

ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

The Relationship between Attitude, Drink Consumption Behavior and Nutritional Status of Students at Songkhla Rajabhat University

นิโรสลิตา นิเลาะ¹, จิราวรรณ ต่อลิ๊ะ², อาติยะห์ ยูโซะ³, พรชัย พุทธิรักษ์^{1*}

¹ สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

* pornchai.pu@skru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา 2) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มกับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา และ 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test, F-test และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษาส่วนใหญ่มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดีร้อยละ 82.0 มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 88.5 และนักศึกษามีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 48.7 2) นักศึกษาที่มีเพศ คณะที่ศึกษา ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม และปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวันต่างกัน มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมแตกต่างกัน นักศึกษาที่มีเพศ คณะที่ศึกษา และช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่มต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมแตกต่างกัน และ 3) ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา มีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .408$)

คำสำคัญ: ทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม ภาวะโภชนาการ

Abstract

This research aimed 1) to study attitude, drinking behavior and nutritional status, 2) to compare attitude and dinking behavior classified by demographic data, and 3) to analyze the relationship between attitude, drinking behavior and nutritional status among students of Songkhla Rajabhat University. The sample consistent of 400 students in Songkhla Rajabhat University. The research tool was questionnaire for data collection. Data were analyzed by a statistical software package. Data analysis were used and presented by percentage, mean, standard deviation, t-test, F-test, and Pearson product moment correlation coefficient.

The results showed that: 1) most of the students was a good level for drink consumption attitude (82.0%), drinking behavior was a medium level (88.5%) and nutritional status of students were lower than the standard criteria (48.7%). 2) The students who has a different gender, faculty, duration of drinking and drinking consumption per day it was found that drink consumption attitude was different. The students who has a different gender, faculty and duration of drinking it was found that drink consumption behavior was different. 3) The students' drink consumption attitude and drink consumption behavior had a positive relationship at the .01 significant level ($r=.408$).

Keywords: Attitude, Drink Consumption Behavior, Nutritional Status

1. บทนำ

“น้ำ” เป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกาย ดังนั้น น้ำที่ดื่มจะต้องสะอาด ปลอดภัย และปราศจากเชื้อโรค (จันทวัน เบญจวรรณ, 2562) ประโยชน์ของน้ำจะช่วยให้การย่อยอาหาร การดูดซึมอาหาร และการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย น้ำที่ดื่มจะเข้าไปทดแทนน้ำในส่วนที่ร่างกายสูญเสียไปในรูปแบบของเหงื่อ ปัสสาวะ และน้ำตา แต่ปัจจุบันประชากรส่วนใหญ่บริโภคเครื่องดื่มรสหวานแทนที่การบริโภคน้ำดื่ม หรือที่เรียกว่า เครื่องดื่มรสหวาน ส่วนหนึ่งมาจากความเร่งรีบในการดำเนินชีวิต และรสชาติของเครื่องดื่มที่มีให้เลือกหลากหลาย สามารถหาซื้อได้ง่าย และรสชาติอร่อยถูกปาก ด้วยสภาพภูมิอากาศของประเทศไทยที่เป็นเมืองร้อนชื้น ทำให้คนส่วนใหญ่ต้องการเครื่องดื่มที่ช่วยแก้ดับกระหายเพื่อทำให้รู้สึกสดชื่นมากขึ้น เครื่องดื่มที่นิยมในปัจจุบันจะเป็นเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น นม กาแฟ ชา โกโก้ น้ำผลไม้ น้ำผัก เครื่องดื่มสมุนไพร เครื่องดื่มคอลลาเจน และเครื่องดื่มวิตามินซี (สุพรรณษา เทียมประสิทธิ์, 2561) ซึ่งเครื่องดื่มเหล่านี้มีทั้งคุณประโยชน์และโทษที่ส่งผลต่อภาวะโภชนาการของผู้บริโภค การปรับเปลี่ยนรสนิยม การบริโภคของคนในปัจจุบัน ส่งผลทำให้ทัศนคติและพฤติกรรมในการบริโภคเครื่องดื่มเปลี่ยนแปลงไป เมื่อบริโภคเป็นเวลานาน ส่งผลให้คนเหล่านั้นมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน เพราะในเครื่องดื่มที่มีรสหวานจะมีส่วนประกอบของนมข้นหวาน ครีมเทียม และน้ำตาล ซึ่งหากบริโภคติดต่อกันเป็นเวลานาน ส่วนผสมเหล่านี้จะสามารถแปลงเป็นไขมันที่ส่งผลเสียต่อร่างกาย และเป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง

ปัจจุบันการบริโภคเครื่องดื่มเป็นที่นิยมกันมาก โดยเฉพาะในกลุ่มของนักศึกษาที่ชอบบริโภคเครื่องดื่มที่มีปริมาณน้ำตาลสูง ซึ่งถ้าดื่มเป็นประจำจะส่งผลทำให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและโรคในกลุ่ม NCDs (Non-Communicable Diseases) ตามมา ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม ที่อาจจะส่งผลต่อภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เพื่อนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. ศึกษาทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มกับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
3. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

2. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยที่มุ่งศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มและภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน และรายละเอียดดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จาก 7 คณะ ได้แก่ คณะวิทยาการจัดการ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะครุศาสตร์ คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะศิลปกรรมศาสตร์ และคณะเทคโนโลยีการเกษตร จำนวน 9,137 คน (สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน, 2564)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ ทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane, 1967 อ้างถึงใน ธานีพร ศิลปจารุ, 2549) ค่าคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ร้อยละ 5 ที่ความเชื่อมั่นร้อยละ 95 จากจำนวนนักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จาก 7 คณะ จำนวน 9,137 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง 400 คน

วิธีการคำนวณสูตร ของยามาเน

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n = จำนวนตัวอย่างที่จะต้องทำการสุ่ม

N = จำนวนประชากรทั้งหมด

e = ค่าความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่าง (0.05)

$$\text{แทนค่า } n = \frac{9,137}{1 + 9,137 (0.05)^2}$$

$$= 399.95 \approx 400$$

ดังนั้น ได้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 400 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยใช้คณะเป็นชั้น จากจำนวนนักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จาก 7 คณะ จำนวน 9,137 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคล ทักษะคิด และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มจำนวน 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลเป็นแบบสอบถามชนิดเลือกตอบ (check list) ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา คณะที่ศึกษา โรคประจำตัว ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม และปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวัน

ตอนที่ 2 ภาวะโภชนาการ เป็นแบบสอบถามชนิดปลายเปิด (open-ended) ได้แก่ น้ำหนัก ส่วนสูง

ตอนที่ 3 ทักษะคิดการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า ของลิเคิร์ท (Likert Scale) 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (บุญชม ศรีสะอาด, 2560)

ระดับคะแนนของทักษะคิดการบริโภคเครื่องดื่มแบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์ความกว้างอันตรภาคชั้น ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2543)

$$\text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}}$$

โดยคะแนนสูงสุดรวมทั้งฉบับ 75 คะแนน

คะแนนต่ำสุดรวมทั้งฉบับ 15 คะแนน

$$\text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} = \frac{75-15}{3} = 20$$

เกณฑ์การแปลผลคะแนน

55 – 75 หมายถึง มีทักษะคิดการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดี

35 – 54 หมายถึง มีทักษะคิดการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับปานกลาง

15 – 34 หมายถึง มีทักษะคิดการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับไม่ดี

ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ คือ ดื่มเป็นประจำ ดื่มน้อยครั้ง ดื่มนาน ๆ ครั้ง และไม่เคื่อดื่มเลย (บุญชม ศรีสะอาด, 2560)

ระดับคะแนนของพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแบ่งออกเป็น 3 ระดับโดยใช้เกณฑ์ความกว้างอันตรภาคชั้น ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2543)

$$\text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}}$$

โดยคะแนนสูงสุดรวมทั้งฉบับ 60 คะแนน

คะแนนต่ำสุดรวมทั้งฉบับ 15 คะแนน

$$\text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} = \frac{60-15}{3} = 15$$

เกณฑ์การแปลผลคะแนน

- 46 – 60 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มที่ดี
31 – 45 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มปานกลาง
15 – 30 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มที่ไม่ดี

