



ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่ กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

Factors related to instant noodles consumption behavior of secondary school student in Bantuk subdistrict, Srisatchanalai district, Sukhothai province

กฤษณา แก้วทุ่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านตึก อ.ศรีสัชชนาลัย จ.สุโขทัย

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1.) ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชชนาลัย จังหวัดสุโขทัย และ 2.) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชชนาลัย จังหวัดสุโขทัย ผู้ศึกษาสุ่มตัวอย่าง 205 คนโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา คือ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความสัมพันธ์โดยใช้ค่าไค-สแควร์ ที่ระดับความสำคัญทางสถิติ 0.05 ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 51.70 และได้รับการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 61.60 ด้านปัจจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีปัจจัยนำทั้งความรู้ ทัศนคติ และค่านิยม มีปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมต่อการพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง สำหรับ

ด้านพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของกลุ่มตัวอย่าง 1 - 7 วัน ในหนึ่งเดือน คิดเป็นร้อยละ 63.50 และจากผลการศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป พบว่า ไม่มีตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

คำสำคัญ : ปัจจัยนำ, ปัจจัยเอื้อ, ปัจจัยเสริม, พฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป, นักเรียนระดับมัธยมศึกษา

Abstract

This descriptive study aimed to investigate 1) predisposing factor, reinforcing factor enabling factor and instant noodles consumption behavior of secondary school student in Bantuk subdistrict, Srisatchanalai district, Sukhothai province and 2) correlation among predisposing factor, reinforcing factor enabling factor and instant noodles



consumption behavior of secondary school in Bantuk Subdistrict, Srisatchanalai District, Sukhothai Province. 205 samples were collected by stratified random sampling. Data was collected by using questionnaire and analyzed by computer

The results revealed that 51.70 percent of sample were male, 61.50 percent finished secondary school, most of them were at moderate level of knowledge, attitude and value, predisposing factor, reinforcing factor and enabling factor. 63.50 percent of sample consume instant noodles 1-7 day a month. No factor associated statically significant at 0.05 level with consumption behavior
Keywords : predisposing factor, reinforcing factor, enabling factor, consumption behavior, secondary school student

บทนำ

ปัจจุบันสังคมมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น จากสภาพแวดล้อมที่เร่งรีบและสภาวะเศรษฐกิจที่ชะลอตัวลงส่งผลให้รูปแบบการดำเนินชีวิตของมนุษย์เปลี่ยนไป ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดพฤติกรรมกรรมการบริโภคที่เปลี่ยนไป ทำให้หลายคนเลือกที่จะบริโภคอาหารที่มีราคาประหยัด มีความสะดวกและรวดเร็วมากยิ่งขึ้น จึงทำให้อาหารสำเร็จรูปมีแนวโน้มเข้ามา มีบทบาทในชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งเป็นสินค้าทางเลือกที่ราคาประหยัดเมื่อเปรียบเทียบกับราคาอาหารชนิดอื่นๆ มีความสะดวก หาซื้อได้ง่าย และใช้เวลารวดเร็วในการประกอบอาหารแล้ว นอกจากนั้นบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปยังมีรสชาติที่หลากหลายและยังมีความแตกต่างกันไปตามรสนิยมของผู้บริโภค ซึ่งเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่สามารถตอบโจทย์วิถีชีวิตของผู้คนได้อย่างเหมาะสม

ปัจจุบันบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นสินค้าที่นิยมบริโภคกันทั่วโลก โดยภาพรวมของธุรกิจอาหารสำเร็จรูปนั้น

มีอัตราการขยายตัวอยู่ในเกณฑ์ดีและมีการแข่งขันกันอย่างต่อเนื่อง ซึ่งแม้แต่ในประเทศไทยเอง บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชนิดหนึ่งที่ประเทศไทยมีปริมาณการผลิตในแต่ละปีมากถึง 1.5 แสนตัน ส่วนใหญ่กว่าร้อยละ 81 เป็นการผลิตเพื่อจำหน่ายภายในประเทศที่เหลืออีกประมาณ ร้อยละ 19 ส่งออกไปยังตลาดต่างประเทศ และจากสถิติพบว่า คนไทยถือได้ว่าเป็นผู้บริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นอันดับ 8 ของโลก ซึ่งในช่วงปี 2547-2551 มีอัตราการขยายตัวของปริมาณการบริโภคเฉลี่ยประมาณ ร้อยละ 5.1 ต่อปีโดยในปี 2551 มีปริมาณการบริโภครวม 2.2 พันล้านซองหรือคิดเป็นอัตราการบริโภคเฉลี่ยของคนไทยเท่ากับ 35.5 ซอง/คน/ปี สูงกว่าอัตราการบริโภคเฉลี่ยของโลกซึ่งอยู่ที่ 23.7 ซอง/คน/ปี แสดงให้เห็นว่าในปัจจุบันคนไทยบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในปริมาณที่สูงกว่าอัตราการบริโภคเฉลี่ยของโลกอยู่มาก จึงทำให้ปริมาณความต้องการบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของไทยเริ่มขยายตัวเพิ่มขึ้น (ศูนย์วิจัยกสิกรไทย, 2553)

บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นอาหารที่ได้มาจากการกระบวนการผลิต โดยผ่านการปรุงแต่งและหรือผ่านความร้อน และทำให้แห้งเพื่อให้สามารถเก็บไว้ได้นาน ผลิตภัณฑ์บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมีสารอาหารไม่เพียงพอ กับความต้องการของร่างกาย การรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเพียงอย่างเดียวเป็นเวลานานๆ จะทำให้ร่างกายได้รับเพียงแป้งซึ่งเป็นส่วนประกอบหลัก ถึงร้อยละ 60 - 70 และอาจจะทำให้ขาดสารอาหารที่จำเป็นอย่างอื่นได้ ซึ่งภัยเงียบสำคัญที่ซ่อนเร้นอยู่ในบะหมี่เหล่านี้ก็คือ “โซเดียม” ในซองเครื่องปรุงรส ตามข้อแนะนำของบัญชีสารอาหารกำหนดว่า คนไทยควรบริโภคโซเดียมไม่เกิน 2,400 มิลลิกรัมต่อวัน แต่ขณะนี้คนไทยบริโภคแล้วเกินกว่าปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งบะหมี่สำเร็จรูปแบบซอง “บักแพ็ค” จะยิ่งไปเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และทำให้ไตทำงานหนัก ข้อสงสัยอีกประการเกี่ยวกับพิษภัย



ของบะหมี่สำเร็จรูปที่แพทย์เตือนไว้ก็คือ การที่บะหมี่สำเร็จรูปใส่สี ใสสารทำให้กรอบ และผงชูรสในปริมาณมากๆ รวมทั้งถูกทอดในน้ำมันซึ่งผ่านการทอดซ้ำหลายๆ ครั้ง อาจจะทำให้เกิดการสะสมของ “คาร์บอน” ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็งขึ้นมาได้

นักโภชนาการได้จัดบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นอาหารด้อยคุณค่า อีกทั้งมีโซเดียมสูง จึงได้มีการพัฒนาบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปให้มีคุณค่ามากขึ้น โดยการเสริมสารอาหาร 3 ชนิด ในเครื่องปรุง คือ วิตามินเอ ไอโอดีน และธาตุเหล็ก แล้วส่งเสริมการบริโภคให้ถูกหลักโภชนาการ การรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปโดยเพียงแค่เติมน้ำร้อนแล้วรับประทานเลยนั้น ถือได้ว่าไม่ถูกต้อง โดยเฉพาะการรับประทานลักษณะนี้ติดต่อกันเป็นประจำ จะทำให้ร่างกายขาดสารอาหารได้ และควรที่จะเพิ่มคุณค่าทางสารอาหาร โดยการเติมไข่ หรือเนื้อสัตว์ และผักลงไปทุกครั้ง นอกจากจะได้สารอาหารจำพวกแป้งหรือคาร์โบไฮเดรตเพียงอย่างเดียวจะทำให้ได้วิตามินและแร่ธาตุจากผักใบเขียว โปรตีนจากเนื้อสัตว์ และไขมันจากน้ำมันเจียวที่มีอยู่ในซองบะหมี่ด้วย ซึ่งจะทำให้ได้รับประทานบะหมี่ที่มีสารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ (สำนักหอสมุดมหาวิทยาลัยเซนต์จอร์จ, 2548. เว็บไซต์อ้างอิงจาก วิชาการ.คอม, 2552) อย่างไรก็ตามแม้คนไทยจะทราบถึงผลเสียของการรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปแต่คนไทยยังมีพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปยังเพิ่มมากขึ้น จึงสะท้อนว่ามีปัจจัยหลายประการที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดังกล่าวในการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปนั้นหากพิจารณาตามทฤษฎี PRECEDE Framework ได้เสนอว่าปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมสุขภาพประกอบด้วย 3 ปัจจัยหลัก คือปัจจัยนำ (Predisposing Factors) เป็นปัจจัยที่เป็นพื้นฐานและก่อให้เกิดแรงจูงใจ ในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล หรือในอีกด้านหนึ่งปัจจัยนี้จะเป็นความพอใจ (Preference) ของบุคคล ซึ่งได้มาจากประสบการณ์ในการเรียนรู้ (Education Experience) ความพอใจนี้อาจมีผลทั้งในทาง

