การทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารของนิสิตนักศึกษา

Experiment on Default Option Bias in Food Choices of Undergraduate Students

โครงการพัฒนาเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรม
เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทย

กิจกรรมหลัก 58-002 **รหัสโครงการ** 57-02605

เสนอโดย
คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
และสำนักงานวิจัยและพัฒนาเพื่อการแปรงานวิจัยสุขภาพสู่การปฏิบัติ
ภายใต้การสนับสนุนของกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ธันวาคม 2559

การทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน ในการเลือกอาหารของนิสิตนักศึกษา

Experiment on Default Option Bias in Food Choices of Undergraduate Students

อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์

อ.ดร.นพพล วิทย์วรพงศ์

รศ.ดร.ธนะพงษ์ โพธิปิติ

อ.ดร.สันต์ สัมปัตตะวนิช

ผศ.ดร.ธานี ชัยวัฒน์

และ ผศ.นพ.ธีระ วรธนารัตน์

คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

และสำนักงานวิจัยและพัฒนาเพื่อการแปรงานวิจัยสุขภาพสู่การปฏิบัติ

ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คำนำ

งานวิจัย “การทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารของนิสิตนักศึกษา” เป็นส่วนหนึ่งของโครงการพัฒนาเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทย โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารและเครื่องดื่มของกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษา ซึ่งจะนำไปสู่การขยายผลในการออกแบบนโยบายที่สะกิดให้ผู้บริโภคเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพต่อไป โครงการนี้ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ผู้วิจัยหวังอย่างยิ่งว่างานวิจัยนี้จะเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างองค์ความรู้ของการออกแบบนโยบายโดยใช้เศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาวะในประเทศไทยและจะสามารถนำไปต่อยอดได้ทั้งในด้านวิชาการและนโยบายต่อไปในอนาคต

คณะผู้วิจัย

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ให้การสนับสนุนคณะผู้วิจัยของโครงการย่อยการทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารของนิสิตนักศึกษา ในโครงการพัฒนาเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทย

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ นพ.ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์ ที่ช่วยผลักดันให้โครงการนี้และเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทยเกิดขึ้น

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ ผศ. ดร.อุบล ชื่นสำราญ ที่ช่วยในการประสานงานกับครัวสวนดุสิตในการเตรียมชุดอาหารสำหรับการทดลอง

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณสยามพารากอน ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต ซุพรีมคอมเพล็กซ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมหาวิทยาลัยสวนดุสิตที่เอื้อเฟื้อสถานที่สำหรับทำการทดลอง

คณะผู้วิจัยได้รับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงงานวิจัยนี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นจากผู้ทรงคุณวุฒิและนักวิจัยใครเครือข่ายกลุ่มอาหารของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสถาบันวิจัยป๋วย อึ๊งภากรณ์ ธนาคารแห่งประเทศไทย

