลต่อความคิด ความรู้สึกและการตัดสินใจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมและอิทธิพลจากสื่อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (จิรภัทร พลอยขาว, 2553) และนักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อมวลชนต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (จันทร์เต็ม หาญมงคลศิลป์, 2543) นอกจากนี้ การศึกษาของสนทยา มูอำหมัด (2544) ยังพบว่าการสนับสนุนทางสังคม ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและอิทธิพลจากสื่อมวลชนสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนได้ ร้อยละ 31.20 ดังนั้นการที่วัยรุ่นได้รับความรู้และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการที่ถูกต้องส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารไปในทางที่ดีได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 จากผลการวิจัยพบว่า ค่านิยมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลของสื่อโฆษณา และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาได้ ดังนั้นหน่วยงานคุ้มครองผู้บริโภคควรเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ให้เยาวชนได้มีความรู้ความเข้าใจถึงประโยชน์ ผลข้างเคียงและอันตรายจากการบริโภคอาหาร ไม่ถูกหลอกลวงโฆษณาการ ทั้งนี้ควรพัฒนาการใช้ประโยชน์จากสื่อสารมวลชนเพื่อเป็นเครื่องมือ สำคัญในการให้ข้อมูลแก่ผู้บริโภคและพิทักษ์ประโยชน์ของทั้งผู้บริโภคและภาครัฐ และเพื่อ ปลุกฝังค่านิยมที่ถูกต้องในการพิจารณาเลือกบริโภคอาหารที่เน้นคุณภาพประโยชน์

1.2 จากผลการสังเคราะห์งานวิจัยครูควรนำองค์ความรู้ไปสอดแทรก ในรายวิชาเรียนเพื่อให้นักเรียนเกิดความตระหนักและตื่นตัวหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเอง มากขึ้น และควรเพิ่มการรณรงค์เกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อเพื่อป้องกันไม่ให้นักเรียนตกเป็นเหยื่อ ของสื่อโฆษณา

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาเชิงลึกแบบกรณีศึกษาเพื่อให้เห็นถึงกระบวนการคิด ตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร

2.2 ควรพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคด้วยปัญญาเพื่อลด ภาวะโรคอ้วน

เอกสารอ้างอิง

จันทร์เต็ม หาญมงคลศิลป์. (2543). *พฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อ ป้องกันโรคไม่ติดต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญ ศึกษา จังหวัดนนทบุรี*. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย).มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

จิรัชพร พลอยขาว. (2553). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน หญิงที่มีภาวะโภชนาการเกิน โรงเรียนสตรีภูเก็ต จังหวัดภูเก็ต*. (วิทยานิพนธ์

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.

เบญจวรรณ ช่วยแก้ว. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับพฤติกรรมบริโภคเพื่อสุขภาพในวัยรุ่นตอนต้น จังหวัดสงขลา. *วารสารกองการพยาบาล*, 39(1), 7-18.

พัชรภรณ์ ไชยสังข์, ปัญจภรณ์ ยะเกษม, และนุชจิรัตน์ ชูทองรัตน์. (2557). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 -6 ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา*, 20(1), 30-43.

ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2553). เผยข้อมูลสำรวจพบเด็กได้มีปัญหาโภชนาการทำให้เสีย-ผอม. สืบค้นจาก: <http://www.oknation.net/blog/print.php?id=566991>.

วีระ วีระไวทยะ และสง่า ตามาพงษ์. (2541). พฤติกรรมการบริโภคอาหาร. นนทบุรี: กองโภชนาการกระทรวงสาธารณสุขศาสตร์ติยา ศาสตรานวัตร. (2544). พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา อำเภอมือง จังหวัดชุมพร. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

สนทยา มูฮำหมัด. (2544). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตดุสิตกรุงเทพมหานคร. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. (2555). พฤติกรรมการบริโภคของคนไทย.

สืบค้นจาก: <http://tcjithai.com/tcijthainews/view.php?ids=3464>.