สนับสนุนหรือยับยั้งการแสดงพฤติกรรม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล ปัจจัยซึ่งเป็นองค์ประกอบของ ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้ ทักษะคิด ความเชื่อ ค่านิยม การรับรู้ นอกจากนี้ยังรวมไปถึงสถานภาพทางสังคมเศรษฐกิจ (Socio-Economic Status) และอายุ เพศ ระดับการศึกษา ขนาดของครอบครัว ปัจจัยเอื้อ (Enabling Factors) เป็นสิ่งที่เป็แหล่งทรัพยากรที่จำเป็นในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ชุมชน รวมทั้ง ทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ได้และความสามารถที่จะใช้แหล่งทรัพยากรต่างๆ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับ ราคา ระยะเวลา ฯลฯ นอกจากนั้นสิ่งที่สำคัญ ก็คือ การหาได้ง่าย (Available) และความสามารถเข้าถึงได้ (Accessibility) และปัจจัยเสริม (Reinforcing Factors) เป็นปัจจัยที่แสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติ หรือพฤติกรรมสุขภาพได้รับการสนับสนุนหรือไม่เพียงใด ลักษณะและแหล่งของปัจจัยเสริม จะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับปัญหาในแต่ละเรื่อง เช่น การดำเนินงานสุขศึกษาในโรงเรียนหรือสถานศึกษาในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นนักเรียน ปัจจัยเสริมที่สำคัญ ได้แก่ เพื่อนนักเรียน ครู อาจารย์ หรือบุคคลในครอบครัว (กองสุขศึกษา, 2555 : เว็บไซต์) ดังนั้นการนำทฤษฎี PRECEDE Framework มาประกอบการศึกษาจะทำให้เรามองเห็นภาพของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่ชัดเจนมากขึ้น

ผู้ศึกษาในฐานะที่รับผิดชอบงานโภชนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตรับผิดชอบ จากการศึกษานำร่องนักเรียนโรงเรียนเมืองดังวิทยา พบว่า นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 มีพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป (กฤษณา แก้วทุ่ง, 2555) ซึ่งหากสถานการณ์ให้ดำเนินต่อไปนักเรียนในโรงเรียนอาจมีปัญหานักโภชนาการได้ ด้วยเหตุนี้ผู้ศึกษาจึงสนใจปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย ซึ่งเป็นประโยชน์ในการนำไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการเพื่อให้นักเรียนให้มีภาวะสุขภาพที่ดีต่อไป



วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

คำถามการศึกษา

1. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมและพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัยมีอะไรบ้าง

2. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัยหรือไม่

ขอบเขตการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย ประจำปีการศึกษา 2554 ทำการศึกษาระหว่างวันที่ 6 มิถุนายน - 6 กันยายน 2554 โดยมีตัวแปรอิสระ คือ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

2. นำผลการศึกษาไปใช้ในการปรับพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

วิธีการดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ที่ผู้ศึกษากำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของ TARO YAMANE โดยมีระดับความเชื่อมั่นที่ 95 % จากจำนวนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาทั้งหมดในเขตตำบล บ้านตึก จำนวน 387 คน ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 197 คน ผู้วิจัยเพิ่มเป็น 205 คนและใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified sampling) ในการสุ่มตัวอย่าง โดยใช้ระดับชั้นที่ศึกษาและห้องเรียนของแต่ละระดับชั้น เป็นเกณฑ์ในการแบ่งชั้น แล้วกำหนดขนาดตัวอย่างในแต่ละชั้นโดยใช้สูตรหาลัดส่วนของขนาดตัวอย่างในแต่ละชั้น

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้เป็นแบบสอบถาม ที่สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดในการวิจัย แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ประกอบด้วยแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยนำที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ปัจจัยเอื้อต่อพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ปัจจัยเสริมต่อพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงและปรับปรุงแก้ไข จากนั้นดำเนินการทดลองใช้ในนักเรียนของโรงเรียนเมืองเสด็จจำนวน 30 คน แล้ววิเคราะห์หาความเชื่อมั่น พบว่า แบบสอบถามด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.71 แบบสอบถามด้านทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ได้ค่าความเชื่อมั่น



0.76 แบบสอบถามด้านค่านิยมเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปได้ค่าความเชื่อมั่น 0.71 แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.84 และแบบสอบถามด้านปัจจัยเสริมเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปได้ค่าความเชื่อมั่น 0.81 ซึ่งผ่านเกณฑ์มาตรฐานจึงนำไปเก็บข้อมูลจริง

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามซึ่งก่อนแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่างผู้ศึกษาได้ทำการชี้แจงให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้เข้าใจถึงวัตถุประสงค์และอธิบายข้อที่สงสัยก่อน และรอเก็บแบบสอบถาม ก่อนนำแบบสอบถามทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้อง ปรากฏว่าได้แบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์พร้อมในการวิเคราะห์จำนวน 203 ฉบับ จึงนำไปลงรหัสในแบบฟอร์มลกรหัส (Coding form) แล้วนำไปประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อหาค่าทางสถิติและวิเคราะห์ข้อมูลหาความสัมพันธ์ทางสถิติ จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ผลและสรุปอภิปรายต่อไป

ผลการศึกษา

จากการศึกษาในภาพรวมพบว่า ไม่มีตัวแปรหรือปัจจัยใดที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตตำบลบ้านตึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย ซึ่งได้ผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าทางสถิติดังนี้

ปัจจัยนำ

ด้านปัจจัยส่วนบุคคล

ด้านเพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 51.70 และเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 48.30 ด้านอายุ ส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.70 และอายุมากกว่า 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 43.30 ด้านระดับชั้นการศึกษา ส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 61.60 รองลงมาเป็นระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คิดเป็น

ร้อยละ 38.40 และด้านรายได้ของครอบครัว กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ตั้งแต่ 100,000 บาทต่อปีขึ้นไป มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 56.65 และกลุ่มตัวอย่างที่น้อยที่สุดมีรายได้ระหว่าง 50,000-99,999 บาท คิดเป็นร้อยละ 20.69

ด้านความรู้

ในภาพรวมพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 54.70 รองลงมา มีความรู้อยู่ในระดับสูงและระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 24.60 และร้อยละ 20.70 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างตอบถูกมากที่สุดเกี่ยวกับอาหารประเภท (อย่าง) อื่นที่ให้สารอาหารเช่นเดียวกับบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 82.30 รองลงมาคือ การเติมสิ่งใดลงไปเพื่อให้ได้รับคุณค่าทางโภชนาการเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 73.40 และตอบถูกน้อยที่สุดเกี่ยวกับปริมาณการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่เหมาะสมต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 17.70

ด้านทัศนคติ

ในภาพรวมพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 65.52 และกลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติในระดับต่ำและระดับสูงเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 17.24 ($\bar{x} = 3.39$ S.D = 0.38) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยทัศนคติสูงที่สุด คือ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นอาหารที่สะดวกซื้อ ($\bar{x} = 4.23$) รองลงมา คือ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมีรสชาติดี ($\bar{x} = 3.86$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยทัศนคติต่ำที่สุด คือ การรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปจำนวนมากทำให้ผมร่วง ($\bar{x} = 2.35$)

ด้านค่านิยม

ในภาพรวมพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 65.00 กลุ่มตัวอย่างน้อยที่สุดมีค่านิยมในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 15.30 ($\bar{x} = 3.44$ S.D = 0.36) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่านิยมเฉลี่ยสูงที่สุด คือ บะหมี่กึ่งสำเร็จมีวิธีการปรุงรสสะดวก รวดเร็ว



และสามารถรับประทานได้ทันที ($\bar{x} = 4.08$) รองลงมา คือ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นที่นิยมบริโภคมากที่สุด ($\bar{x} = 4.01$) และข้อที่มีค่านิยมเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ดรา นักร้องและพีเรนเตอร์ไม่มีผลต่อการเลือกซื้อบะหมี่ กึ่งสำเร็จรูป ($\bar{x} = 2.48$)

ปัจจัยเอื้อ

ในภาพรวมพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีปัจจัย เอื้อต่อการพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปอยู่ใน ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 73.40 รองลงมา มีปัจจัย เอื้อต่อการพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในระดับต่ำ และระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 16.30 และ 10.30 ตามลำดับ ($\bar{x} = 3.45$ S.D = 1.06) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ปัจจัยที่เอื้อให้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภค บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมากที่สุด คือ ความสะดวกในการซื้อ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป คิดเป็นร้อยละ 88.20 รองลงมา คือ แหล่งจำหน่ายบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปใกล้ๆ บ้าน คิดเป็นร้อยละ 79.80 และด้านราคาบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นปัจจัยที่เอื้อต่อ พฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของกลุ่มตัวอย่าง น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 16.30

ปัจจัยเสริม

ในภาพรวมพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปอยู่ในระดับ ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 41.40 รองลงมา มีปัจจัยเสริม ในระดับต่ำและระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 32.00 และ 26.60 ตามลำดับ ($\bar{x} = 2.06$ S.D = 1.92) ซึ่งเมื่อพิจารณา เป็นรายข้อพบว่า การประชาสัมพันธ์หรือโฆษณาผ่านสื่อ และสิ่งพิมพ์หลายประเภทเสริมให้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมากที่สุด คิดเป็น ร้อยละ 45.80 รองลงมาคือ การลดราคาตามฤดูกาล หรือเทศกาลงานต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 40.90 ส่วนการมี ของแถมจากการซื้อสินค้าเสริมให้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปน้อยที่สุด คิดเป็น ร้อยละ 23.20 พฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภค บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในหนึ่งเดือน คือ 1 – 7 วัน คิดเป็น ร้อยละ 63.50 รองลงมา คือ 8 -14 วัน และ 15 วัน ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 23.20 และ 13.30 ตามลำดับ

ความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ ต่อพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

ปัจจัยนำกับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป พบว่าไม่มีปัจจัยใดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภค บะหมี่กึ่งสำเร็จ

ปัจจัยนำ		df	sig
เพศ	0.292	2	0.864
อายุ	1.483	2	0.476
การศึกษา	1.016	2	0.602
รายได้	4.616	4	0.329
ความรู้	1.372	4	0.849
ทัศนคติ	3.623	4	0.459
ค่านิยม	7.247	4	0.123

ปัจจัยเอื้อไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ($\bar{x} = 7.060$, df = 4, Sig = 0.133)

ปัจจัยเสริมไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ($\bar{x} = 4.642$, df=4, Sig = 0.326)

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคลเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่ กึ่งสำเร็จรูปในภาพรวมไม่มีตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป แต่เมื่อพิจารณา ในรายด้านพบว่า ด้านเพศ มีความสอดคล้องกับการ



ศึกษาของหทัยรัตน์ ไชยพุกธา (2553) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อของผู้บริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปยี่ห้อมาม่าในจังหวัดสมุทรปราการ และพบว่าผู้บริโภคที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ส่วนด้านอายุ, ด้านระดับชั้นที่ศึกษาและด้านรายได้ต่อปีของครอบครัวมีความแตกต่างจากการศึกษาของประยูร ญาสมุทร (2543) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ และพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20 - 30 ปี, จบการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6, ปวช. หรือเทียบเท่าและมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนระหว่าง 4,000 - 6,990 บาท แต่มีความสอดคล้องกับหทัยรัตน์ ไชยพุกธา (2553) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อของผู้บริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปยี่ห้อมาม่าในจังหวัดสมุทรปราการ และพบว่าผู้บริโภคที่มีอายุและระดับการศึกษาแตกต่างกันมีพฤติกรรมการซื้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปยี่ห้อมาม่าในด้านความถี่ใช้จ่ายปริมาณการซื้อสถานที่ในการซื้อต่างกัน

ปัจจัยนำ

ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของอนุกุล พลศิริ (2545) ที่ทำการศึกษารื่องความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 และพบว่านักเรียนมีความรู้ระดับปานกลางโดยความรู้กับพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($r = 0.226$)

ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของอนุกุล พลศิริ (2545) ที่ศึกษาเรื่องความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา

ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 และสุนิสา อรรถกฤษณ์ (2548) ที่ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำของนักเรียนวัยรุ่นในเขตเมือง และพบว่าทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยนำด้านค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของสุนิสา อรรถกฤษณ์ (2548) ที่ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำของนักเรียนวัยรุ่นในเขตเมือง และประยูร ญาสมุทร (2543) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ และพบว่าค่านิยมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยเอื้อ

ปัจจัยเอื้อไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งต่างจากแนวคิดของ Cronbach) ในเรื่ององค์ประกอบของพฤติกรรมที่กล่าวว่า “สถานการณ์ (Situation) เป็นเหตุการณ์ที่เปิดโอกาสให้เลือกทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการ” ทำให้ผลการศึกษามีความแตกต่างจากการศึกษาของประยูร ญาสมุทร (2543) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ และพบว่าบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมีราคาไม่แพงเมื่อเทียบกับเวลาในการปรุงและมีราคาถูกกว่าอาหารอื่นเมื่อเทียบกับปัจจัยด้านปริมาณ ส่วนปัจจัยด้านความสะดวกรวดเร็วในการปรุง คือ ความรวดเร็วในการปรุงด้วยการต้มโดยใช้ส่วนประกอบที่มีในซองเดิมผักกับไข่เท่านั้น เนื่องจากกลุ่มที่ทำการศึกษามีปัญหาเรื่องการทำงานที่ต้องทำงานเป็นช่วงและต่อด้วยการทำงานล่วงเวลาทำให้มีเวลาน้อยในการประกอบอาหารและนอกจากนี้ยังหาซื้อได้ง่าย แต่จากผลการศึกษากลับมีความสอดคล้องกับแนวความคิดของพัฒนา สัจจาง ที่ได้แบ่งองค์ประกอบปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ในด้านของสภาพแวดล้อมว่า



“ชุมชนที่อาศัยอยู่เมื่อมีความแตกต่างกันก็ย่อมมีผลในการแสดงออกของพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไป”

ปัจจัยเสริม

ไม่มีตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ สุนิมล บัณวงศ์ (2549) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อและพฤติกรรมการซื้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร, จิราพร กันทะธง (2549) ที่ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน, การศึกษาของณัฐธัญญา หวังมุกิตากุล (2553) ที่ทำการศึกษากฎการบริโภคอาหารพลาสติกฟูดในกรุงเทพมหานคร : เขตลาดพร้าว เขตห้วยขวางและเขตดินแดง และพบว่าปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการซื้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

พฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

จากการศึกษาพบว่า ในช่วงระยะเวลา 1 เดือน นักเรียนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในอัตราที่ค่อนข้างสูง ซึ่งอาจถือได้ว่าเป็นพฤติกรรมกรรมการบริโภคที่ไม่พึงประสงค์อันเนื่องมาจากหลายสาเหตุ ซึ่งมีความสอดคล้องกับการศึกษาของสุนิมล บัณวงศ์ (2549) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อและพฤติกรรมการซื้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะนิยมรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปแบบเส้นเหลืองชนิดของ อาทิพย์ละ 2 - 3 ครั้ง

ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา

จากผลการศึกษา ผู้ศึกษามีข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ดังนี้

ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปแม้จะไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป แต่จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังไม่ทราบถึงวิธีการต้มบะหมี่ที่ถูกต้องและปริมาณการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่เหมาะสมต่อวัน ซึ่งอาจส่งผลให้ได้รับสารที่เป็นอันตรายหรือไม่จำเป็นต่อ

ร่างกายจนก่อให้เกิดการเจ็บป่วยหรือโรคที่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคได้ในอนาคต ดังนั้น จึงควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนให้ความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับโภชนบัญญัติ, การบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่ถูกต้องและเหมาะสม รวมไปถึงประโยชน์และโทษจากการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ทั้งนี้สืบเนื่องมาจากการให้ความรู้ทางโภชนาการแก่ประชาชนโดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กและวัยรุ่นอันเป็นวัยที่นิสัยในการบริโภคกำลังจะเกิดขึ้นจะก่อให้เกิดทัศนคติและค่านิยมที่ดีในการเลือกรับประทานอาหารและเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารมาบริโภค ตลอดจนการทดสอบหรือประเมินความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นระยะจะทำให้เกิดการย้ำเตือนถึงโทษของการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่ไม่เหมาะสมทำให้ส่งผลต่อการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่ดีขึ้นและสามารถนำไปขยายผลต่อไปในระดับครอบครัว ชุมชนและสังคมต่อไปในอนาคต

ปัจจัยเอื้อ เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งเสริมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของกลุ่มตัวอย่างในระดับปานกลาง เนื่องจากมีข้อจำกัดเรื่องระยะเวลาในการประกอบอาหารและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมีจำหน่ายในร้านค้าทั้งในโรงเรียนและในชุมชนที่ทำให้สะดวกต่อการหาซื้อมาบริโภคได้ง่าย ดังนั้น การจัดให้มีสื่อหรือแผ่นป้ายให้ความรู้ทางด้านโภชนาการติดไว้ในร้านค้าเพื่อให้ผู้ที่มาซื้อของสามารถอ่านและนำความรู้กลับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน รวมถึงการแนะนำให้นักเรียนรู้จักแบ่งเวลาสำหรับการประกอบอาหาร, การประกอบอาหารที่ง่ายๆ ใช้เวลาในการปรุงน้อยแต่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงหรือเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์มารับประทาน

ในส่วนของปัจจัยเสริมที่มีอยู่ในปัจจุบันถือได้ว่าสื่อมวลชนโดยเฉพาะสื่อทางโทรทัศน์และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นสิ่งสำคัญและมีอิทธิพลต่อบริโภคนิสัยเลือกซื้อสินค้าโดยเฉพาะเด็ก/วัยรุ่นมักจะนิยมซื้อสินค้าที่มีการโฆษณาทางโทรทัศน์ ดังนั้น ผู้ปกครองควรให้คำแนะนำที่เหมาะสมกับช่วงวัยของนักเรียนเพื่อไม่ให้เกิด



การตามกระแสนิยมมากเกินไปจนขาดการใส่ใจในเรื่องของ
ภาวะโภชนาการที่อาจส่งผลต่อสุขภาพได้ในอนาคต

ส่วนพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของ
นักเรียนในเขตตำบลบ้านตึก พบว่า มีความถี่ในการบริโภค
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป 1 - 7 วันต่อ 1 เดือน ซึ่งถือว่ามีกร
บริโภคค่อนข้างสูง ดังนั้น สถานบริการสาธารณสุข,
หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทางด้านสาธารณสุขหรือหน่วยงาน
ที่รับผิดชอบเกี่ยวกับงานโภชนาการโดยตรงควรมีแผนงาน
โครงการในการเผยแพร่ความรู้ในทางเลือกการบริโภค
อาหารที่เหมาะสมเนื่องจากมีส่วนกำหนดความกล้าหรือ
ความกลัวต่อการบริโภคอาหารชนิดต่างๆ เพื่อให้เกิดความ
ตระหนักถึงความสำคัญของการได้รับสารอาหารประเภท
ต่างๆ ต่อสุขภาพของตนเองและนำไปสู่การรับพฤติกรรม
การบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปให้ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่
กึ่งสำเร็จรูปในเชิงลึกให้มากยิ่งขึ้น โดยใช้วิธีการศึกษา
หลายๆ แบบ อาทิเช่น การใช้แบบบันทึกพฤติกรรม
การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก เพื่อให้ทราบถึงมุมมองของ
นักเรียนและ/หรือผู้ปกครองต่อพฤติกรรม ค่านิยมและ
ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในภาพกว้าง
มากยิ่งขึ้น

2. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่
กึ่งสำเร็จรูปของประชาชนช่วงกลุ่มวัยอื่นในพื้นที่ เพื่อนำ
ผลการศึกษาที่ได้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการเปรียบเทียบ
วางแผน กำหนดนโยบายตลอดถึงพัฒนาการดำเนินงาน
ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
ในรูปแบบต่างๆ ให้เป็นไปอย่างเหมาะสมและอยู่ในทิศทาง
เดียวกันภายใต้บริบทและความพร้อมของแต่ละพื้นที่

3. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับจำนวนของสถานที่
จำหน่ายบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในพื้นที่และความรู้ความเข้าใจ
ในการจำหน่ายหรือให้คำแนะนำเกี่ยวกับโภชนาการ และ
การจัดให้มีสื่อให้ความรู้ทางด้านโภชนาการในร้านค้า โดย

อาศัยรูปแบบของการสังเกต การสอบถาม การบันทึก
ข้อมูลหรือวิธีการอื่นใด ทั้งนี้เพื่อนำข้อมูลมาช่วยในการ
พัฒนาการส่งเสริมสุขภาพทางอ้อมแก่ประชาชนในพื้นที่
ได้ในอนาคต

