

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original Articles

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์
Factors Associated with Food Consumption Behavior of Higher
Education Students in Surin Province

ต้นน้ำ นาคเขียว, พย.บ.*
จิราวดี ชวดศรี, พย.บ.*
ณภัทรภรณ์ ศรีสุข, พย.บ.*
ธัญลักษณ์ กักริมย์, พย.บ.*
พรปวีร์ แข็งกล้า, พย.บ.*
รุ่งทิวา สายศร, พย.บ.*
อารียา ม่วงประโคน, พย.บ.*
อิสริยาภรณ์ แก้วยศ, พย.บ.*
อุษามณี ทวีพร้อม, พย.บ.*
ธวัชชัย ยืนยาว, พย.ม.**

Tonnam Nakkhiac, B.N.S.*
Jirawadee Chuadsri, B.N.S.*
Naphattharaporn Srisuk, B.N.S.*
Tunyalak Kokram, B.N.S.*
Ponpawee Khaengkla, B.N.S.*
Rungtiwa Saisorn, B.N.S.*
Areeya Moungrakphon, B.N.S.*
Issariyaporn Keawyod, B.N.S.*
Ausamanee Taweeprom, B.N.S.*
Thawatchai Yeunyow, M.N.S.**

*, ** วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุรินทร์ คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก ประเทศไทย 32000
*, ** Boromarajonani College of Nursing Surin, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, Surin province, Thailand 32000
**Corresponding author, E-mail address: thawatchai.yeun@gmail.com
Received: 19 Dec 2024. Revised: 27 Feb 2025. Accepted: 12 Mar 2025

บทคัดย่อ

- หลักการและเหตุผล** : อาหารเป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ หากบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมจะส่งผลต่อสุขภาพในระยะยาวได้
- วัตถุประสงค์** : เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์
- วิธีการศึกษา** : การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ จำนวน 411 คน คัดเลือกเป็นสุ่มตัวอย่างชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติพรรณนาและสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ t-test, One-way ANOVA และ Multiple Regression
- ผลการศึกษา** : คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์อยู่ในระดับสูง (M=89.9, SD.=12.3) ปัจจัยที่ร่วมทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ สถาบันการศึกษา ($\beta = 0.587, p < 0.001$) การได้รับข่าวสาร/ข้อมูล ($\beta = 0.412,$

- สรุปลผล : $p < 0.001$) ความสามารถในการเข้าถึงบริการ ($\beta = 0.276$, $p < 0.001$) ทศนคติต่อการบริโภคอาหาร ($\beta = 0.137$, $p = 0.018$) และการมีโรคประจำตัว ($\beta = -0.043$, $p = 0.006$) โดยสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ได้ร้อยละ 37.6 ($R^2 = 0.376$, $p = 0.006$)
- คำสำคัญ : พฤติกรรมการบริโภคอาหาร นักศึกษาระดับอุดมศึกษา

ABSTRACT

- Background** : Food is an important factor in human life. Consuming inappropriate food can affect health in the future.
- Objective** : To study factors affecting the food consumption behavior of higher education students in Surin Province.
- Methods** : This research was descriptive. The study aims to study factors affecting the behavior of higher education students in Surin Province regarding food consumption. The sample consisted of 411 higher education students. The selection was stratified random sampling. Data were analyzed using descriptive statistics, t-tests, one-way ANOVA, and multiple regression.
- Results** : The score of the food consumption behavior of higher education students in Surin Province was high ($M = 89.9$, $SD = 12.3$) Factors that predict food consumption behavior include educational Institutions ($\beta = 0.587$, $p < 0.001$), receiving news/information ($\beta = 0.412$, $p < 0.001$), accessibility to services ($\beta = 0.276$, $p < 0.001$), attitudes toward food consumption ($\beta = 0.137$, $p = 0.018$), and underlying diseases ($\beta = -0.043$, $p = 0.006$). They could predict 36.7 percent ($R^2 = 0.367$, $p = 0.006$).
- Conclusions** : Reinforcing, enabling, and personal factors affect the food consumption behavior of higher education students in Surin Province.
- Keywords** : Food Consumption Behavior, Higher Education Students.

