

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดภาวะโภชนาการ และความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดกับภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 290 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ประกอบด้วยแบบสอบถามและแบบบันทึกการประเมินภาวะโภชนาการ ประเมินภาวะโภชนาการ โดยน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ด้วยโปรแกรมระบบประเมินภาวะโภชนาการ และระบบสารสนเทศทางภูมิศาสตร์ ตรวจสอบความเชื่อมั่นใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค มีค่า 0.87 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แครมเมอร์วี และการทดสอบไคสแควร์

### สรุปผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 67.34 มีอายุ 14 ปี ร้อยละ 20.35 มีค่าใช้จ่ายรายสัปดาห์ 251-500 บาท ร้อยละ 55.86 อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา ร้อยละ 64.48
2. ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง
  - 2.1 ปัจจัยด้านวัฒนธรรม กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความเห็นด้วยว่าการได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมตะวันตกเป็นที่มาของการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 40.34 ร้อยละ 40.69 และร้อยละ 40.34 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นการรับประทานเนื่องในโอกาสพิเศษ ร้อยละ 37.24 ร้อยละ 38.28 และร้อยละ 37.59 ตามลำดับ และไม่เห็นด้วยว่าการเป็นคนที่ทันสมัยต้องเข้าร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 44.48 ร้อยละ 43.79 และร้อยละ 43.79 ตามลำดับ

2.2 ปัจจัยด้านสังคม กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เพื่อนหรือสังคมยอมรับ ร้อยละ 41.72 ร้อยละ 43.45 และร้อยละ 42.76 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะเพื่อนแนะนำ ร้อยละ 42.76 ร้อยละ 44.48 และร้อยละ 43.10 ตามลำดับ

2.3 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความเห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดแพงกว่าอาหารทั่วไป ร้อยละ 52.76 ร้อยละ 52.41 และร้อยละ 54.48 ตามลำดับ เห็นด้วยว่ารายได้มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 41.72 ร้อยละ 41.38 และร้อยละ 41.38 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความเหมาะสมกับราคา ร้อยละ 27.93 ร้อยละ 30.34 และร้อยละ 28.62 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าบุคคลที่มีฐานะทางการเงินดีสามารถรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดได้บ่อยครั้ง ร้อยละ 39.31 ร้อยละ 40.34 และร้อยละ 41.38 ตามลำดับ และเห็นด้วยว่าคุณค่าอาหารฟาสต์ฟู้ดคุ้มกับราคา ร้อยละ 34.48 ร้อยละ 37.24 และร้อยละ 34.14 ตามลำดับ

2.4 ปัจจัยด้านการสื่อสาร กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความเห็นด้วยว่าช่วงแนะนำอาหารใหม่ มีการแจ้งข่าวสารให้ทราบ ร้อยละ 57.93 ร้อยละ 55.17 และร้อยละ 58.28 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าการจัดรายการส่งเสริมการขาย เช่น ให้ส่วนลด จึงทำให้ไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 49.31 ร้อยละ 47.24 และร้อยละ 49.31 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าการโฆษณาทางใบปลิวทำให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 46.55 ร้อยละ 46.21 และร้อยละ 46.55 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าการโฆษณาทางสิ่งพิมพ์ทำให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 32.76 ร้อยละ 29.66 และร้อยละ 33.10 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าการโฆษณาอาหารฟาสต์ฟู้ดเกินความเป็นจริง ร้อยละ 32.07 ร้อยละ 34.48 และร้อยละ 33.45 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าการโฆษณาทางวิทยุทำให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 28.62 ร้อยละ 27.59 และร้อยละ 28.28 ตามลำดับ และไม่แน่ใจว่าการโฆษณาบนอินเทอร์เน็ตทำให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 33.10 ร้อยละ 33.45 และร้อยละ 34.14 ตามลำดับ

2.5 ปัจจัยด้านการรับรู้ กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน ไม่แน่ใจว่าสีสັນของอาหารฟาสต์ฟู้ดจูงใจให้รับประทาน ร้อยละ 42.07 ร้อยละ 40.69 และร้อยละ 42.41 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีรสชาติเต็มมากกว่าอาหารทั่วไป ร้อยละ 32.07 ร้อยละ 35.52 และร้อยละ 33.79 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้มีภาวะโภชนาการเกิน

ร้อยละ 57.24 ร้อยละ 59.66 และร้อยละ 58.62 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารของคนที่มีระดับทางสังคม ร้อยละ 58.62 ร้อยละ 58.97 และร้อยละ 58.97 ตามลำดับ เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีไขมันสูง ร้อยละ 40.00 ร้อยละ 40.69 และร้อยละ 42.07 ตามลำดับ และไม่เห็นว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดให้คุณค่าทางอาหารมากกว่าอาหารอื่น ๆ ร้อยละ 38.97 ร้อยละ 40.00 และร้อยละ 37.93 ตามลำดับ

2.6 ปัจจัยด้านทัศนคติ กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก ที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน ไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ดูเป็นคนมีฐานะทางการเงิน ร้อยละ 43.10, 44.48 และ 42.07 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารของคนที่มีฐานะทางการเงิน ร้อยละ 52.07, 52.41 และ 50.69 ตามลำดับ ไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เพื่อนยอมรับ ร้อยละ 49.31, 48.62 และ 50.00 ตามลำดับ และไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เป็นคนทันสมัย ร้อยละ 45.86 ร้อยละ 47.24 และร้อยละ 46.21 ตามลำดับ

### 3. ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง

3.1 ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างเมื่อเทียบจากเกณฑ์น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 75.86 รองลงมา คือ ภาวะโภชนาการมากเกินไปเกินเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 17.24 และภาวะโภชนาการน้ำหนักค่อนข้างมาก ร้อยละ 6.90 กลุ่มตัวอย่างมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์มาตรฐาน เป็นเพศหญิงร้อยละ 81.54 เพศชายร้อยละ 64.21

3.2 ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างเมื่อเทียบจากเกณฑ์ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 77.24 รองลงมา คือ ค่อนข้างสูงและสูงเท่ากัน คือ ร้อยละ 10.34 กลุ่มตัวอย่างมีภาวะโภชนาการส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐานเป็นเพศหญิง ร้อยละ 81.54 เพศชายร้อยละ 68.42

3.3 ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างเมื่อเทียบจากเกณฑ์น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการสมส่วน ร้อยละ 77.24 รองลงมา คือ อ้วน ร้อยละ 9.31 ท้วม ร้อยละ 4.83 เริ่มอ้วน ร้อยละ 4.48 ค่อนข้างผอม ร้อยละ 3.45 และผอม ร้อยละ 0.69 กลุ่มตัวอย่างภาวะโภชนาการมีสมส่วน เป็นเพศหญิงร้อยละ 80.51 เพศชายร้อยละ 70.53

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง

4.1 ปัจจัยด้านวัฒนธรรมกับภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ไม่มีความสัมพันธ์

4.2 ปัจจัยด้านสังคมกับภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ไม่มีความสัมพันธ์

4.3 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจกับภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ไม่มีความสัมพันธ์

4.4 ปัจจัยด้านการสื่อสารกับภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ไม่มีความสัมพันธ์

4.5 ปัจจัยด้านการรับรู้กับภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ไม่มีความสัมพันธ์กัน

4.6 ปัจจัยด้านทัศนคติกับภาวะโภชนาการน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ไม่มีความสัมพันธ์กัน

## อภิปรายผล

ผู้ศึกษาได้อภิปรายตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาดังนี้

### 1. ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ปัจจัยด้านวัฒนธรรม กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก ที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความเห็นด้วยว่าการได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมตะวันตกเป็นที่มาของการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดร้อยละ 40.34 ร้อยละ 40.69 และร้อยละ 40.34 ตามลำดับ (ตาราง 4.3) อาจเนื่องมาจากวัยรุ่นไทยได้รับเอาการบริโภคอาหารแบบอเมริกัน โดยเฉพาะวัยรุ่นในสังคมเมืองจะได้รับอิทธิพลจากการรับประทานอาหารตะวันตกเป็นส่วนใหญ่ ทั้งประเภทอาหาร การบริการ รูปแบบการรับประทาน และการจัดสถานที่ (ฉัตรยาพร เสมอใจ และมัทนียา สมมิ, 2546) อาหารประเภทเร็วทันใจในรูปแบบตะวันตกมีอยู่ทั่วไปในเขตเมืองของทุกจังหวัดและเป็นที่ยอมรับของผู้บริโภครุ่นใหม่ แสดงให้เห็นว่าอิทธิพลของสังคมปัจจุบันที่ได้รับการถ่ายทอดวัฒนธรรมจากต่างประเทศสามารถเปลี่ยนค่านิยมของคนไทยได้โดยง่าย (วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์, 2541) สอดคล้องกับการศึกษาของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2545) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการของนักเรียนวัยรุ่นใน โรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร นนทบุรี ปทุมธานี และนครปฐม พบว่า กลุ่มตัวอย่างชอบกินอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตก (ร้อยละ 55.70)

1.2 ปัจจัยด้านสังคม กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เพื่อนหรือสังคมยอมรับ ร้อยละ 41.72 ร้อยละ 43.45 และร้อยละ 42.76 ตามลำดับ (ตาราง 4.4) ไม่เห็นด้วยว่าไปรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพราะเพื่อนแนะนำ ร้อยละ 42.76 ร้อยละ 44.48 และร้อยละ 43.10 ตามลำดับ (ตาราง 4.4) อาจเนื่องมาจากกลุ่มคนที่กลุ่มตัวอย่างเข้าไปเกี่ยวข้องกับอยู่เป็นประจำ มีความรู้และทัศนคติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง ดังจะเห็นได้จาก ปัจจัยด้านวัฒนธรรม (ตาราง 4.4) และปัจจัยด้านการรับรู้ (ตาราง 4.7) ดังนั้นปัจจัยด้านสังคมจึงไม่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของกลุ่มตัวอย่าง ความคิดเห็นดังกล่าว ไม่สอดคล้องกับฉัตรยาพร เสมอใจ และมัทนียา สมมิ (2546) ได้สรุปไว้ว่า เพื่อนเป็นบุคคลกลุ่มที่สองของผู้บริโภคที่เข้ามาเกี่ยวข้องในการเรียนรู้ร่วมกับบุคคลอื่น จากการเล่นกับเพื่อนในวัยเด็ก ยิ่งเติบโตมากขึ้น ผู้บริโภคก็จะใช้เวลาในกลุ่มเพื่อนมากขึ้น และเริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างเพื่อให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนเพื่อให้กลุ่มยอมรับ เพื่อนจะมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของผู้บริโภค โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งมักจะใช้เป็นกลุ่มอ้างอิงสำหรับตน

1.3 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความเห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ด แพงกว่าอาหารทั่วไป ร้อยละ 52.76 ร้อยละ 52.41 และร้อยละ 54.48 ตามลำดับ (ตาราง 4.5) รายได้มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดร้อยละ 41.72 ร้อยละ 41.38 และร้อยละ 41.38 (ตาราง 4.5)ตามลำดับ และไม่เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีความเหมาะสมกับราคาร้อยละ 27.93 ร้อยละ 30.34 และร้อยละ 28.62 (ตาราง 4.5) อาจเนื่องมาจาก อาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีราคาแพง เช่น พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เป็นต้น และกลุ่มตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายรายสัปดาห์เพียง 201 – 500 บาทต่อสัปดาห์ (ตาราง 4.3) ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างจึงไม่สามารถซื้ออาหารฟาสต์ฟู้ดมารับประทานได้บ่อยครั้ง ดังจะเห็นได้จากความถี่ในการรับประทานของกลุ่มตัวอย่างมีเพียง 1 – 2 ครั้งต่อเดือนเท่านั้น (ตาราง 4.3) สอดคล้องกับแนวคิดของวีณะ วีระไวทยะ และ สง่า คามาพงษ์ (2541) ที่ว่า ธุรกิจฟาสต์ฟู้ดและผลิตภัณฑ์แปรรูปมีเข้ามาจำหน่ายให้เลือกซื้อบริโภค รายได้ของบุคคลหรือของครอบครัว ราคาอาหารมีความสำคัญอย่างมากต่อการบริโภคอาหาร ครอบครัวหรือบุคคลที่มีฐานะทางการเงินจะสามารถซื้ออาหาร หรือไปใช้บริการร้านอาหารที่มีคุณภาพได้มากกว่าครอบครัวหรือผู้ที่มีฐานะยากจน ในเวลาเดียวกันหากมีฐานะดีแต่ไม่รู้จักซื้ออาหารที่ดีมีคุณภาพ อาจทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกายได้เช่นกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ Akbay Cuma, Y.T. Gulgun and Gul Aykut (2006) ได้ศึกษาลักษณะของผู้บริโภคที่มีอิทธิพลต่อ

การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในประเทศตุรกี พบว่า ความถี่ในการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดขึ้นอยู่กับอายุ รายได้ การศึกษา ขนาดครอบครัว การมีเด็กในครอบครัว และปัจจัยอื่นๆ เช่น ทักษะนิสัยของผู้บริโภคต่อราคาของอาหารฟาสต์ฟู้ด ซึ่งมีนัยสำคัญต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด

1.4 ปัจจัยด้านการสื่อสาร กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน มีความเห็นด้วยว่าช่วงแนะนำอาหารใหม่มีการแจ้งข่าวสารให้ทราบร้อยละ 57.93 ร้อยละ 55.17 และร้อยละ 58.28 ตามลำดับ การโฆษณาทางใบปลิว สิ่งพิมพ์ และวิทยุ ทำให้รับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด ร้อยละ 49.31 ร้อยละ 47.24 และร้อยละ 49.31 ตามลำดับ (ตาราง 4.6) อาจเนื่องจากการโฆษณาเป็นวิธีการสื่อสารที่สำคัญอีกวิธีหนึ่งที่เกี่ยวข้องผูกพันกับชีวิตมนุษย์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเลือกบริโภคอาหารจึงได้รับอิทธิพลของการตลาดที่ใช้เทคโนโลยีการสื่อสาร ซึ่งในปัจจุบันการสื่อสารในระบบสากลทำให้ข้อมูลต่างๆ เสนอได้อย่างรวดเร็ว และแพร่กระจายทั่วถึงผู้บริโภค ผู้บริโภคจึงได้รับการเสนอขายหรือตกเป็นเหยื่อของโฆษณาสินค้าที่เป็นอาหารจากสื่อต่างๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ และสิ่งพิมพ์สวยงาม สอดคล้องกับการศึกษาของพันธะจิต ดังก้อง (2546) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาสถาบันราชภัฏเชียงใหม่ พบว่า สื่อโฆษณาต่างๆ เป็นสิ่งจูงใจให้เข้าไปใช้บริการอาหารฟาสต์ฟู้ดมากขึ้น

1.5 ปัจจัยด้านการรับรู้ กลุ่มตัวอย่างส่วนมากที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ตามเกณฑ์มาตรฐาน ไม่เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีรสชาติเค็มมากกว่าอาหารทั่วไป ร้อยละ 32.07 ร้อยละ 35.52 และร้อยละ 33.79 ตามลำดับ (ตาราง 4.7) การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้มีภาวะโภชนาการเกินร้อยละ 57.24 ร้อยละ 59.66 และร้อยละ 58.62 ตามลำดับ (ตาราง 4.7) และอาหารฟาสต์ฟู้ดให้คุณค่าทางอาหารมากกว่าอาหารอื่นๆ ร้อยละ 38.97 ร้อยละ 40.00 และร้อยละ 37.93 ตามลำดับ และเห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีไขมันสูงร้อยละ 40.00 ร้อยละ 40.69 และร้อยละ 42.07 ตามลำดับ (ตาราง 4.8) อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาจึงได้รับความรู้ในเรื่องอาหารและโภชนาการ ทำให้มีความรู้ในเรื่องคุณค่าทางโภชนาการของอาหารฟาสต์ฟู้ด และอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นอาหารที่มีไขมันสูง ซึ่งอาหารฟาสต์ฟู้ดส่วนใหญ่จะมีปริมาณโซเดียมคลอไรด์ (เกลือ) อยู่ระหว่าง 1,000 - 2,500 มิลลิกรัม ปริมาณที่แนะนำให้รับประทานคือ 920 - 2,300 มิลลิกรัมต่อวัน (วนิดา อยู่ประพัฒน์, 2539) จะเห็นได้ว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีปริมาณโซเดียมมากกว่าปริมาณที่แนะนำให้รับประทาน อาจเกิดภาวะเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของวรรณภรณ์ ขันทรัพย์ วรรณภา ศรีเพ็ชรพร และอุดม นิยมคำ (2548) เรื่องปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดของนักศึกษาในเขตเทศบาลนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าเรื่องชนิดของอาหารมีไขมันสูงทำให้อ้วนมีปัญหาลักษณะเป็นปัญหา

1.6 ปัจจัยด้านทัศนคติ กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก ไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้ผู้เป็นความีฐานะทางการเงินร้อยละ 43.10 ร้อยละ 44.48 และร้อยละ 42.07 ตามลำดับ (ตาราง 4.8) ทำให้เพื่อนยอมรับร้อยละ 49.31 ร้อยละ 48.62 และร้อยละ 50.00 ตามลำดับ (ตาราง 4.8) และเป็นคนทันสมัยร้อยละ 45.86 ร้อยละ 47.24 และร้อยละ 46.21 ตามลำดับ ซึ่งไม่สอดคล้องกับข้อมูลของสุภาภรณ์ พลนิกร (2548) ที่สรุปไว้ว่า กลุ่มเพื่อนเป็นบุคคลที่ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในการบริโภคสินค้าและบริการเพื่อต้องการให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม สำหรับกลุ่มวัยรุ่นมักจะได้รับแรงกดดันสูงจากเพื่อนๆ ในการผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในการตอบสนองตามความรู้หรือประสบการณ์ที่ได้รับมา