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2554). รายงานสุขภาพคนไทย 2554: เอชไอเอ กลไกพัฒนานโยบายสาธารณะเพื่อชีวิตและสุขภาพ. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

สุจินต์ ปรีชาमारณ. (2544). พฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันโรค
ไม่ติดต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา
จังหวัดนนทบุรี. *วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ*, 2(1), 9-15.

สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดสงขลา (2550). *รายงานเวชสถิติประจำปี 2550*. สงขลา:
สำนักงานสาธารณสุข.

อมรวิทย์ นาครทรรพ. (2549). *เด็กไทยในมิติวัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: สถาบันรามจิตติ.

Creswell, J.W. & Plano Clark, V. L. (2011). *Designing and Conducting Mixed
Methods Research*. (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Green, L.W. & Kreuter, M.W. (2005). *Health Program Planning: An Educational
and Ecological Approach*. (4th ed.). New York: McGraw-Hill Higher
Education.

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

Translated from Thai

References

Chuntem Hammongkolsilp. (2000). *Eating Behavior for Non-Communicable
Diseases Prevention in Mathayomsuksa VI Students under the Jurisdiction
of the Department of General Education School in Nonthaburi Province*.
Master of Education degree in Health Education. Graduate School,
Srinakharinwirot University. [in Thai].

Chiraptha Poikaow. (2010). *Factors Affecting Food Consumption Behaviors of
Overweight Female Students of Satree pukhet school*. Master of Arts in
Home Economics for Community Development. Graduate School,
Ramkhamhaeng University. [in Thai].

- Benjawan Chuaykaew. (2012) . Relationships between Selected Factors and Eating Behaviors of Early Adolescents: Songkla province. *Journal of Nursing Division*, 39(1), 7-18. [in Thai].
- Phatcharaphan Chaiyasung, Panchabhorn Yakasem, and Nootjareerat Chuthongrat. (2014). Factors Predicting Food Consumption Behaviors of Overweight Elementary School Students, Grade 4-6. *Journal of Boromarajonani College of Nursing Nakhonratchasima*, 20(1), 30-43. [in Thai].
- Latda Mo-suwan. (2013) . *The Result of Survey found that Children in the Southernmost Areas Encounter with the Problem of Malnutrition that Lead to be Short and Thin*. Retrieved from: <http://www.oknation.net/blog/print.php?id=566991>. [in Thai].
- Vina Viravaidhya and Sahar Damapong. (1998) . *The Behavior of Food Consumption*. Nonthaburi Province. Bureau of Nutrition, Ministry of Public Health. [in Thai].
- Sattiya Sattranuwat. (2001) . *Health Behavior Concerning Food Consuming of Mathayomsuksa Students in the Secondary School under the Jurisdiction of the Department of General Education Amphoe Mueang Chumphon province*. Master of Education Degree in Health Education. Graduate School, Srinakharinwirot University. [in Thai].
- Sonthaya Moohummud. (2001) . *Factors Affecting Food Consuming of Mathayomsuksa III Students in School under the Department of General Education in Khet Dusit, Bangkok Metropolitan*. Master of Education degree in Health Education. Graduate School, Srinakharinwirot University. [in Thai].

- Institution of Nutrition, Mahidol University. (2012). *the Behavior Consumption of Thai Population*. Retrieved from: <http://tcijthai.com/tcijthainews/view.php?ids=3464>. [in Thai].
- Institute of Population and Social Research, Mahidol University. (2011). *Thai Health Report 2011: HIA, a Mechanism for Public Policy Development in Life and Health*. Bangkok: Amarin Printing and Publishing Company limited. [in Thai].
- Sujin Preechamart. (2544). the Practice Behavior of Food Consumption Regarding Prevent Non-Communicable Diseases of High School Students under the Jurisdiction of the Department of General Education, Nonthaburi Province. *Journal of Sports Science and Health*, 2(1), 9-15. [in Thai].
- Songkhla Provincial Public Health Office (2007). *The Report of Medical Statistics in 2007*. Songkhla: Public Health Office. [in Thai].
- Amornwit Nakhontap. (2006). *The consideration of young Thai through cultural aspect*. Bangkok.Ramjiti Institute. [in Thai].