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาในแต่ละคณะตามที่กำหนดกลุ่มตัวอย่าง
2. ตรวจสอบความถูกต้องและสมบูรณ์ของแบบสอบถาม คัดเลือกข้อมูลที่ต้องสมบูรณ์เท่านั้น
3. นำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

1. ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามตอนที่ 1, 2, 3 และ 4 จากการศึกษาเอกสารต่าง ๆ หนึ่งสัปดาห์ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็น

แนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. นำแบบสอบถามที่สร้าง เสนอคณะกรรมการที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบ และปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ
3. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบ เพื่อหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

หรือค่าสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ของแบบสอบถาม

วัตถุประสงค์การวิจัยด้วยค่า IOC (Index of Item Objective Congruence) โดยใช้สูตรของ IOC ดังนี้ (สุรพงษ์ คงสัตย์ และธีรชาติ ธรรมวงศ์, 2551)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทนดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence)

$\sum$	แทน	ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
R	แทน	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญต่อคำถามแต่ละข้อ
N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

สำหรับเกณฑ์การให้คะแนน มีดังนี้

- +1 หมายถึง คำถามนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย
-1 หมายถึง คำถามนั้นไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย
0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าคำถามนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

เกณฑ์การแปลความหมาย มีดังนี้

- ค่า IOC $\geq$.50 หมายความว่า คำถามนั้นตรงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
ค่า IOC $<$.50 หมายความว่า คำถามนั้นไม่ตรงวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถามด้านทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ยของดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ได้เท่ากับ 0.911 และ 0.956 ตามลำดับ

4. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์ความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป หากได้ค่าความเชื่อมั่นใกล้ 1 แสดงว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีค่าความเชื่อมั่นค่อนข้างสูง สามารถนำแบบสอบถามนี้ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ทำวิจัยได้ หากได้ค่าความเชื่อมั่นน้อยกว่า 0.40 แสดงว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีค่าความเชื่อมั่นต่ำไม่สามารถนำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ทำวิจัยได้ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้แบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นโดยรวมด้านทัศนคติเท่ากับ 0.804 และด้านพฤติกรรม เท่ากับ 0.849 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความเชื่อมั่นในระดับสูง

5. นำเครื่องมือที่ได้รับจากการตรวจสอบและหาค่าความเชื่อมั่นแล้วนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผล โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา คณะที่ศึกษา โรคประจำตัว ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม และปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวัน โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย และค่าร้อยละ

ตอนที่ 2 ภาวะโภชนาการของนักศึกษา ใช้น้ำหนักและส่วนสูงมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยคำนวณหาค่าดัชนีมวลกาย (BMI)

ตอนที่ 3 ทศนคติการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้สถิติเชิงอนุมานเป็นข้อมูลประเภทอันตรภาคชั้น (Interval Scale)

ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้สถิติเชิงอนุมานเป็นข้อมูลประเภทอันตรภาคชั้น (Interval Scale)

ตอนที่ 5 เปรียบเทียบทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มกับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ t-test ในกรณีที่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 2 กลุ่ม และ F-test (One-Way ANOVA) ในกรณีที่กลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่มขึ้นไป หากพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จะทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe')

ตอนที่ 6 หาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson correlation Coefficient)

3. ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 62.0 และเพศชายร้อยละ 38.0 มีอายุ 20-21 ปี ร้อยละ 51.7 รองลงมาอายุ 22 ปีขึ้นไป ร้อยละ 25.5 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 55.8 รองลงมานับถือศาสนาอิสลามร้อยละ 43.2 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 27.8 รองลงมาชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 27.4 ชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 25.3 และชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 19.5 ตามลำดับ ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในคณะวิทยาการจัดการร้อยละ 31.8 รองลงมาคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ร้อยละ 23.7 คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีร้อยละ 15.7 คณะครุศาสตร์ร้อยละ 11.0 คณะศิลปกรรมศาสตร์ร้อยละ 6.5 คณะเทคโนโลยีการเกษตรร้อยละ 6.3 และคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมร้อยละ 5.0 ตามลำดับ นักศึกษากลุ่มตัวอย่างไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 89.0 และมีโรคประจำตัวร้อยละ 11.0 มีช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่มพร้อมอาหารว่าง พบปะสังสรรค์กับเพื่อน หรือช่วงเวลาอ่านหนังสือร้อยละ 60.4 รองลงมาดื่มพร้อมอาหารมื้อหลัก ร้อยละ 33.3 ซึ่งมีปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวัน 1-2 แก้ว/ขวด/กล่อง/กระป๋องร้อยละ 54.7 รองลงมา 3-4 แก้ว/ขวด/กล่อง/กระป๋องร้อยละ 31.5 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

(n=400)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	152	38.0
หญิง	248	62.0
รวม	400	100.0
อายุ		
18-19 ปี	91	22.8
20-21 ปี	207	51.7
22 ปีขึ้นไป	102	25.5
รวม	400	100.0

ตารางที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา (ต่อ)

(n=400)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ศาสนา		
พุทธ	223	55.8
อิสลาม	173	43.2
คริสต์	4	1.0
รวม	400	100.0
ระดับการศึกษา		
นักศึกษาชั้นปีที่ 1	78	19.5
นักศึกษาชั้นปีที่ 2	111	27.8
นักศึกษาชั้นปีที่ 3	101	25.3
นักศึกษาชั้นปีที่ 4	110	27.4
รวม	400	100.0
คณะที่ศึกษา		
คณะวิทยาการจัดการ	127	31.8
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	63	15.7
คณะครุศาสตร์	44	11.0
คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม	20	5.0
คณะเทคโนโลยีการเกษตร	25	6.3
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	95	23.8
คณะศิลปกรรมศาสตร์	26	6.4
รวม	400	100.0
โรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	356	89.0
มีโรคประจำตัว	44	11.0
รวม	400	100.0
ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม		
พร้อมอาหารมื้อหลัก	133	33.3
หลังอาหารมื้อหลัก	16	4.0
พร้อมอาหารเวลาว่าง, พบปะสังสรรค์กับเพื่อน, และช่วงเวลาด้านหนังสือ	242	60.4
ก่อนนอน	9	2.3
รวม	400	100.0
ปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวัน		
1-2 แก้ว/ขวด/กล่อง/กระป๋อง	219	54.7
3-4 แก้ว/ขวด/กล่อง/กระป๋อง	126	31.5
มากกว่า 4 แก้ว/ขวด/กล่อง/กระป๋อง	55	13.8
รวม	400	100.0

ตอนที่ 2 ผลการศึกษาภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษามีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 48.7 รองลงมาภาวะโภชนาการอยู่ในระดับปกติร้อยละ 43.5 และมีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับเกินกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 7.8 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

(n=400)

ภาวะโภชนาการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ภาวะโภชนาการ		
ภาวะโภชนาการต่ำ (< 18.50)	195	48.7
ภาวะโภชนาการปกติ (18.50-22.90)	174	43.5
ภาวะโภชนาการเกิน (>22.90)	31	7.8
รวม	400	100.0

ตอนที่ 3 ผลการศึกษาระดับทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมของนักศึกษาส่วนใหญ่มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดีร้อยละ 82.0 และมีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 18.0 ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ระดับทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

(n=400)

ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่ม	จำนวน	ร้อยละ
ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวม		
มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดี (55-75 คะแนน)	328	82.0
มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับปานกลาง (35-54 คะแนน)	72	18.0
มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับไม่ดี (15-34 คะแนน)	-	-
รวม	400	100.0

ตอนที่ 4 ผลการศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมของนักศึกษาส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 88.4 และมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดีและไม่ดี ร้อยละ 5.8 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ระดับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

(n=400)

พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม	จำนวน	ร้อยละ
พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวม		
มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มที่ดี (46-60 คะแนน)	23	5.8
มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มปานกลาง (31-45 คะแนน)	354	88.4
มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มไม่ดี (15-30 คะแนน)	23	5.8
รวม	400	100.0

ตอนที่ 5 ผลการเปรียบเทียบทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่ม กับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีเพศ คณะที่ศึกษา ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม และมีปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวันต่างกัน มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 5 และตารางที่ 6

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีเพศต่างกัน

(n=400)

ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวม	เพศของนักศึกษา				t	P
	ชาย (n=152)		หญิง (n=248)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมด้านเพศ	3.92	.275	3.90	.332	.473	.021

$P \leq .05$

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน

(n=400)

ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวม กับปัจจัยส่วนบุคคล	Source	Df	SS	MS	F	P
คณะที่ศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	6	4.064	.677	7.685	.000
	ภายในกลุ่ม	393	34.641	.088		
	รวม	399	38.706			
ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม	ระหว่างกลุ่ม	3	1.739	.580	6.210	.000
	ภายในกลุ่ม	396	36.967	.093		
	รวม	399	38.706			
ปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวัน	ระหว่างกลุ่ม	2	1.244	.622	6.593	.002
	ภายในกลุ่ม	397	37.461	.094		
	รวม	399	38.706			

$P \leq .05$

ตอนที่ 6 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม กับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีเพศ คณะที่ศึกษา และช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่มต่างกัน มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 7 และตารางที่ 8

ตารางที่ 7 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีเพศต่างกัน

						(n=400)
พฤติกรรมกรบริโภคเครื่องดื่มโดยรวม	เพศของนักศึกษา				t	P
	ชาย (n=152)		หญิง (n=248)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
พฤติกรรมกรบริโภคเครื่องดื่ม	2.53	2.65	2.51	.365	.433	.002

$P \leq .05$

ตารางที่ 8 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน

(n=400)

พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม โดยรวมกับปัจจัยส่วนบุคคล	Source	Df	SS	MS	F	P
คณะที่ศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	6	4.162	.694	6.900	.000
	ภายในกลุ่ม	393	39.511	.101		
	รวม	399	43.673			
ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม	ระหว่างกลุ่ม	3	1.244	.415	3.869	.009
	ภายในกลุ่ม	396	42.430	.107		
	รวม	399	43.673			

$P \leq .05$

ตอนที่ 7 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า ทัศนคติกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา มีความสัมพันธ์กันเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อยู่ในระดับปานกลาง ($r=.408$) กล่าวคือ นักศึกษาที่มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มที่ดี จะมีแนวโน้มมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดีด้วย ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

(n = 400)

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร	ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่ม (r)	พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม (r)	ภาวะโภชนาการ (r)
ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่ม	1.00	.408**	-.002
พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม		1.00	-.078
ภาวะโภชนาการ			1.00

**p ≤ .01

4. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา มีประเด็นที่น่าสนใจในการอภิปรายดังนี้

ทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ผลวิจัยพบว่า นักศึกษามีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมอยู่ในระดับดีร้อยละ 82.0 ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ สุดปรารถนา หนึ่งน้ำใจ และคนอื่น ๆ (2564) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคขนมขมขื่น ของนิสิตคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติการบริโภคขนมขมขื่นอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 68.0

พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จากการศึกษาพบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 88.5 ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ อภิญา อุดระชัย และ กริช เรืองไชย (2561) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ พฤติกรรมการบริโภคขนม และเครื่องดื่มรสหวาน และภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการบริโภคขนมและเครื่องดื่มรสหวานทั้งภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก เพราะนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับดีมาก ทำให้ไม่บริโภคเครื่องดื่มที่มีรสหวานมากเกินไป

ภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 48.7 ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ อภิญา อุดระชัย และ กริช เรืองไชย (2561) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ พฤติกรรมการบริโภคขนมและเครื่องดื่มรสหวานและภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ผลวิจัยพบว่า เกณฑ์น้ำหนักตามส่วนสูงพบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดถึงอ้วนร้อยละ 26.94 เริ่มอ้วนร้อยละ 11.39 กลุ่มตัวอย่างที่มีน้ำหนักตามอายุค่อนข้างมากและมากร้อยละ 26.39 กลุ่มตัวอย่างที่ค่อนข้างเตี้ยร้อยละ 23.06 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักศึกษาระดับอุดมศึกษา มีการศึกษาและเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม หรือโทษของเครื่องดื่ม และมีความรู้มากกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ทำให้นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาสามารถเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มที่มีประโยชน์ได้ดีกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ผลการเปรียบเทียบทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่ม กับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาที่มีเพศ คณะที่ศึกษา ช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่ม และมีปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มต่อวันต่างกัน มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ นักศึกษาที่มีช่วงระยะเวลาการดื่มเครื่องดื่มในช่วงหลังอาหารมื้อหลัก มีทัศนคติดีกว่านักศึกษาที่ดื่มเครื่องดื่มรสหวานช่วงก่อนนอน เพราะการดื่มหลังอาหารมื้อหลักจะทำให้ร่างกายสามารถนำพลังงานไปใช้กับการทำงานหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นได้ แต่การดื่มเครื่องดื่มรสหวานก่อนนอนจะส่งผลเสียต่อร่างกาย ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงและน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น เพราะถ้าร่างกายใช้พลังงานจากน้ำตาลไม่หมด จะสะสมอยู่ในรูปไขมันส่วนเกิน

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มกับปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษาที่มี เพศ คณะที่ศึกษา และช่วงระยะเวลาที่ดื่มเครื่องดื่มต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ นักศึกษาเพศชาย มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มดีกว่านักศึกษาหญิง นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะวิทยาการจัดการ มีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มดีกว่านักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และนักศึกษาที่ดื่มเครื่องดื่มหลังอาหารมื้อหลัก มีพฤติกรรมดีกว่านักศึกษาที่ดื่มเครื่องดื่มพร้อมกับอาหารมื้อหลัก

ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา มีความสัมพันธ์กันอย่างไรมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความสัมพันธ์เป็นเชิงบวกหรือเป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยมีความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง ($r=.408$) กล่าวคือ นักศึกษาที่มีทัศนคติการบริโภคเครื่องดื่มที่ดีจะมีแนวโน้มมีพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มอยู่ในระดับที่ดีด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของ กฤติน ชุมแก้ว และ ชีพสมุน รังสยาธร (2557) ได้ศึกษาเรื่องความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา ที่พบว่า ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา มีความสัมพันธ์กันเชิงบวก

5. กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติ พฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่ม และภาวะโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีต้องขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ประจำหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้สละเวลาในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาในการศึกษาค้นคว้าวิจัย ตลอดจนการตรวจแก้ไขงานวิจัยจนกระทั่งเสร็จสมบูรณ์ และขอขอบคณนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม เพื่อให้งานวิจัยเรื่องนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

6. เอกสารอ้างอิง

- กฤติน ชุมแก้ว และ ชีพสมุน รังสยาธร. (2557). ความรู้ ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา. *วารสารวิทยาศาสตร์เกษตรศาสตร์*, 35(1), 16-29.
- จันทวัน เบญจวรรณ. (2562). *ทรัพยากรน้ำ*. เข้าถึงได้จาก <http://1ab.in/4e1>.
- ธานินทร์ ศิลปจารุ. (2549). *การวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยSPSS*. กรุงเทพฯ: บริษัทอินเตอร์พรีนซ์.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สุวิทย์สาส์น.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2543). *คู่มือการวิจัย: การวิจัยเชิงปฏิบัติ* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล.
- สำนักงานส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน. (2564). *จำนวนนักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา*. เข้าถึงได้จาก http://regis.skru.ac.th/RegisWeb/webpage/information_std.php.
- สุดปรารถนา หนึ่งน้ำใจ, กรรณิกา แสนสุข, กิตติมา วงษ์คำ, ชนาการ์ต จันทะวงศ์, ชมพวรรณ กันตา, ปารณา ภักดีแดง, มนตรี ศรีอุทัย, รัตนพงศ์ นิลรัตน์, ณรงค์ ใจเที่ยง. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคขนมขบเคี้ยว ของนิสิตคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*, 15(36), 63-70.
- สุพรรณษา เทียมประสิทธิ์. (2561). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับอาหารและเครื่องดื่ม*. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- สุรพงษ์ คงสัตย์ และ อธิชาติ ธรรมวงศ์. (2551). *การหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม (IOC)*. เข้าถึงได้จาก <https://www.mcu.ac.th/article/detail/14329>.
- อภิญา อุตรชัย และ กริช เรืองไชย. (2561). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ พฤติกรรมการบริโภคขนมและเครื่องดื่มรสหวานและภาวะโภชนาการ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. *วารสารมหาวิทยาลัยนครพนม*, 61(25), 59-102.