## 2. ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง

จากการที่กลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์มาตรฐาน (ตาราง 4.10-4.12) อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดมีไขมันสูง ร้อยละ 40.00, 40.69 และ 42.67 ตามลำดับและไม่เห็นด้วยว่าอาหารฟาสต์ฟู้ดให้คุณค่าทางอาหารมากกว่าอาหารอื่น ร้อยละ 38.97, 40.00 และ 37.93 ตามลำดับ (ตาราง 4.8) นอกจากนี้ยังไม่เห็นด้วยว่าการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เป็นความีฐานะทางการเงิน ร้อยละ 43.10, 44.48 และ 42.07 ตามลำดับ จึงทำให้มีภาวะโภชนาการเป็นไปตามเกณฑ์ สอดคล้องกับการศึกษาของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2545) ได้ทำการสำรวจการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียนวัยรุ่นในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร นนทบุรี ปทุมธานี และนครปฐม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 85.44 แต่ในการศึกษานี้ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างบางส่วนมีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 17.24 (ตาราง 4.9) อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างได้รับสารอาหารที่ให้พลังงานมากเกินไป ทำให้มีการสะสมพลังงานไว้ในร่างกายในสภาพไขมันเพิ่มขึ้นทำให้เกิดโรคอ้วน และภาวะเสี่ยงต่อโรคต่างๆ อีกทั้งผู้ที่มีภาวะโภชนาการอ้วน ยังเกิดจากการที่รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารฟาสต์ฟู้ด และส่งผลให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจถึง 1.9 เท่า (Stephen E. Smalley D.O., Robert R. Wittler and Ruth H. Oliverson, 2004)

3. ปัจจัยด้านวัฒนธรรม ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านการรับรู้และด้านทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ (ตาราง 4.4 - 4.8) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนมากเห็นด้วยว่า การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเป็นการรับประทานอาหารในโอกาสพิเศษ และผู้เป็นความี ร้อยละ 44.48, 43.79 และ 43.79 (ตาราง 4.4) และ

การรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดทำให้เพื่อนหรือสังคมนยอมรับ ร้อยละ 41.72, 43.45 และ 42.76 (ตาราง 4.5) นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ว่า อาหารฟาสต์ฟู้ดมีไขมันสูง ร้อยละ 40.00, 40.69 และ 42.07 (ตาราง 4.8) ถึงแม้ว่าปัจจัยด้านการสื่อสารจะมีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น การส่งเสริมการขาย ร้อยละ 49.31, 47.24 และ 49.31 (ตาราง 4.7) การโฆษณาทางใบปลิว ร้อยละ 46.55, 46.21 และ 46.55 (ตาราง 4.7) สื่อสิ่งพิมพ์ ร้อยละ 32.76, 29.66 และ 33.10 (ตาราง 4.7) และทางวิทยุ โทรทัศน์ ร้อยละ 28.62, 27.59 และ 28.28 (ตาราง 4.7) แต่ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างส่วนมากเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยด้านเศรษฐกิจที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายรายสัปดาห์เพียง 201 – 500 บาท ร้อยละ 55.88 มีความถี่ในการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดเพียง 1 – 2 ครั้งต่อเดือน ร้อยละ 54.83 (ตาราง 4.3) จึงไม่มีผลต่อภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง

#### ข้อเสนอแนะ

##### การนำผลการศึกษาไปใช้

1. ครอบครัวควรปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ให้แก่เด็กไม่ให้ติดค่านิยมการรับวัฒนธรรมตะวันตกในการรับประทานอาหารฟาสต์ฟู้ดมาใช้มากเกินไป
2. สถาบันการศึกษาควรเข้ามามีบทบาทในการส่งเสริมการเรียนรู้เรื่องการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด โดยเฉพาะการสร้างความรู้ ความเข้าใจอย่างถูกต้องเหมาะสมแก่นักเรียน เน้นการสอนให้นักเรียนเป็นผู้บริโภคที่ดี ทั้งในด้านการกินเพื่อสุขภาพ และการบริโภคข่าวสาร ข้อมูลความรู้ที่เป็นประโยชน์
3. หน่วยงานที่มีบทบาททางด้านสุขภาพ ควรเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดในด้านผลกระทบต่อภาวะสุขภาพให้กับนักเรียนอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ
4. ผู้ผลิตและสื่อมวลชนควรเสนอข้อมูลทางโภชนาการที่เหมาะสมกับภาวะโภชนาการของวัยรุ่นและตระหนักถึงความสำคัญในสิ่งที่เผยแพร่ออกไป

##### การศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการเปรียบเทียบภาวะโภชนาการของวัยรุ่นที่บริโภคและไม่บริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด
2. ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดและภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา