

Original article

Factors associated with junk food consumption among Department of Community Health students in University in the Northern

Yanatchara Chaiwut*, Narong Chaitiang*✉, Somchai Jadsri*, Suthichai Sirinual*, Prachuab Lamlak*

*Community Health, School of Medicine, University of Phayao

✉ kongkangku69@gmail.com

Abstract

The survey research to study factors related to the consumption habits of the community health students. University of northern Thailand a sample of 270 people, stratified random sampling, collected data using questionnaires. Analyze data with descriptive statistics, percentage (percentage) statistical using Chi-square Test.

The results showed that the sample was female 74.4% , Age 20 years 27.8%, the second year 26.3%, normal BMI 62.2%, Family income 15,001 Bath more 91.1%, Student income over 5,000 Baht/month 58.9%, no disease 93.0%, domiciled in the North 52.6%, Knowledge, Attitude, Low Dietary Intake 94.8% and 92.6%, relationship analysis showed that age, family income, attitude, factors contributing to the hostel, housing contributing factors, auxiliary factors, member supplement factors. and additional media inputs. Statistically significant consumption of food at $p\text{-value} \leq 0.05$ gender, year class studied, BMI, student income, disease domicile, general knowledge of the consumption of food, environmental contributing factors and group supplementary factors. No relationship

In summary, the students had moderate food consumption behavior., with age, family income, attitude, factors contributing to the dormitory, housing contributing factors, supplementary factors, member supplement factors. and additional media inputs. It is associated with the consumption of food. Family, role in promoting knowledge in the consumption of the student's junction food.

Keywords: Junk food, students, eating habits



บทนำ

การบริโภคอาหารของประชาชนไทยในปัจจุบันซึ่งเป็นสังคมที่มีความเร่งรีบและวัฒนธรรมตะวันตกได้เข้ามามีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของคนไทยเป็นอย่างมาก ซึ่งจากการรับวัฒนธรรมตะวันตก พบว่าเด็กไทยมีอัตราการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดหรือที่เรียกกันอย่างแพร่หลายว่า “อาหารขยะ” (ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์, 2560) เพิ่มมากขึ้นจนน่าตกใจ ภายหลังก่อให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพต่าง ๆ มากมาย ปัญหาทั้งหลายเหล่านี้ล้วนมีสาเหตุมาจากการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกหลักโภชนาการโภชนาการ ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติได้ดำเนินการสำรวจ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร พ.ศ.2560 ครั้งที่ 4 พบว่า การบริโภคอาหารของประชากรอายุ 6 ปี ขึ้นไป จะแตกต่างกันตามประเภทของกลุ่มอาหาร คือ กลุ่มอาหารที่ร่างกายต้องการเป็นประจำ ได้แก่ กลุ่มผัก/ผลไม้สด อาหารกลุ่มไข่ กลุ่มเนื้อปลาและเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน และกลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ พบว่า มีสัดส่วนผู้ที่ทาน ร้อยละ 98.5, 98.4, 98.1 และ 88.2 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มอาหารทะเล กลุ่มนมและผลิตภัณฑ์จากนม พบว่า มีสัดส่วนผู้ที่ทานร้อยละ 77.3 และ 70.6 ตามลำดับ สำหรับกลุ่มอาหารที่ทานเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ ได้แก่ กลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร และกลุ่มแร่ธาตุ วิตามิน พบว่า มีสัดส่วนผู้ที่ทาน ร้อยละ 21.6 ส่วนอาหารในกลุ่มที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ หากบริโภคมากเกินไป ได้แก่ กลุ่มอาหารที่มีไขมันสูง พบว่า ทาน 1-2 วัน/สัปดาห์สูงสุด ร้อยละ 51.6 และร้อยละ 22.6 ที่ไม่ทาน ส่วนกลุ่มขนมสำหรับทานเล่น หรือขนมกรุบกรอบ พบว่า มากกว่าครึ่งหนึ่งไม่ทาน ร้อยละ 51.7 สำหรับกลุ่มอาหารประเภทจานด่วนทางตะวันตก พบว่า มากกว่า 2 ใน 3 ที่ไม่ทาน (ร้อยละ 70.5) กลุ่มเครื่องดื่มไม่มีแอลกอฮอล์ พบว่า มากกว่า 1 ใน 5 ที่ไม่ดื่ม (ร้อยละ 23.8) กลุ่มอาหารสำเร็จรูป 2 ใน 5 ที่ไม่ทาน (ร้อยละ 30.7) แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า กลุ่มอาหารสำเร็จรูป กำลังเป็นที่นิยมของคนทั่วไปนั้น มีทาน 1-2 วันต่อสัปดาห์เกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 46.6) (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560) และข้อมูลจากวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร

ขยะของกลุ่มนักเรียนเขตเมือง ในอำเภอการุณมาณฑุ ประเทศเนปาล (Bhanu Poudel, Sariyamon Tiraphat และSeo Ah Hong, 2561) พบว่าการบริโภคอาหารขยะของนักเรียนมีระดับที่สูงคิดเป็นร้อยละ 11.8 และการบริโภคอาหารขยะในระดับที่ต่ำคิดเป็นร้อยละ 88.2 โดยมีจุดตัดของดัชนีชี้วัดที่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 85 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโคสแควร์พบว่า มีจำนวนตัวแปรทั้งหมด 6 ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารขยะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหลังจากปรับอิทธิพลของตัวแปรที่ศึกษาด้วยการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกพหุคูณ พบว่าตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารขยะ ได้แก่ ค่าอาหารกลางวันที่นักเรียนได้รับประจำวัน (Adj OR = 2.51, 95% CI = 1.36-4.636) อิทธิพลจากบิดามารดา (Adj OR = 2.69, 95% CI = 1.46-4.96) และอิทธิพลจากเพื่อนที่โรงเรียน (Adj OR = 3.12, 95% CI = 1.40-6.93) กล่าวโดยสรุปก็คือปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการบริโภคอาหารขยะของนักเรียนคือสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนและสิ่งแวดล้อมที่บ้าน ดังนั้นผู้ปกครองและผู้บริหารโรงเรียนควรที่จะร่วมมือกันแบบบูรณาการในการสร้างโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพที่มุ่งเน้นการลดการบริโภคอาหารขยะในกลุ่มนักเรียน

จากสถานการณ์ดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอาชีวอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ เพื่อเป็นแนวทางส่งเสริมให้นิสัยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้เหมาะสม ถูกสุขลักษณะ ตลอดจนมีสุขภาพที่ดี สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาวิชาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเชิงสำรวจ (Survey research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย นักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ด้วยการคำนวณกลุ่มตัวอย่างจากจำนวนนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ โดยใช้สูตรคำนวณกรณีทราบจำนวนประชากรที่แน่นอนที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ค่าความคลาดเคลื่อน $\pm 5\%$ ตามแนวคิดของ ทาโร ยามาเน่ (Yamane Taro อ้างอิงใน ศิริพงษ์ พุทธิพันธ์, 2553) ยินยอมให้เกิดความคลาดเคลื่อนของการสุ่ม 5 หรือ 0.05 ได้ขนาดทั้งสิ้นประมาณ 262 คน แต่ในการศึกษาคั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลจำนวน 270 คน การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) **เครื่องมือในการวิจัย**