หลักการและเหตุผล

อาหารมีความสำคัญต่อร่างกายมนุษย์ เพราะช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของร่างกาย เห็นได้ว่าหากร่างกายได้รับอาหารที่ไม่เป็นประโยชน์ ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ ทำให้ร่างกายเสื่อมโทรมและเกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ ในขณะที่หากร่างกายได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์แล้วจะทำให้ร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพดี

อาหารจึงมีความสัมพันธ์กับมนุษย์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้⁽¹⁾ ร่างกายของวัยรุ่นต้องการสารอาหารในปริมาณสูง เพื่อนำไปใช้ในการทำกิจกรรมในแต่ละวัน และด้วยการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม วัฒนธรรม รวมทั้งความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีในปัจจุบัน ทำให้การใช้ชีวิตมีความเร่งรีบมากขึ้น ส่งผลทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรม

การบริโภคอาหารในปริมาณที่เพิ่มขึ้น นอกจากนี้ การที่วัยรุ่นไม่สนใจในคุณค่าทางโภชนาการ อาจทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในบางประเภทในปริมาณที่มากเกินไปจนเกินความต้องการของร่างกาย หรือเกิดการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม ซึ่งเป็นพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง จนอาจกลายเป็นนิสัยติดตัวอย่างถาวรและอาจทำให้ส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกายในระยะยาว⁽²⁾ พฤติกรรมการบริโภคของคนไทยได้เปลี่ยนแปลงไปตามการเปลี่ยนแปลงของภาวะเศรษฐกิจและสังคม ในอดีตคนไทยบริโภคข้าวกับปลาเป็นอาหารหลัก นิยมบริโภคผักเป็นประจำ แต่ในปัจจุบันคนที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองบริโภคไขมันและเนื้อสัตว์เพิ่มมากขึ้น บริโภคผักและผลไม้ลดลง เด็กและวัยรุ่นบริโภคอาหารแบบคนเมืองมากกว่าอาหารประจำท้องถิ่น วิถีชีวิตของคนเมืองมีลักษณะเร่งรีบ ทำให้มีเวลาในการเตรียมอาหารน้อยลง ต้องพึ่งพาอาหารฟาสต์ฟู้ด อาหารจานด่วน อาหารสำเร็จรูปและกึ่งสำเร็จรูปที่หาได้ง่าย เนื่องจากสะดวกและไม่สิ้นเปลืองเวลามากนัก ซึ่งส่วนมากเป็นอาหารประเภท ปิ้งย่างทอด อาหารประเภทที่มีไขมันสูง ทั้งยังนิยมอาหารรสจัดที่มีความเค็มหรือมีโซเดียมสูง การขาดการออกกำลังกาย มีความเครียดสูง สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ทำให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพ⁽³⁾ ซึ่งปัจจัยเสี่ยงพื้นฐานที่เป็นภัยคุกคามสุขภาพ จากพฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ไขมัน เค็ม มากเกินไป กินผักและผลไม้ไม่เพียงพอ ขาดการออกกำลังกาย ไม่สามารถจัดการกับอารมณ์และความเครียด สูบบุหรี่และดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ภาวะน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วนที่ส่งผลกระทบต่อโรคที่เกิดจากวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปและยังมีความเสี่ยงกับการเกิดโรคสำคัญ 5 โรค ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมองและโรคมะเร็ง ซึ่งเป้าหมายหลักของแผนคือลดปัญหาโรควิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปดังกล่าว ด้วยการเพิ่มวิถีชีวิตพอเพียงใน 3 ด้านคือการบริโภคที่เหมาะสม การออกกำลังกายที่เหมาะสม และการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม

นักศึกษาในอุดมศึกษาเป็นวัยที่มีความสำคัญมากช่วงหนึ่งของชีวิตเพราะเป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ ร่างกาย อารมณ์ ความคิด ทำให้

มีความต้องการอาหารเพิ่มขึ้น การมีพฤติกรรมบริโภคที่ดีมีส่วนทำให้จิตใจเข้มแข็ง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีจิตใจที่แจ่มใส กระตือรือร้น สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ง่ายและมีผลต่อการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ⁽⁴⁾ ซึ่งปัจจุบันได้พบว่า วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคเปลี่ยนไปจากเดิม โดยหันมารับประทานอาหารจานด่วนเพื่อความสะดวกและรวดเร็ว ประหยัดเวลา สามารถรับประทานได้ทันที เหมาะกับสังคมในสภาพที่รีบเร่ง รูปแบบการใช้ชีวิตของนักศึกษาที่เปลี่ยนไปตามยุคสมัย ทำให้มีการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง การใช้ชีวิตอยู่ในหอพักและชีวิตส่วนใหญ่ในรั้วมหาวิทยาลัย ทำให้นักศึกษาขาดการดูแลเรื่องการบริโภคอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อสุขภาพ ซึ่งปัญหาด้านสุขภาพของคนไทยที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง คือโรคเรื้อรังต่างๆ ซึ่งมีสาเหตุเบื้องต้นมาจาก โรคอ้วนและเป็นปัญหาที่นับวันจะทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ กลุ่มที่มีปัญหาเรื่องนี้มากที่สุดคือ กลุ่มเด็กและเยาวชน⁽⁵⁾ และจากการศึกษาของมณฑลนาวัต เมธาพัฒนา ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล พบว่าชั้นปีที่ศึกษาความรู้ทางโภชนาการ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับจากผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล ($r=0.77$, $p=0.05$)⁽⁶⁾ และการศึกษาของลินทิพย์ มากเขียว ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างยั่งยืนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างยั่งยืน การรับรู้ข่าวสาร และความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างยั่งยืน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างยั่งยืน⁽⁷⁾

