

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมเมืองปัจจุบันนี้ การบริโภคอาหารของวัยรุ่นจะขึ้นอยู่กับแฟชั่นการกระทำที่ตามอย่างกัน หรือการบริโภคที่เลียนแบบคาราหรือนักร้องที่อยู่ในความสนใจของเขาเหล่านั้น ที่ได้ยินหรือเห็นผ่านทางสื่อโฆษณาต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์หรือจากสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ แม้หากเขาเหล่านั้นไม่เคยบริโภคหรือไม่รู้จักอาหารชนิดต่าง ๆ เช่น ขนมขบเคี้ยวหรืออาหารทางตะวันตกที่หลังไหลเข้ามาเปิดร้านขายในเมืองใหญ่ ๆ ทั่วทุกภาคของไทย เพื่อให้กลุ่มวัยรุ่นไทยนิยมบริโภค และคิดใจรสชาติของอาหารเหล่านั้น อาจจะได้รับการบอกกล่าวกันในกลุ่มเพื่อนฝูงทำให้คน ๆ นั้น คิดว่าตนเองเป็นคนที่ไม่ทันสมัย ตามเหตุการณ์ต่าง ๆ ไม่ทัน พฤติกรรมเช่นนี้มีผลทำให้ราคาสินค้าที่ผลิตขึ้นเพื่อการแข่งขันให้ผู้บริโภคได้คิดใจ ในรสชาติของอาหารนั้น มีเป้าหมายในการแข่งขันด้านโฆษณาสูง จากรายงานของหนังสือพิมพ์ด้านเศรษฐกิจระบุว่า ตลาดขนมขบเคี้ยวมี ยอดการผลิตเพิ่มสูงขึ้นจากปี 2541 ถึง 15 เปอร์เซ็นต์ โดยเน้นที่กลุ่มผู้บริโภคคือวัยรุ่น โดยเฉพาะในช่วงปิดเทอมของนักเรียน - นักศึกษา เป็นกลุ่มเป้าหมายหลักของตลาด โดยบริษัทที่เปิดเผย ข้อมูลนี้ คือ บริษัทสยามร่วมมิตร จำกัด ให้ข้อมูลว่า ผู้ผลิตและจำหน่ายข้าวเกรียบกุ้งซานามิ ซึ่งสภาพตลาดขนมขบเคี้ยวมีแนวโน้มตลาดที่เติบโตได้รวดเร็วมาก ซึ่งเปรียบเทียบกับตลาดชนิดอื่น ๆ (ผู้จัดการรายวัน, 2543) จะเห็นได้ว่ากลุ่มวัยรุ่นเป็นเป้าหมายหลักของตลาดขนมขบเคี้ยว มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่นในสังคมเมือง หากวัยรุ่นเองไม่ตระหนักถึงการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย หลงติดใจในรสชาติการบริโภคขนมขบเคี้ยวอยู่เป็นประจำ ร่างกายซึ่งยังต้องมีการเจริญเติบโตต่อเนื่องอยู่อาจจะก่อให้เกิดผลกระทบโดยตรงได้ เช่น ถ้ำร่างกายขาดสารอาหารที่สำคัญ ๆ หรือได้รับในปริมาณที่ไม่เพียงพอแล้ว อาจหยุดการเจริญเติบโตได้ในขณะนี้

การบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกายดังกล่าวแล้วนั้น เนื่องจากวัยรุ่นอาศัยอยู่ตามหอพักทั่วไปทำให้มีอิสระมากในเรื่องการใช้จ่าย การบริโภคอาหารขึ้นอยู่กับความพอใจของตนเอง ทั้งนี้เพราะในแต่ละวันนั้นวัยรุ่นชาย - หญิง ควรได้รับพลังงานประมาณ 1,800 - 2,000 กิโลแคลอรี ถ้างดอาหารบางมื้อ หรือบริโภคอาหารไม่ครบทั้ง 3 มื้อ ต่อ 1 วันแม้ว่าจะรับประทานครบทั้ง 3 มื้อใน 1 วันแต่จะเป็นผลทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ ไม่คำนึงถึงการรับประทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ จะเป็นเหตุให้เกิดปัญหาภาวะโภชนาการคือ

การขาดสารอาหารต่าง ๆ ขึ้นได้ โดยเฉพาะกลุ่มที่ไม่ชอบรับประทานอาหารเช้า ซึ่งถือเป็นอาหารที่สำคัญของแต่ละวันร่างกายจะใช้พลังงานจากอาหารในมื้อเช้าทั้งหมดในการทำกิจกรรมต่าง ๆ กลุ่มวัยรุ่นที่อยู่หอพักส่วนใหญ่ต่างไม่ให้ความสำคัญกับอาหารเช้ามากนัก บางคนคิดพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ดีคือซื้อขนมขบเคี้ยวไว้รับประทานในเวลาที่ทำงานหรือทำกิจกรรมอื่น ๆ ในช่วงเวลากลางคืน ทำให้รู้สึกอึดอัด หรือตอนเช้าเมื่อตื่นนอนทำภารกิจส่วนตัวเสร็จรับประทานอาหารเช้าประเภทขนมขบเคี้ยวก่อน ทำให้ไม่สนใจอาหารเช้าแรกที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างเต็มที่

การบริโภคอาหารของวัยรุ่นควรคำนึงถึงคุณค่าอาหารเพราะวัยรุ่นยังอยู่ในช่วงของร่างกายเจริญเติบโตอย่างต่อเนื่อง จากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ สารอาหารต่าง ๆ ควรได้รับอย่างพอเพียงและครบทุกมื้อ หากวัยรุ่นไม่สนใจการบริโภคอาหารเช้าหลักทุกวัน แต่บริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการน้อย เช่น ขนมขบเคี้ยวเป็นประจำ และในบางรายอาจบริโภคขนมขบเคี้ยวในปริมาณมาก แต่ครั้งหนึ่งทำให้รู้สึกอึดอัด จึงควาอาหารเช้าหลักบางมื้อ นอกจากจะไม่ได้รับประทานต่อร่างกายแล้ว ยังเป็นการใช้จ่ายเงินที่ไม่คุ้มค่า สิ้นเปลืองโดยใช่เหตุ ถ้าวัยรุ่นเองไม่ใส่ใจดูแลเรื่องการบริโภคอาหาร เมื่ออายุมากขึ้นจะมีผลต่อสุขภาพในอนาคต เพราะอาหารประเภทขนมขบเคี้ยว นั้น มีสารเคมีที่ใช้ปรุงแต่งอาหารประเภทแต่งกลิ่น แต่งสี และแต่งรสชาติต่าง ๆ รวมทั้งผงชูรส ถ้ารับประทานไม่เกินวันละ 5 กรัมหรือประมาณ 1 ช้อนชาพูนต่อน้ำหนักตัว 50 กก. (อารี วัลยะเสวีและคณะ , 2537) จะไม่เกิดอันตรายหรือมีผลกระทบต่อร่างกายได้ โรคบางโรคนั้นวงการรักษาทางการแพทย์ยังไม่สามารถค้นพบสาเหตุของการเกิดโรคได้

ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเมืองทุกวันนี้ มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพตามมา เนื่องจากการบริโภคอาหารที่มีแต่คาร์โบไฮเดรตและไขมันในปริมาณค่อนข้างสูง เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้นหลายคนจึงหนีไม่พ้นภาวะโภชนาการเกิน และโรคที่คร่าชีวิตคนไทยเป็นอันดับหนึ่ง คือโรคหัวใจขาดเลือด อันดับ 2 คือโรคมะเร็งที่เกิดขึ้นตามอวัยวะต่าง ๆ (ผู้จัดการรายวัน, 2543) ปัจจุบันสิ่งแวดล้อมหลายด้านได้รุมเร้าให้ประชาชนเร่งรีบต่อภารกิจต่างๆที่ต้องทำ จึงไม่มีโอกาสเลือกบริโภคอาหารที่ดีมีคุณค่าทางโภชนาการสูงได้ โดยเฉพาะผักสดและผลไม้ได้ทุกวันหรือทุกมื้อ โดยเฉพาะในกลุ่มของวัยรุ่นชายและหญิงส่วนใหญ่จะไม่บริโภคสิ่งเหล่านี้ เพราะถ้าเป็นของว่างแล้วกลับบริโภคแต่ขนมขบเคี้ยวชนิดต่าง ๆ กันเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนในวิทยาลัย อาชีวศึกษาเชียงใหม่

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. เปรียบเทียบการบริโภคขนมขบเคี้ยวของนักเรียนสาขาเกษตรศาสตร์ และสาขาพาณิชยกรรม ระดับชั้น ปวช. ปีที่ 3 (โดยเปรียบเทียบตัวแปรด้านที่พักอาศัย อาชีพผู้ปกครอง รายรับ ค่าใช้จ่าย และ นิสยบริโภค)
2. การนำความรู้พื้นฐานด้านโภชนาการ ไปใช้ในการเลือกซื้อขนมขบเคี้ยวประเภทต่าง ๆ ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

จากการศึกษานี้คาดว่าจะได้รับประโยชน์ คือ

1. ทราบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่าง
2. ได้ข้อมูลในการให้ความรู้ด้านโภชนาการสำหรับวัยรุ่น
3. นำไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพให้แก่นักเรียนและเสนอต่อวิทยาลัยเกี่ยวกับอาหารที่จำหน่ายในวิทยาลัยต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้ คือ นักเรียนสาขาวิชาเกษตรศาสตร์ และสาขาพาณิชยกรรม ระดับชั้น ปวช. ปีที่ 3 ปีการศึกษา 2543 วิทยาลัยอาชีวศึกษาเชียงใหม่ จำนวน 250 คน
2. ขอบเขตด้านเนื้อหา ขนมขบเคี้ยว ในการศึกษานี้หมายถึงขนม ดังนี้
 - ขนมซองกรอบ และถั่วชนิดต่าง ๆ
 - ขนมปลาเส้น
 - ขนมเยลลี่พร้อมบริโภค
 - ขนมประเภทลูกอมทั้งแบบอม และแบบเคี้ยว

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

- ส่วนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปประกอบด้วย เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ค่าใช้จ่าย อาชีพผู้ปกครอง นิสัยการบริโภคและที่พักอาศัย
- ส่วนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับการเลือกซื้อขนมขบเคี้ยวชนิดต่าง ๆ
- ส่วนที่ 3 คำถามเกี่ยวกับความรู้พื้นฐานด้านโภชนาการ

การวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยวิธีการหาค่าร้อยละ

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

ขนมขบเคี้ยว หมายถึง ขนมที่บรรจุในซองหรือภาชนะที่ปิดสนิท ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึงขนม 4 ประเภท คือ

1. ขนมพองกรอบและถั่วชนิดต่าง ๆ
2. ขนมปลาเส้น
3. ขนมเยลลี่พร้อมบริโภค
4. ขนมประเภทลูกอม ทั้งแบบอมและแบบเคี้ยว

การบริโภค หมายถึง การปฏิบัติที่เคยชินในการบริโภคอาหาร ได้แก่ ชนิดอาหาร จำนวนมื้อ และสุขนินสัยการบริโภค ในการศึกษานี้จะเป็นการบริโภคขนมขบเคี้ยวของกลุ่มนักเรียนชั้น ปวช. สาขาคหกรรมศาสตร์ และสาขาพาณิชยกรรม วิทยาลัยอาชีวศึกษาเชียงใหม่

นักเรียนระดับชั้น ปวช. หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ปีที่ 3 สาขาคหกรรมศาสตร์และสาขาพาณิชยกรรมของวิทยาลัยอาชีวศึกษาเชียงใหม่ ซึ่งลงทะเบียนในภาคเรียนที่ 1/2543 จำนวน 250 คน