

## ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

ณัฐนิชา แก่นศรี<sup>1</sup>, วณิชชา คันธสร<sup>2</sup>

(วันที่รับบทความ: 23 พฤษภาคม 2565; วันที่แก้ไข: 9 สิงหาคม 2565; วันที่ตอบรับ: 16 สิงหาคม 2565)

### บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อหาความสัมพันธ์ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 400 คน ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือใช้เก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ Chi-square test และ Fisher's Exact test

ผลศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 56.75 เป็นนักศึกษาหญิง มีอายุเฉลี่ย 20.85 ปี (S.D.=1.08) ส่วนใหญ่กำลังศึกษาที่คณะครุศาสตร์และศึกษาในระดับชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 51.25 มีดัชนีมวลกายที่ระดับปกติ (BMI= 18.50 – 22.90 Kg/m<sup>2</sup>) ผู้ปกครองประกอบอาชีพค้าขายร้อยละ 28.50 และรับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 26.25 มีรายได้ที่ได้รับจากครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน 4,920.82 บาท (S.D.= 2,152.12) ภาพรวมรายด้านพบว่า ด้านความรู้เรื่องการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X}$ =13.38, S.D.=1.48) ด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับดี ( $\bar{X}$ =1.45, S.D.=0.26) ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}$ = 1.27, S.D.=0.12;  $\bar{X}$ =1.37, S.D.=0.25) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน ได้แก่ ปัจจัยด้านส่วนบุคคล คือ คณะที่ศึกษา (p-value=0.015) ดัชนีมวลกาย (BMI) (p-value=0.046) และปัจจัยด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน (p-value= 0.035) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value<0.05)

สรุปได้ว่าควรมีการปรับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษา โดยสร้างค่านิยมใหม่ให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนให้ลดลง จัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพตามบริบทของคณะที่ศึกษา และรณรงค์ปรับระดับดัชนีมวลกาย (BMI) ให้เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง

**คำสำคัญ:** แรงสนับสนุนทางสังคม, พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน, นักศึกษาระดับปริญญาตรี

<sup>1</sup> นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต, โปรแกรมวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร, Email: Natni.2026@gmail.com

<sup>2</sup> อาจารย์, โปรแกรมวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร, Email: wanitcha\_k@kpru.ac.th

Corresponding Author: วณิชชา คันธสร, E-mail: wanitcha\_k@kpru.ac.th

## Factors Related to Fast Food Consumption Behaviors among Undergraduate Students at Kamphaeng Phet Rajabhat University

Natthanicha Kaensree<sup>1</sup>, Wanitcha Kanthasorn<sup>2</sup>

(Received: 23<sup>rd</sup> May 2022; Revised: 9<sup>th</sup> August 2022; Accepted: 16<sup>th</sup> August 2022)

### Abstract

This descriptive correlational study aimed to determine factors related to fast food consumption behaviors among undergraduate students at Kamphaeng Phet Rajabhat University. 400 undergraduate students were selected using the stratified random sampling method. Questionnaires were used to collect data. The data were then analyzed for descriptive and inferential statistics, including Chi-square test and Fisher's exact test.

The results showed that 56.75% of the samples were female students with an average age of 20.85 years (S.D.=1.08). Most of them were studying during the third year at the Faculty of Education. The samples had a normal Body Mass Index (BMI = 18.50 – 22.90 kg/m<sup>2</sup>). The parent's samples had been working in trading (28.50%) and government/state enterprise sectors (26.25%). Their average monthly income were 4,920.82 baht (S.D. = 2,152.12). It is overall found that, knowledge regarding fast food consumption were in good level ( $\bar{X}$ =13.38, S.D.=1.48), as well as a good level of attitude towards fast food consumption ( $\bar{X}$ =1.45, S.D.=0.26). While social support and fast food consumption behavior were in fair level ( $\bar{X}$ =1.27, S.D.=0.12;  $\bar{X}$ =1.37, S.D.=0.25). Factors that were found related to fast food consumption behavior included personal factors, which were faculty of study (p-value=0.015), Body Mass Index (BMI) (p-value=0.046) and attitude-related factors (p-value=0.035) with a statistical significance (p-value<0.05).

It could be concluded that there should be attitude adjusting towards fast food consumption among the students by creating a new value to reduce fast food consumption behaviors, organizing a health promotion program based on the faculty of study, and promoting continuous Body Mass Index (BMI) adjustment.

**Keywords:** Social support, Fast food intake behavior, Undergraduate students

---

<sup>1</sup> Student, Public Health Program, Faculty of Science and Technology, Kamphaeng Phet Rajabhat University, Email: Natni.2026@gmail.com

<sup>2</sup> Lecturer, Public Health Program, Faculty of Science and Technology, Kamphaeng Phet Rajabhat University, Email: wanitcha\_k@kpru.ac.th

Corresponding Author: Wanitcha Kanthasorn, E-mail: wanitcha\_k@kpru.ac.th

## บทนำ

ปัจจุบันรูปแบบการเลือกรับประทานอาหารของผู้คนได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ง่ายขึ้น ความรวดเร็วและความสะดวกสบายเป็นหลัก<sup>1</sup> เพื่อให้เหมาะกับวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปของคนในชุมชนเมืองที่เกิดจากความเร่งรีบ ปัญหาการจราจรติดขัด และภาระหน้าที่การงานที่เพิ่มขึ้น ทำให้การเลือกซื้อและการบริโภคอาหารมักมีราคาไม่แพง ให้พลังงานสูง อิ่มท้อง และประหยัดเวลาด้วยสาเหตุเหล่านี้จึงทำให้ธุรกิจอาหารจานด่วนหรือ Fast food เข้ามามีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตและเป็นที่ยอมรับสูงในกลุ่มวัยรุ่นสมัยใหม่<sup>2,3</sup> การศึกษาวิจัยพบว่าอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพและอาหารจานด่วนในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อปัญหาการนอนหลับและสร้างความเครียดในกลุ่มวัยรุ่นมากกว่า 64 ประเทศทั่วโลก โดยเฉพาะอาหารและเครื่องดื่มประเภทน้ำตาลสูงซึ่งมีส่วนผสมคาเฟอีน ซึ่งเป็นสารกระตุ้นทำให้เกิดปัญหาการนอนหลับในเด็กและวัยรุ่น<sup>4</sup> นอกจากนี้พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทยในปัจจุบันมักจะเลือกทานอาหารที่ไม่มีกากใยซึ่งจะส่งผลให้เกิดอาการท้องผูก และเกิดโรคอ้วนได้ง่าย<sup>5</sup>

ความรีบเร่งด้านเวลาเป็นตัวกำหนดให้ผู้บริโภคต้องเลือกสิ่งที่จะสะดวกรวดเร็วต่อการรับประทานมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาในรั้วมหาวิทยาลัยซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นและเป็นกลุ่มบุคคลที่ต้องเร่งรีบไปให้ทันเวลาเรียนในห้องเรียนหรือการทำกิจกรรมต่างๆ ในรั้วมหาวิทยาลัย ดังนั้นสำหรับนักศึกษาแล้วอาหารจานด่วน หรือ Fast food จึงเป็นอาหารตัวเลือกแรกที่จะรับประทานเพื่อไปให้ทันเวลา เพราะประหยัดเวลาในการซื้อ ไม่ต้องรอนานสามารถพกติดตัวไปรับประทานได้ทุกที่ อีกทั้ง

ยังมีร้านค้าที่สะดวกซื้ออาหารประเภทนี้เพื่อการบริโภคได้ง่าย แม้แต่ค่านิยมของกลุ่มเพื่อนหรือผู้ครอบครองของตัวนักศึกษาเอง อาจเป็นปัจจัยเสริมที่มีผลต่อการเลือกบริโภคอาหารประเภทนี้ด้วยเช่นกัน<sup>6</sup> การรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมต่างๆ อาจส่งเสริมการบริโภคอาหารจานด่วนที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกายของนักศึกษาได้ ได้แก่ กิจกรรมที่มีการนัดพบพูดคุยธุระ การทำการบ้าน การนัดดูหรืออ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบ การนัดพบตามร้านอาหารจานด่วนตามห้างสรรพสินค้า ซึ่งมักเป็นเป็นตัวเลือกลำดับแรก ๆ ของนักศึกษาในการทำกิจกรรมดังกล่าว<sup>7</sup> ดังนั้นกลุ่มวัยรุ่นนักศึกษาอาจจะขาดความรู้และการตระหนักถึงโทษของอาหารจานด่วนที่เลือกรับประทานในเวลานั้นๆ ได้

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยเห็นว่าปัญหาการบริโภคอาหารจานด่วนเป็นเรื่องสำคัญต่อสุขภาพอนามัยของบุคคล โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นในระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งจะเข้าสู่วัยทำงานในอนาคต เพื่อพัฒนาประเทศข้างหน้าต่อไป ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร เพื่อจะเป็นประโยชน์ต่อการนำข้อมูลที่ได้ไปใช้วางแผนในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาให้มีคุณภาพชีวิตดีทั้งด้านร่างกายและสติปัญญา

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความรู้ ทักษะคิด แรงสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) ในรูปแบบวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อหาความสัมพันธ์ (The descriptive correlation study) ศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มประชากร คือนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร จำนวนทั้งหมด 4,906 คน<sup>8</sup> คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตร Krejcie & Morgan<sup>9</sup> คือ  $X^2 Np(1-p)/e^2 (N-1) + X^2 p(1-p)$  โดยกำหนดระดับความคลาดเคลื่อน (e) ของการสุ่มตัวอย่างที่ยอมรับได้ที่ระดับ

ความเชื่อมั่น 95% และค่าสัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร (p) ที่ 0.5 แทนค่าในสูตรได้จำนวนตัวอย่างเท่ากับ 400 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ตามสัดส่วน Probability proportion to size (PPS) โดยมีเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) คือ 1) เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีในระดับชั้นปีที่ 1-4 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร 2) สื่อสาร อ่านและเขียนภาษาไทยได้และ 3) ยินยอมเข้าร่วมการศึกษาวิจัย และเกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) คือ เจ็บป่วย กระทั่งหนักและไม่มาเรียนได้ในวันที่เก็บรวบรวมข้อมูล (ดังตารางที่ 1)

**ตารางที่ 1** จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร จำแนกตามคณะ (n = 400 คน)

| ลำดับ | คณะ                          | ประชากร (N) | สัดส่วนกลุ่มตัวอย่าง (n) |
|-------|------------------------------|-------------|--------------------------|
| 1     | คณะครุศาสตร์                 | 1,894       | 154                      |
| 2     | คณะพยาบาลศาสตร์              | 82          | 7                        |
| 3     | คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ | 1,073       | 88                       |
| 4     | คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี   | 578         | 47                       |
| 5     | คณะวิทยาการจัดการ            | 656         | 53                       |
| 6     | คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม       | 623         | 51                       |
| รวม   |                              | 4,906       | 400                      |

### เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งได้จากการศึกษาทบทวนจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของวัยรุ่นและนักศึกษาระดับปริญญาตรี เพื่อกำหนดตัวแปรและสร้างข้อคำถามตามกรอบแนวคิด

การวิจัย ประกอบด้วย 5 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลเป็นข้อคำถามแบบตรวจสอบรายการ (Check list) จำนวน 7 ข้อ

ตอนที่ 2 ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นข้อคำถามแบบ 2 ตัวเลือก คือ ใช่และไม่ใช่ จำนวน 20 ข้อ มีเกณฑ์

คะแนนและการแปลค่าคะแนน ดังนี้ ใช่=1, ไม่ใช่=0 ข้อคำถาม มีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ เกณฑ์การแปลผลคะแนนระดับความรู้<sup>10</sup> โดยคะแนนมากกว่าร้อยละ 80 (14-20 คะแนน) มีความรู้ระดับมาก คะแนนระหว่างร้อยละ 60-79 (7-13 คะแนน) มีความรู้ระดับปานกลาง คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60 (0-6 คะแนน) มีความรู้ระดับน้อย

ตอนที่ 3 ข้อมูลทัศนคติที่มีต่อการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นข้อคำถามแบบตัวเลือกประมาณค่า 3 ระดับ (Rating scale) ของลิเคิร์ต (Likert) จำนวน 20 ข้อ มีเกณฑ์คะแนนและการแปลค่าคะแนน ดังนี้ เห็นด้วย=2, ไม่แน่ใจ=1, ไม่เห็นด้วย=0 ข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยเกณฑ์การแปลผลระดับคะแนนพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ย 3 ช่วงระดับ คือ ทัศนคติระดับที่ดี (คะแนนเฉลี่ย 1.34-2.00) ทัศนคติระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 0.67-1.33) ทัศนคติระดับที่ไม่ดี (คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.66)

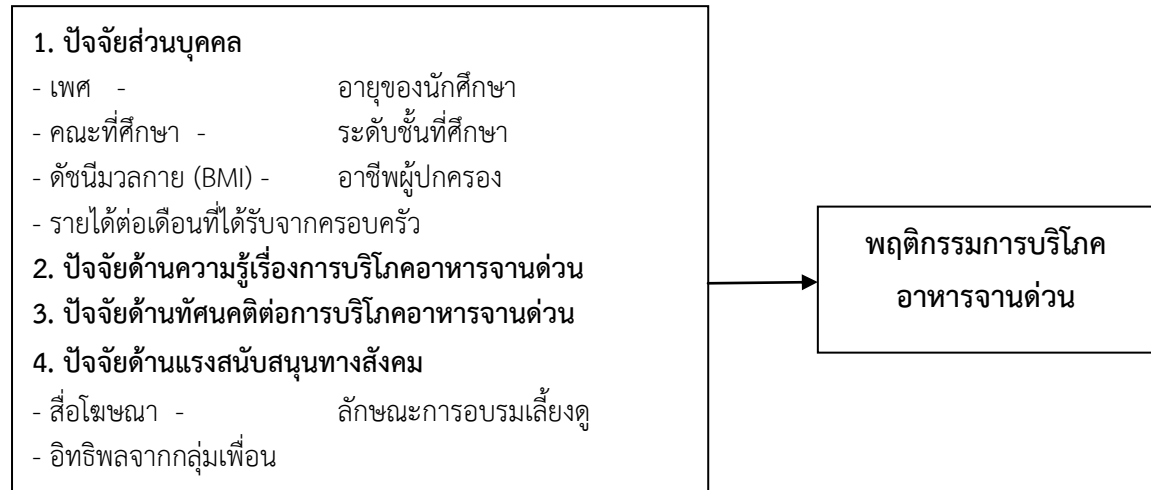
ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นข้อคำถามแบบตัวเลือกประมาณค่า 3 ระดับ (Rating scale) ของลิเคิร์ต (Likert) จำนวน 15 ข้อ มีเกณฑ์คะแนนและการแปลค่าคะแนน ดังนี้ จริงที่สุด=2, ค่อนข้างจริง=1, ไม่จริงเลย=0 ข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยเกณฑ์การแปลผลระดับคะแนนพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ย 3 ช่วงระดับ คือ มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับมาก (คะแนนเฉลี่ย 1.34-2.00) มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับ

ปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 0.67-1.33) มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับน้อย (คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.66)

ตอนที่ 5 ข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน เป็นข้อคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ (Rating scale) ของลิเคิร์ต (Likert) จำนวน 20 ข้อ มีเกณฑ์คะแนนและการแปลค่าคะแนน ดังนี้ เป็นประจำ=2, บางครั้ง=1, ไม่เคย=0 ข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยเกณฑ์การแปลผลระดับคะแนนพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ย 3 ช่วงระดับ คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนระดับสูง (คะแนนเฉลี่ย 1.34-2.00) พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 0.67-1.33) พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนระดับต่ำ (คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.66)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบประเมินจากผู้เชี่ยวชาญมาวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-objectives Congruence: IOC) ได้ค่า IOC มากกว่า 0.5 ทุกข้อ จากนั้นแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้แก่นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม จังหวัดพิษณุโลกจำนวน 30 คน วิเคราะห์ความเชื่อมั่นของเครื่องมือเชิงเนื้อหา (Reliability) ได้ค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ 0.71

### กรอบแนวคิดการวิจัย



### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร โดยให้การรับรองแบบวิญญู (Exemption review) ตามเอกสารรับรองจริยธรรมโครงการวิจัย COE No. 006/2021 ใบรับรองเลขที่ REC No. 013/64 เมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2564

### สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย ได้แก่ สถิติ Chi-square test และ Fisher's exact test

### ผลการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิง ร้อยละ 56.75 มีอายุระหว่าง 20-21 ปี ร้อยละ 62.25 มีอายุเฉลี่ย 20.85 ปี

(S.D.=1.08) อายุน้อยที่สุด 18 ปี และมากที่สุด 24 ปี กำลังศึกษาที่คณะครุศาสตร์ ร้อยละ 38.50 และศึกษาในระดับชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 36.25 มีดัชนีมวลกายอยู่ในช่วง 18.50 – 22.90 Kg/m<sup>2</sup> ร้อยละ 51.25 ซึ่งมีดัชนีมวลกายระดับปกติ ผู้ปกครองประกอบอาชีพค้าขาย ร้อยละ 28.50 มีรายได้ที่ได้รับจากครอบครัวอยู่เฉลี่ยต่อเดือน 4,920.82 บาท (S.D.=2,152.12) ร้อยละ 36.00 ตามลำดับ

2. ภาพรวมระดับความรู้เรื่องการบริโภคอาหารจานด่วน พบว่า มีความรู้ในระดับปานกลาง ร้อยละ 55.75 (ดังตารางที่ 2) พิจารณารายข้อ พบว่ามีความรู้มากที่สุดในเรื่องการเลือกรับประทานอาหารจานด่วน จำเป็นต้องอาศัยความรอบคอบในการเลือกบริโภค ร้อยละ 86.30 และมีความรู้ที่น้อยที่สุดในเรื่อง อาหารจานด่วน มีส่วนประกอบอาหารหลักครบถ้วน ร้อยละ 46.60

3. ภาพรวมทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน พบว่า มีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับดี ร้อยละ 69.00 (ดังตารางที่ 3) พิจารณารายข้อ พบว่า มีทัศนคติที่ดีมากในเรื่องอาหารจานด่วน

เป็นอาหารที่เหมาะสมกับคนที่มีเวลาน้อย มีการ  
พัฒนารสชาติและผลิตภัณฑ์ใหม่ออกมาวาง

จำหน่ายเสมอ ๆ ทำให้ไม่จำเจ อาหารจานด่วน  
มีรูปร่าง หน้าตา สีสันทื่น่าสนใจ และจะเลือก  
รับประทานอาหารจานด่วนเพราะจำเป็น

**ตารางที่ 2** จำนวน ร้อยละภาพรวมระดับความรู้เรื่องการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับ  
ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร (n=400)

| ระดับความรู้                                                     | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|------------------------------------------------------------------|------------|--------|
| ระดับมาก (14-20 คะแนน)                                           | 177        | 44.25  |
| ระดับปานกลาง (7-13 คะแนน)                                        | 223        | 55.75  |
| ระดับน้อย (0-6 คะแนน)                                            | 0          | 0.00   |
| $\bar{X}$ =13.38, S.D.=1.48, Min=10, Max=17 (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) |            |        |

**ตารางที่ 3** จำนวน ร้อยละภาพรวมระดับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับ  
ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร (n=400)

| ระดับทัศนคติ                                                       | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|--------------------------------------------------------------------|------------|--------|
| ระดับดี (คะแนนเฉลี่ย 1.34-2.00)                                    | 276        | 69.00  |
| ระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 0.67-1.33)                               | 120        | 30.00  |
| ระดับไม่ดี (คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.66)                                 | 4          | 1.00   |
| $\bar{X}$ =1.45, S.D.=0.26, Min=0.50, Max=1.95 (คะแนนเต็ม 2 คะแนน) |            |        |

4. ภาพรวมระดับแรงสนับสนุนทางสังคม  
ที่ส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน  
ของนักศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ  
79.75 (ดังตารางที่ 4) พิจารณารายข้อ พบว่า  
กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี แรงสนับสนุนทาง  
สังคมที่ส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร  
จานด่วน ในด้านสื่อโฆษณา มากที่สุด คือ  
อาหารจานด่วนมีการโฆษณาและประชาสัมพันธ์

ผ่านสื่อต่าง ๆ ทำให้ผู้บริโภครู้จักมากขึ้น  
แรงสนับสนุนทางสังคมในด้านลักษณะการ  
อบรมเลี้ยงดู มากที่สุด คือ พ่อแม่จะเอาใจใส่  
ดูแลท่านเสมอ โดยเฉพาะเรื่องการรับประทาน  
อาหาร และ แรงสนับสนุนทางสังคมในด้าน  
อิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน มากที่สุด คือ ท่านมัก  
นัดพบเพื่อนตามร้านอาหารจานด่วนเสมอๆ

**ตารางที่ 4** จำนวน ร้อยละภาพรวมระดับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร  
จานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร (n=400)

| ระดับแรงสนับสนุน                                                   | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|--------------------------------------------------------------------|------------|--------|
| ระดับมาก (คะแนนเฉลี่ย 1.34-2.00)                                   | 81         | 20.25  |
| ระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 0.67-1.33)                               | 319        | 79.75  |
| ระดับน้อย (คะแนนเฉลี่ย 0.00- 0.66)                                 | 0          | 0.00   |
| $\bar{X}$ =1.27, S.D.=0.12, Min=1.07, Max=1.47 (คะแนนเต็ม 2 คะแนน) |            |        |

5. ภาพรวมพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 60.00 (ดังตารางที่ 5) พิจารณารายข้อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนมากที่สุด ในเรื่องการเลือก

รับประทานอาหารจานด่วนโดยคำนึงถึงความรวดเร็วและความสะดวกเป็นหลัก และมักจะรับประทานไส้กรอก แฮม กับไข่ดาวเป็นอาหารมื้อเช้า

**ตารางที่ 5** จำนวน ร้อยละภาพรวมระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร (n=400)

| ระดับพฤติกรรม                                                     | จำนวน (คน) | ร้อยละ |
|-------------------------------------------------------------------|------------|--------|
| ระดับสูง (คะแนนเฉลี่ย 1.34–2.00)                                  | 240        | 60.00  |
| ระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 0.67–1.33)                              | 147        | 36.75  |
| ระดับต่ำ (คะแนนเฉลี่ย 0.00–0.66)                                  | 13         | 3.25   |
| $\bar{X}=1.37$ , S.D.=0.25 Min=0.55, Max=1.95 (คะแนนเต็ม 2 คะแนน) |            |        |

6. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

จานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร มีทั้งหมด 3 ปัจจัย ได้แก่ ขณะที่ศึกษา ดัชนีมวลกาย (BMI) และระดับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน (p-value=0.015, 0.046, 0.035 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value <0.05) (ดังตารางที่ 6)

**ตารางที่ 6** ผลการวิเคราะห์ Chi-square test และ Fisher's Exact test แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยและพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร (n=400)

| ตัวแปร                   | n   | ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน |             |           | $\chi^2$ | df | p-value            |
|--------------------------|-----|------------------------------------|-------------|-----------|----------|----|--------------------|
|                          |     | สูง                                | ปานกลาง     | ต่ำ       |          |    |                    |
|                          |     | จำนวน                              | จำนวน       | จำนวน     |          |    |                    |
|                          |     | (ร้อยละ)                           | (ร้อยละ)    | (ร้อยละ)  |          |    |                    |
| เพศ                      |     |                                    |             |           |          |    |                    |
| ชาย                      | 173 | 97 (56.07)                         | 71 (41.04)  | 5 (2.89)  | 2.433    | 2  | 0.296 <sup>A</sup> |
| หญิง                     | 227 | 143 (63.00)                        | 76 (33.48)  | 8 (3.52)  |          |    |                    |
| อายุ (ปี)                |     |                                    |             |           |          |    |                    |
| น้อยกว่าและเท่ากับ 20 ปี | 26  | 20 (3.51)                          | 5 (27.39)   | 1 (2.55)  | 3.680    | 2  | 0.159 <sup>A</sup> |
| มากกว่า 20 ปีขึ้นไป      | 374 | 220 (7.32)                         | 142 (61.78) | 12 (2.55) |          |    |                    |



| ตารางที่ 6 (ต่อ)                                                          |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------|------------------------------|--------------------------|--------------------|----|---------|---|
| ตัวแปรปัจจัย                                                              | n   | ระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน |                              |                          | $\chi^2$           | df | p-value |   |
|                                                                           |     | สูง<br>จำนวน<br>(ร้อยละ)               | ปานกลาง<br>จำนวน<br>(ร้อยละ) | ต่ำ<br>จำนวน<br>(ร้อยละ) |                    |    |         |   |
| คณะที่ศึกษา                                                               |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
| สายศึกษาศาสตร์<br>(คณะครุศาสตร์)                                          | 154 | 102 (66.23)                            | 48 (31.17)                   | 4 (2.60)                 | 2.558              | 1  | 0.015*  | B |
| สายสังคมศาสตร์<br>(คณะมนุษยฯ, วิทยาการ<br>จัดการ)                         | 141 | 79 (56.03)                             | 56 (39.72)                   | 6 (4.25)                 |                    |    |         |   |
| สายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี<br>(คณะวิทย์ฯ, พยาบาล,<br>เทคโนโลยีอุตสาหกรรม) | 105 | 59 (56.19)                             | 43 (40.95)                   | 3 (2.86)                 |                    |    |         |   |
| ระดับชั้นการศึกษา                                                         |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
| ชั้นปีที่ 1 และ 2                                                         | 158 | 103 (65.19)                            | 49 (31.01)                   | 6 (3.80)                 | 3.752 <sup>A</sup> | 2  | 0.153   |   |
| ชั้นปีที่ 3 และ 4                                                         | 242 | 137 (56.61)                            | 98 (40.50)                   | 7 (2.89)                 |                    |    |         |   |
| ดัชนีมวลกาย (BMI)                                                         |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
| ผอม (<18.50 kg/m <sup>2</sup> )                                           | 161 | 105 (65.22)                            | 53 (32.92)                   | 3 (1.86)                 | 3.116 <sup>B</sup> | 1  | 0.046*  |   |
| ปกติ (18.50–22.90 Kg/m <sup>2</sup> )                                     | 205 | 114 (55.61)                            | 83 (40.49)                   | 8 (3.90)                 |                    |    |         |   |
| ท้วม (23.00–24.90 kg/m <sup>2</sup> )                                     | 24  | 17 (70.83)                             | 6 (25.00)                    | 1 (4.17)                 |                    |    |         |   |
| อ้วน ( 25.00 kg/m <sup>2</sup> ขึ้นไป)                                    | 10  | 4 (40.00)                              | 5 (50.00)                    | 1 (10.00)                |                    |    |         |   |
| อาชีพผู้ปกครอง                                                            |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
| เกษตรกร                                                                   | 64  | 45 (70.31)                             | 16 (25.00)                   | 3 (4.69)                 | 1.682 <sup>B</sup> | 1  | 0.200   |   |
| รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ                                                     | 105 | 66 (62.86)                             | 36 (34.29)                   | 3 (2.85)                 |                    |    |         |   |
| บริษัทเอกชน/ธุรกิจส่วนตัว                                                 | 77  | 39 (50.65)                             | 35 (45.45)                   | 3 (3.90)                 |                    |    |         |   |
| ค้าขายและอื่นๆ                                                            | 154 | 90 (58.44)                             | 60 (38.96)                   | 4 (2.60)                 |                    |    |         |   |
| รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว (บาท)                                  |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
| น้อยกว่า 5,000                                                            | 297 | 181 (60.94)                            | 107 (36.03)                  | 9 (3.03)                 | 0.506 <sup>A</sup> | 2  | 0.776   |   |
| 5,000 ขึ้นไป                                                              | 103 | 59 (57.29)                             | 40 (38.83)                   | 4 (3.88)                 |                    |    |         |   |
| ระดับความรู้เรื่องการบริโภคอาหารจานด่วน                                   |     |                                        |                              |                          |                    |    |         |   |
| มาก                                                                       | 177 | 0 (0.00)                               | 14 (4.46)                    | 14 (4.46)                | 0.187 <sup>A</sup> | 2  | 0.911   |   |
| ปานกลาง                                                                   | 223 | 34 (10.83)                             | 266 (84.71)                  | 14 (4.46)                |                    |    |         |   |
| น้อย                                                                      | 0   | 0 (0.00)                               | 0 (0.00)                     | 0 (0.00)                 |                    |    |         |   |

ตารางที่ 6 (ต่อ)

| ตัวแปรปัจจัย                         | n   | ระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วน |                   |                   | $\chi^2$           | df | p-value |
|--------------------------------------|-----|----------------------------------------|-------------------|-------------------|--------------------|----|---------|
|                                      |     | สูง                                    | ปานกลาง           | ต่ำ               |                    |    |         |
|                                      |     | จำนวน<br>(ร้อยละ)                      | จำนวน<br>(ร้อยละ) | จำนวน<br>(ร้อยละ) |                    |    |         |
| ระดับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน |     |                                        |                   |                   |                    |    |         |
| ดี                                   | 276 | 175 (63.41)                            | 95 (34.42)        | 6 (2.17)          | 4.581 <sup>B</sup> | 1  | 0.035*  |
| ปานกลาง                              | 120 | 62 (51.67)                             | 51 (42.50)        | 7 (5.83)          |                    |    |         |
| ไม่ดี                                | 4   | 3 (75.00)                              | 1 (25.00)         | 0 (0.00)          |                    |    |         |
| ระดับแรงสนับสนุนทางสังคม             |     |                                        |                   |                   |                    |    |         |
| มาก                                  | 81  | 49 (60.49)                             | 27 (33.33)        | 5 (6.17)          | 2.997              | 2  | 0.224   |
| ปานกลาง                              | 319 | 191 (59.87)                            | 120 (37.62)       | 8 (2.51)          |                    |    |         |
| น้อย                                 | 0   | 0 (0.00)                               | 0 (0.00)          | 0 (0.00)          |                    |    |         |

หมายเหตุ <sup>A</sup> วิเคราะห์ด้วย Pearson's chi-square test, <sup>B</sup> วิเคราะห์ด้วย Fisher's exact test

\*significantly (p-value <0.05)

### การอภิปรายผล

จากผลการศึกษาสามารถสรุปและอภิปรายผลการวิจัยได้ว่า ภาพรวมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชรอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}$ =1.37, S.D.=0.25) และส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนโดยคำนึงถึงความรวดเร็วและความสะดวกเป็นหลัก และมักจะรับประทาน ไส้กรอก แฮมกับไข่ดาวเป็นอาหารมื้อเช้า ซึ่งผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของสุภารัตน์ รongปาน และคณะ (2564)<sup>12</sup> ที่พบว่านักศึกษามีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนอยู่ในระดับปานกลางและสอดคล้องกับงานวิจัยของผกามาศ เชื้อประดิษฐ์ (2562)<sup>13</sup> ที่พบว่าพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงาน เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร มีพฤติกรรมชอบทานอาหารจานด่วนเพราะสะดวกบริการรวดเร็วและทันเวลา อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของจรัสรัตน์ มัญญาพันธ์

(2562)<sup>14</sup> และเจณิภา คงอิม (2560)<sup>7</sup> ที่พบว่านักศึกษาและวัยรุ่นอายุ 15-18 ปีมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนตามตะวันตกระดับปานกลาง นิยมเลือกบริโภคอาหารฟาสต์ฟูดประเภทไก่ทอด Kentucky Fried Chicken (KFC) เป็นจำนวนมากและชอบทานอาหารจานด่วนโดยนัดพบกันตามห้างสรรพสินค้า

สำหรับผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ได้แก่ ปัจจัยด้านส่วนบุคคล คือ คณะที่ศึกษา ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index: BMI) และปัจจัยด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วน (p-value=0.015, 0.046, 0.035) ตามลำดับสรุปได้ว่า การศึกษาคณะที่แตกต่างกัน การมีระดับดัชนีมวลกาย (BMI) ที่แตกต่างกัน และทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคลจะส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาในปัจจุบัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ

จूरี่ตัน มัณฐาพันธ์ (2562)<sup>14</sup> ที่พบว่า ดัชนีมวลกายและค่านิยมมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมือง จังหวัดชุมพร รวมถึงงานวิจัยของพรพร อรุณรังสีเวชและคณะ (2561)<sup>15</sup> ได้สรุปสอดคล้องไว้ว่าการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพและรูปร่างส่งผลต่อการรับประทานอาหารจานด่วนของนักศึกษาอุดมศึกษาด้วยเช่นกัน

จากการวิจัยอภิปรายสรุปได้ว่าการศึกษาในคณะที่แตกต่างกันของนักศึกษาทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกันได้ ทั้งนี้ขึ้นกับสภาพการเรียนรู้การสอน เช่น การเรียนหนักเบาที่ต่างกัน ในแต่ละสาขาวิชาหรือบางคณะ ซึ่งบางสาขานักศึกษาต้องรีบเร่งต่อการเข้าเรียนหรือการส่งงาน หรือแม้แต่การทำกิจกรรมต่าง ๆ ของแต่ละสาขาที่มีจำนวนมากกว่าช่วงปีการศึกษา สิ่งเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรมของนักศึกษาเช่นเดียวกัน ในประเด็นการมีระดับดัชนีมวลกาย (BMI) ที่แตกต่างกันของนักศึกษาจะส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกันได้นั้น เนื่องจากค่าดัชนีมวลกายตามเกณฑ์เป็นตัวบ่งชี้พฤติกรรมสุขภาพ และภาวะสุขภาพส่วนบุคคลได้ในอนาคต โดยมากคนที่มียดัชนีมวลกายน้อยมักจะมีการวางแผนควบคุมเรื่องการกินเพื่อรักษารูปร่างตนเอง และมักทานเฉพาะอาหารมื้อหลักก็เพียงพอ ส่วนคนที่มียดัชนีมวลกายมากมักมีนิสัยการกินแบบจุจก๊ิก และอาจไม่ค่อยตระหนักถึงประโยชน์และโทษของอาหารจานด่วนมากเท่ากับคนที่ดูแลสุขภาพและรักษารูปร่างได้ สำหรับปัจจัยด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคลส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนที่แตกต่างกันของนักศึกษาได้ อธิบายได้ว่าการมีทัศนคติที่หลากหลายและแตกต่างกันต่ออาหารจานด่วน ทั้งที่ดีและไม่ดีมีความสัมพันธ์

กับพฤติกรรมการเลือกเพื่อสุขภาพ อาทิเช่นงานวิจัยนี้ค้นพบว่า ภาพรวมนักศึกษาส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อการบริโภคอาหารจานด่วนจึงเกิดเป็นพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบต่อเนื่องเพราะมีทัศนคติที่ไม่ต่อต้านหากมีทัศนคติที่ไม่ดีต่ออาหารจานด่วนจะเกิดพฤติกรรมสุขภาพตรงข้าม คือ ไม่เลือกบริโภคอาหารจานด่วนเลยได้ เพราะคำนึงถึงสุขภาพเป็นเหตุผลหลัก ได้ด้วยเช่นกัน

### ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้ คือ ควรมีการปรับทัศนคติต่อการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษา โดยสร้างค่านิยมใหม่ให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนให้ลดลง มีการส่งเสริมสุขภาพนักศึกษาโดยการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพตามบริบทสภาพการเรียนรู้และศักยภาพของคณะที่ศึกษา และจัดรณรงค์การปรับระดับดัชนีมวลกาย (BMI) ให้เหมาะสมในกลุ่มนักศึกษาทุกระดับชั้นอย่างต่อเนื่อง

### เอกสารอ้างอิง

1. เครือมาศ มีเกษม. การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร . [การศึกษาเฉพาะบุคคล สาขาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยกรุงเทพ. 2554.
2. ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์ และวรางคณา อุดมทรัพย์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นไทย ผลกระทบและแนวทางแก้ไข. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี. 2560; 28(1):122-128.

3. สิริไพศาล ยิ้มประเสริฐ. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสานนครราชสีมา. วารสารราชพฤกษ์. 2560; 15(1): 33-41.
4. Khan A, Dix C, Burton NW, Khan SR, Uddin R. Association of carbonated soft drink and fast food intake with stress-related sleep disturbance among adolescents: A global perspective from 64 countries. E Clinical Medicine. 2021; 31:100681. doi: 10.1016/j.eclinm.2020.100681.
5. มัณฑนาดี เมธาพัฒนา. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 2560; 25(3):20-29.
6. เจณิภา คงอิม. พฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดของประชาชนในจังหวัดนนทบุรี. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์. 2559; 2(3):40-50.
7. สุระเดช ไชยตอกเกี้ยว. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยผู้ใหญ่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. 2561; 13(45): 68-78.
8. สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร. งานทะเบียนและประมวลผล [อินเทอร์เน็ต]. กำแพงเพชร: มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร; 2564 [เข้าถึงเมื่อ 29 กันยายน 2564]. เข้าถึงได้จาก: <https://reg.kpru.ac.th/v/>.
9. อีรวิมล เอกะกุล. ระเบียบวิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์ และสังคมศาสตร์. อุบลราชธานี. สถาบันราชภัฏอุบลราชธานี; 2542.
10. Bloom, B. S., Hastings, J. T. & Madaus, G., Handbook on formative and summative evaluation of student learning. New York: McGraw-Hill Book. 1971.
11. บุญญพัฒน์ ไชเมล์. ข้อควรระวังในการใช้ Chi-square test. วารสารมหาวิทยาลัยทักษิณ. 2553; 13(1):56-58.
12. สุดารัตน์ รongปานและคณะ. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์. 2564; 13(2):48-64.
13. ผกามาศ เชื้อประดิษฐ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของบุคคลวัยทำงาน เขตจอมทอง จังหวัดกรุงเทพมหานคร. [การค้นคว้าอิสระสาขาสารบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยสยาม. 2561.
14. จุรีรัตน์ มัญญาพันธ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนแบบตะวันตกของนักเรียนวัยรุ่นในพื้นที่เขตเมืองจังหวัดชุมพร. วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ. 2562; 6(1):45-56.
15. พรราว อรุณรังสีเวชและคณะ. อิทธิพลของความรู้ด้านโภชนาการและการรับรู้ด้านสุขภาพต่อการรับประทานอาหารจานด่วน. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง. 2561; 7(1):117-129.