4. ควรมีการนำผลการศึกษาไปเป็นแนวทาง
พัฒนาการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
โดยเฉพาะในส่วนที่ยังพบว่าเป็นปัญหาหรืออาหารประเภท
อื่นให้ถูกต้องเหมาะสมต่อสุขภาพและช่วงวัย รวมทั้งมีการ
ศึกษาติดตามผลการดำเนินการอย่างเป็นระยะเพื่อนำไป
วางแผนงานส่งเสริมสุขภาพเพื่อสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง
ของทุกคนต่อไป

5. ควรมีการศึกษาทบทวนแผนงานการให้
สุขศึกษาเรื่องโภชนาการในพื้นที่ว่าสามารถตอบสนองต่อ
ความต้องการของพื้นที่และมีแนวโน้มผลการดำเนินงาน
เป็นอย่างไร เพื่อที่จะให้ได้ข้อมูลนำมาประกอบการพิจารณา
จัดทำแผนงานในครั้งต่อไปจนนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี
ของประชาชน

6. การจัดทำสื่อ, การให้สุขศึกษาและการให้
คำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่ถูกต้อง
โดยใช้รูปแบบเชิงรุกจะทำให้ประสิทธิภาพในการสื่อสาร
และถึงตัวกลุ่มเป้าหมายมากยิ่งขึ้น เพื่อให้เกิดการยอมรับ
ในความรู้ที่ถูกต้องและนำไปสู่การปรับเปลี่ยนทัศนคติ
ในทิศทางที่ดีขึ้นจนสามารถที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมกร
บริโภคที่ดีได้ต่อไป



บรรณานุกรม

- กฤษณา สอนทุ่ง (2555). สรุปผลการศึกษานำร่องพฤติกรรมมารบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของนักเรียน
โรงเรียนเมืองดงวิทยา ตำบลบ้านดึก อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย (อัดสำเนา).
กองสุขศึกษา. (2555). กรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ [ออนไลน์].
เข้าถึงได้จาก: [http://203.157.7.150/frontend/theme/view__general_data.php?](http://203.157.7.150/frontend/theme/view__general_data.php?ID_Menu=3822&Init=Set&Init_Chk=0)
ID_Menu=3822&Init=Set&Init_Chk=0 / วันที่สืบค้นข้อมูล 22 กุมภาพันธ์ 2555.
- จิราพร กันทะธง. (2544). **พฤติกรรมมารบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในเขตอำเภอเมือง
จังหวัดลำพูน**. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์บัณฑิต,
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, จังหวัดเชียงใหม่.
- ณัฐธิดา หวังมุกิตากุล. (2552). กรณีศึกษา : **พฤติกรรมมารบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดใน กรุงเทพมหานคร
เขตลาดพร้าว ห้วยขวาง ดินแดง**. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต
สาขาวิชาบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยนเรศวร, จังหวัดพิษณุโลก.
- ประยูร ญาสมุท. (2543). **ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรม
ภาคเหนือ**. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์บัณฑิต,
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, จังหวัดเชียงใหม่.
- ศุภชัยวิชัยกสิกรไทย. (2553). บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปปี'53 : ผู้ประกอบการเน้นการเพิ่มมูลค่าสินค้า พร้อมๆ กับ
ขยายตลาดส่งออก. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.positioningmag.com/>
วันที่สืบค้นข้อมูล 16 มิถุนายน 2554.
- สุนิมล ปันวงศ์. (2549). **ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อและพฤติกรรมการซื้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของผู้บริโภค
ในเขตกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการตลาด,
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี, จังหวัดปทุมธานี.
- สุนิสา อรรถกฤษณ์. (2548). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ ของนักเรียนวัยรุ่น
ในเขตเมือง กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล**.
- สำนักหอสมุดมหาวิทยาลัยเซนต์จอห์น. (2548). บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปผสมแป้งถั่วเหลือง. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก :
<http://www.vcharkarn.com/vblog/41176/1/30> วันที่สืบค้นข้อมูล 18 มิถุนายน 2554.
- หทัยรัตน์ ไชยพุกธา. (2553). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อของผู้บริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่หอมมา
ในจังหวัดสมุทรปราการ**. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการตลาด,
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- อนุกุล พลศิริ. (2545). **ความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาคหกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยรามคำแหง.