

Research article

Nutritional Knowledge and Fast Food Consumption Behavior of High School Students at a School in Mueang Chaiyaphum District, Chaiyaphum Province

Prateep Kankhwao Assistant Professor, Sirindhorn College of Public Health, Khon Kaen Province, Faculty of Public Health and Allied Health Sciences, Praboromarajchanok Institute Kikamporn Seubsean Independent Scholar Siripan Bunchuay Public Health Technical Officer, Kaeng Tat Sai Sub-district Health Promoting Hospital, Non Thong Sub-district, Kaset Sombun District, Chaiyaphum Province Benyapa Kankhwao Assistant Professor, Independent Scholar	Abstract This cross-sectional descriptive research aimed to study nutritional literacy, fast food consumption behavior, and the relationship between nutritional literacy and fast food consumption behavior among high school students in a school in Mueang Chaiyaphum District, Chaiyaphum Province. The study sample consisted of 185 students selected through cluster sampling. Data were collected using a questionnaire. The reliability of the nutritional literacy questionnaire and the fast food consumption behavior questionnaire was tested using Cronbach's alpha coefficient, which was found to be 0.89 and 0.92, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics, including frequency distribution, percentage, mean, and standard deviation, as well as inferential statistics, including Spearman's Rank Correlation Coefficient (r_s) and 95% confidence intervals.
--	---

	The study results showed that the majority of the sample were female (65.95%) and aged between 15-18 years. Most students had a moderate level of nutritional literacy (57.30%, 95% CI: 49.83-64.53), followed by a good level (25.40%, 95% CI: 19.30-32.31). Regarding fast food consumption behavior, most students exhibited a moderate level (85.41%, 95% CI: 79.48-90.16), followed by a good level (11.89%, 95% CI: 7.60-17.45), with an average behavior score of 2.93 (standard deviation = 0.29). Regarding the relationship between nutritional literacy and fast food consumption behavior among high school students in a school in Mueang Chaiyaphum District, Chaiyaphum Province, the study found that access to nutritional information, decision-making in food selection, and overall nutritional literacy had a statistically significant low positive correlation with fast food consumption behavior ($r_s = 0.27$, $p < 0.001$; $r_s = 0.21$, $p = 0.005$; $r_s = 0.19$, $p = 0.011$). However, knowledge and understanding of food consumption as well as media literacy in nutrition were not significantly correlated with fast food consumption behavior ($r_s = 0.018$, $p = 0.813$; $r_s = 0.061$, $p = 0.409$, respectively). Programs should be developed to promote nutritional literacy, emphasizing translating knowledge into practice, coupled with creating environments conducive to healthy food choices and encouraging family involvement in raising awareness about good nutrition.
Corresponding author Benyapa Kankhwao E-mail: ben_yak@hotmail.com Received date: 13 February 2026 Revised date: 18 March 2026 Accepted date: 16 April 2026	Keywords: Eating behavior, Fast food, Nutritional literacy

บทความวิจัย (Research article)

ความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่ง
ในอำเภอเมืองชัยภูมิจังหวัดชัยภูมิ

ประทีป กาลเขว้า ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก ฉิมพร สืบเสน นักวิชาการอิสระ ศิริพรรณ บุญช่วย นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแก้งตาตไผ่ ตำบลโนนทอง อำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ เบญญาภา กาลเขว้า ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นักวิชาการอิสระ	บทคัดย่อ การวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวางครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ทางโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งใน อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำนวน 185 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ตรวจสอบความเที่ยงของแบบสอบถามความรู้ทางโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ใช้วิธีการ ตรวจสอบด้วยการหาค่า Cronbach's alpha coefficient ได้เท่ากับ 0.89 และ 0.92 ตามลำดับ และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจง ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติอนุมาน ได้แก่ Spearman's rank correlation coefficient (r_s) และ ช่วงเชื่อมั่น 95%
---	---

ผู้รับผิดชอบบทความ เบญญาภา กาลเซว้า อีเมล: ben_yak@hotmail.com วันที่ได้รับบทความ: 13 กุมภาพันธ์ 2569 วันที่แก้ไขบทความ: 18 มีนาคม 2569 วันที่ตอบรับบทความ: 16 เมษายน 2569	ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 65.95 มีช่วงอายุระหว่าง 15-18 ปี มีความรอบรู้ทางโภชนาการส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา ระดับดี ร้อยละ 57.30 (95% CI: 49.83-64.53) และร้อยละ 25.40 (95% CI: 19.30-32.31) ตามลำดับ ส่วนพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา ระดับดี ร้อยละ 85.41 (95% CI: 79.48-90.16) และร้อยละ 11.89 (95% CI: 7.60-17.45) ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรม 2.93 คะแนน (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.29) ความสัมพันธ์ระหว่างความรอบรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งใน อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ พบว่า การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร และความรอบรู้ทางโภชนาการในภาพรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = 0.27$, $p\text{-value} < 0.001$, $r_s = 0.21$, $p = 0.005$ และ $r_s = 0.19$, $p = 0.011$) ตามลำดับ ส่วนความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = 0.018$, $p = 0.813$, และ $r_s = 0.061$, $p = 0.409$ ตามลำดับ) ข้อเสนอแนะ ควรส่งเสริมการพัฒนาโปรแกรมให้ความรู้ทางโภชนาการที่เน้นการเชื่อมโยงความรู้สู่การปฏิบัติจริง ควบคู่กับการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ และการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการสร้างความตระหนักด้านโภชนาการที่ดี คำสำคัญ: พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, อาหารฟาสต์ฟู้ด, ความรอบรู้ทางโภชนาการ
---	--

บทนำ

อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารที่มีการผ่านกระบวนการปรุงแปรรูปอาหารแล้วหรือแช่แข็ง เพียงแค่ให้ความร้อน นำมาทอด นึ่ง ในระยะเวลาที่สั้นเป็นอาหารที่เกือบสำเร็จรูปเพื่อจำหน่าย แก่ผู้บริโภค สามารถบริโภคได้ทันทีโดยผู้บริโภคสามารถรับประทานภายในร้านหรือซื้อไปรับประทาน ภายนอกร้านก็ได้ ซึ่งเหมาะสมกับสังคมและวิถีชีวิตที่เร่งรีบ จุดเด่นของอาหารประเภทนี้คือนั้นบริการที่รวดเร็วสะดวก และประหยัด ได้แก่ ไก่ทอด แฮมเบอร์เกอร์ โดนัท พิซซ่า แซนด์วิช และไอศกรีม¹ คุณลักษณะดังกล่าวสอดคล้องกับบริบทสังคมไทยในปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัด กล่าวคือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยได้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เนื่องจากการดำรงชีวิตในปัจจุบันใช้ชีวิตเร่งรีบทำให้ มีเวลาในการเตรียมอาหารน้อยลง จึงหันมาบริโภคอาหารจานด่วนและอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น เพราะใช้เวลาเตรียมและปรุงสั้น สะดวก รวดเร็ว สามารถหาซื้อได้ง่าย รับประทานได้ทันที² และพบว่า ในปัจจุบัน วัยรุ่นมีพฤติกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างมาก เนื่องจากวัยรุ่นได้รับอิทธิพลจากความเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม วัฒนธรรม และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เพื่อน และสภาพแวดล้อมการแข่งขันกับเวลาในการศึกษาหาความรู้ จึงทำให้วัยรุ่นมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยหันมา รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดกันเป็นจำนวนมาก³

จากผลการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป พบว่า นิยมบริโภคเนื้อสัตว์ติดมัน อาหารแปรรูป ไขมันสูง อาหารหวาน มัน เค็มมากเกินไป รับประทานอาหารที่มีกากใยอาหารน้อยกว่าคำแนะนำ ดื่มน้ำอัดลมมากกว่าน้ำสะอาด ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ ส่งผลให้วัยรุ่นเกิดโรคอ้วน ได้ง่าย⁴ และจากการศึกษาในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก โรงเรียนแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า นักเรียนบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกในมือเย็นมากที่สุด (ร้อยละ 37.0) ชนิดอาหารจานด่วนแบบตะวันตกที่ชื่นชอบมากที่สุดคือ ไก่ทอด (ร้อยละ 70.9)⁵ และการศึกษาพฤติกรรมบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวันรุ่นในพื้นที่เขตเมือง พบว่า มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกอยู่ในระดับปานกลาง¹ ปรากฏการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงการขาดความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่จำเป็นด้านโภชนาการ อันเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดรูปแบบและคุณภาพของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลในบริบทนี้ ความรอบรู้ด้านโภชนาการซึ่งเป็นการผสมผสานระหว่างความรู้และทักษะทั้งด้านการรู้คิด (Cognitive) และด้านพฤติกรรม (Behaviour) จึงมีบทบาทสำคัญในการแก้ไขจุดอ่อนของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และส่งเสริมการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมต่อสุขภาพ ทั้งนี้เนื่องจากความรู้ด้านโภชนาการมีความสัมพันธ์โดยตรงกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคลอย่างมีนัยสำคัญ⁶ ความรอบรู้ด้านโภชนาการ เป็นความสามารถของบุคคลในการเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการทำความเข้าใจ วิเคราะห์ และประยุกต์ใช้ข้อมูลด้านโภชนาการ อันนำไปสู่การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ดังนั้นการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการให้แก่เด็กจึงเป็นสิ่งที่ควรให้ความสำคัญ เพราะจะช่วยให้เด็กมีความสามารถในการเข้าถึง เข้าใจ และมีทักษะด้านโภชนาการที่จำเป็นเพื่อการ ตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารได้อย่างเหมาะสม⁷

จากสภาพปัญหาการบริโภค ดังกล่าว ผู้วิจัยจึง สนใจศึกษาความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (ชั้นปีที่ 4-6) โรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ ว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความรอบรู้ทางโภชนาการ และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอย่างไร ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีช่วงอายุ 15 ปี ขึ้นไป และยังไม่มีการศึกษาข้อมูลความรู้ทางโภชนาการ

และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร เพื่อสนับสนุนการพัฒนานโยบายและกิจกรรมการศึกษา ซึ่งจะส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคที่ดีและสุขภาพที่ดีในระยะยาวต่อไป

ในการศึกษานี้ผู้วิจัยได้ใช้กรอบการศึกษาความรู้ทางโภชนาการ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ การรู้เท่าทันสื่อ ด้านโภชนาการ การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร⁷

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้ทางโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual framework)

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม

ปัจจัยส่วนบุคคล

(เพศ, อายุ, ระดับการศึกษา, จำนวนเงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง (ต่อวัน), อาชีพผู้ปกครอง, โรคประจำตัว, รายได้ผู้ปกครอง, น้ำหนัก, ส่วนสูง, รอบเอว, ที่อยู่อาศัย, ที่พักอาศัย)

ความรู้ทางโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

- ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร
- การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ
- การรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ
- การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร

พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

วัสดุและวิธีการ

วิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 1,426 คน โรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ (ปีการศึกษา 2567)

การคำนวณขนาดตัวอย่าง

คำนวณขนาดตัวอย่าง โดยใช้สูตร การประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร กรณีทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน (Finite population) กรณีประชากรขนาดเล็ก⁸ ตามสูตรดังนี้

$$n = \frac{NZ_{\alpha/2}^2 \sigma^2}{e^2(N-1) + Z_{\alpha/2}^2 \sigma^2}$$

โดยกำหนดให้

n คือ ขนาดของตัวอย่าง

N คือ ขนาดของประชากร เท่ากับ 1,426 คน

σ^2 คือ ความแปรปรวนของตัวแปรพฤติกรรมกรการบริโภคอาหารจานด่วน (ฟาสต์ฟู้ด) ในสถานการณ์โควิด-19 จากการศึกษา ความรู้และพฤติกรรมกรการบริโภคอาหารจานด่วนในสถานการณ์โควิด-19 ของนักศึกษาปริญญาตรี ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง⁹ พบว่า ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 1.00 ดังนั้น ความแปรปรวนเท่ากับ $(1.00)^2 = 1$

e คือ ความแม่นยำในการประมาณค่าเฉลี่ย หรือความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นในประมาณค่าเฉลี่ย ซึ่งผู้วิจัยกำหนด 5% ของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกรการบริโภคอาหารจานด่วนในสถานการณ์โควิด-19⁹ ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.38 ดังนั้น ค่า e เท่ากับ $(5 \times 3.38) / 100 = 0.169$

$Z_{\sigma/2}^2$ คือ ค่า Z ที่ระดับ $= 0.05$ ดังนั้น $Z_{\sigma/2}^2 = Z(0.025) = 1.96$ ดังนั้น สามารถคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างได้ดังนี้

$$\begin{aligned} n &= \frac{1,426 \times (3.8416) \times (1)}{(0.169)^2 (1,426-1) + (3.8416) \times (1)} \\ n &= 122.99 \\ n &= 123 \text{ คน} \end{aligned}$$

ผู้วิจัยเลือกสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster sampling) เนื่องจากแต่ละกลุ่มมีคุณลักษณะที่คล้ายคลึงกัน แต่จะส่งผลให้ค่าความแปรปรวนของข้อมูลมากขึ้น ดังนั้น จึงต้องปรับขนาดตัวอย่างให้เหมาะสมกับการสุ่มตัวอย่าง โดยเพิ่มจำนวนขนาดตัวอย่าง 1.5 เท่า¹⁰

$$n = 123 \times 1.5 = 185 \text{ คน}$$

ผู้วิจัยได้สุ่มตัวอย่าง ตัวแทนแต่ละชั้น จำนวนชั้นละ 2 ห้อง โดยสุ่มแบบง่าย โดยชั้น ม.4 ได้ห้องที่ 4/3 และ ห้อง 4/5 รวมนักเรียน 65 คน, ม.5 ได้ห้องที่ 5/6 และ ห้อง 5/10 รวมนักเรียน 63 คน, ม.6 ได้ห้องที่ 6/5 และ ห้อง 6/9 รวมนักเรียน 57 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้จากการศึกษางานวิจัย เอกสารและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง^{7,11} แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ โรคประจำตัว ระดับการศึกษา อาชีพผู้ปกครอง ที่อยู่อาศัย ซึ่งข้อคำถามมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) จำนวน 5 ข้อ และข้อคำถามแบบปลายเปิด ได้แก่ อายุ จำนวนเงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง (ต่อวัน) รายได้ของผู้ปกครอง (ต่อเดือน) น้ำหนัก ส่วนสูงรอบเอว จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรอบรู้ทางโภชนาการ ได้แก่ ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ การรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร จำนวน 16 ข้อ โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นคำถามให้เลือกตอบ แต่ละข้อมี 3 ตัวเลือก ดังนี้ ทุกครั้ง ประจํา นาน ๆ ครั้ง โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนโดยตอบ “ทุกครั้ง” ให้ 3 คะแนน ตอบ “ประจํา” ให้ 2 คะแนนตอบ “นาน ๆ ครั้ง” ให้ 1 คะแนน

การแปลคะแนนแบ่งระดับความรอบรู้ทางโภชนาการ 12 แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับดี (38-48 คะแนน) ปานกลาง (29-37 คะแนน) และระดับต่ำ (16-28 คะแนน)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 15 ข้อ (อาหารฟาสต์ฟู้ด หมายถึง อาหารที่ถูกเตรียมและเสิร์ฟอย่างรวดเร็ว มักจะมีการ เตรียมล่วงหน้า ใช้วิธีการทำให้เสิร์ฟได้เร็ว เช่น การทอดหรือการอบ รวมถึงอาหารจานด่วนพร้อมรับประทาน สะดวกสำหรับซื้อหาและรับประทานในเวลาสั้น ๆ) เป็นคำถามให้เลือกตอบ มี 5 ระดับ (7 ครั้งขึ้นไป/สัปดาห์, 5-6 ครั้ง/สัปดาห์, 3-4 ครั้ง/สัปดาห์, 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ และ ไม่ได้ปฏิบัติต่อสัปดาห์)

การแปลผลเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด แบ่งเป็น 3 ระดับ ตามแนวคิดของ Best¹³ (คะแนน 3.67-5.00 มีพฤติกรรมการบริโภคฯ ในระดับดี, คะแนน 2.34-3.66 มีพฤติกรรมการบริโภคฯ ในระดับปานกลาง และคะแนน 1.00-2.33 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ในระดับต่ำ)

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1) ตรวจสอบความตรง (Validity) ใช้วิธีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ด้วยการหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of item-objective congruence: IOC) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ได้ค่า IOC ของข้อคำถาม อยู่ระหว่าง 0.67-1.00 2) ตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามความรอบรู้ทางโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ใช้วิธีการ ตรวจสอบด้วยการหาค่า Cronbach's alpha coefficient ได้เท่ากับ 0.89 และ 0.92 ตามลำดับ

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. รวบรวมรายชื่อนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายทั้ง 3 ระดับชั้น และเสนอโครงการเพื่อขอรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
2. เมื่อได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ แล้วจึงทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เสนอผู้บริหารโรงเรียน
3. ผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียด ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายทั้ง 3 ระดับชั้น โดยกลุ่มตัวอย่างต้องลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
4. เมื่อเก็บข้อมูลได้ครบถ้วน ตามจำนวนที่ต้องการ ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้ไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอในภาพรวม

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคล ความรอบรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่, ร้อยละ, ค่าเฉลี่ย, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรอบรู้ทางโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยใช้สถิติอ้างอิง Spearman's rank correlation coefficient (r_s) (เนื่องจากข้อมูลมีการแจกแจงไม่เป็นปกติ) และช่วงเชื่อมั่น 95% กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้รับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น เลขที่ HE671096 ณ วันที่ 26 ธันวาคม 2567

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างจำนวน 185 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 65.95 มีช่วงอายุระหว่าง 15 ปี ถึง 18 ปี มีค่าเฉลี่ยอายุของอายุ 16.74 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.93) ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 99.56 ค่าดัชนีมวลกายเฉลี่ย 21.79 กก/ม² (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.69) ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ ร้อยละ 43.24 ค่าเฉลี่ยของรอบเอว 69.56 ซม. (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.67) กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 ร้อยละ 35.14, 34.05 และ 30.81 ตามลำดับ จำนวนเงินที่ได้รับจากผู้ปกครองเฉลี่ย 94.31 บาท (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 24.08) อาชีพของผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 36.22 รายได้หลักของผู้ปกครองเฉลี่ยต่อเดือน 24,729.73 บาท (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 12,452.62) นักเรียนส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่บ้าน ร้อยละ 97.84

4.2 ความรอบรู้ทางโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งใน อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

4.2.1 ระดับความรอบรู้ทางโภชนาการ ในภาพรวม

ผลการศึกษาระดับความรอบรู้ทางโภชนาการในภาพรวม พบว่า ส่วนใหญ่มีความรอบรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาระดับดี ร้อยละ 57.30 (95% CI: 49.83-64.53) และร้อยละ 25.40 (95% CI: 19.30-32.31) ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ 33.99 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.72 (ดังตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของระดับความรอบรู้ทางโภชนาการในภาพรวมกลุ่มตัวอย่าง (n = 185)

Table 1 Number and percentage of overall nutritional literacy levels among sample groups (n = 185)

Nutrition literacy level	n	%
Good	47	25.40
Moderate	106	57.30
Low	32	17.30
(Mean = 33.99, S.D. = 6.72, Min = 16, Max = 48)		

ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ในภาพรวม

ผลการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในภาพรวม พบว่า ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาระดับดี ร้อยละ 85.41 (95% CI: 79.48-90.16) และร้อยละ 11.89 (95% CI: 7.60-17.45) ตามลำดับ (ดังตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของกลุ่มตัวอย่าง (n = 185)

Table 2 Number and percentage of fast food consumption behavior levels among the sample group (n = 185)

Level of fast food consumption behavior	n	%
Good	22	11.89
Moderate	158	85.41
Low	5	2.70

(Mean = 2.93, S.D. = 0.29, Min = 2, Max = 3.67)

ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งใน อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนแห่งหนึ่งใน อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ พบว่า การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร และความรู้ทางโภชนาการในภาพรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = 0.27$, $p\text{-value} < 0.001$, $r_s = 0.21$, $p = 0.005$ และ $r_s = 0.19$, $p = 0.011$) ตามลำดับ ส่วนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = 0.018$, $p = 0.813$, และ $r_s = 0.061$, $p = 0.409$) (ดังตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสตรีชัยภูมิ อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ
โดยใช้สถิติ Spearman's rank correlation coefficient (r_s)

Table 3 Relationship between nutritional literacy and fast food consumption behavior of upper secondary school students at Chaiyaphum Girls' School, Mueang Chaiyaphum District, Chaiyaphum Province, using Spearman's Rank Correlation Coefficient (r_s)

Nutrition literacy	Fast food consumption behavior	
	Spearman's rho	p-value
Knowledge and understanding of food consumption	0.018	0.813
Access to nutritional information	0.27	<0.001
Media literacy regarding nutrition	0.061	0.409
Decision-making in food choices	0.21	0.005
Overall nutritional literacy	0.19	0.011

การอภิปรายผล

จากผลการศึกษา ความรอบรู้ทางโภชนาการ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรอบรู้ทางโภชนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 57.30 จึงได้นำมาพิจารณารายด้าน ดังนี้

ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 81.10 ส่วนใหญ่อ่านและเข้าใจ ในคำอธิบายต่าง ๆ บนฉลากอาหารหรือยารวมถึงวิธีการกิน การใช้ส่วนผสม วันหมดอายุ และประโยชน์ที่ได้รับ

การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีการเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 81.10 ส่วนใหญ่สามารถค้นหาข้อมูลความรู้ด้านโภชนาการได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาใคร

การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 78.40 ส่วนใหญ่เมื่อเห็นโฆษณาสินค้าและสนใจในสินค้านั้นจะหาข้อมูลเพิ่มเติม เพื่อประเมินความน่าเชื่อถือก่อนตัดสินใจซื้อ

การรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 76.80 ซึ่งไม่สอดคล้องกับการวิจัย ความรอบรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรม อาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์⁷ ที่พบว่า นักศึกษา มีระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ อยู่ในระดับต้องปรับปรุง ร้อยละ 58.30 และ 40.90 การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.70 และการตัดสินใจ เลือกบริโภคอาหารอยู่ในระดับสูงร้อยละ 50.70 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในปัจจุบันเติบโตมาในยุคดิจิทัลที่มีการเสพสื่อออนไลน์อย่างเข้มข้น ส่วนใหญ่ตรวจสอบความน่าเชื่อถือของสื่อโฆษณา เกี่ยวกับอาหารและกรองข้อมูลได้ดีกว่า โดยหาข้อมูลจากหลายแหล่งเปรียบเทียบกันไม่เชื่อทันที

พฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายส่วนใหญ่มีพฤติกรรม การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 85.41 ความถี่สูงสุดในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ในระดับมากและมากที่สุด คือ รับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ร้อยละ 61.60 รองลงมาเป็นอาหารฟาสต์ฟู้ด ประเภทข้าวผัดผัดไทย, ราดหน้า, ส้มตำ, ก๋วยเตี๋ยว, หมูปิ้ง, แฮมเบอร์เกอร์, แชนวิช, ขนมปัง ร้อยละ 57.80 ซึ่งมีความสอดคล้องกับการวิจัย พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไทยของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น¹¹ ที่พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน อยู่ในระดับปานกลาง กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุด คือ บริโภคอาหารจานด่วนไทย เช่น ข้าวผัด, ผัดไทย, ราดหน้า, ส้มตำ, ก๋วยเตี๋ยว, หมูปิ้ง โดยเฉพาะในวันที่มีเรียน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากวิถีชีวิต ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีข้อจำกัดด้านเวลาในวันเรียน ประกอบกับอาหารฟาสต์ฟู้ดมีราคาไม่แพง หาซื้อได้สะดวกบริเวณใกล้โรงเรียน และสามารถสั่งผ่านแอปพลิเคชันออนไลน์ได้ง่าย จึงตอบสนองความต้องการ ในชีวิตประจำวันได้อย่างรวดเร็ว

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรอบรู้ทางโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด พบว่า การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ และการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัย ความสัมพันธ์ระหว่างความรอบรู้ ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น¹⁴ ที่พบว่า การเข้าถึงข้อมูล ด้านโภชนาการ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักเรียนสามารถค้นหาข้อมูลโภชนาการจากแหล่งต่างๆได้อย่างรวดเร็ว เช่น สื่อออนไลน์ ผ่านอินเทอร์เน็ต

หรืออุปกรณ์มือถือ เมื่อเกิดความสงสัยเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ นอกจากนี้นักเรียนอาจมีการเปรียบเทียบข้อมูลด้านโภชนาการจากแหล่งต่างๆ เพื่อยืนยันความเข้าใจที่ถูกต้องก่อนตัดสินใจเชื่อหรือทำตาม

ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา¹⁴ ที่พบว่า ความรู้ ความเข้าใจด้านโภชนาการ และการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีความรอบรู้ด้านโภชนาการและการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งยังไม่เพียงพอที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคได้จริง เพราะพฤติกรรมของวัยรุ่นอาจถูกกำหนดโดยปัจจัยด้านความสะดวก ราคา และอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน มากกว่าการใช้ความรู้เป็นฐานในการตัดสินใจ และไม่สอดคล้องกับการวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหาร จานด่วนแบบ ตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดชุมพร¹ ที่พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก อาจเป็นเพราะการศึกษาในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดชุมพร นักเรียนมีการเข้าถึงอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก ที่จำกัดกว่า ทำให้ความรู้มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจบริโภคมากกว่า แตกต่างจากนักเรียนในการวิจัยครั้งนี้ ที่คุ้นเคยกับอาหารฟาสต์ฟู้ดในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว ความรู้จึงอาจไม่ใช่ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคโดยตรง แต่อาจมีปัจจัยอื่นๆ ร่วมในการส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เช่น ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน¹ ปัจจัยด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน¹⁵ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1.1 นักเรียนส่วนใหญ่มีความรอบรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมการให้ความรู้เรื่องโภชนาการ การเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพแก่นักเรียน

1.2 นักเรียนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อยู่ในระดับปานกลาง ควรคุมการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ด ส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ และควรมีนโยบายจัดบริการอาหารกลางวันที่ถูกหลักโภชนาการตามวัยทดแทนการจำหน่ายอาหารฟาสต์ฟู้ดในโรงเรียน

1.3 โรงเรียนควรจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเข้าถึงข้อมูลโภชนาการที่ถูกต้อง เช่น การติดป้ายแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารในโรงอาหาร การจัดช่องทางสื่อออนไลน์ของโรงเรียนเพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านโภชนาการ รวมถึงบูรณาการทักษะการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารเข้าในกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อให้นักเรียนสามารถนำความรู้ไปใช้ในการปรับพฤติกรรมการบริโภคได้อย่างเป็นรูปธรรม

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เช่น อิทธิพลจากเพื่อน สื่อสังคมออนไลน์ หรือการเข้าถึงอาหารที่มีประโยชน์

2) เนื่องจากศึกษาเพียงโรงเรียนเดียว ควรมีการศึกษากลุ่มตัวอย่างเพิ่มในโรงเรียนทั้งจังหวัด เพื่อเปรียบเทียบระดับความรู้ทางโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด และเป็นข้อมูลส่งเสริมภาวะโภชนาการของวัยรุ่นในระดับจังหวัดต่อไป

3) ควรพัฒนาโปรแกรมการให้ความรู้ทางโภชนาการที่เข้าถึงได้ง่าย โดยเน้นความเชื่อมโยงระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับการนำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน เนื่องจากผลการศึกษาพบว่าแม้กลุ่มตัวอย่างจะมีความรอบรู้ทางโภชนาการในระดับปานกลางถึงดี แต่ยังไม่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอย่างมีนัยสำคัญ

สรุป

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรอบรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับปานกลางและดี (ร้อยละ 57.30 และ 25.40 ตามลำดับ) และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอยู่ในระดับปานกลางและดี (ร้อยละ 85.41 และ 11.89 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ พบว่า การเข้าถึงข้อมูลด้านโภชนาการ การตัดสินใจเลือกบริโภคอาหาร และความรู้ในภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = 0.27$, $p\text{-value} < 0.001$; $r_s = 0.21$, $p = 0.005$; และ $r_s = 0.19$, $p = 0.011$ ตามลำดับ) ขณะที่ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร และการรู้เท่าทันสื่อด้านโภชนาการ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_s = 0.018$, $p = 0.813$; และ $r_s = 0.061$, $p = 0.409$ ตามลำดับ)

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิจัยฉบับนี้ สำเร็จเสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจากบุคคลหลาย ๆ ท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในอำเภอเมืองชัยภูมิ ที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

1. จุริรัตน์ มัญฐานพันธ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ของนักเรียนวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดชุมพร. *วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ*. 2562; 6(1): 45-56.
2. อรรณพ ม่วงวงษา, กุลวดี เช่งวา. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนวัดจันทราวาส(ศุขประสารราษฎร์) จังหวัดเพชรบุรี. *วารสารหัวหินสุขใจไกลกังวล*. 2563; 5(1): 1-17.
3. เดือนกัญญา พูลชนะ, ชนิกันต์ เชื้อบัว, ชลิตา พิมสร, พิษณุ อภิสมมาตรโยธิน. ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของวัยรุ่นในอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. *วารสารการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม*. 2566; 3(1): 1-12.
4. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. *การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชน พ.ศ.2560*. กรุงเทพฯ: กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม; 2561.
5. ปวีตรา อภัยวงศ์, ภัทระ แสนไชยสุริยา. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตก และภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดหนองคาย. *วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*. 2561; 11(4): 30-37.
6. Mostafazadeh P, Jafari MJ, Mojebi MR, Nemati-Vakilabad R, Mirzaei A. Assessing the relationship between nutrition literacy and eating behaviors among nursing students: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2024; 24(1): 18.
7. รัตนภรณ์ สาสืหา, ศัตติยา อีวาโนวิช, ฉวีวรรณ บุญสุยา. ความรอบรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาในระดับปริญญาตรี คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. *วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา*. 2565; 17(1): 28-43.
8. อรุณ จิรวัฒน์กุล. *สถิติทางวิทยาศาสตร์สุขภาพเพื่อการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: วิทย์พัฒน์; 2556.
9. วรงค์ ภูระหงษ์. ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนในสถานการณ์โควิด-19 ของนักศึกษาปริญญาตรี ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง. *วารสารคหศึกษาศาสตร์*. 2565; 65(2): 44-57.

10. ธวัชชัย วรพงศธร. **หลักการวิจัยทางสาธารณสุขศาสตร์**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2543.
11. นลินญา จันทาชุม, รัชดากร เสนไสย. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนไทยของนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น. [*วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต*] ขอนแก่น: วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น; 2567.
12. Bloom B. *Taxonomy of Education Objective Handbook I. Cognitive Domain*. New York: David McKay. 1975.
13. Best JW. *Research in Education*. 3rd ed. New Delhi: Prentice Hall, Inc. 1978.
14. จิรกานต์ พันธุ์ฤทธิ์ดำ, นอสีสา โต๊ะยูโส๊ะ, วิชชุดา มัคสิงห์. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารศาสตร์สุขภาพและการศึกษา*. 2567; 4(3): 49-62.
15. ณัฐนิชา แก่นศรี, วณิชชา คันธสร. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร. *วารสารวิทยาศาสตร์สุขภาพและการสาธารณสุขชุมชน*. 2565; 5(2): 23-34.