จังหวัดสุรินทร์มีสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ วิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ และวิทยาลัยอาชีวศึกษาสุรินทร์ จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น จะเห็นว่าปัญหาการบริโภคอาหารเป็นเรื่อง

ที่สำคัญของการพัฒนาบุคคล โดยเฉพาะบุคคลที่อยู่ในวัยเรียนระดับอุดมศึกษาเป็นวัยที่มีอิสระทางด้านความคิด และการตัดสินใจทำอะไรได้ด้วยตนเองในหลายๆ ด้าน ควรมีความรู้ที่ถูกต้องในการเลือกบริโภคอาหาร ตลอดจนตระหนักถึงผลเสียต่อสุขภาพ หากนักศึกษา มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องและสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคให้เหมาะสม เนื่องจาก บุคคลกลุ่มนี้เป็นกลุ่มประชากรที่สำคัญกลุ่มหนึ่งของประเทศ เพราะจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไปในอนาคต

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

นำข้อมูลที่ได้ไปวางแผนในการจัดกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมในกลุ่มนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์

สมมุติฐาน

ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์

กรอบแนวคิด

การวิจัยครั้งนี้ใช้แนวคิดแบบจำลองการวางแผนส่งเสริมสุขภาพ PRECEDE-PROCEED Model⁽⁸⁾ โดยคัดเลือกปัจจัยจากการทบทวนวรรณกรรมและตัวแปรต้น ประกอบด้วย 1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) รายได้ที่ได้รับ สถาบันการศึกษา 2) ปัจจัยด้านสุขภาพ ได้แก่ ส่วนสูง น้ำหนัก รอบเอว การมีโรคประจำตัว 3) ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร 4) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหาร

5) ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพ ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์

ระเบียบวิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ โดยใช้แบบสอบถาม 7 ส่วน คือ 1. แบบสอบถามด้านปัจจัยส่วนบุคคล 2. แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านสุขภาพ 3. แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารในแต่ละมื้อของนักศึกษาในจังหวัด สุรินทร์ 4. แบบสอบถามทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร 5. แบบสอบถามความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร 6. แบบสอบถามการรับรู้ข่าวสารการบริโภคอาหาร และ 7. แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ 5 สถาบัน ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุรินทร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสานวิทยาเขตสุรินทร์ วิทยาลัยอาชีวศึกษาสุรินทร์ และวิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ รวมจำนวนทั้งสิ้น 411 คน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ t-test, One- way ANOVA และ Multiple Regression โดยดำเนินการวิจัยในระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ.2567 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ.2568

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ นักศึกษาของสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ 5 สถาบัน ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุรินทร์ จำนวน 485 คน มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ จำนวน 5,724 คน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสานวิทยาเขตสุรินทร์ จำนวน 3,205 คน วิทยาลัยอาชีวศึกษาสุรินทร์ จำนวน 717 คน และวิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ จำนวน 1,846 คน

รวมจำนวนนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ทั้งหมด 11,977 คน

ตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับอุดมศึกษาใน จังหวัดสุรินทร์ 5 สถาบัน ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนีสุรินทร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสานวิทยาเขตสุรินทร์ วิทยาลัยอาชีวศึกษาสุรินทร์ และวิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ รวมจำนวนทั้งสิ้น 411 คน

การกำหนดขนาดตัวอย่าง ใช้การคำนวณของ เครซี่และมอร์แกน⁽⁹⁾ ทราบจำนวนประชากรปีที่ศึกษา 11,977 คน กำหนดระดับความเชื่อมั่น 95% กำหนด ความคาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ไม่เกินร้อยละ 5 ได้จำนวน กลุ่มตัวอย่าง 372.19 คน หรือ 373 คน และกำหนดกลุ่ม ตัวอย่างเพิ่มอีกร้อยละ 10 เพื่อป้องกันการสูญหายของ ข้อมูลจำนวน 38 คน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 411 คน สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) แต่ละสถาบัน ได้แก่ 1. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ จำนวน 24 คน มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ จำนวน 171 คน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ จำนวน 119 คน วิทยาลัยอาชีวศึกษา สุรินทร์ จำนวน 36 คน และวิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ จำนวน 61 คน **เกณฑ์คัดเข้า** ได้แก่ 1. นักศึกษาของ สถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ 5 สถาบัน ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุรินทร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลอีสานวิทยาเขตสุรินทร์ วิทยาลัยอาชีวศึกษา สุรินทร์และวิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ 2. ลงทะเบียนเรียน ในปีการศึกษา 2567 3. มีความสามารถในการเข้าถึง Google form เพื่อทำแบบสอบถาม 4.เป็นผู้ที่สามารถ อ่านออกเขียนได้ และ 5. เต็มใจให้ความร่วมมือในการ วิจัย **เกณฑ์คัดออก** ได้แก่ 1. ไม่สามารถเข้าร่วมตลอด ระยะเวลาของการวิจัยได้ครบทุกขั้นตอน และ 2. ผู้ไร้ความสามารถหรือผู้วิกลจริต

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 7 ส่วน ดังต่อไปนี้

1. แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี เกรดเฉลี่ย รายได้ที่ได้รับ (บาท/เดือน) และสถาบันการศึกษา

2. แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านสุขภาพ มีจำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ส่วนสูง น้ำหนัก รอบเอว โรคประจำตัว

3. แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลือก บริโภคอาหาร ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง มีจำนวน 20 ข้อ คำตอบเป็นแบบตัวเลือก ถูก ผิด

4. แบบสอบถามทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร ดัดแปลงจากการศึกษาของสุระเดช ไชยตอกเกีย⁽¹⁰⁾ มีจำนวน 20 ข้อ ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบ มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

5. แบบสอบถามความสามารถในการเข้าถึง แหล่งอาหาร มีจำนวน 10 ข้อ ซึ่งมีลักษณะเป็น มาตราส่วน ประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับคือ ง่ายมาก ง่าย ปานกลาง ยาก ยากมาก

6. แบบสอบถามการรับรู้ข่าวสารการบริโภค อาหาร มีจำนวน 10 ข้อ เป็นข้อคำถามแบบมีตัวเลือก ได้แก่ เป็นประจำ บ่อยมาก บ่อยครั้ง นานๆ ครั้ง และ ไม่เคย

7. แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ดัดแปลง จากการศึกษามัณฑนาวัตี เมหาพัฒนะ⁽¹¹⁾ มีจำนวน 30 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติ ทุกครั้ง ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัตินานๆ ครั้ง และไม่ปฏิบัติเลย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลสาขาการพยาบาลเด็ก อาจารย์พยาบาลสาขาการพยาบาลชุมชน และพยาบาลเวชปฏิบัติ เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและความตรงเชิงเนื้อหา ซึ่งข้อคำถามแต่ละข้อจะต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 และหาค่าความเที่ยงในกลุ่มที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ของแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารในแต่ละมื้อได้ค่า KR-20 เท่ากับ 0.94 แบบสอบถามทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร แบบสอบถามความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร แบบสอบถามการรับรู้ข่าวสารการบริโภคอาหาร และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ได้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคอัลฟา เท่ากับ 0.89 0.91 0.87 และ 0.92 ตามลำดับ

จริยธรรมวิจัยและการพิทักษ์สิทธิ

ของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร ได้หนังสือรับรองเลขที่ P-EC-14-08-67 ลงวันที่ 23 สิงหาคม พ.ศ. 2567

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามจาก Google Form โดยส่งลิงค์ไปยังกลุ่ม Application Line ตัวแทนของนักศึกษาของสถาบันอุดมศึกษา 5 แห่งในจังหวัดสุรินทร์ และมีผู้ช่วยวิจัยช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อพรรณนาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสุขภาพ ความรู้เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหาร ทัศนคติต่อ

การบริโภคอาหาร ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร การรับรู้ข่าวสารการบริโภคอาหาร และพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาใน จังหวัดสุรินทร์ วิเคราะห์ด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ในจังหวัดสุรินทร์ ด้วยสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ t-test, One-way ANOVA และวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Multiple Regression Analysis) ในการทำนายปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่า ตัวอย่างมีจำนวน 411 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 69.7 และเพศชาย ร้อยละ 30.3 มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 20.1 ปี (SD. = 1.3) โดยอายุอยู่ระหว่าง 18-23 ปี ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 45.0 รองลงมาคือ ชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 33.0 ชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 16.5 ชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 5.0 และน้อยสุด ชั้นปีที่ 5 ร้อยละ 0.5 เกรดเฉลี่ยสะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.2 (SD. = 0.5) โดยมีเกรดระหว่าง 2.0 - 4.0 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่ 4,888.1 บาท (SD. = 2,825.9) โดยรายได้อยู่ระหว่าง 0- 18,500 บาท/เดือน ส่วนใหญ่ศึกษาที่มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ คิดเป็นร้อยละ 41.7 รองลงมา คือ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ ร้อยละ 24.3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร ร้อยละ 15.1 วิทยาลัยเทคนิคสุรินทร์ ร้อยละ 11.0 และวิทยาลัยอาชีวศึกษาสุรินทร์ ร้อยละ 7.8

ปัจจัยด้านสุขภาพ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 97.2 มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เฉลี่ยอยู่ที่ 21.1 kg./m.2 (SD. = 3.9) โดยค่าดัชนีมวลกายอยู่ระหว่าง 15.6 - 42.5 รอบเอวเพศหญิงมีค่าเฉลี่ย 73.2 ซม. (SD. = 18.3) โดยรอบเอวอยู่ระหว่าง 58 - 108 ซม. รอบเอวเพศชายมีค่าเฉลี่ย 81.6 ซม. (SD. = 21.9) โดยรอบเอวอยู่ระหว่าง 62 - 250 ซม.

2. ข้อมูลด้านความรู้ ทักษะ การเข้าถึง แหล่งอาหาร การรับรู้ข่าวสาร และพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ในจังหวัดสุรินทร์

ด้านปัจจัยนำ พบว่า 1) ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร พบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 15.8 (SD.=2.4) อยู่ในระดับปานกลาง ด้านปัจจัยเอื้อ พบว่า 1) ทักษะต่อการบริโภคอาหาร พบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 76.5 (SD.=9.4) อยู่ในระดับปานกลาง 2) ความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหาร พบว่า

มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 44.7 (SD.=5.3) อยู่ในระดับสูง ด้านปัจจัยเสริม พบว่า การได้รับข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพ พบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 43.8 (SD.=8.4) อยู่ในระดับสูง และ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ พบว่า มีค่าคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ เฉลี่ยเท่ากับ 89.9 (SD.=12.3) อยู่ในระดับสูง (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ข้อมูลด้านปัจจัยนำ ด้านปัจจัยเอื้อ ด้านปัจจัยเสริมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ (n=411)

ปัจจัย	n	Minimum	Maximum	M	SD	การแปลผล
ปัจจัยนำ						
ด้านความรู้	411	8.0	20.0	15.8	2.4	ปานกลาง
ด้านทักษะ	411	52.0	100.0	76.5	9.4	ปานกลาง
ปัจจัยเอื้อ						
ด้านการเข้าถึงแหล่งอาหาร	411	28.0	50.0	44.7	5.3	สูง
ปัจจัยเสริม						
ด้านการรับรู้ข่าวสาร	411	15.0	50.0	43.8	8.4	สูง
พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	411	61.0	131.0	89.9	12.3	สูง

3. วิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ด้วยสถิติ t-test ได้แก่ อายุ และการมีโรคประจำตัว พบว่า มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภค

อาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ส่วนเพศ ชั้นปี เกรดเฉลี่ยสะสม รายได้ต่อเดือน สถาบัน ดัชนีมวลกายและรอบเอว พบว่า ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 วิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้วยสถิติ t-test

ปัจจัยส่วนบุคคล	t	df	p-value
เพศ	1.559	409	0.003
อายุ	0.247	409	0.106
ชั้นปี	0.070	409	0.784
เกรดเฉลี่ยสะสม	0.988	409	0.321
รายได้ต่อเดือน	-1.571	409	0.986
สถาบันการศึกษา	-1.622	409	0.034
การมีโรคประจำตัว	1.670	409	0.001
ดัชนีมวลกาย	0.986	409	0.994
รอบเอว	0.867	409	0.996

เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ด้วยสถิติ One-way ANOVA พบว่า 1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถาบันและการมีโรคประจำตัวมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.040 และ 0.003 ตามลำดับ ส่วนเพศ อายุ ชั้นปี เกรดเฉลี่ยสะสม รายได้ต่อเดือน ดัชนีมวลกายและรอบเอวไม่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้

เกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหารไม่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 3) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ทักษะติดต่อการบริโภคอาหารและความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหารมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.005 และ 0.000 ตามลำดับ 4) ปัจจัยเสริม คือ การได้รับข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 วิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ด้วยสถิติ One-way ANOVA

ปัจจัย	SS	df	MS	F	p-value
ปัจจัยส่วนบุคคล					
เพศ	46.081	410	0.195	0.896	0.669
อายุ	335.927	410	1.589	1.034	0.425
ชั้นปี	143.931	410	0.627	0.930	0.610
เกรดเฉลี่ยสะสม	104.480	410	0.604	1.360	0.076
รายได้ต่อเดือน	181.706	410	0.612	0.675	0.949
สถาบันการศึกษา	321.615	410	1.948	1.455	0.040**
การมีโรคประจำตัว	310.661	410	2.161	1.790	0.003**
ดัชนีมวลกาย	339.706	410	1.219	0.729	0.905
รอบเอว	498.789	410	1.433	0.559	0.992
ปัจจัยนำ					
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	1,198.532	410	5.686	1.039	0.417
ทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร	19,008.128	410	129.266	1.728	0.005**
ปัจจัยเอื้อ					
ความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหาร	6,114.555	410	49.634	2.299	0.000***
ปัจจัยเสริม					
การได้รับข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพ	15,298.055	410	111.875	1.936	0.001***

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 *** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ด้วยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) หลังจากวิเคราะห์

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเบื้องต้นแล้วตัวแปรที่มีลำดับความสัมพันธ์ในระดับสูงๆ พบว่า ตัวแปรอิสระมีทั้งหมด 5 ตัวแปร มีอำนาจในการทำนายการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับ

อุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ คือ สถาบันการศึกษา ทำนายได้สูงสุด ($\beta = 0.587, p < 0.001$) การได้รับ ข่าวสาร/ข้อมูล ($\beta = 0.412, p < 0.001$) ความสามารถในการเข้าถึงบริการ ($\beta = 0.276, p < 0.001$) ทักษะติดต่อการ บริโภคอาหาร ($\beta = 0.137, p = 0.018$) และการมี

โรคประจำตัว ($\beta = -0.043, p = 0.006$) โดยสามารถ ร่วมกันอธิบายความผันแปรของปัจจัยที่มีผลต่อ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับ อุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ได้ร้อยละ 37.6 ($R^2 = 0.376$) ตามลำดับ (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา ในจังหวัดสุรินทร์ (n=411)

ตัวแปรพยากรณ์	Unstandardized Coefficients		β	t	Sig.
	B	Std. Error			
สถาบันการศึกษา	0.631	0.042	0.587	21.325	0.000*
การได้รับข่าวสาร/ข้อมูล	0.429	0.031	0.412	19.658	0.000*
ความสามารถในการเข้าถึงบริการ	0.324	0.027	0.276	11.148	0.000*
ทักษะติดต่อการบริโภคอาหาร	0.214	0.021	0.137	5.328	0.018**
การมีโรคประจำตัว	-7.35	0.000	-0.043	-3.411	0.006**

$R^2 = 0.376, F = 148.217, \text{Constant} = 14.312, *p < 0.001, **p < 0.05$

อภิปรายผล

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ พบว่า มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับสูง ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของศุภรดา สุนทรเนตร ชมพูนุช จิตติถาวรและ แคตเทอรินแอน สารสินตุงคสวัสดิ์⁽¹²⁾ ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า ด้านพฤติกรรมในการเลือกใช้บริการบริโภคอาหารพบว่าภาพรวมของด้านพฤติกรรมในการเลือกใช้บริการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง และ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของศิริรักษ์ กิจชนะไพบูลย์⁽¹³⁾ ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 68.1 และระดับดี ร้อยละ 31.9 ซึ่งอาจจะกล่าวได้ นักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์อยู่ในระดับสูง เนื่องจาก ความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหารและการได้รับ ข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพอยู่ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารสามารถแบ่งได้

หลากหลายซึ่งมีความสัมพันธ์กับปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจตามแนวคิดของ Green and Kreuter⁽⁸⁾ ซึ่งอธิบายว่าพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลว่าเกิดจากปัจจัยที่ส่งผล กระทั่งต่อพฤติกรรมสุขภาพทั้งที่เป็นปัจจัยภายในและภายนอกตัวบุคคล แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบ คือ ปัจจัยนำ (Predisposing factors) ปัจจัยเสริม (Reinforcing factors) และปัจจัยเอื้อ (Enabling factors) ทั้งสามปัจจัยจะมีความแตกต่างกันในการส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ทั้งสามปัจจัยจำเป็นต้องใช้ร่วมกันเพื่อก่อให้เกิดการสร้างแรงจูงใจ การสนับสนุนให้เกิดความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสม

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ พบว่า 1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถาบันการศึกษาและการมีโรคประจำตัว 2) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ ทักษะติดต่อการบริโภคอาหารและความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหาร 3) ปัจจัยเสริม คือ การได้รับข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องบางส่วนกับการศึกษาของมณฑนาวัตติ เมธาพัฒนา⁽¹⁰⁾

ที่ศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล และยังสอดคล้องกับการศึกษาของชลิดา เลื่อมใสสุขและวัชร พิชผล⁽¹⁴⁾ ที่ศึกษาเกี่ยวกับความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี และยังสอดคล้องกับการศึกษาของสุระเดช ไชยตอกเกีย⁽¹²⁾ ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยผู้ใหญ่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งอาจจะกล่าวได้ว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถาบันการศึกษา ซึ่งสถาบันการศึกษาที่เกี่ยวข้องด้านสุขภาพก็จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ดีกว่าสถาบันอื่นๆ และการมีโรคประจำตัว คนที่มีโรคประจำตัวก็จะมีความตระหนักถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่จะส่งผลต่อสุขภาพ⁽¹⁶⁾ ทศนคติต่อการบริโภคอาหารและความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหาร 3) ปัจจัยเสริม คือ การได้รับข่าวสาร/ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ส่งผลต่อสุขภาพสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎี PRECEDE Model⁽⁸⁾ ซึ่งสามารถใช้ในการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาสุขภาพที่เป็นสาเหตุด้านพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยของพฤติกรรมสุขภาพหรือพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์และเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยทำนายการเกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ได้แก่ สถาบันการศึกษาทำนายได้สูงสุด รองลงมา คือ การได้รับข่าวสาร/ข้อมูล ความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหาร ทศนคติต่อการบริโภคอาหาร และการมีโรคประจำตัว โดยสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ได้ร้อยละ 37.6 ซึ่งจะเห็นได้ว่าสถาบันการศึกษาเป็นปัจจัยสำคัญอาจจะกล่าวได้ว่า สถาบันศึกษาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพก็จะองค์ความรู้ ทศนคติและมีพฤติกรรมทางสุขภาพที่ดี อาจจะกล่าวได้ว่าความรู้ที่ทศนคติและพฤติกรรม มีปฏิสัมพันธ์กันหลายแบบทั้งทางตรงและ

ทางอ้อม⁽¹⁴⁾ รองลงมาคือการได้รับข่าวสาร/ข้อมูลความสามารถในการเข้าถึงบริการ ซึ่งการได้รับข่าวสารข้อมูลเป็นเหมือนด่านแรกที่เป็นแนวทางไปสู่การปฏิบัติหรือพฤติกรรมสุขภาพและความสามารถในการเข้าถึงบริการหรือแหล่งอาหารเป็นลำดับต่อมาจากการได้รับข่าวสารและเกิดเป็นความรอบรู้ด้านสุขภาพซึ่งเป็นกุญแจสำคัญสู่พฤติกรรมสุขภาพและผลลัพธ์สุขภาพที่ดี⁽¹⁵⁾ และการมีโรคประจำตัว ผู้ที่มีโรคประจำตัวจะมีความกลัวความรุนแรงของโรคซึ่งสอดคล้องกับการรับรู้ความรุนแรงของโรค (perceived severity)⁽¹⁶⁾ ซึ่งปัจจัยทั้งหมดที่กล่าวมานั้นเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์

สรุป

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์อยู่ในระดับสูง และปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ได้แก่ สถาบันการศึกษา การได้รับข่าวสาร/ข้อมูล ความสามารถในการเข้าถึงบริการ ทศนคติต่อการบริโภคอาหาร การมีโรคประจำตัว โดยสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์ ได้ร้อยละ 37.6

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

ควรมีการพัฒนาด้านความรู้ด้านทศนคติ ด้านการเข้าถึงแหล่งอาหารด้านการรับรู้ข่าวสารให้เพิ่มขึ้น เพื่อให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดสุรินทร์เพิ่มขึ้น ตลอดจนเกิดภาวะสุขภาพของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่ดีต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาเพิ่มเติม เช่น ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม ปัจจัยด้านธุรกิจ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยและปัจจัยด้านสุขภาพ เพื่อให้ได้ประโยชน์ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพได้นำข้อมูลที่ได้ไป

ปรับใช้ให้เกิดนโยบายทางสุขภาพและสร้างตัวชี้วัดทางสุขภาพของทุกเพศทุกวัยในครั้งต่อไป และควรทำการศึกษารูปแบบอื่น เพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เช่น การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research)

เอกสารอ้างอิง

1. วรณสิ ยอดรักษ์, วัลลภา เขยบัวแก้ว, สมเกียรติ สายธนู, ศรีสุดา วานาลีสัน. ความหมายและองค์ประกอบความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของวัยรุ่นตอนต้น. วารสารวิชาการสาธารณสุขชุมชน 2567;10(3): 130-8.
2. ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์, วรางคณา อุดมทรัพย์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทย ผลกระทบและแนวทางแก้ไข. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี 2560;28(1):122-8.
3. วิสิฐ จະวะสิต, วงสวาท โกศลวัฒน์, สมศรี เจริญเกียรติกุล, สมเกียรติ โกศลวัฒน์. การวิเคราะห์โอกาสและศักยภาพของการพัฒนาอาหารไทยสู่ตลาดโลก. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ; 2545.
4. สุกัญญา บัวศรี, กมลทิพย์ ทิพย์สังวาลย์, อนงค์ สุนทรานนท์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารผักและผลไม้ของเด็กวัยเรียนในจังหวัดเชียงราย. วารสารพยาบาลสาร 2563;4(2):24-36.
5. ไพจิตร วราจิต, ศิริวัฒน์ ทิพย์ธาราดล, นิทัศน์ รายนว, ศุภกิจ ศิริลักษณ์, เกษม เวชสุทธานนท์, สุธิมา สงวนศักดิ์, และคณะ. คู่มือบริหารจัดการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล. นนทบุรี : สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข ; 2552.
6. Green LW, Kreuter MW, Editors. Health Promotion Planning an Educational and Ecological Approach. 3rd.ed. Mountain View, CA : Mayfield Publishing Company ; 1999.
7. Krejcie RV, Morgan DW. Determining Sample Size for Research Activities. Educ Psychol Meas. 1970;30(3):607-10.
8. มัณฑนาวดี เมธาพัฒนะ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา 2560;25(3):20-9.
9. ศุภรดา สุนทรเนตร, ชมพูนุช จิตติถาวร, แคตเทอรีน แอน สารสินตุงคสวัสดิ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง. วารสารการศึกษาและการพัฒนาสังคม 2561;14(1):209-17.
10. ศิวรักษ์ กิจชนะไพบุลย์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง. พยาบาลสาร 2555;39(ฉบับพิเศษ):20-30.
11. ชลิดา เลื่อมใสสุข, วชิร พิษผล. ความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี. วารสารปัญญาวิวัฒน์ 2561;10(3):73-83.
12. สุธะเดช ไชยตอกเกี้ย. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นใหญ่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย 2558;13(45):68-78.
13. กมลทิพย์ ขลังธรรมเนียม, วิญญูทัณญ บัญทัน, ธรรม อ่วมอ้อ, ปรีศนา อัครชนพล, อรอนงค์ บัวลา. ภาวะสุขภาพ และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี 2565;33(2):29-39.
14. Schwartz NE. Nutrition knowledge, attitudes and practices of Canadian public health nurses. J Nutr Educ Behav 1976;8(2):28-31. DOI: 10.1016/s0022-3182(76)80113-6.
15. ชินตา เตชะวิจิตรจารุ. ความรอบรู้ ทางสุขภาพ: กุญแจสำคัญสู่พฤติกรรมสุขภาพและผลลัพธ์สุขภาพที่ดี. วารสารพยาบาลทหารบก 2561;19 (ฉบับพิเศษ):1-11
16. Rosenstock IM, Strecher VJ, Becker MH. Social learning theory and the Health Belief Model. Health Educ Q 1988;15(2):175-83. doi: 10.1177/109019818801500203.