

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน

ชัยฎการ พิสมร วท.ม.* เอกสิทธิ์ ไชยปัน ศษ.ม.**

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา แบบภาคตัดขวาง เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน และเพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2564 จำนวน 50 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม เรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยสถิติทดสอบไคสแควร์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับต่ำ ร้อยละ 22 และพบว่า ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}=0.05$) จากการศึกษาควรมีการพัฒนาความรู้ และการสร้างทัศนคติ เพื่อให้นักเรียนตระหนักและเน้นการส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานที่ถูกต้อง และสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการวางแผนในส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน โดยให้คำนึงถึงรายได้ที่นักเรียนได้รับต่อวันเป็นหลัก รวมทั้งปัจจัยด้านอื่น ๆ ร่วมด้วย

คำสำคัญ : ปัจจัยที่สัมพันธ์ พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

วันที่รับบทความ 22 มิถุนายน 2564 วันที่แก้ไขบทความเสร็จ 27 กรกฎาคม 2564 วันที่ตอบรับบทความ 11 สิงหาคม 2564

*ผู้จัดทำบทความต้นฉบับ อาจารย์ สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

E-mail: Chatchada_pis@outlook.com

**อาจารย์ สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

The factors associated with snack and sweetened beverage consumption behaviors among junior high school students at Banrai School, Nan Province

Chatchadaporn Pissamorn M.Sc.* Eakasit Chaipin ME.d**

Abstract

This study is a descriptive cross-sectional study, aiming to study snack and sweetened beverage consumption behaviors and factors associated with these behaviors among junior high school students at Banrai school, Nan province. Sample of 50 junior high school students in the academic year of 2564 were recruited. A self-administered questionnaire on factors related to snacks and sweetened beverage consumption behavior was used as a research tool. Data were analyzed using descriptive statistics, including frequency, percentage, mean, standard deviation and relationships of factors were analyzed using Chi-square test. The results showed that the sample had snack and sweetened beverages consumption behaviors at low level (22 percent) and expenses received per day were correlated with snack and sweetened beverage consumption behavior with a statistically significant ($p\text{-value} = 0.05$). According to the study, knowledge and attitude should be developed for students to be aware of suitable behaviors. Emphasis should be placed on promoting students to have appropriate snack and sweetened beverage consumption behaviors. The research results can be used in planning to promote proper consumption behaviors by considering primarily on expenses received per day, together with other factors.

keywords: associated factors; snack and sweetened beverage consumption behaviors; junior high school students

Received 22 June 2021 Revised 27 July 2021 Accepted 11 August 2021

*Lecturer, Community Public Health, Faculty of Science, Lampang Rajabhat University, Corresponding author,

E-mail: Chatchada_pis@outlook.com

**Lecturer, Community Public Health, Faculty of Science, Lampang Rajabhat University

บทนำ

สถานการณ์ปัจจุบันพบว่า เด็กไทยจำนวนมากเป็นโรคอ้วนเพิ่มมากขึ้น สาเหตุส่วนหนึ่งมาจากการบริโภคขนมขบเคี้ยวและน้ำอัดลมเป็นประจำ นอกจากจะก่อให้เกิดโรคอ้วนยังเป็นสาเหตุของโรคอื่น ๆ ตามมามากมายในขนมขบเคี้ยวที่บรรจุของนั้น ส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งทอดกรอบที่มีน้ำตาล โซเดียมหรือเกลือและผงชูรสเป็นสารปรุงรสผสมอยู่ในปริมาณที่สูงเมื่อเด็กบริโภคเข้าไปมากเกินไปความต้องการส่วนประกอบเหล่านี้โดยเฉพาะแป้งและน้ำตาลจะเปลี่ยนเป็นไขมันสะสมส่วนต่างๆของร่างกาย ในปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี มีการโฆษณาสื่อต่างๆอย่างทันสมัยทำให้มีการสื่อสารและมีการเข้าถึงร้านอาหารได้ง่ายขึ้น ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นและเยาวชนไทยทั้งโดยตรงและโดยอ้อมซึ่งมีแนวโน้มที่จะบริโภคอาหารไม่ได้สัดส่วนขาดสมดุลมากขึ้น เช่น หวานเกิน ไขมันเกิน และเค็มเกิน ทำให้เกิดความเสี่ยงและเป็นภัยคุกคามต่อสุขภาพ ซึ่งภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ในเด็กไทยส่วนใหญ่มาจากการบริโภคขนมที่มีปริมาณไขมันสูงและเครื่องดื่มน้ำตาลสูง¹

การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร พ.ศ. 2560 พบว่า ผู้บริโภคอาหารว่างมีประมาณ 3 ใน 4 (ร้อยละ 74.2) ของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปโดยประชากรวัยเด็ก (6-14 ปี) มีการบริโภคอาหารว่างสูงสุดร้อยละ 89.2 รองลงมาคือ วัยเยาวชน (15-24 ปี) ร้อยละ 82.8 วัยทำงาน (25-29 ปี) ร้อยละ 72.6 และวัยสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) มีอัตราการบริโภคอาหารว่างต่ำสุด ร้อยละ 62.3 และสิ่งที่คนส่วนใหญ่คำนึงถึงเป็นอันดับแรกก่อนเลือกซื้ออาหารคือ ความชอบมากที่สุด ร้อยละ 22.1 รองลงมาคือ รสชาติ ความอยากทาน และความสะอาด ร้อยละ 18.5, 18.2 และ 17.8 คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 12.9 ความสะดวกรวดเร็ว และราคา ร้อยละ 10.5² จากการศึกษาสอดคล้องงานวิจัยพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอน

ต้น กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคสูงมากที่สุด และความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ลักษณะการอยู่อาศัย ลักษณะเงินที่ได้รับจากผู้ปกครอง และจำนวนเงินที่ได้รับจากผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่ามีความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีอายุในช่วง 12-15 ปี เมื่อพิจารณาตามช่วงวัย พบว่า เด็กวัยนี้มักมีปัญหาโรคอ้วน³ และจากการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากแห่งชาติ ครั้งที่ 8 ประเทศไทย พ.ศ. 2560 โดยสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย ในเด็กอายุ 12 และ 15 ปี กลุ่มวัยเรียน (อายุ 12 ปี) บริโภคขนมกรุบกรอบเพิ่มขึ้นอย่างมาก พบว่า ร้อยละ 32.6 บริโภคทุกวัน โดยเด็กอายุ 12 ปี ในชนบทบริโภคทุกวัน ร้อยละ 38.5 ซึ่งมากกว่าเด็กในเขตเมือง คือ ร้อยละ 27.7 และเด็กอายุ 15 ปี ในชนบทบริโภคขนมกรุบกรอบทุกวัน ร้อยละ 36.3 เด็กในเขตเมือง ร้อยละ 30.5 การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคสามารถเริ่มต้นได้ตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งวัยเด็ก วัยรุ่นและวัยทำงาน เป็นวัยที่มุ่งเน้นการบริโภคเพื่อความพอใจทางด้านรสชาติ โดยไม่ค่อยให้ความสำคัญต่อการบริโภคเพื่อสุขภาพหรือทางคุณค่าด้านโภชนาการ ประกอบกับมีความหลากหลายทางเศรษฐกิจและเทคโนโลยีในปัจจุบัน ส่งผลให้เด็กในวัยเรียน มีปัญหาทางสุขภาพมากขึ้นไม่ว่าจะเป็นน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน โรคอ้วน โรคฟันผุ โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น⁴

จังหวัดน่าน มีครัวเรือนทั้งเขตชนบท อบต. เทศบาล และเขตเมือง ครอบคลุมพื้นที่ 15 อำเภอ จากข้อมูลความเป็นพื้นฐาน ปี 2561 พบว่า อำเภอที่ตกเกณฑ์มากที่สุด คือ อำเภอปัว คิดเป็นร้อยละ 18.14 ซึ่งโรงเรียนบ้านไร่อยู่ในเขตอำเภอปัว จังหวัดน่าน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นาน เขต 2 เปิดทำการเรียนการสอนตั้งแต่

ชั้นอนุบาล 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3⁵ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นวัยที่มีความเป็นอิสระมากขึ้น ทั้งพฤติกรรม การใช้ชีวิต การคบเพื่อน รวมถึงการบริโภคอาหาร เป็นการเพิ่มโอกาสในการบริโภคอาหารที่มีความเสี่ยงต่อสุขภาพ เช่น ขนมขบเคี้ยว ขนมหวาน ของว่าง น้ำหวาน น้ำอัดลม เป็นต้น ปัญหาการบริโภคเครื่องดื่มที่มีรสหวานเป็นปัญหาสำคัญที่ส่งผลต่อสุขภาพของนักเรียนในปัจจุบัน อีกทั้งยังไม่พบว่ามีการศึกษาวิจัยด้านความรู้ ทักษะและพฤติกรรมในการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในพื้นที่จังหวัดน่าน ผู้วิจัยจึงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการบริโภคอาหารเครื่องดื่มที่มีรสหวานเพื่อจะให้ทราบถึงสถานะของปัญหาในพื้นที่ รวมถึงปัจจัยต่างๆ เพื่อใช้ในการแก้ไขปัญหา จึงได้ทำการศึกษาในพื้นที่ดังกล่าว ด้วยเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน และเป็นการศึกษาในประชากรทั้งหมดจำนวน 50 คน เพื่อนำข้อมูลไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานที่เหมาะสมให้กลุ่มนักเรียนมีสุขภาพดีและคุณภาพชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์การวิจัย