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม โดยแบ่งคำถามออกเป็น 4 ตอน ตอนที่ 1 บัณฑิตนำ จำนวน 29 ข้อ ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่ศึกษา น้ำหนัก ส่วนสูง โรคประจำตัว รายได้ของนักศึกษา ภูมิลำเนา จำนวน 7 ข้อ ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยพัฒนามาจากแบบสอบถามของ สุวรรณา เขียงขุนทด และคณะ (2555) แบบสอบถามวัดความรู้ มีลักษณะเป็นแบบให้คะแนน ใช่ ไม่ใช่ และไม่ทราบ จำนวน 12 ข้อ ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติต่อการบริโภค มีลักษณะคำถามเป็นแบบประเมินค่า 5 ระดับ จำนวน 10 ข้อ ให้คะแนนแบบมาตราส่วนประเมินค่า มี 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตอนที่ 2 บัณฑิตเลือก จำนวน 15 ข้อ ประกอบด้วย แบบสอบถามเกี่ยวกับหอบหืด สิ่งแวดล้อม และพื้นที่อาศัย ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีลักษณะเป็นแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า มี 5 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย ตอนที่ 3 บัณฑิตเสริม จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วย แบบสอบถามเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อน สมาชิกในครอบครัว และการรับสื่อ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีลักษณะเป็นแบบให้คะแนน ใช่

และไม่ใช่ และตอนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด จำนวน 12 ข้อ พัฒนามาจากแบบสอบถามของกองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข (2557) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่ามี 5 ระดับคือปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย

การตรวจคุณภาพเครื่องมือ

นำแบบสอบถามที่แก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ไปตรวจสอบคุณภาพตามขั้นตอน ดังนี้

1. การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผู้ศึกษาร่างแบบสอบถามเสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อขอข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามให้ตรงตามวัตถุประสงค์ในการศึกษา (IOC : item Objective Congruence index) ค่าที่ได้เท่ากับ 0.56

2. หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) แล้วนำผลการตรวจสอบมาคำนวณหาความสอดคล้องระหว่างคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม ได้ค่า Cronbach'S alpha เท่ากับ .938

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาคั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลการศึกษาวิจัยที่นักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือจำนวน 270 คน มีขั้นตอนดังนี้

1. เสนอโครงร่างและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ในภาคเหนือ
2. ผู้วิจัยทำการเชิญชวนพร้อมกับขอความร่วมมือ โดยใช้วิธีแจกแบบสอบถามให้กลุ่มนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ จำนวน 270 คน
3. จัดเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามด้วยตนเอง ใช้เวลาเก็บแบบสอบถาม
4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบในแบบสอบถาม
5. จัดหมวดหมู่ของข้อมูลในแบบสอบถาม เพื่อนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ร้อยละ (Percentage) สถิติเชิงวิเคราะห์ใช้ไคสแควร์ (Chi-square Test)

ผลการวิจัย

ปัจจัยนำ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 74.4 และเพศชาย ร้อยละ 25.6 ส่วนใหญ่มีอายุ 20 ปี ร้อยละ 27.8 ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 26.3 ค่าดัชนีมวลกาย 18.50-24.99 ร้อยละ 62.2 รายได้ครอบครัว เดือนละ 15,001 ขึ้นไป ร้อยละ 49.1 รายได้นิสิต มากกว่า 5,000 บาท ต่อเดือน ร้อยละ 58.9 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 93.0 มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคเหนือ ร้อยละ 52.6 ความรู้ทั่วไปส่วนใหญ่ ความรู้ต่ำ ร้อยละ 94.8 ส่วนใหญ่ทัศนคติต่ำ ร้อยละ 52.6 ปัจจัยเชื้อ ปานกลาง ร้อยละ 54.4 ประกอบไปด้วย ปัจจัยเชื้อด้านหอพักต่ำ ร้อยละ 55.6 ปัจจัยเชื้อด้านสิ่งแวดล้อมปานกลาง ร้อยละ 47.0 ปัจจัยเชื้อด้านพื้นที่อาศัยต่ำ ร้อยละ 67.4 ปัจจัยเสริมต่ำ ร้อยละ 84.4 ประกอบด้วย ปัจจัยเสริมด้านกลุ่มเพื่อนต่ำ ร้อยละ 78.9 ปัจจัยเสริมด้านสมาชิกในครอบครัวต่ำ ร้อยละ 75.9 ปัจจัยเสริมด้านการรับสื่อโฆษณาต่ำ ร้อยละ 80.7 พฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดปานกลาง ร้อยละ 53.0 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด พบว่า อายุ, รายได้ ครอบครัว, ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด, ปัจจัยเชื้อ, ปัจจัยเชื้อด้านหอพัก, ปัจจัยเชื้อด้านพื้นที่อาศัย, ปัจจัยเสริม, ปัจจัยเสริมด้านสมาชิกในครอบครัว และปัจจัยเสริมด้านการรับสื่อโฆษณา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนิสิตสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ $p\text{-value} \leq 0.05$ (0.023, 0.001, 0.001, 0.050, 0.001, 0.031 และ 0.001 ตามลำดับ) ส่วนเพศ, ชั้นปีที่ศึกษา, ค่าดัชนีมวลกาย (BMI), รายได้, โรค, ภูมิลำเนา, ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด, ปัจจัยเชื้อด้านสิ่งแวดล้อมและปัจจัยเสริม

ด้านกลุ่มเพื่อน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนิสิตสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ

อภิปรายผลการวิจัย

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จังก์ฟู้ดของนักศึกษา สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อภิปรายผลได้ดังนี้

อายุ รายได้ครอบครัว มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.023, 0.011$ ตามลำดับ) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ วิไลวรรณ คงกิจ(2558) ได้ศึกษา อาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า เด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรม การบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน และเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ที่ผู้ปกครอง มีอาชีพต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับ สมมติฐานข้อ 5 ที่ว่าเด็กวัยรุ่นที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแตกต่างกัน

ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชนมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Bhanu Poudel, Sariyamon Tiraphat และ Seo Ah Hong (2561) ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารขยะของกลุ่มนักเรียนเขตเมืองในอำเภอการูมานู ประเทศเนปาล ผลการศึกษาพบว่า ทัศนคติต่ออาหารขยะนักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีมีแนวโน้มจะบริโภคอาหารขยะมากกว่านักเรียนที่มีทัศนคติดี ถึง 2.46 เท่า ($p\text{-value}=0.004$)

ปัจจัยเชื้อ และปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขา

อนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อิสริยา พรหมมา และชัยนันท์ เหมือนเพชร (2557) ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนโรงเรียนวัดศิริจันทราธรรม จังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยเชื้อและปัจจัยเสริมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ มีดังนี้ แหล่งความรู้และการแนะนำเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ได้แก่หนังสือ/ตำรา วิทยุ/โทรทัศน์ หอกระจายข่าวหมู่บ้าน สถานบริการสาธารณสุข และ พ่อแม่ ผู้ปกครอง โดยแต่ละแหล่งความรู้พบความแตกต่างของพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนที่ได้รับการแนะนำ รวมไปถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของครอบครัว พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเพื่อนสนิท และอิทธิพลของสื่อมวลชน โดยมีความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ปัจจัยเชื้อด้านหอพัก มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ นัชชา ยันติ ,อภิญา อุตรชัย และกริช เรืองชัย(2563) ผลการศึกษาพบว่า การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ กับภาวะน้ำหนักเกิน โดยใช้สถิติไคสแควร์ พบว่า รายได้ ลักษณะที่พักอาศัย การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์ต่อภาวะน้ำหนักเกิน อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

ปัจจัยเชื้อด้านพื้นที่อาศัย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.050$) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ชนัญญา พรศักดิ์วิวัฒน์(2560) ได้ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพรูปแบบอาหารคลีน (Clean Food)กลุ่มวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าเมื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะที่อยู่อาศัยกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของ

ผู้ตอบ แบบสอบถาม โดยใช้สถิติChi – square ในการทดสอบพบว่า ลักษณะที่อยู่อาศัยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถามอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ0.05 ดังนั้น ปฏิเสธสมมติฐานหลัก (H1) และยอมรับสมมติฐาน (Ho) แล้วพบว่า ลักษณะที่อยู่อาศัยกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์เท่ากับ 2.306

ปัจจัยเสริมด้านการรับสื่อโฆษณา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชนมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ จิราภรณ์ เรืองยิ่ง ,สุจิตรา จรจิตร ,กานดา จันทร์แย้ม(2559) ได้ศึกษา พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา: การสังเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผลการศึกษาพบว่า ค่านิยมในการบริโภคอาหาร อิทธิพลของสื่อโฆษณา และความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลาได้ร้อยละ 11.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. จากการศึกษาพบว่าปัจจัยนำ เช่น รายได้ ครอบครัว ทัศนคติ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ส่วนมาก อยู่ในระดับปานกลาง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนิสิตสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ ควรส่งเสริมให้นักศึกษามีปัจจัยส่วนบุคคล ทั้งในปัจจุบันที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ เช่น เพศ ควรส่งเสริมทั้งเพศชายและเพศหญิงให้มีการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์โดยการรับประทานอาหารตามวัยซึ่งเกี่ยวข้องกับชั้นปีที่ศึกษาซึ่งอยู่ในวัยเรียนรวมไปถึงการดูค่าดัชนีมวลกายให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม รายได้นักศึกษา ควรส่งเสริมให้นักศึกษาช่วยในการบริโภคอาหารอย่างเห็นคุณค่าของเงินที่ได้มา โรคประจำตัว ควรให้คำแนะนำถึงความเสี่ยงในการเกิดโรคที่อาจเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ภูมิลำเนา ควรส่งเสริมให้บริโภคอาหารที่มีอยู่ในภูมิลำเนาของตนเอง เพราะจะสามารถมั่นใจได้ว่าสะอาด ปลอดภัย ถูกสุขลักษณะ และ

ความรู้ทั่วไป ควรให้ความรู้การบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ เพื่อให้มีปัจจัยนำในระดับดีขึ้น

2. ปัจจัยเชื้อ เช่น ปัจจัยเชื้อ ปัจจัยเชื้อด้านหอพัก และปัจจัยเชื้อด้านพื้นที่อาศัย ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ส่วนมากอยู่ในระดับปานกลาง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ ควรส่งเสริมให้นักศึกษามีปัจจัยเชื้อทั้งในปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ เช่น ปัจจัยเชื้อด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยเสริม ในระดับที่ดีขึ้น

3. ปัจจัยเสริม เช่น ปัจจัยเสริม และ ปัจจัยเสริมด้านการรับสื่อโฆษณา ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ส่วนมาก อยู่ในระดับปานกลาง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ ควรส่งเสริมให้นักศึกษามีปัจจัยเสริมทั้งในปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ เพื่อให้มีปัจจัยเสริมในระดับที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดของนักศึกษาสาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อาจมีปัจจัยหรือตัวแปรอื่น ๆ ที่มีผลต่อการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ดเพิ่มเติม รวมไปถึงกลุ่มเป้าหมายนอกจากกลุ่มนิสิตในมหาวิทยาลัยแล้ว ควรศึกษากลุ่มเป้าหมายในกลุ่มนักเรียนในโรงเรียนด้วย

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้ให้ความกรุณาและอนุเคราะห์ในการตรวจความเที่ยงของเครื่องมือแบบสอบถาม รวมทั้งเสนอแนะแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องและสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และขอขอบพระคุณอาสาสมัครที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมตอบแบบสอบถามในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้

คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Ubon Ratchathani Rajabhat University

เอกสารอ้างอิง

- จิราภรณ์ เรืองยิ่ง ,สุจิตรา จรจิตร ,กานดา จันทร์แย้ม. (2559). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในจังหวัดสงขลา: การสังเคราะห์องค์ความรู้ และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร**. วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่, 8(1), 246-264.
- ชนัญญา พรศักดิ์วัฒน์. (2560). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพรูปแบบอาหารคลีน(Clean Food)กลุ่มวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์ธุรกิจ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย.
- นัชชา ยันติ ,อภิญา อุตรระชัย และกริช เรืองชัย. (2563). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะน้ำหนักเกินในนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์**. คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 27-29.
- ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์และวรางคณา อุดมทรัพย์.(2560). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทย ผลกระทบและแนวทางแก้ไข**. วารสาร วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี. 28(1),122-128.
- วิไลวรรณ คงกิจ. (2558). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของเด็กวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาวิชา สุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุวรรณา เขียงขุนทด. (2557). **ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนเกษิเจริญ**. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส). สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2561). **การสำรวจพฤติกรรมบริโภคอาหารของประชากร พ.ศ. 2560**. กองสถิติพยากรณ์สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 7-9.
- อิสริยา พรหมมาและชัยนันท์ เหมือนเพชร. (2557). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมบริโภคอาหารตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนโรงเรียน วัดศิริจันทราธรรม จังหวัดปทุมธานี**. การประชุมวิชาการ การพัฒนาชนบทที่ยั่งยืน ครั้งที่ 4 ประจำปี 2557
- Bhanu Poudel , Sariyamon Tiraphat และ Seo Ah Hong. (2561). **ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารขยะของกลุ่มนักเรียนเขตเมือง ในอำเภอ การุณมาตย์ ประเทศเนปาล**. วารสารสาธารณสุขและการพัฒนา, 16(2), 29-72.
- Yamane Taro. (1973). *Statistic: An Introductory Analysis*. 3rd ed. New York: Harper and Row.

คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Ubon Ratchathani Rajabhat University

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด

ปัจจัย	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด			x ²	df	p-value
	สูง (%)	ปานกลาง (%)	ต่ำ (%)			
เพศ				4.147	2	0.126
ชาย	5(7.2%)	37(53.6%)	27(30.8%)			
หญิง	33(16.4%)	106(52.7%)	62(30.8%)			
อายุ				17.796	8	0.023*
< 19 ปี	12(30.0%)	22(55.0%)	6(15.0%)			
20 ปี	7(9.3%)	41(54.7%)	27(30.6%)			
21 ปี	11(16.7%)	31(47.0%)	24(36.4%)			
22 ปี	4(6.5%)	33(53.2%)	25(40.3%)			
> 22 ปีขึ้นไป	4(14.8%)	16(59.3%)	7(25.9%)			
ชั้นปีที่ศึกษา				8.662	8	0.372
ชั้นปีที่ 1	11(19.6%)	30(53.6%)	15(26.8%)			
ชั้นปีที่ 2	8(11.3%)	35(49.3%)	28(39.4%)			
ชั้นปีที่ 3	8(11.9%)	33(49.3%)	26(38.8%)			
ชั้นปีที่ 4	10(16.1%)	34(54.8%)	18(29.0%)			
ชั้นปีอื่นๆ	1(7.1%)	11(78.6%)	2(14.3%)			
ค่าดัชนีมวลกาย				9.075	6	0.169
ต่ำกว่าเกณฑ์	8(11.6%)	33(47.8%)	28(40.6%)			
อยู่ในเกณฑ์ปกติ	25(14.9%)	90(53.6%)	53(31.5%)			
มากกว่าเกณฑ์	3(11.1%)	19(70.4%)	5(18.5%)			
อ้วน	2(33.3%)	1(16.7%)	3(50.0%)			
รายได้ครอบครัว				13.148	4	0.011*
< 10,000 บาท	2(15.4%)	5(38.5%)	6(46.2%)			
10,001-15,000 บาท	2(18.2%)	7(63.6%)	2(18.2%)			
15,001 ขึ้นไป	85(34.6%)	131(53.3%)	30(12.2%)			
รายได้เงินสด				0.723	2	0.697
< 5,000 บาท	18(16.2%)	57(51.4%)	36(32.4%)			
> 5,000 บาท	20(12.6%)	86(54.1%)	53(33.3%)			
โรคประจำตัว				1,315	2	0.518
มี	1(5.3%)	11(57.9%)	7(36.8%)			
ไม่มี	38(12.6%)	143(54.1%)	89(33.3%)			

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด (ต่อ)

ปัจจัย	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด			χ^2	df	p-value
	สูง (%)	ปานกลาง (%)	ต่ำ (%)			
ภูมิฐานะ				2.216	6	0.899
ภาคเหนือ	22(15.5%)	72(50.7%)	48(33.8%)			
ภาคกลาง	8(12.7%)	37(58.7%)	18(28.6%)			
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	4(13.3%)	17(56.7%)	9(30.0%)			
ภาคใต้	4(11.4%)	17(48.6%)	14(40.0%)			
ความรู้ทั่วไป				7.891	4	0.092
ต่ำ	35(13.7%)	137(53.5%)	84(32.8%)			
ปานกลาง	1(9.1%)	5 (45.5%)	5(45.5%)			
สูง	2(66.7%)	1(33.3%)	0(0.0%)			
ทัศนคติ				36.856	4	0.001*
ต่ำ	6(4.2%)	71(50.0%)	65(45.8%)			
ปานกลาง	26(23.9%)	62 (56.9%)	21(19.3%)			
สูง	31.6(34.6%)	10(53.0%)	3(15.8%)			
ปัจจัยเอื้อ				18.218	4	0.001*
ต่ำ	7(8.8%)	39(48.8%)	34 (42.5%)			
ปานกลาง	23(15.6%)	72 (49.0%)	52(35.4%)			
สูง	8(18.6%)	32(74.4%)	3(7.0%)			
ปัจจัยเอื้อด้านหอพัก				33.490	4	0.001*
ต่ำ	12(8.0%)	69(46.0%)	69 (46.0%)			
ปานกลาง	21(19.6%)	66 (61.7%)	20(18.7%)			
สูง	5(38.5%)	8(61.5%)	0(0.0%)			
ปัจจัยเอื้อด้านสิ่งแวดล้อม				7.878	4	0.096
ต่ำ	13(13.1%)	49(49.5%)	37(37.4%)			
ปานกลาง	19(15.0%)	63 (49.6%)	45(35.4%)			
สูง	6(13.6%)	31(70.5%)	7(15.9%)			
ปัจจัยเอื้อด้านพื้นที่อาศัย				9.505	4	0.050*
ต่ำ	21(11.5%)	91(50.0%)	70 (38.5%)			
ปานกลาง	16(18.8%)	50 (58.8%)	19(22.4%)			
สูง	1(33.3%)	2(66.7%)	0(0.0%)			
ปัจจัยเสริม				18.645	4	0.001*
ต่ำ	24(10.5%)	125(54.8%)	79 (34.6%)			
ปานกลาง	14(35.0%)	16 (40.0%)	10(25.0%)			
สูง	0(0.0%)	2(100.0%)	0(0.0%)			

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด (ต่อ)

ปัจจัย	พฤติกรรมการบริโภคอาหารจังก์ฟู้ด			x ²	df	p-value
	สูง (%)	ปานกลาง (%)	ต่ำ (%)			
ปัจจัยเสริมด้านกลุ่มเพื่อน				4.317	4	0.365
ต่ำ	28(13.1%)	111(52.1%)	74(34.7%)			
ปานกลาง	10(27.5%)	27 (52.9%)	14(27.5%)			
สูง	0(0.0%)	5(83.3%)	1(16.7%)			
ปัจจัยเสริมด้านสมาชิกในครอบครัว				10.666	6	0.169
ต่ำ	22(10.7%)	112(54.6%)	71(10.7%)			
ปานกลาง	16(26.7%)	28 (46.7%)	16(26.7%)			
สูง	0(0.0%)	3(60.0%)	2(40.0%)			
ปัจจัยเสริมด้านการรับสื่อโฆษณา				22.709	4	0.001*
ต่ำ	21(9.6%)	118(54.1%)	79(36.2%)			
ปานกลาง	17(34.0%)	23 (46.0%)	10(20.0%)			
สูง	0(0.0%)	2(100.0%)	0(0.0%)			