

ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร

THAI FOOD KNOWLEDGE AND CONSUMPTION BEHAVIORS OF UNDERGRADUATES
AT DUSIT THANI COLLEGE, BANGKOK METROPOLIS

◆ เอกพล บุญช่วยชู

อาจารย์ประจำภาควิชาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร คณะอุตสาหกรรมบริการ

วิทยาลัยดุสิตธานี

Eakapol Boonchauch

Lecture, Culinary Arts and Kitchen Management, Faculty of Hospitality Industry,

Dusit Thani College, E-mail: eakapol.bo@dtc.ac.th

Abstract

In this thesis, the researcher examines (1) the levels of knowledge and Thai food consumption behaviors of undergraduates at Dusit Thani College, Bangkok Metropolis. The researcher also studies (2) the relationships between knowledge and the Thai food consumption behaviors of the students under study. Finally, the researcher investigates (3) the relationships between knowledge and the Thai food consumption behaviors of the students under investigation in respect to their demographical characteristics.

1. In regard to the levels of knowledge and the Thai food consumption behaviors of the students under study, the following was found:

1.1 Concerning the knowledge of Thai food consumption of the students under study in the aspect of Thai food values, 93.7 percent of the students exhibited knowledge at a very good level. In the aspect of four Thai regional foods, 87.77 percent displayed knowledge at a very good level. In the aspect of Thai food identity, 79.29 percent evinced knowledge at a good level. In the aspect of Thai food types, 79.08 percent showed knowledge at a good level.

1.2 In considering Thai food consumption behaviors in the aspect of the types of Thai food consumed, it was found that the students under study consumed Thai food in the types of curries, spicy salads, soups and dips upon occasion. Frequently consumed was stir-fried foods. In the aspect of Thai food consumption styles, it was found that the students frequently cooked and had Thai foods at home.

2. In studying the relationships between knowledge and the Thai food consumption behavior of the students under study, it was found that the knowledge showed a positive relationship with Thai food consumption behaviors at the statistically significant level of .05 ($r = .14$). The students showed knowledge of Thai food in the desirable positive direction.

3. In investigating the relationships between knowledge and the Thai food consumption behaviors of the students and their demographical characteristics, the researcher found the following: The year of study was positively correlated with knowledge and Thai food consumption behaviors at the statistically significant level of .05 ($r = 0.132$ and $p = 0.283$). The year of study of the students under investigation showing knowledge of Thai food indicated that they had a tendency to engage in Thai food consumption behaviors in a regular manner. No relationships were found in regard to the other aspects.

Keywords: Knowledge and Thai Food Consumption Behaviors

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาระดับความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร (2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานีกรุงเทพมหานคร (3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร กับสถานภาพส่วนบุคคลของนักศึกษาวิทยาลัยดุสิตธานีในเขตกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือนักศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยดุสิตธานีกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน โดยวิธีการสุ่มแบบเชิงชั้นภูมิ (Stratified Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดความรู้ที่ผ่านการหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร KR-20 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88 และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยที่ผ่านการหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach & Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.75

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร พบว่า

1.1 ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับดีมากด้านคุณค่าของอาหารไทย ร้อยละ 93.7 และด้านอาหารไทย 4 ภาค ร้อยละ 87.77 และมีความรู้ในระดับดี ด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทย ร้อยละ 79.29 และด้านประเภทอาหารไทยร้อยละ 79.08

1.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยดุสิตธานีกรุงเทพมหานคร พบว่า ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค นักศึกษาบริโภคอาหารไทยประเภทแกง ประเภทยำ ประเภทต้ม และประเภทเครื่องจิ้ม ฯลฯ และประเภทผัดบ่อยครั้ง ส่วนด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย พบว่า นักศึกษาทำอาหารไทยรับประทานที่บ้านบริโภคบ่อยครั้ง

2. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเป็นความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .14$) กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับสรรพคุณประโยชน์ของวัตถุดิบในอาหารไทย ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเพิ่มขึ้น

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษา กับสถานภาพส่วนบุคคล พบว่า ระดับชั้นปีที่กำลังศึกษา มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกันกับความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทย เป็นความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .132$ และ $p = .283$) กล่าวคือ ระดับชั้นปีที่กำลังศึกษาอาหารไทยอยู่ ส่งผลต่อนักศึกษาด้านการให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารไทย ทำให้นักศึกษาเข้าใจคุณค่าของอาหารไทย และมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเป็นประจำด้วย ส่วนคณะที่กำลังศึกษา/สาขาวิชา ระดับการศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา และอาชีพของผู้ปกครองไม่มีความสัมพันธ์กัน

คำสำคัญ : ความรู้ และพฤติกรรม การบริโภคอาหารไทย

บทนำ

อาหารเป็นหนึ่งในปัจจัยพื้นฐานที่มีความสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งในการดำรงชีวิต เพราะอาหารมีความเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ทั้งทางตรงและทางอ้อมในการวางรากฐานการพัฒนาสุขภาพของร่างกาย จิตใจและสมอง เนื่องจากอาหารเป็นสิ่งที่ช่วยเสริมสร้างร่างกายให้เจริญเติบโต มีความแข็งแรง และซ่อมแซมอวัยวะส่วนที่สึกหรอของร่างกายให้สามารถทำงานได้ตามปกติ ดังนั้นการรู้จักเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ จะเกิดผลดีต่อร่างกาย และจิตใจ และรวมไปถึงการมีภาวะโภชนาการที่ดีด้วย ซึ่งภาวะโภชนาการที่ดีนั้นนับว่าเป็นรากฐานที่สำคัญมากในการที่จะทำให้สุขภาพดี การบริโภคอาหารในปริมาณที่เพียงพอได้สัดส่วนและมีสารอาหารครบถ้วนตามความต้องการของร่างกาย ก่อให้เกิดประโยชน์ในการเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง ซึ่งเป็นรากฐานของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ปัจจุบันอาหารไทยได้รับความนิยมบริโภคกันแพร่หลายมากขึ้น และเป็นที่ยอมรับว่ามีประเภทของอาหารหลากหลาย ทั้งรสชาติและรูปแบบที่มีความสวยงามและความประณีตบรรจงในการจัดเตรียม การปรุง การจัดเสิร์ฟ การตกแต่ง และศิลปะในการรับประทานที่ปฏิบัติกันต่อเนื่องมาตั้งแต่โบราณจนกลายเป็นวัฒนธรรมประเพณี มาจนถึงทุกวันนี้ซึ่งมีแบบอย่างวิถีชีวิตที่เอกลักษณ์ แสดงถึงความคิดสร้างสรรค์ของผู้ปรุงที่เน้นคุณค่าทางโภชนาการ และประโยชน์ที่ผู้บริโภคจะได้รับซึ่งส่งผลให้อาหารไทยปัจจุบันนี้ เป็นอาหารยอดนิยมอันดับต้น ๆ (กรอบแก้ว นางพินิจ, 2542: 65) เมื่อเปรียบเทียบกับอาหารบางชาติ เพราะมีลักษณะเฉพาะที่เห็นเด่นชัดก็คือ ความเข้มข้นของเครื่องเทศ หรือวัตถุดิบสมุนไพรต่าง ๆ หรือเครื่องปรุงที่นำมาประกอบอาหารซึ่งล้วนแล้วแต่มีประโยชน์ และยังให้สรรพคุณทางยา รวมทั้งสะท้อนถึงภูมิปัญญาและศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่นที่ถ่ายทอดกันมา อาหารไทยจึงมีคุณค่าทั้งในเชิงวัฒนธรรม และคุณค่าทางโภชนาการ เนื่องจากอาหารไทยแบบดั้งเดิมรับประทานเป็นสำรับที่มีอาหารหลากหลาย ทำให้ผู้บริโภคได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่ สัดส่วนที่พอเหมาะเป็นผลดีต่อสุขภาพ อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนโดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนเปลี่ยนไปตามกระแสนิยม เช่น การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด หรือจังก์ฟู้ดแบบตะวันตก ที่มักขาดความสมดุลของสารอาหาร ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพโภชนาการ ส่งผลเสียต่อสุขภาพ

ปัญหาโภชนาการของวัยรุ่นนั้น ส่วนหนึ่งมีสาเหตุจากพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม ทำให้มีปัญหาทั้งโภชนาการเกินและโภชนาการขาด (สมใจ วิชัยดิษฐ์, 2541: 115) วัยรุ่นส่วนใหญ่มักจะมีลักษณะนิสัยการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง เนื่องจากกิจกรรมด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการศึกษาและสังคม ทำให้ไม่ค่อยอยู่บ้านในเวลาเมื่ออาหาร นิสัยการกินอาจเปลี่ยนแปลงตามเพื่อนมากกว่าตามพ่อแม่ เมื่อถึงเวลารับประทานก็เร่งรีบรับประทานเพียงแต่พองาม บริโภคแต่อาหารที่มีคุณภาพต่ำ ประกอบกับมีความไม่รู้เรื่องหลักโภชนาการที่ถูกต้องหรือพฤติกรรมที่แก้ไขไม่ได้ก็ตาม รวมถึงอิทธิพลของการโฆษณาที่สร้างความรู้สึกลดลงไล่ขึ้นชมชอบอาหารในรูปแบบใหม่ ประเภทอาหารขยะ (Junk Food) และอาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast Food) จนมกจนกลายเป็นอาหารยอดนิยมของวัยรุ่นยุคใหม่ และในปัจจุบันพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เนื่องจากเงื่อนไขทางเศรษฐกิจและสังคมเปลี่ยนไป ส่งผลให้รสนิยมการบริโภคต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจากต่างถิ่นมากขึ้น มีทั้งวัตถุดิบนำเข้าอย่างหลากหลายหรือผสมผสานวัฒนธรรมความเป็นไทยและต่างชาติ ทำให้พฤติกรรมการบริโภคของคนไทยเปิดรับรูปแบบการบริโภคอาหารต่างถิ่นเต็มรูปแบบเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะอาหารฟาสต์ฟู้ด อาหารญี่ปุ่นที่หลากหลายจากร้านจำหน่ายทั่วไป ตั้งแต่รูปแบบริมบาทวิถี ร้านสะดวกซื้อ ห้างสรรพสินค้าและภัตตาคาร (สมใจ วิชัยดิษฐ์, 2541: 115) ซึ่งอาหารเหล่านี้เป็นที่นิยมกันมากในวัยรุ่น ส่วนใหญ่เป็นแป้ง ไขมันและน้ำตาล เมื่อรับประทานบ่อย ๆ ในปริมาณมากจะสะสมในร่างกายจนเกิดเป็นไขมันสะสม มีพลังงานเกินกว่าที่ร่างกายต้องการ เป็นผลกระทบกระเทือนต่อสุขภาพจนเกิดโทษต่อตนเอง เช่น โรคอ้วน โรคกระดูกพรุน โรคไขมันในเลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น (กรอบแก้ว นางพินิจ, 2542: 65)

นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดการแทนที่รูปแบบวัฒนธรรมการบริโภคอาหารที่สื่อถึงขนบธรรมเนียมประเพณีไทยเสื่อมสลายไปโดยสิ้นเชิง จากปัญหาการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องเป็นเรื่องที่สำคัญและควรเอาใจใส่อย่างยิ่ง

สำหรับการพัฒนาบุคคลโดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นซึ่งจะเป็นกำลังและแรงงานสำคัญในการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าต่อไป เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาและสถาบันครอบครัวมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารอาหารไทยที่เหมาะสม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความรู้ และพฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานีกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ และพฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร กับสถานภาพส่วนบุคคล

ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาถึงความรู้การบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาวิทยาลัยดุสิตธานี ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ เวกลักษณะของอาหารไทย ด้านอาหารไทย 4 ภาค ด้านประเภทอาหารไทย และด้านคุณค่าของอาหารไทย และพฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาวิทยาลัยดุสิตธานีกรุงเทพมหานคร ซึ่งครอบคลุมเนื้อหา 2 ด้านได้แก่ ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค และด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรีวิทยาลัยดุสิตธานีในภาคการเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 กรุงเทพมหานคร 5 สาขาวิชา จำนวนทั้งสิ้น 2,584 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาปริญญาตรีปีการศึกษา 2557 วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ทำการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มเชิงชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) ตามสัดส่วนของนักศึกษาซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสาขาวิชาตามสัดส่วนของนักศึกษา (แยกจำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม)

$$\text{สาขาวิชา} = \frac{\text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ} \times \text{จำนวนประชากร(สาขาวิชา)}}{\text{จำนวนประชากรทั้งหมด}}$$

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ สถานะภาพส่วนบุคคลของนักศึกษา ได้แก่ เพศ คณะที่กำลังศึกษา/สาขาวิชา ระดับการศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพของผู้ปกครอง และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทย ด้านอาหารไทย 4 ภาค ด้านประเภทอาหารไทย และด้านคุณค่าของอาหารไทย พฤติกรรมอาหารบริโภคอาหารไทย 2 ด้าน ได้แก่ ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค และด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สิริลักษณ์ สุวรรณ (2547) วิจัยเรื่อง ความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคสมุนไพรในอาหารไทยของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร พบว่า นิสิต นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในอาหารไทย ในด้านความสำคัญและคุณค่าของสมุนไพรที่มีต่อสุขภาพในระดับสูง และมีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในด้าน ลักษณะของสมุนไพรในระดับปานกลาง พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ใบโหระพา ใบกระเพรา และใบแมงลัก กระเทียม และหอมแดงอยู่ในระดับสูง และพฤติกรรมการบริโภคมะกรูด ข่า กระชาย ชิง ตะไคร้ และพริกอยู่ในระดับต่ำ ความรู้ด้านคุณค่าของสมุนไพรที่มีต่อสุขภาพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภค และ ความรู้ด้านลักษณะของสมุนไพรในอาหารไทยมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการบริโภคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุริยะ เทพมี (2549) วิจัยเรื่อง ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง เปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุง โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ รายได้ ระดับการศึกษา ขนาดของครอบครัว ประเภทของสื่อที่ได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารพร้อมปรุง และปัจจัยด้านภาระงานพิเศษ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุง ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหงมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารพร้อมปรุงอยู่ในระดับต่ำ มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารพร้อมปรุงอยู่ในระดับสูง ส่วนปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ รายได้ ระดับการศึกษาและขนาดของครอบครัวต่างกัน มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารพร้อมปรุงแตกต่างกัน และบุคลากรที่มีรายได้ที่ต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงแตกต่างกัน ปัจจัยด้านภาระงานพิเศษต่างกัน มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารพร้อมปรุงแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงไม่แตกต่างกัน ในส่วนของความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงของบุคลากรไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อนุกุล พลศิริ (2551) วิจัยเรื่อง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา เปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา โดยจำแนกตามเพศ ระดับชั้นปีที่ศึกษา คณะที่ศึกษา บุคคลที่นักศึกษาอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน ระดับการศึกษาและอาชีพของบิดามารดาและผู้ปกครอง รายได้ต่อเดือนของครอบครัว รายได้ต่อเดือนและภาวะโภชนาการของนักศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา ได้ยึดหลักโภชนาบัญญัติ 9 ประการของกรมอนามัย ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับอาหารในระดับที่ต่ำ มีทัศนคติการบริโภคอาหารในระดับดี และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในระดับปานกลาง การเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา พบว่า เพศหญิงมีระดับความรู้สูงกว่าเพศชาย ส่วนทัศนคติและพฤติกรรมไม่แตกต่างกัน การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษา

พบว่า พฤติกรรมและทัศนคติต่อการบริโภค มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความสัมพันธ์กับทัศนคติ และกับพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานของการวิจัย

1. ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กันทางบวก
2. นักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร ที่มีสถานะภาพส่วนบุคคลต่างกันมีความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยแตกต่างกัน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทย** หมายถึง ระดับของการรับรู้ข้อมูลที่ถูกต้องของนักศึกษาในวิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร 4 ด้าน ได้แก่

1.1 ด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทย หมายถึง สิ่งที่ยืนยันความเป็นไทยได้อย่างชัดเจน เช่นรูปแบบการรับประทานอาหารในแต่ละมื้อที่แตกต่างกันไป ซึ่งนิยมจัดเป็นสำรับอาหาร โดยแต่ละสำรับนั้นมีความหลากหลายของประเภทอาหาร ความหลากหลายของรสชาติอาหาร รวมทั้งมีเครื่องเคียง ของแถมที่อุดมไปด้วยสมุนไพร เครื่องเทศ และนิยมรับประทานขนมหวานในลำดับสุดท้าย ทั้งนี้เพื่อผู้บริโภคอาหารได้รับคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่

1.2 ด้านอาหารไทย 4 ภาค หมายถึง อาหารที่ใช้วัตถุดิบตามท้องถิ่นนั้น ๆ มาประกอบอาหารจนเป็นเอกลักษณ์อาหารของท้องถิ่น หรือภาคนั้น ๆ ซึ่งแต่ละภาคจะมีรูปลักษณะ รสชาติ เอกลักษณ์โดดเด่นแตกต่างกันไปบ้าง คล้ายคลึงกันบ้าง ขึ้นอยู่กับทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมของแต่ละภาค

1.3 ด้านประเภทของอาหารไทย หมายถึง อาหารไทยประเภทแกง ประเภทยำ ประเภทต้ม ประเภทผัด และประเภทเครื่องจิ้ม

1.4 ด้านคุณค่าของอาหารไทย หมายถึง อาหารไทยที่มีวัตถุดิบเป็นส่วนประกอบของสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยา และด้านคุณค่าทางโภชนาการ

2. **พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของวัยรุ่น** หมายถึง การที่นักศึกษาสามารถนำความรู้ ความเข้าใจที่มีอยู่ โดยมีพฤติกรรมเป็นส่วนประกอบในการตัดสินใจเลือกรับประทาน บริโภคอาหารในชีวิตประจำวัน ในการเลือกชนิดของอาหารที่บริโภค เช่น ชนิดอาหารไทย และรูปแบบการบริโภคอาหารไทย โดยคำนึงถึงชนิดของอาหารไทยที่บริโภค คุณค่าของสารอาหารทางโภชนาการ 2 ด้าน ได้แก่ (อภินันท์ ไชยธรรมรงค์, 2549: 16)

2.1 ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค หมายถึง อาหารไทยประเภทแกง ได้แก่ แกงเผ็ด แกงเขียวหวาน แกงส้ม แกงพะแนง แกงมัสมั่น แกงป่า ฯลฯ ประเภทต้ม ได้แก่ ต้มยำ ต้มข่าไก่ ต้มส้ม ต้มโคล้ง ฯลฯ ประเภทผัด ได้แก่ ผัดกระเพรา ผัดพริกทอง ผัดบวบ ผัดเผ็ดหอยลาย ไก่ผัดขิง ฯลฯ ประเภทยำ ได้แก่ ยำคอกหมูย่าง ยำถั่วงู ยำปลาตุ๋น ยำวุ้นเส้น ยำหัวปลี ฯลฯ ประเภทเครื่องจิ้ม ได้แก่ น้ำพริก หลน แสร้งว่า กะปิควั ฯลฯ และประเภทอาหารจานเดียว ได้แก่ ขนมหุ้น ข้าวมันส้มตำ ผัดไทย ข้าวคลุกกะปิ ฯลฯ

2.2 ด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย หมายถึง พฤติกรรมการรับประทานอาหารไทย เช่น ทำอาหารรับประทานที่บ้าน รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ สถานที่ของการบริโภค รับประทานอาหาร และรับประทานอาหารไทยที่จัดเป็นสำหรับ

3. นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาหญิง และชาย ที่ลงทะเบียนในระดับปริญญาตรี ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในวิทยาลัยดุสิตธานี

4. วิทยาลัยดุสิตธานี หมายถึง โรงเรียนการโรงแรมดุสิตธานี ได้มุ่งเน้นความเป็นเลิศทางวิชาการ และการจัดการเรียนการสอนอย่างมีคุณภาพ ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ เป็นโรงเรียนแห่งแรกในประเทศไทยที่ได้รับอนุมัติจากทบวงมหาวิทยาลัยให้มีฐานะเป็นวิทยาลัย เปิดสอนระดับปริญญาตรี โดยเริ่มเปิดดำเนินการในปีการศึกษา 2539 ซึ่งเปิดสอนหลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต ระดับปริญญาตรี จำนวน 5 สาขา คือ สาขาวิชาการจัดการโรงแรมและรีสอร์ท สาขาวิชาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร สาขาวิชาการจัดการท่องเที่ยว สาขาวิชาการจัดการสปา สาขาการจัดการไมซ์และอีเวนต์

5. สถานภาพส่วนบุคคล หมายถึง ข้อมูลของนักศึกษาระดับ วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร ได้แก่

5.1 เพศของนักศึกษา หมายถึง เพศหญิง และเพศชาย

5.2 คณะที่กำลังศึกษา/สาขาวิชา หมายถึง สาขาวิชาที่นักศึกษา กำลังศึกษาอยู่ในปัจจุบัน ในระดับปริญญาตรี จำนวน 5 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาการจัดการโรงแรมและรีสอร์ท สาขาวิชาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร สาขาวิชาการจัดการท่องเที่ยว สาขาวิชาการจัดการสปา สาขาการจัดการไมซ์และอีเวนต์

5.3 ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง หมายถึง ระดับการศึกษาสูงสุดของบิดามารดา หรือผู้ปกครอง (ที่ไม่ได้อยู่กับบิดา มารดา) ใช้ แบ่งเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า มัธยมศึกษา อนุปริญญาหรือเทียบเท่า ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี

5.4 อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพของผู้ปกครอง หมายถึง รับราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ ธุรกิจส่วนตัว พนักงานบริษัทเอกชน และรับจ้างทั่วไป

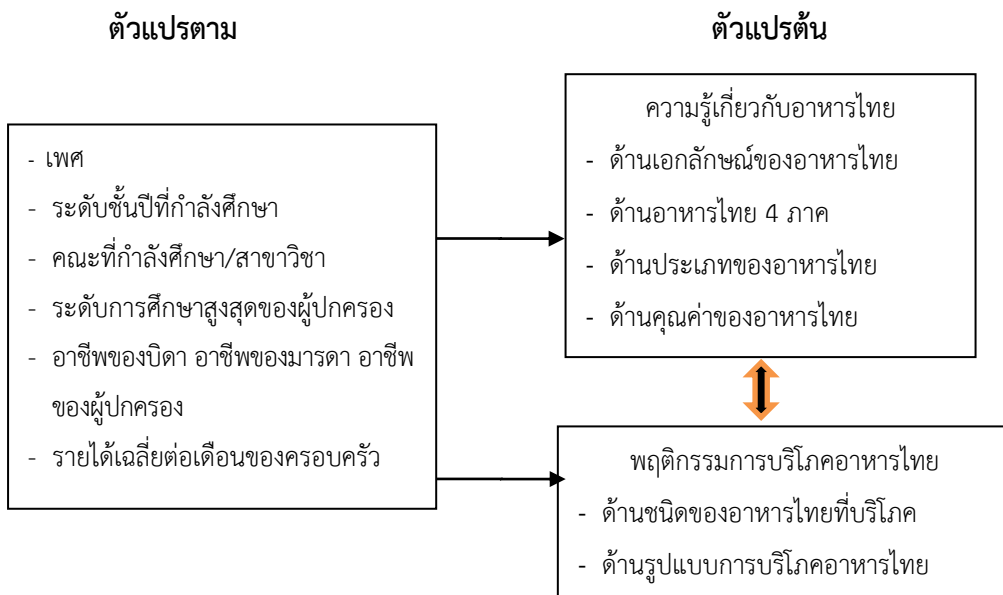
5.5 รายได้ของครอบครัว หมายถึง รายได้ต่อเดือนของครอบครัว แบ่งออกเป็นระดับ ได้แก่ ต่ำกว่า 10,000 บาท/เดือน ระหว่าง 10,000 – 30,000 บาท/เดือน ระหว่าง 30,000 – 50,000 บาท/เดือน และมากกว่า 50,000 บาท/เดือน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อเป็นข้อมูลให้กับอาจารย์ผู้สอน และวิทยาลัยดุสิตธานีในการนำความรู้ที่ได้จากการวิจัยไปเป็นแนวทางในการสอนวิชาอาหารไทย และวิชาอื่นที่เกี่ยวข้อง
2. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทยให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น
3. เป็นข้อมูลแก่สถาบันการศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาเรื่องความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาวิทยาลัยดุสิตธานี มีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



สรุปผลการวิจัย

1. สถานภาพส่วนบุคคลของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 54.50 และศึกษาอยู่ในชั้นปีที่สาม ร้อยละ 47.30 ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในสาขาวิชาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร ร้อยละ 85.50 ส่วนระดับการศึกษาสูงสุดของผู้ปกครองส่วนใหญ่ ร้อยละ 45.30 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพผู้ปกครองส่วนใหญ่ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 69.50 รองลงมา มารดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 54.50 และบิดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 52.30 ตามลำดับ

2. ระดับความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร พบว่า ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษา พบว่าส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับดีมาก

ด้านคุณค่าของอาหารไทย ร้อยละ 93.7 และด้านอาหารไทย 4 ภาค ร้อยละ 87.77 และมีความรู้อยู่ในระดับดี ด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทย ร้อยละ 79.29 และด้านประเภทของอาหารไทย ร้อยละ 79.08 ตามลำดับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี พบว่า ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค ได้แก่ ประเภทแกง ประเภทต้ม ประเภทเครื่องจิ้ม นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคนาน ๆ ครั้ง และประเภทผัดบริโภคบ่อยครั้ง ส่วนด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยที่ทำรับประทานที่บ้านบ่อยครั้ง

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทยมีความสัมพันธ์ในเชิงบวก

หรือในทิศทางเดียวกันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย เป็นความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .14$) กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับสรรพคุณประโยชน์ของวัตถุดิบในอาหารไทย ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเพิ่มขึ้น

4. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานครกับสถานภาพส่วนบุคคลได้แก่ เพศ ระดับชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะที่กำลังศึกษา/สาขาวิชา ระดับการศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพของผู้ปกครอง และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว พบว่า ระดับชั้นปีที่ 3 และ ชั้นปีที่ 4 ของนักศึกษามหาวิทยาลัยดุสิตธานี มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกันกับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทย และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .132$ และ $r = .283$) กล่าวคือ ระดับชั้นปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอาหารไทยอยู่ กับระดับชั้นปีที่ 4 ที่ผ่านการเรียนวิชาอาหารไทยแล้ว ส่งผลให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารไทย ทำให้นักศึกษาเล็งเห็นถึงคุณค่าของอาหารไทย และมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเป็นประจำด้วย ส่วนคณะที่กำลังศึกษา/สาขาวิชา ระดับการศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา และอาชีพของผู้ปกครองไม่มีความสัมพันธ์กัน

อภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่องความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร สามารถนำประเด็นสำคัญมาอภิปรายผลดังนี้

1. ระดับความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานคร ด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทย อาหารไทย 4 ภาค ประเภทของอาหารไทย และคุณค่าของอาหารไทย พบว่า

1.1 ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทย พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับดีมาก ด้านคุณค่าของอาหารไทยและด้านอาหารไทย 4 ภาค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักศึกษาได้ผ่านการเรียนรู้เรื่องอาหารไทย โดยเฉพาะความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในอาหารไทยรวมทั้งคุณค่าและความสำคัญของอาหารไทย ซึ่งมีอยู่ในอาหารไทย 4 ภาค จากการเรียนการสอนของวิทยาลัยดุสิตธานี และจากข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ มาตีโพสสมควร อีกทั้งอาหารไทยในแต่ละภาคนั้นมีขนบธรรมเนียม ประเพณีและวัฒนธรรมรวมทั้งวัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหารมีความแตกต่างกัน เช่น ภาคกลาง ลักษณะอาหารจะมีความประณีต บรรจงด้วยวิธีการจัดตกแต่งให้น่ารับประทาน อาหารส่วนใหญ่มักมีส่วนผสมของกะทิ แต่สำหรับภาคอื่นไม่นิยมบริโภคอาหารที่มีส่วนผสมของกะทิ เช่น ภาคอีสานนิยมประกอบอาหารด้วยวิธีการที่ง่ายไม่ซับซ้อน เน้นกลิ่นหอมของพืชผักท้องถิ่น เป็นต้น อาหารไทยในแต่ละภาคจะมีลักษณะเด่นที่แตกต่างกันออกไป ทั้งด้านรสชาติ ด้านคุณประโยชน์ ด้านรูปร่าง สีกลิ่น และการตกแต่ง ส่งผลให้อาหารไทยแพร่หลายไปทั่วโลก และเป็นที่ยอมรับของนักท่องเที่ยวต่างชาติ เพราะอาหารไทยมีคุณประโยชน์ต่อร่างกาย และมีสรรพคุณทางยา นอกจากนี้ยังพบว่า อาหารไทยในแต่ละภาคโดยเฉพาะภาคอีสาน เช่น ส้มตำ ยังเป็นอาหารที่ชื่นชอบ และเป็นที่รู้จักของคนทั่วโลก ซึ่งสอดคล้อง

กับงานวิจัยของ กัญญารัตน์ ถนนมแสง (2551) ที่ศึกษาเรื่องความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่า นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติมีความพึงพอใจต่ออาหารไทยด้านรสชาติ ด้านคุณภาพของสมุนไพร ด้านรูปลักษณะสีกลิ่น ด้านการจัดตกแต่ง และด้านความสะอาดของอาหารไทยอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับแนวคิดของ สุวัฒนา เลียบวัน (2547) ที่กล่าวว่า อาหารไทยมีพืชผักสมุนไพรและเส้นใยซึ่งป้องกันโรคมะเร็งใช้เจ็บทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี จิตใจร่าเริงแจ่มใส ปัจจุบันคนไทยส่วนใหญ่หันมาบริโภคอาหารไทยเพื่อสุขภาพกันเพิ่มมากขึ้น และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริลักษณ์ สุวรรณ (2547) ที่ศึกษาเรื่องความรู้และพฤติกรรมการบริโภคสมุนไพรในอาหารไทยของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร พบว่า นิสิต นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในอาหารไทยด้านความสำคัญและด้านคุณค่าของสมุนไพรไทยที่มีผลต่อสุขภาพในระดับสูง นอกจากนั้นจากผลการวิจัย พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยดุสิตธานีบางส่วนมีความรู้ในระดับด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทยและด้านประเภทของอาหารไทย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักศึกษาส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับครอบครัวที่มีวัฒนธรรมและวิธีการรับประทานอาหารในแต่ละมื้อแตกต่างกัน เช่นบางครอบครัวรับประทานอาหารที่จัดเป็นสำหรับมีอาหารประมาณ 3 - 5 อย่าง แต่มีความหลากหลายด้านประเภทของอาหาร ด้านรสชาติ ตามด้วยขนมหวาน ของว่าง และผลไม้ต่าง ๆ เป็นลำดับสุดท้าย เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่ และประกอบกับนักศึกษาได้ผ่านการเรียนวิชาอาหารไทยมาแล้ว จึงส่งผลให้นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจในเอกลักษณ์ของอาหารไทย และประเภทของอาหารไทยได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ กรรณิการ์ พรหมเสาร์ และ นันทา เบญจสิลารักษ์ (2543) ที่กล่าวว่า อาหารไทยมีข้าวเป็นหลัก และกินร่วมกับสำหรับอาหารที่มี 3 - 5 อย่าง นอกจากนั้นยังมีเครื่องเคียง ของแถม ของหวาน ของว่างและผลไม้สด เพื่อรับประทานเป็นสำหรับจะได้รับความอร่อยกลมกล่อม และมีคุณค่าทางโภชนาการของอาหารในแต่ละสำหรับอีกด้วย ดังนั้นการประกอบอาหารในแต่ละมื้อ ผู้ปกครองส่วนใหญ่มักจะเป็นคนสรรหาอาหารไทยประเภทต่าง ๆ เช่น ประเภทแกง ยำ ต้ม ผัด และเครื่องจิ้มมาให้บริการ ทำให้นักศึกษาค้นเคยกับอาหารไทย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกศสิริ ปันธุระ (2550) ที่ศึกษาเรื่องเอกลักษณ์ของอาหารชาววัง พบว่าลักษณะการอยู่อาศัยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ถ้านักศึกษาอาศัยอยู่กับบิดามารดา ญาติผู้ใหญ่ ถ้าบุคคลเหล่านี้มีการศึกษาที่ดีก็จะมีความรู้ในเรื่องการบริโภคอาหารที่ดีและถูกต้อง รู้ถึงคุณค่าอาหารและประโยชน์ของอาหารก็จะได้รับการถ่ายทอดมายังบุตรและธิดาได้อีกทางหนึ่ง

1.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานีด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค และด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย พบว่า

ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค พบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยประเภทผัดบริโภคบ่อยครั้ง ส่วนประเภทแกง ประเภทต้ม และประเภทเครื่องจิ้มบริโภคนาน ๆ ครั้ง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าอาหารไทยประเภทผัดมีวิธีการปรุงที่ง่าย สะดวก รวดเร็ว วัตถุดิบ ที่นำมาปรุงก็หาง่ายมีขายอยู่ทั่วไปตามท้องตลาด ซึ่งต่างจากอาหารประเภทแกง ต้ม และเครื่องจิ้ม ซึ่งมีขั้นตอนการวิธีการปรุงที่ซับซ้อน เพราะส่วนประกอบมีหลายอย่าง โดยเฉพาะอาหารประเภทแกง ส่วนใหญ่จะมีไขมันค่อนข้างสูง รสชาติจัดจ้าน(เผ็ด) ส่วนอาหารประเภทเครื่องจิ้มสำหรับอาหารไทย เป็นประเภทน้ำพริกต่าง ๆ ซึ่งมีขั้นตอนการปรุงที่ยุ่งยาก และ

ต้องรับประทานกับเครื่องเคียงหรือผักหลายชนิดทำให้การประกอบอาหารเหล่านี้ต้องใช้เวลามากในการเตรียม และการปรุงรส จึงไม่เหมาะกับวิถีการดำรงชีวิตของคนในเมือง เช่น กรุงเทพมหานครที่ต้องเร่งรีบทำงานแข่งขันกับเวลา รวมทั้งลักษณะนิสัยการบริโภคของวัยรุ่นที่ชอบรับประทานอาหารง่าย ๆ ประเภทอาหารจานด่วน เป็นต้น จึงส่งผลให้ลักษณะการบริโภคอาหารไทยเปลี่ยนไปจากเดิม จึงเลือกที่จะบริโภคอาหารที่ปรุงง่าย เช่น อาหารประเภทผัดเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สว่างเดือน สวัสดิ์ (2549) ที่กล่าวว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น มีความรู้เรื่องอาหาร และโภชนาการอันมีผลต่อวัฒนธรรมและความเชื่อของแต่ละสังคมที่แตกต่างกันไปในเรื่องการบริโภคอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของสายชล บุญศิริเอื้อเพื่อ (2546) ที่กล่าวว่า การมีเวลาจำกัดทำให้คนส่วนใหญ่จำเป็นต้องใช้เวลาทำกิจกรรมต่าง ๆ น้อยลง โดยเฉพาะเรื่องการรับประทานอาหารและการประกอบอาหาร ซึ่งจะเลือกบริโภคอาหารสำเร็จรูป อาหารพร้อมบริโภค หรืออาหารที่สามารถรับประทานได้ทันทีเข้ามามีบทบาทเป็นอย่างมากกับวิถีชีวิตของคนเมืองที่ไม่มีเวลามากพอ ส่วนด้านรูปแบบการบริโภคอาหารไทย นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยโดยทำอาหารรับประทานที่บ้านบ่อยครั้ง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักศึกษาและผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับคุณค่าของอาหารไทย โดยคำนึงถึงอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้นจึงหันมาทำอาหารไทยรับประทานที่บ้านมากกว่าที่จะเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูปมาบริโภค ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของรัชชัย ไซยหมาน (2554) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมโดยธรรมชาติของมนุษย์มีวิวัฒนาการในการเลือกบริโภคอาหารที่ดีมีประโยชน์ทางโภชนาการ ตลอดจนการบริโภคอาหารที่สุกสะอาดและมีคุณภาพ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธนากร ทองประยูร (2546) ที่ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยของรัฐ ศึกษาเฉพาะกรุงเทพมหานคร พบว่า นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยอยู่ในระดับดี โดยการกินพืชผักผลไม้เป็นประจำ กินปลา กินเนื้อไม่ติดมัน ไข่ ถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ ดื่มนมกินอาหารที่ปราศจากการปนเปื้อนการดัดและลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

2. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเป็นความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เป็นความสัมพันธ์ระดับต่ำ ($r = .14$) กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับสรรพคุณประโยชน์ของวัตถุดิบในอาหารไทย ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารไทยเพิ่มขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับอาหารไทยอยู่ในระดับดีและดีมากจึงทำให้มีพฤติกรรมในการบริโภคอาหารไทยอย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดีด้วย โดยได้จากการเรียนรู้ และจากข้อมูลความรู้ด้านโภชนาการที่นักศึกษาได้รับส่วนใหญ่มักจะมาจากข่าวสารทางสื่อมวลชนต่าง ๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ วิทยุ และสื่อสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ รวมทั้งอินเทอร์เน็ต สื่อเหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สิริลักษณ์ สุวรรณ (2547) ที่กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นบางคนที่ชอบลองและชอบเลียนแบบจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม และยังสอดคล้องกับแนวคิดของ มุจลินท์ นัยจิต (2547) ที่กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารย่อมมีความเข้าใจเกี่ยวกับ

คุณค่าอาหารและการเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย โดยการศึกษาจากฉลากโภชนาการ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุกุล พลศิริ (2551) ที่ศึกษาเรื่องความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริลักษณ์ สุวรรณ (2547) ที่ศึกษาเรื่อง ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคสมุนไพรในอาหารไทยของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร พบว่า ความรู้ด้านคุณค่าของสมุนไพรที่มีต่อสุขภาพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ นิสิตนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยดุสิตธานี กรุงเทพมหานครกับสถานภาพส่วนบุคคลได้แก่ เพศ ระดับชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะที่กำลัง ศึกษา/สาขาวิชา ระดับการศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา อาชีพผู้ปกครอง และ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว พบว่าระดับชั้นปีที่กำลังศึกษาของนักศึกษามหาวิทยาลัยดุสิตธานี มีความสัมพันธ์ ในเชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกันกับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทย และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .132$ และ $r = .283$) กล่าวคือ นักศึกษา ส่วนใหญ่ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 3 ซึ่งได้ผ่านการเรียนรู้วิชาอาหารไทยรวมทั้งคุณค่าและประโยชน์ของ อาหารมาหลายครั้ง ส่งผลให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยเป็นประจำ

จึงมีความรู้ความเข้าใจและมีประสบการณ์เรื่องการบริโภคอาหารไทย และส่วนหนึ่งยังได้รับความรู้ จากผู้ปกครอง ซึ่งส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ทำให้มีความรู้เรื่องอาหารไทยไม่มากนักน้อยทำให้ สามารถปลูกฝังนิสัยการกินที่ถูกต้องแก่นักศึกษา ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธนากร ทองประยูร (2546) ที่ ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยของรัฐศึกษาเฉพาะ กรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารได้แก่ รูปแบบการบริโภค อาหารของครอบครัว ความรู้ด้านอาหารไทยและด้านโภชนาการ

ข้อเสนอแนะ

1. ความรู้ในเรื่องการบริโภคอาหารไทยด้านเอกลักษณ์ของอาหารไทย พบว่า ปัจจุบันนักศึกษาได้รับ อิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรมมาก คือ เพื่อนชักชวนให้นักศึกษารับประทานอาหารญี่ปุ่น อาหารเกาหลี อาหารยุโรป มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยด้านเอกลักษณ์ ดังนั้นทางหน่วยงาน ภาครัฐ ภาคเอกชน สถาบันการศึกษา และสถาบันครอบครัว ควรร่วมมือส่งเสริมความรู้ความเข้าใจ และ ปลูกฝังลักษณะนิสัยที่ดีในเรื่องการบริโภคอาหารที่เหมาะสม

2. ให้นิสิตนักศึกษาหรือเยาวชนมีบทบาทส่งเสริมและพฤติกรรมการกินที่เหมาะสมให้กับกลุ่มเพื่อนของ นักศึกษาเอง เพราะการที่เยาวชนได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการสร้างนวัตกรรม การ สื่อสารลงในอินเทอร์เน็ต หรือยูทูบ ที่มีเนื้อหาที่เหมาะสม และเข้าใจบริบทของเยาวชนเอง หรือการที่นักศึกษา มีส่วนร่วมโดยตรงในเรื่องการปรุงอาหารไทย

3. พฤติกรรมในการบริโภคอาหารไทย ด้านชนิดของอาหารไทยที่บริโภค พบว่า นักศึกษาไม่นิยมบริโภคอาหารประเภทแกงและเครื่องจิ้ม เพราะมีความเชื่อว่าแกงมีไขมันจากกะทิสูงรับประทานแล้วทำให้ร่างกายเกิดโรคอ้วน และประกอบกับการไม่รับประทานผัก เพราะมีรสขม จึงส่งผลให้นักศึกษาเลือกที่จะบริโภคอาหารที่ตนเองชอบ เช่น ไก่ทอด ไส้กรอก พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ซึ่งเห็นได้ว่าจะเกิดผลเสียต่อพฤติกรรมการบริโภคทางสังคม ดังนั้นทางสถาบันการศึกษา ควรส่งเสริมการจัดงานสัปดาห์วิชาการในเรื่องความรู้เกี่ยวกับอาหารไทย เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษารู้จักการเลือก และการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ และหลีกเลี่ยงอาหารที่ก่อให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน

รายการอ้างอิง

- กรรณิการ์ พรมเสาร์ และนันทา เบญจศิริรักษ์. (2542). **แกะรอยสำหรับไทย**. เชียงใหม่: สำนักพิมพ์วรรณรักษ์.
- เกศสิริ ปันธุระ. (2550). **เอกลักษณ์ของอาหารชาววัง : การคงอยู่และการส่งเสริมคุณค่า**. สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- กอบแก้ว นาจพิณิจ. (2542). **อาหารไทย**. กรุงเทพฯ: เสมาธรรม.
- กัญญารัตน์ ถนอมแสง. (2551). **ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2546). **เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: เทพนิมิตการพิมพ์.
- ธนากร ทองประยูร. (2546). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยของรัฐ : ศึกษาเฉพาะกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน) มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ธวัชชัย ไชยหมาน. (2554) **พฤติกรรมการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาริตมหาวิทยาลัยรามคำแหง**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา) มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- มุลินท์ นัยจิต. (2547). **ความรู้และพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้ฉลากโภชนาการของประชาชนในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน) มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สว่างเดือน สวัสดิ์. (2549). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารว่างของนักเรียนในโรงเรียนเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร**. ปริญญานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมใจ วิชัยดิษฐ์. (2541). **ปัญหาโภชนาการในวัยรุ่น-อันตรายจากการลดน้ำหนักของวัยรุ่นในกินเพื่อสุขภาพ**. กรุงเทพฯ: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง
- สุวัฒนา เลียบวัน. (2542). **อาหารท้องถิ่นไทย-ภาคกลาง**. กรุงเทพฯ: อัมรินทร์พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

สุริยะ เทศมี. (2549). **ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารพร้อมปรุงของบุคลากรมหาวิทยาลัยรามคำแหง.**
วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน) มหาวิทยาลัย
รามคำแหง.

สิริลักษณ์ สุวรรณ. (2547). **ความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคสมุนไพรในอาหารไทยของนิสิต นักศึกษา
มหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร.** ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์ศึกษา)
สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ศึกษา ภาควิชาอาชีพ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สายชล บุญศิริเอื้อเฟื้อ. (2546). **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภค
อาหารจานด่วนของผู้บริโภควัยทำงาน ย่านสีลม เขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อนุกุล พลศิริ. (2551). **ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษามหาวิทยาลัย
รามคำแหง.** วิทยานิพนธ์ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

อัฐนารถ โฆษิตนรงค์. (2549). **พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย:
กรณีศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทรา** ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์ศึกษา) สาขาวิชา
คหกรรมศาสตร์ศึกษา ภาควิชาอาชีพศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.



นายเอกพล บุญช่วยชู วุฒิการศึกษา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาคหกรรมศาสตร์
เพื่อพัฒนาชุมชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง อาจารย์ประจำ
สาขาวิชาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร คณะอุตสาหกรรมบริการ
วิทยาลัยดุสิตธานี