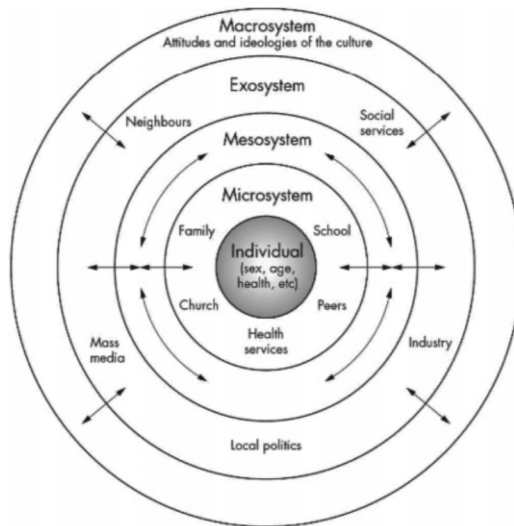
1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน

สมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยความรู้และปัจจัยทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

กรอบแนวคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ประยุกต์จากแนวคิดเชิงนิเวศวิทยาของ Bronfenbrenner ที่ให้ความสำคัญกับพฤติกรรม ระดับพัฒนาการความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับสังคมและสิ่งแวดล้อม⁶ และครอบคลุมถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของเด็กก่อนวัยเรียน ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคขนมขบเคี้ยว ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคขนมขบเคี้ยว จำนวนเงินที่เด็กได้รับไปโรงเรียน และภาวะโภชนาการ⁷ และประยุกต์มาจากการศึกษาพฤติกรรมและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มน้ำอัดลมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น⁸ มุมมองเชิงนิเวศน์ทำให้เข้าใจความสัมพันธ์และความสมดุลระหว่างมนุษย์ สุขภาพ และสิ่งแวดล้อม ในบริบทด้านกายภาพ สังคม วัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ การเมือง การพัฒนาทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ทั้งแนวโน้มระดับท้องถิ่น ภูมิภาค และของโลก⁹ จากการประยุกต์ทำให้ได้รูปแบบของข้อมูล คือ ข้อมูลส่วนบุคคล ปัจจัยที่สัมพันธ์ระดับบุคคล ความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ทักษะการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน และพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน



แผนภาพที่ 1 Bronfenbrenner's ecological theory of development (adapted from Santrock et al, 2010)

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา แบบ Cross sectional study

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ดำเนินการในโรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านไร่ จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 50 คน (โดยใช้ประชากรทั้งหมด)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อมูลระดับบุคคลและปัจจัยที่สัมพันธ์ซึ่ง แบ่งเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ลักษณะคำถามเป็นแบบสำรวจรายการ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ ชั้นปีที่ศึกษา เพศ อายุ ศาสนา ผลการเรียนเฉลี่ย โรคประจำตัว น้ำหนัก ส่วนสูง ดัชนีมวลกาย (BMI) จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่สัมพันธ์ระดับบุคคล ลักษณะคำถามเป็นแบบสำรวจรายการ ประกอบด้วยคำถาม เกี่ยวกับค่าใช้จ่ายที่ได้รับ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับเพียง

พอหรือไม่ รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน จำนวนร้านค้าขายขนมใกล้บ้านและโรงเรียน จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 3 ความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ได้แก่ การรับประทานอาหารทุกประเภทที่มีน้ำตาลมากเกินไป ทำให้เกิดโรคฟันผุ โรคอ้วนและโรคเบาหวานได้ ปริมาณน้ำตาลที่รับประทานเกินความต้องการ สามารถเปลี่ยนรูปเป็นไขมันเก็บสะสมในร่างกายได้ การรับประทานขนมขบเคี้ยวหรือเครื่องดื่มที่มีรสหวานมากเกินไป เป็นสาเหตุของภาวะอ้วนลงพุง ขนมขบเคี้ยวส่วนใหญ่ ประกอบด้วยแป้ง เกลือ น้ำตาล ผงปรุงรส และไขมัน หากน้ำหนักตัวเพิ่มมากขึ้น ควรลดอาหารประเภทที่มีโซเดียมและน้ำตาลสูง การรับประทานขนมขบเคี้ยว ไม่ได้ส่งผลให้ร่างกายได้รับสารอาหารเกิน การดื่มน้ำผลไม้แปรรูปมีปริมาณน้ำตาลเท่ากับ การรับประทานผลไม้สด การรับประทานขนมขบเคี้ยวแทนอาหารมื้อหลักทำให้ขาดสารอาหาร เราสามารถดื่มน้ำหวานได้ แต่ต้องอยู่ในปริมาณที่เหมาะสมใน

แต่ละวัน เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูงกับเครื่องดื่มธรรมดาให้พลังงานและแคลอรีไม่ต่างกัน ลักษณะคำถามเป็นแบบสอบถามแบบถูก ผิด จำนวน 10 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนน คือ ถูก 1 คะแนน ถ้าผิด 0 คะแนน โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ 0-5 ระดับความรู้ต่ำ 6-7 ระดับความรู้ปานกลาง และ 8-10 ระดับสูง

ส่วนที่ 4 ทศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ได้แก่ การบริโภคขนมขบเคี้ยวเป็นประจำส่งผลเสียต่อสุขภาพ การบริโภคเครื่องดื่มที่มีรสหวานเป็นประจำทำให้เกิดโรคฟันผุและโรคอ้วน ขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานเป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นต่อร่างกาย ควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีรสหวานมากเกินไป เครื่องดื่มที่มีรสหวานสามารถดื่มได้ในปริมาณที่เหมาะสมต่อวัน โดยไม่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ การรับประทานขนมขบเคี้ยวหือดั่งและราคาแพงให้ประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย คนที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวานและ น้ำอัดลมเป็นคนที่ทันสมัยไม่ตกเทรนด์ การรับประทานขนมขบเคี้ยวแทนอาหารมื้อหลักสามารถลดความอ้วนได้ เครื่องดื่มและขนมขบเคี้ยวที่มีรสหวานผ่านสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) สามารถบริโภคได้ทุกวันไม่จำกัด การรับประทานขนมขบเคี้ยวทุกวันไม่สามารถส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า มี 5 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วยไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งจำนวน 10 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ 10-22 คะแนน ระดับต่ำ 23-35 คะแนน ระดับปานกลาง และ 36-50 คะแนน ระดับสูง

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ได้แก่ ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวเป็นประจำ ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวานเป็นประจำ ท่านเลือกรับประทานขนมขบเคี้ยวหรือเครื่องดื่มเพราะโปรโมชันและของแถม ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวหรือเครื่องดื่มตามกระแสความนิยมของสังคม ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยว

หรือดื่มเครื่องดื่มเพื่อให้อารมณ์ดีและคลายเครียด ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวหรือดื่มเครื่องดื่มตามคำแนะนำ/ชักชวนของเพื่อน ท่านอ่านฉลากขนมขบเคี้ยวหรือเครื่องดื่มก่อนซื้อ ท่านหลีกเลี่ยงการรับประทานขนมขบเคี้ยวและดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ท่านค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับผลเสียต่อสุขภาพของขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ท่านเลือกดื่มเครื่องดื่มที่มีน้ำตาล 0 เปอร์เซ็นต์ ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่ามี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด ไม่เคย จำนวน 10 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ 10-22 คะแนน ระดับต่ำ 23-35 คะแนน ระดับปานกลาง และ 36-50 คะแนน ระดับสูง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. ตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถามโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความตรงเชิงโครงสร้างของความชัดเจนของภาษา

2. ตรวจสอบประเมินด้านความตรงของเนื้อหา ด้วยค่าความสอดคล้อง ระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือเนื้อหา (IOC: index of item objective congruence) โดยแยกรายด้าน ได้แก่ ด้านความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เท่ากับ 1 ด้านทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เท่ากับ 0.67-1 ด้านพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เท่ากับ 1

3. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (reliability) แบบสอบถามส่วนที่ 2 ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้เก็บข้อมูล (try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีความคล้ายคลึงกัน จำนวน 30 คน แล้วนำแบบสอบถามมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของแบบสอบถามโดยแยกรายด้าน ได้แก่ ด้านความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เท่ากับ 0.71 ด้านทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เท่ากับ 0.73

ด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เท่ากับ 0.67

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยดำเนินการภายหลังจากที่ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยเกี่ยวกับมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง เอกสารรับรองเลขที่ E 2564-040 วันที่รับรอง 5 พฤษภาคม 2564 กลุ่มตัวอย่างได้รับการชี้แจงวัตถุประสงค์ขั้นตอนการเก็บข้อมูลการปกป้องความลับ และการลงนามในหนังสือยินยอมเข้าร่วมการศึกษา วิจัยกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการปกปิดและจะไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่ผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อและที่อยู่ของกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการปกปิดอยู่เสมอ และเอกสารจะถูกทำลายหลังการดำเนินการวิจัยเสร็จสิ้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล เดือน พฤษภาคม-มิถุนายน พ.ศ. 2564 โดยผู้วิจัยและครูบุคลากรในโรงเรียน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา เพื่อบรรยายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างซึ่ง ประกอบด้วย (1) ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี ผลการเรียนรู้เฉลี่ย ศาสนา โรคประจำตัว น้ำหนัก ส่วนสูง และดัชนีมวลกาย (2) ปัจจัยที่สัมพันธ์ระดับบุคคล ได้แก่ ค่าใช้จ่ายที่ได้ต่อวัน ความเพียงพอของค่าใช้จ่าย รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง การได้รับข้อมูลข่าวสาร และจำนวนร้านค้าที่ใกล้บ้าน (3) ความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

(4) ทักษะการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน (5) พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน นำเสนอโดยการแจกแจงความถี่และร้อยละ

2. สถิติเชิงอนุมาน ทำการวิเคราะห์ Chi-square test เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 หากไม่เป็นไปตามข้อตกลงของ Chi-square test จะใช้ Fisher's exact test แทน

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคลพบว่า จากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 56 มีอายุ 14 ปี ร้อยละ 68.0 ส่วนมากศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ร้อยละ 50 มีผลการเรียนเฉลี่ยมากกว่า 2.50 ร้อยละ 82 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 100 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 4 มีน้ำหนัก 41-50 กิโลกรัม ร้อยละ 46 ส่วนสูงไม่เกิน 160 เซนติเมตร ร้อยละ 54 และมีดัชนีมวลกายน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 52

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่สัมพันธ์ระดับบุคคล

ปัจจัยที่สัมพันธ์ระดับบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่ได้รับค่าใช้จ่ายต่อวัน 20 บาทขึ้นไป ร้อยละ 78 ซึ่งค่าใช้จ่ายมีความเพียงพอ ร้อยละ 76 โดยรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว 5,000-10,000 บาท ร้อยละ 46 ส่วนมากผู้ปกครองจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือสูงกว่า ร้อยละ 46 ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสาร ร้อยละ 74 และมีร้านค้าใกล้บ้าน 1-2 ร้าน ร้อยละ 54

ส่วนที่ 3 ความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

ความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับ

ต่ำ ร้อยละ 4 ระดับปานกลาง ร้อยละ 22 และระดับสูง ร้อยละ 74 ซึ่งผลการวิเคราะห์รายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างตอบคำถามข้อ 6 การรับประทานขนมขบเคี้ยวไม่ได้ส่งผลให้ร่างกายได้รับสารอาหารเกิน ผิดร้อยละ 88 รองลงมาตอบคำถามข้อ 7 การดื่มน้ำผลไม้แปรรูปมีปริมาณน้ำตาลเท่ากับการรับประทานผลไม้สด ผิดร้อยละ 64 และตอบคำถามข้อ 10 เครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูงกับเครื่องดื่มธรรมดาให้พลังงานและแคลอรีไม่ต่างกัน ผิดร้อยละ 46

ส่วนที่ 4 ทศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

ทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับปานกลาง ร้อยละ 36 และระดับสูง ร้อยละ 64 ซึ่งผลการวิเคราะห์รายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 68 เห็นด้วยว่าการบริโภคขนมขบเคี้ยวเป็นประจำส่งผลเสียต่อสุขภาพ รองลงมา ร้อยละ 60 เห็นด้วยว่าควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีรสหวานมากเกินไป และ ร้อยละ 52 เห็นด้วยว่าการบริโภคเครื่องดื่มที่มีรสหวานเป็นประจำทำให้เกิดโรคฟันผุและโรคอ้วน

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

พฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับต่ำ ร้อยละ 22 ระดับปานกลาง ร้อยละ 46 และระดับสูง ร้อยละ 32 ซึ่งผลการวิเคราะห์รายข้อของกลุ่มตัวอย่างมีระดับการปฏิบัติพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานมาก พบว่า รับประทานขนมขบเคี้ยวหรือดื่มเครื่องดื่มเพื่อให้อารมณ์ดีและคลายเครียด ร้อยละ 48 รองลงมารับประทานขนมขบเคี้ยวเป็นประจำ ร้อยละ 40 และดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวานเป็นประจำ ร้อยละ 22

ส่วนที่ 6 ปัจจัยที่มีสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

การหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ต่าง ๆ และพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยว และเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ด้วยสถิติ Chi-square test และ fisher's exact test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.229$) อายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.434$) ชั้นปีที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.110$) ผลการเรียนเฉลี่ยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.803$) การมีโรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.287$) ดัชนีมวลกายมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.428$) ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.05$) ความเพียงพอของค่าใช้จ่ายมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.243$) รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.685$) ระดับการศึกษาของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.619$) การได้รับข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม

การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.451$) จำนวนร้านค้าที่ใกล้บ้านมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 1.000$) ความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนม

ขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.862$) และทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = 0.131$) ดังตาราง

ตารางแสดง ปัจจัยที่มีสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

ปัจจัยต่าง ๆ	พฤติกรรมการบริโภค			p-value
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	
เพศ				0.229 a
ชาย	6 (27.3)	7 (31.8)	9 (40.9)	
หญิง	5 (17.9)	16 (57.1)	7 (25.0)	
อายุ				0.434 b
12 ปี	3 (33.3)	2 (22.2)	4 (44.5)	
13 ปี	1 (14.3)	5 (71.4)	1 (14.3)	
14 ปีขึ้นไป	7 (20.6)	16 (47.0)	11 (32.4)	
ชั้นปี				0.110 b
มัธยมศึกษาปีที่ 1	4 (36.4)	2 (18.2)	5 (45.4)	
มัธยมศึกษาปีที่ 2	4 (28.6)	8 (57.1)	2 (14.3)	
มัธยมศึกษาปีที่ 3	3 (12.0)	13 (52.0)	9 (36.0)	
ผลการเรียนเฉลี่ย				0.803 b
น้อยกว่า 2.50	1 (11.1)	5 (55.6)	2 (33.3)	
มากกว่า 2.50	10 (24.4)	18 (43.9)	1 (31.7)	
โรคประจำตัว				0.287 b
ไม่มี	10 (20.8)	23 (47.9)	15 (31.3)	
มี	1 (50.0)	0 (0.0)	1 (50.0)	
ดัชนีมวลกาย				0.428 b
น้อยกว่าเกณฑ์	8 (30.8)	9 (34.6)	9 (34.6)	

ปัจจัยต่าง ๆ	พฤติกรรมการบริโภค			p-value
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	
ปกติ		3 (16.6)	10 (55.6)	5 (27.8)
เกินเกณฑ์		0 (0.0)	4 (66.7)	2 (33.3)
ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน				*0.005 b
น้อยกว่า 20 บาท		1 (9.1)	2 (18.2)	8 (72.7)
มากกว่า 20 บาท		10 (25.6)	21 (53.8)	8 (20.6)
ความเพียงพอของค่าใช้จ่าย				0.243 b
ไม่เพียงพอ		1 (8.3)	5 (41.7)	6 (50.0)
เพียงพอ		10 (26.3)	18 (47.4)	10 (26.3)
รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว			0.685 b	
น้อยกว่า 5,000 บาท		3 (16.7)	7 (38.9)	8 (44.4)
5,000 – 10,000 บาท		6 (26.1)	12 (52.2)	5 (21.7)
มากกว่า 10,000 บาท		2 (22.2)	4 (44.5)	3 (33.3)
ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง				0.619 b
ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า		3 (20.0)	6 (40.0)	6 (40.0)
มัธยมศึกษาตอนต้น		3 (25.0)	4 (33.3)	5 (41.7)
ม.ปลาย หรือสูงกว่า		5 (21.7)	13 (56.6)	5 (21.7)
การได้รับข้อมูลข่าวสาร			0.451 b	
ไม่ได้รับข้อมูลข่าวสาร		1 (7.7)	7 (53.8)	5 (38.5)
ได้รับข้อมูลข่าวสาร		10 (27.0)	16 (43.3)	11 (29.7)
จำนวนร้านค้าที่ใกล้บ้าน				1.000 a
1 – 2 ร้าน		6 (22.2)	12 (44.5)	9 (33.3)
มากกว่า 2 ร้าน		5 (21.7)	11 (47.8)	7 (30.5)
ความรู้การบริโภค				0.862 b
ต่ำ		0 (0.0)	1 (50.0)	1 (50.0)
ปานกลาง		3 (27.3)	6 (54.5)	2 (18.2)
สูง		8 (21.6)	16 (43.2)	13 (35.2)

ปัจจัยต่าง ๆ	พฤติกรรมการบริโภค			p-value
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	
ทัศนคติการบริโภค				0.131 a
ปานกลาง	1 (5.6)	10 (55.6)	7 (38.9)	
สูง	10 (31.3)	13 (40.6)	9 (28.1)	

^a Chi-square test, b fisher's exact test, *Significance ที่ระดับนัยสำคัญน้อยกว่า 0.05

อภิปรายผล

การศึกษานี้เป็นการศึกษาในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับปานกลางร้อยละ 46 ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของอภิญา อุดระชัย และ กริช เรืองไชย ที่พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคขนมและเครื่องดื่มรสหวานทั้งภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก¹⁰ การศึกษานี้พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้การบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับสูง ร้อยละ 74 สอดคล้องกับการศึกษาของ สุภรัตน์ กุลเสน สุทิน ชนะบุญ ลำพึงวอนอก ที่พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีความรู้ต่อการดื่มน้ำอัดลมอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 48.1)¹¹ และการศึกษานี้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ซึ่งขัดแย้งกับการศึกษาของ อรวรรณ ม่วงวงษา และกุลวดี เข่งวา ที่พบว่าความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดจันทราวาส (ศุขประสารราษฎร์) จังหวัดเพชรบุรี¹² การศึกษานี้พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานระดับสูง ร้อยละ 64 และพบว่าทัศนคติไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ซึ่งขัดแย้งกับการ

ศึกษาของ ทศนา ศิริโชติ ที่พบว่าทัศนคติการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ซึ่งผู้ที่มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดีจะมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ดีด้วย¹³

การหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ต่าง ๆ และพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน พบว่ามีเพียงปัจจัยเดียวคือ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 เนื่องจากนักเรียนได้รับเงินใช้จ่ายจากผู้ปกครองแตกต่างกันและแต่ละคนบริหารจัดการในการใช้จ่ายด้วยตนเอง จึงทำให้มีการควบคุมการซื้อและบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานค่อนข้างยาก ดังนั้นทางโรงเรียนจึงควรให้ความรู้ ความตระหนัก เพื่อส่งเสริมการบริโภคของนักเรียนให้ถูกต้อง และเหมาะสมตามวัย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อรวรรณ ม่วงวงษา และกุลวดี เข่งวา ที่พบว่า เงินที่ได้จากผู้ปกครองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดจันทราวาส (ศุขประสารราษฎร์) จังหวัดเพชรบุรี¹²

ทั้งนี้ผลการทดสอบสมมติฐานทั้งปัจจัยความรู้และปัจจัยทัศนคติข้างต้นไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ที่ว่า ปัจจัยความรู้และปัจจัยทัศนคติการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งอาจเนื่องมาจากผลการ

ศึกษาที่พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 74) แต่กลับมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานอยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนใหญ่ (ร้อยละ 46) และยังพบว่านักเรียนที่มีความรู้ในระดับต่ำกลับมีพฤติกรรมการบริโภคอยู่ในระดับปานกลางและสูง ซึ่งในความเป็นจริงแล้วผู้ที่มีความรู้สูงควรจะมีพฤติกรรมที่แสดงออกในระดับที่สูงด้วย ส่วนปัจจัยที่สอดคล้องกับว่านักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 64) แต่กลับมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานในแต่ละระดับไม่ค่อยแตกต่างกัน (ระดับต่ำร้อยละ 31.3 ปานกลาง ร้อยละ 40.6 และสูง ร้อยละ 28.1) ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าปัจจัยความรู้เพียงปัจจัยเดียวอาจจะไม่ได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนโดยตรง ในส่วนของปัจจัยทัศนคติเพียงปัจจัยเดียวก็อาจจะไม่ได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนได้โดยตรงเช่นกัน แต่อาจจะมียปัจจัยอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์ร่วมกันกับปัจจัยความรู้และปัจจัยทัศนคติที่เกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน และส่งผลต่อการเกิดพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนพร้อม ๆ กัน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ครู ผู้ปกครอง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการวางแผนในส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน โดยให้คำนึงถึงรายได้ที่นักเรียนได้รับต่อวันเป็นหลัก รวมทั้งปัจจัยด้านอื่นๆ ร่วมด้วย เนื่องจากผลการวิจัยพบว่าค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 จึงควรมีการเฝ้าระวังพฤติกรรมการใช้จ่ายขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เพื่อนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนให้เหมาะสมมากขึ้น

2. พัฒนาความรู้และการสร้างทัศนคติเพื่อให้นักเรียนตระหนักและควรเน้นการส่งเสริมให้นักเรียน

มีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานที่ถูกต้องส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานที่ถูกต้อง

3. ควรมีกิจกรรมส่งเสริมความรู้ โดยเฉพาะเรื่องความรู้โภชนาการวัยเด็ก เพื่อปลูกฝังพฤติกรรมการบริโภค ที่ส่งผลถึงความสามารถในการเลือกซื้อ เลือกบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางสารอาหาร ที่มีประโยชน์ทางร่างกาย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรทำการศึกษาโดยมีโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยวและเครื่องดื่มที่มีรสหวานให้กับนักเรียน แล้วเปรียบเทียบผลการศึกษาระหว่างก่อนและหลังมีโปรแกรม

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้เข้าร่วมวิจัยและบุคลากรในโรงเรียนบ้านไร่ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการอำนวยความสะดวกช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยให้สามารถดำเนินการผ่านไปได้ด้วยดี และขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิ รองศาสตราจารย์ ดร.รุ่งโรจน์ พุ่มริ้ว ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธณกร ปัญญาไสโสภณ และอาจารย์อรรณพ ม่วงษา ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้อง

References

1. Non-communicable disease office, Department of Disease Control, Ministry of Public Health. Overconsumption out of proportion, too sweet, Bangkok: Veterans Relief Organization under royal patronage; 2011. (in Thai)
2. National Statistical Office. The 2017 food consumption behaviour survey. Ministry of Digital Economy and Society. [Internet]. 2017.

- Available from: <http://www.nso.go.th/sites>. (in Thai)
3. Tuchinda C. Advice on sweets and snacks for children 2 years and older, Bangkok: Love Lukbooks; 2009. (in Thai)
4. Happy news agency office of the health promotion fund. Supporting soft drinks-free schools, crispy snacks, reduce oral diseases; 2020. (in Thai)
5. Office of the Basic Education Commission information group. student information Banrai School. Ministry of Digital Economy and Society. [Internet]. 2020. Available from: <http://www.nso.go.th/sites>. (in Thai) 2020. (in Thai)
6. Bronfenbrenner U. The Ecological perspective of development [Internet] 2010 Jan [cited 2010 Jan 12]; Available from: <http://faculty.weber.edu/tlday/human.development/ecological.htm>
7. Wangnun N, Piaseu N, Jarupat Maruo S. Factors related to preschoolers' snack consumption behaviour. Thai Journal of Nursing Council 2017;32(4):55-66. (in Thai)
8. Kunsen S, Chanabun S, Vonok L. The soft drinks behavior and essential relation of mathayomsuksa 1 students in a middle school, Aumper Mueang, Khonkaen. Journal of Health Science and Community Public Health 2019; 2(2): 75-86. (in Thai)
9. Amnatsatsue K. Ecological perspectives in public health for sustainable development: Changes, risks, and challenges. Journal of Public Health 2013; 43(1): 1-3. (in Thai)
10. Uttarachai A, Ruangchai K. The relationship between knowledge as well as behavior of consuming sugary snacks and drinks and nutritional status of junior high school students in Mueang District, Ratchaburi Province. Nakhon Phanom University Journal 25th Anniversary Academic Conference 2018; 95-102. (in Thai)
11. Kunsen S, Chanabun S, Vonok L. The soft drinks behavior and essential relation of mathayomsuksa 1 students in a middle school, Amper Mueang, Khonkaen. Journal of Health Science and Community Public Health 2019; 2(2): 75-86. (in Thai)
12. Mungvongsa A, Khangwa K. Factors related to food consumption behavior of senior high school students in Watjuntrawart (Sukprasarn-rat) school Phetchaburi province. Hua Hin Sook Jai Klai Kangwon Journal 2020; 5(1): 1-17. (in Thai)
13. Sirichote T. Knowledge, attitudes and behaviors about food consumption of Songkhla Rajabhat University undergraduate students; 2014. (in Thai)