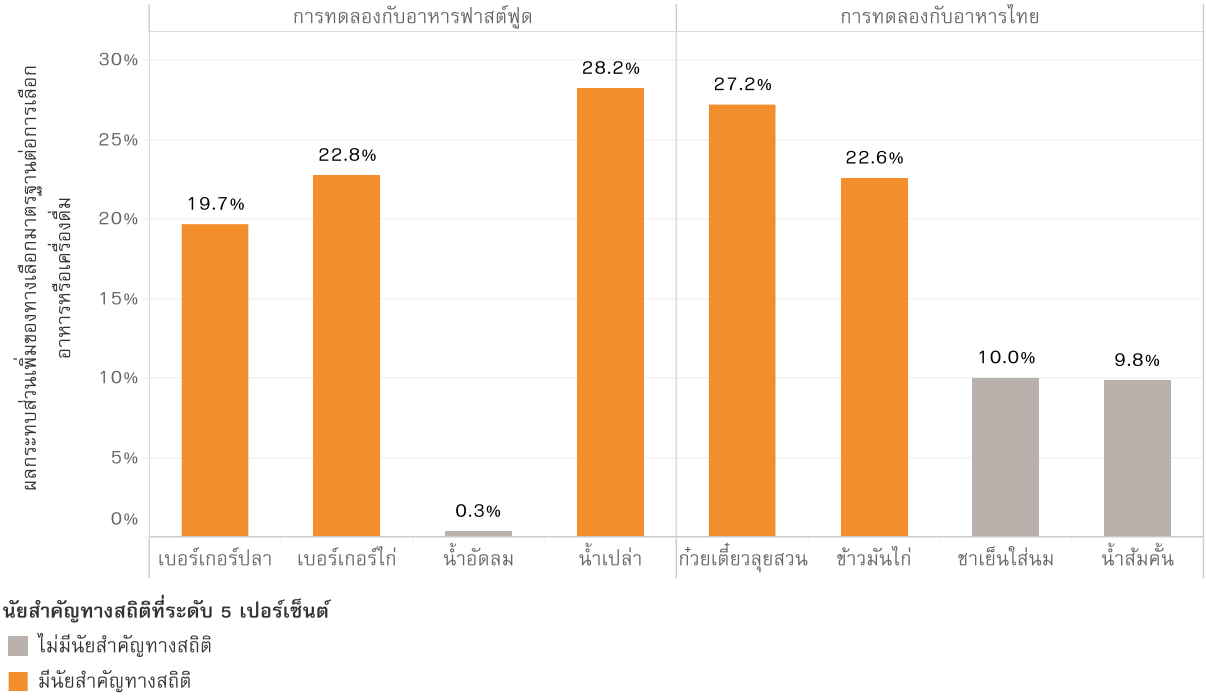
คณะผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ช่วยวิจัยและบุคคลผู้เกี่ยวข้องในโครงการพัฒนาเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทยที่ทำให้งานวิจัยชิ้นนี้เสร็จสิ้นได้ด้วยดี

บทสรุปผู้บริหาร
(Executive Summary)

การประยุกต์ใช้เศรษฐศาสตร์พฤติกรรม (Behavioral Economics) ในการออกแบบนโยบายได้รับความสนใจมากขึ้นเรื่อย ๆ จากทั้งผู้ออกแบบนโยบายและนักวิชาการ เนื่องจากนโยบายแบบดั้งเดิมที่เน้นการให้ข้อมูลกับผู้บริโภคไม่มีประสิทธิผลเท่าที่ควร ซึ่งเกิดจากข้อจำกัดของผู้บริโภคที่ไม่สามารถเลือกสิ่งที่ดีที่สุดกับตนเองได้แม้ว่าจะได้รับข้อมูลเกี่ยวกับข้อดีและข้อเสียของทางเลือกต่าง ๆ อย่างครบถ้วนแล้วก็ตาม (นพพล วิทย์วรพงศ์และคณะ, พ.ศ. 2560) ดังนั้น นโยบายแบบใหม่จึงมีแนวคิดว่าจะสะกิด (Nudge) ผู้บริโภคซึ่งมีความโน้มเอียงเชิงพฤติกรรม (Behavioral Bias) ให้เลือกทางเลือกที่ดีที่สุดกับตนเองโดยไม่ได้ไปจำกัดทางเลือกของผู้บริโภคแต่อย่างใด

เครื่องมือหนึ่งที่ใช้สะกิดผู้บริโภคได้คือ ทางเลือกมาตรฐาน (Default Option) ซึ่งหมายถึงทางเลือกที่ถูกเลือกโดยอัตโนมัติหากผู้บริโภคไม่ได้เจาะจงว่าจะเลือกทางเลือกอื่นใด งานวิจัยในอดีตพบว่าผู้บริโภคมีแนวโน้มที่จะเลือกทางเลือกมาตรฐานโดยเฉพาะกรณีที่ผู้บริโภคมิได้ชอบทางเลือกใดทางเลือกหนึ่งอย่างมากหรือกรณีที่ผู้บริโภคไม่ทราบข้อดีข้อเสียของทางเลือกแต่ละทาง อย่างไรก็ตาม ผู้บริโภคมักจะคุ้นเคยกับทางเลือกในการบริโภคอาหารอย่างดีอยู่แล้ว ซึ่งอาจจะทำให้เกิดข้อจำกัดในการใช้ทางเลือกมาตรฐานในการจูงใจให้ผู้บริโภค ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน (Default Option Bias) ในการเลือกอาหารของกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษา และเพื่อประเมินประสิทธิผลของทางเลือกมาตรฐานในการสะกิดให้กลุ่มตัวอย่างเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพ องค์ความรู้ที่ได้จากการทดลองจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายการส่งเสริมสุขภาวะด้านการบริโภคอาหารที่มีประสิทธิภาพต่อไป

เพื่อประเมินผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานต่อการพฤติกรรมการเลือกอาหาร ผู้วิจัยจะทำการทดลองภาคสนาม (Field Experiment) โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือนิสิตนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ในการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้เลือกชุดอาหารจากรายการอาหารที่มีทางเลือกมาตรฐานแตกต่างกันเพื่อเป็นค่าชดเชยการเสียเวลาในการตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพและการบริโภคอาหาร การทดลองแบ่งเป็นสองการทดลองย่อย ได้แก่ การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดและการทดลองกับอาหารไทย



สรุปผลกระทบส่วนเพิ่มของทางเลือกมาตรฐานต่อการเลือกอาหารและเครื่องดื่ม

สถานที่ทำการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดคือบริเวณร้านแมคโดนัล 3 สาขา ได้แก่ สยามพารากอน ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต และสุพรีมคอมเพล็กซ์ ในการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะเลือกชุดอาหารของร้านอาหารแมคโดนัล ซึ่งประกอบด้วยอาหารจานหลัก ได้แก่เบอร์เกอร์ปลาหรือเบอร์เกอร์ไก่ และเครื่องดื่ม ได้แก่น้ำอัดลมหรือน้ำเปล่า ส่วนสถานที่ทำการทดลองกับอาหารไทยคือบริเวณโรงอาหารของมหาวิทยาลัย 3 แห่ง ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ในการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะเลือกชุดอาหารไทย ซึ่งประกอบด้วยอาหารจานหลัก ได้แก่ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนหรือข้าวมันไก่ และเครื่องดื่ม ได้แก่ชาเย็นใส่นมหรือน้ำส้มคั้น รายการอาหารที่แจกให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหารมี 5 แบบในแต่ละการทดลองย่อย รายการอาหารแต่ละแบบจะมีอาหารหรือเครื่องดื่มแต่ละชนิดเป็นทางเลือกมาตรฐาน หรือไม่มีทางเลือกมาตรฐานเลย หากผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน ทางเลือกมาตรฐานของอาหารหรือเครื่องดื่มในรายการอาหารจะทำให้ผู้เข้าร่วมทดลองจะมีแนวโน้มที่จะเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มชนิดนั้น ๆ มากขึ้น

รูปข้างต้นสรุปผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานต่อการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่ม ผลการทดลองชี้ให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารในทุกกรณี ไม่ว่าอาหารจะมีคุณค่าทางโภชนาการคล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกันก็ตาม โดยทางเลือกมาตรฐานของอาหารจะทำให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกทางเลือกนั้น ๆ เพิ่มขึ้นประมาณร้อยละ 20 จุดเป็นอย่างน้อย แต่ทางเลือก

มาตรฐานของเครื่องดื่มมีผลเฉพาะกรณีที่ใช้น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการนำทางเลือกมาตรฐานของอาหารจานหลักและน้ำเปล่าไปขยายผลในการออกแบบนโยบายที่สะกิดให้ผู้บริโภคเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพต่อไป อย่างไรก็ตาม บริบทของการตัดสินใจเลือกอาหารของผู้บริโภคมีปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อการเลือกอาหารอีก ซึ่งอาจจะทำให้ทางเลือกมาตรฐานมีผลมากขึ้นหรือน้อยลงก็ได้ นอกจากนี้ รูปแบบทางเลือกและการใช้ทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารอาจจะแตกต่างจากในการทดลอง ดังนั้น การใช้ทางเลือกมาตรฐานต้องมีการออกแบบและประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของการตัดสินใจและประเมินผลกระทบต่อไป

บทคัดย่อ

ทางเลือกมาตรฐาน (Default Option) คือทางเลือกที่ถูกเลือกโดยอัตโนมัติหากผู้บริโภคไม่ได้เจาะจงว่าจะเลือกทางเลือกอื่นใด งานวิจัยในอดีตพบว่าผู้บริโภคมีแนวโน้มที่จะเลือกทางเลือกมาตรฐาน งานวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน (Default Option Bias) ในการเลือกอาหารและเครื่องดื่มของกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษาโดยใช้การทดลองภาคสนาม (Field Experiment) ซึ่งทำกับทั้งอาหารฟาสต์ฟูดและอาหารไทย ผลการทดลองแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร ไม่ได้จำกัดแค่เฉพาะอาหารฟาสต์ฟูดเท่านั้น แต่ความโน้มเอียงเกิดขึ้นกับอาหารไทยซึ่งผู้เข้าร่วมการทดลองคุ้นเคยอยู่แล้วอีกด้วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่น ๆ ทางเลือกมาตรฐานจะทำให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกทางเลือกนั้น ๆ เพิ่มขึ้นร้อยละ 20 จุดเป็นอย่างน้อย อย่างไรก็ตาม ทางเลือกมาตรฐานของเครื่องดื่มมีผลต่อการเลือกเครื่องดื่มเฉพาะบางกรณี ความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารสามารถนำไปขยายผลในการออกแบบนโยบายที่สะกิด (Nudge) ให้ผู้บริโภคเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพต่อไปได้

Abstract

Previous literature found that consumers exhibit default option bias—a tendency to choose the default option. This research aims to conduct field experiment to assess the default option bias among undergraduate students in fast food and Thai food choices. The experiment results show that subjects exhibit strong default option bias not only in fast food choice, but in Thai food choice where alternatives are familiar to the subjects as well. When controlling for other factors, a default option increases the probability of choosing that option by at least 20 percentage point. However, the effect of default option on beverage choice is significant in some circumstances. The result suggests a possibility in using default option to nudge consumers towards healthier food choices.

สารบัญ

บทที่ 1 บทนำ 1

1.1 หลักการและเหตุผล 1

1.2 วัตถุประสงค์ 3

1.3 กลุ่มเป้าหมายของการศึกษา 3

1.4 ระยะเวลาของโครงการ 3

1.5 แผนดำเนินงาน 4

บทที่ 2 ระเบียบวิธีวิจัย 5

2.1 ขั้นตอนการทดลอง 6

2.2 รายการอาหารในแต่ละทรีตเมนต์ 8

2.3 การสุ่มตัวอย่าง 10

2.4 การวิเคราะห์ผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร 11

บทที่ 3 กลุ่มตัวอย่าง 13

3.1 การลงพื้นที่ทำการทดลอง 13

3.2 ลักษณะของผู้เข้าร่วมการทดลอง 16

3.3 พฤติกรรมด้านโภชนาการ 19

บทที่ 4 ผลการศึกษา 23

4.1 ผลการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด 23

4.2 ผลการทดลองกับอาหารไทย 30

บทที่ 5 บทสรุป 37

บรรณานุกรม 40

ภาคผนวก 1 41

ภาคผนวก 2 47

ภาคผนวก 3 51

สารบัญตาราง

ตารางที่ 3-1 การลงพื้นที่ทการทดลอง 13
ตารางที่ 3-2 สรุปจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด 14
ตารางที่ 3-3 สรุปจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารไทย 14
ตารางที่ 4-1 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ระดับนัยสำคัญนัยยะสำคัญ 5 เปอร์เซ็นต์ 27
ตารางที่ 4-2 สถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรในแบบจำลอง 28
ตารางที่ 4-3 ผลการประมาณแบบจำลองการเลือกอาหารและเครื่องดื่มในการทดลอง กับอาหารฟาสต์ฟูด .. 29
ตารางที่ 4-4 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ระดับนัยสำคัญนัยยะสำคัญ 5 เปอร์เซ็นต์ 34
ตารางที่ 4-5 สถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรต่าง ๆ ในแบบจำลอง 35
ตารางที่ 4-6 ผลการประมาณแบบจำลองการเลือกอาหารและเครื่องดื่มในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ... 36
ตารางที่ 5-1 สรุปผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานต่อการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่ม 38

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพที่ 2-1 ขั้นตอนการทดลอง 6
แผนภาพที่ 3-1 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองเพศชายและหญิง 15
แผนภาพที่ 3-2 การแจกแจงอายุของผู้เข้าร่วมการทดลอง 15
แผนภาพที่ 3-3การแจกแจงน้ำหนักของผู้เข้าร่วมการทดลอง 16
แผนภาพที่ 3-4 การแจกแจงส่วนสูงของผู้เข้าร่วมการทดลอง 17
แผนภาพที่ 3-5 การแจกแจงดัชนีมวลกายของผู้เข้าร่วมการทดลอง 18
แผนภาพที่ 3-6 การแจกแจงระดับสุขภาพของผู้เข้าร่วมการทดลอง 18
แผนภาพที่ 3-7 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองอยู่ระหว่างการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร 20
แผนภาพที่ 3-8 การแจกแจงระดับความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์ 20
แผนภาพที่ 3-9 การแจกแจงระดับความรู้ด้านโภชนาการ 21
แผนภาพที่ 4-1 แสดงจำนวนของชุดอาหารที่ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกในการทดลอง กับอาหารฟาสต์ฟูด 23
แผนภาพที่ 4-2 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกเบอร์เกอร์ปลาและเบอร์เกอร์ไก่ 24
แผนภาพที่ 4-3 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกน้ำอัดลมและน้ำเปล่า 24
แผนภาพที่ 4-4 สัดส่วนของการเลือกอาหารจานหลัก จำแนกตามทรีตเมนต์ 25
แผนภาพที่ 4-5 สัดส่วนของการเลือกเครื่องดื่ม จำแนกตามทรีตเมนต์ 25
แผนภาพที่ 4-6 แสดงจำนวนของชุดอาหารที่ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกในการทดลอง กับอาหารไทย 30
แผนภาพที่ 4-7 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวนและข้าวมันไก่ 31
แผนภาพที่ 4-8 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชาเย็นใส่นมและน้ำส้มคั้น 31
แผนภาพที่ 4-9 สัดส่วนของการเลือกอาหารจานหลัก จำแนกตามทรีตเมนต์ 32
แผนภาพที่ 4-10 สัดส่วนของการเลือกเครื่องดื่ม จำแนกตามทรีตเมนต์ 33

บทที่ 1
บทนำ

1.1 หลักการและเหตุผล

การประยุกต์ใช้เศรษฐศาสตร์พฤติกรรมในการออกแบบนโยบายเพื่อการส่งเสริมสุขภาวะด้านโภชนาการได้รับความสนใจมากขึ้นเรื่อย ๆ จากทั้งนักการวิชาการและผู้ออกนโยบาย เนื่องจากข้อจำกัดของนโยบายแบบดั้งเดิมที่เน้นการให้ข้อมูลกับผู้บริโภค เช่น การกำหนดให้แสดงข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากสินค้า การให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารที่ถูกสุขลักษณะ เป็นต้น นโยบายเหล่านี้จะไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร หากผู้บริโภคไม่สามารถนำข้อมูลไปใช้ในการตัดสินใจได้ หรือผู้บริโภคมีความโน้มเอียงเชิงพฤติกรรม (Behavioral Bias) ในการตัดสินใจเลือกอาหาร ความโน้มเอียงเชิงพฤติกรรมมีหลายประเภท ตัวอย่างเช่น ผู้บริโภคอาจจะเลือกรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง หวานจัด หรือเค็มจัดโดยไม่สนใจโทษที่อาจจะเกิดขึ้นตามมาในอนาคต (ความโน้มเอียงต่อปัจจุบันหรือ Present Bias) หรือผู้บริโภคอาจจะพยายามทานอาหารให้หมดจานแม้ว่าผู้บริโภคจะรู้สึกอิ่มแล้วก็ตาม (การยึดติดหรือ Anchoring) ความโน้มเอียงเชิงพฤติกรรมเหล่านี้ทำให้ผู้บริโภคไม่สามารถเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดกับตนเองได้ แม้ว่าผู้บริโภคจะได้รับข้อมูลเกี่ยวกับทางเลือกแต่ละทางอย่างครบถ้วนแล้วก็ตาม ยิ่งไปกว่านั้น ผู้บริโภคจะตระหนักถึงผลเสียที่เกิดขึ้นจากการรับประทานอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพก็ต่อเมื่อเกิดโรคภัยไข้เจ็บขึ้น ซึ่งอาจจะสายเกินกว่าที่จะป้องกันแล้วก็เป็นได้ ดังนั้น นโยบายส่งเสริมสุขภาวะด้านการบริโภคอาหารจำเป็นต้องคำนึงถึงข้อจำกัดด้านการตัดสินใจของผู้บริโภคเหล่านี้

งานวิจัยด้านเศรษฐศาสตร์พฤติกรรม (Behavioral Economics) ในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมาจึงได้มีการศึกษาอย่างกว้างขวางเกี่ยวกับการสะกิด (Nudge) ซึ่งหมายถึงการกระตุ้นให้ผู้บริโภคเลือกทางเลือกที่ดีต่อตนเองเพื่อส่งเสริมสุขภาวะในด้านต่าง ๆ โดยอาศัยความโน้มเอียงเชิงพฤติกรรมของผู้บริโภคเอง (Thaler and Sunstein, 2008) การสะกิดแตกต่างจากนโยบายทั่วไปตรงที่การสะกิดจะไม่ได้มีการจำกัดทางเลือกของผู้บริโภคหรือเปลี่ยนแรงจูงใจของผู้บริโภคเหมือนกับนโยบายอื่น ๆ เช่น การห้ามขายสุราและการเก็บภาษีน้ำตาล เป็นต้น แต่จะเป็นเพียงการออกแบบบริบทของทางเลือก (Choice Environment) เพื่อจูงใจผู้บริโภคให้เลือกทางเลือกที่ดีที่สุดกับตนเองโดยที่ผู้บริโภคไม่รู้ตัวว่าถูกสะกิดอยู่

วิธีสะกิดแบบหนึ่งคือการกำหนดทางเลือกมาตรฐาน (Default Option) ซึ่งหมายถึงทางเลือกที่ถูกเลือกโดยอัตโนมัติหากผู้บริโภคมิได้เจาะจงเลือกทางเลือกอื่น ๆ งานวิจัยของ Samuelson and Zeckhauser (1988) พบว่าผู้บริโภคมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน (Default Option Bias หรือ Status Quo Bias) ซึ่งทำให้ผู้บริโภคมีแนวโน้มที่จะเลือกหรือยอมรับทางเลือกมาตรฐานแม้ว่าทางเลือกอื่นจะดีกว่าก็ตาม งานวิจัยหลายชิ้นพบว่านโยบายการสะกิดที่ประยุกต์ใช้ความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานมีประสิทธิภาพในหลายบริบท อาทิ งานวิจัยของ Johnson and Goldstein (2003) และ Abadie and Gay (2006) ได้เปรียบเทียบอัตราการบริจาคอวัยวะของกลุ่มประเทศต่าง ๆ สองกลุ่ม กลุ่มแรกกำหนดให้การบริจาคอวัยวะเป็นทางเลือกมาตรฐาน แต่ผู้บริโภคยังสามารถเลือกที่จะไม่ยินยอมบริจาคอวัยวะได้ ส่วนกลุ่มที่สองกำหนดให้ผู้บริโภคต้องเลือกยินยอมที่จะบริจาคอวัยวะเอง ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าประเทศในกลุ่มแรกมีผู้บริจาคอวัยวะมากกว่าประเทศในกลุ่มที่สองถึงร้อยละ 16 ถึง 30 นอกจากนี้ งานวิจัยของ Thaler and Benartzi (2004) และ Gale et al. (2005) ซึ่งศึกษาพฤติกรรมการออมเงินเพื่อการเกษียณในสหรัฐอเมริกา พบว่าการออมเพื่อการเกษียณเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญหากกำหนดให้การออมเป็นทางเลือกมาตรฐาน

อย่างไรก็ตาม งานวิจัยเกี่ยวกับความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารมีอยู่อย่างจำกัด Wisdom et al. (2010) ได้ทดลองใส่รายการอาหารที่ให้แคลอรีต่าง ๆ กันเป็นทางเลือกมาตรฐานในรายการอาหาร และพบว่าอาสาสมัครที่ร่วมการทดลองที่ได้รับรายการอาหารที่มีอาหารที่มีปริมาณแคลอรีต่ำเป็นทางเลือกมาตรฐานมีแนวโน้มที่จะเลือกอาหารที่มีปริมาณแคลอรีต่ำกว่าผู้ที่ได้รับรายการอาหารแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญ ผลอีกประการที่น่าสนใจคือร้อยละ 60 ของผู้ที่เลือกทางเลือกมาตรฐานมิได้ดูรายการอาหารทั้งหมดแต่อย่างใด อย่างไรก็ตาม Just and Price (2013) ได้พบว่าการวางผักและผลไม้ในถาดอาหารของนักเรียนระดับประถมทำให้นักเรียนรับประทานผักหรือผลไม้เพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อย และยังเพิ่มปริมาณอาหารที่ทิ้งในแต่ละวันอีกด้วย ผลการศึกษาที่แตกต่างกันระหว่างงานวิจัยของ Wisdom et al. (2010) และ Just and Price (2013) อาจจะเกิดจากบริบทของการตัดสินใจที่ต่างกัน กล่าวคือ Wisdom et al. (2010) จะเลือกอาหารจากรายการอาหารได้โดยอิสระ ในขณะที่นักเรียนที่เข้าร่วมการทดลองใน Just and Price (2013) ถูกบังคับให้ถาดอาหารมีผักและผลไม้แม้จะมิได้อยากรับประทาน ซึ่งในกรณีดังกล่าว นักเรียนอาจจะไม่อยากรับประทานผักและผลไม้อย่างมากจนทางเลือกมาตรฐานไม่เกิดผล

ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารเพื่อส่งเสริมการบริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ โดยเฉพาะในประเทศไทยซึ่งมีบริบทที่แตกต่างจากประเทศอื่น ๆ ทั้งด้านด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม ประกอบกับลักษณะของอาหารไทยและพฤติกรรมการรับประทาน

อาหารของคนไทยที่มีลักษณะเฉพาะตัว ด้วยเหตุนี้ ผลการศึกษาจากต่างประเทศอาจจะไม่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับประเทศไทยได้โดยตรง โครงการนี้จึงมีเป้าหมายเพื่อทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารในบริบทต่าง ๆ ของประเทศไทย และประเมินประสิทธิผลของการสะกิดด้วยทางเลือกมาตรฐานในการจูงใจให้กลุ่มตัวอย่างเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพ การทดลองนี้จะเป็นจุดเริ่มต้นของการนำเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมไปประยุกต์ใช้ในการออกแบบนโยบายส่งเสริมสุขภาวะ องค์ความรู้ที่ได้จากการทดลองจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายส่งเสริมสุขภาวะด้านการบริโภคอาหารที่มีประสิทธิภาพในวงกว้างต่อไปในอนาคตในที่สุด

เพื่อประเมินผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานแบบต่าง ๆ ต่อการพฤติกรรมการเลือกอาหาร ผู้วิจัยจะทำการทดลองภาคสนาม (Field Experiment) โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือนิสิตนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ในการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้เลือกชุดอาหารจากรายการอาหารที่มีและไม่มีทางเลือกมาตรฐาน เพื่อเป็นค่าชดเชยการเสียเวลาในการตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพและการบริโภคอาหาร การศึกษานี้จะเน้นการวิเคราะห์พฤติกรรมการเลือกอาหารดังกล่าว โดยจะเปรียบเทียบพฤติกรรมการเลือกอาหารประเภทต่าง ๆ ในกรณีที่มีทางเลือกมาตรฐานแตกต่างกัน นอกจากนี้ ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ผลกระทบของทางเลือกมาตรฐาน พร้อมกับปัจจัยด้านประชากรและโภชนาการต่อพฤติกรรมการเลือกอาหาร โดยใช้ข้อมูลจากแบบสอบถามอีกด้วย

1.2 วัตถุประสงค์

ก) เพื่อทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารของกลุ่มตัวอย่าง

ข) เพื่อประเมินประสิทธิผลของทางเลือกมาตรฐานในการสะกิดให้กลุ่มตัวอย่างเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพ

1.3 กลุ่มเป้าหมายของการศึกษา

นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีในกรุงเทพมหานคร

1.4 ระยะเวลาของโครงการ

13 เดือน ตั้งแต่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2558 – 31 ธันวาคม พ.ศ. 2559

1.5 แผนดำเนินงาน

กิจกรรม	เดือนที่ (เริ่มต้น 1 ธันวาคม 2558 – 31 ธันวาคม 2559)												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
ทบทวนงานวิจัยและแนวคิดทางด้านการออกแบบแบบสอบถาม													
ยื่นขอพิจารณาโครงการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน													
ปรับแก้แบบสอบถามและ/หรือเครื่องมือการทดลองตามความคิดเห็นของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน													
ขออนุญาตสถานที่และเก็บข้อมูลภาคสนามด้วยแบบสอบถาม													
การลงรหัสข้อมูล และการเตรียมข้อมูลเพื่อทำประมวลผลทางสถิติ													
วิเคราะห์ผลการทดลองเพื่อตอบคำถามงานวิจัยและการเขียนเล่มรายงาน													
จัดเวทีสัมมนาสาธารณะ เพื่อนำเสนอข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ เพื่อออกแบบนโยบายต่อไป													

บทที่ 2
ระเบียบวิธีวิจัย

ดังที่กล่าวไว้ในบทที่ 1 งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารของกลุ่มตัวอย่าง และประเมินประสิทธิผลของทางเลือกมาตรฐานในการสะกิดให้กลุ่มตัวอย่างเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพ วัตถุประสงค์ทั้งสองประการสามารถทำได้โดยใช้การทดลองภาคสนามที่ออกแบบเพื่อเปรียบเทียบการเลือกอาหารในกรณีที่ผู้บริโภคมีทางเลือกมาตรฐานที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม ความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานจะมีผลอย่างมากในกรณีที่ผู้บริโภคไม่คุ้นเคยกับทางเลือก แต่ในการเลือกอาหาร ผู้บริโภคอาจจะคุ้นเคยกับอาหารแต่ละชนิดอยู่แล้วโดยเฉพาะอาหารไทย ซึ่งอาจจะทำให้ผู้บริโภคไม่ได้มีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจะทำการทดลองย่อยสองการทดลองที่มีประเภทอาหารแตกต่างกัน ดังนี้

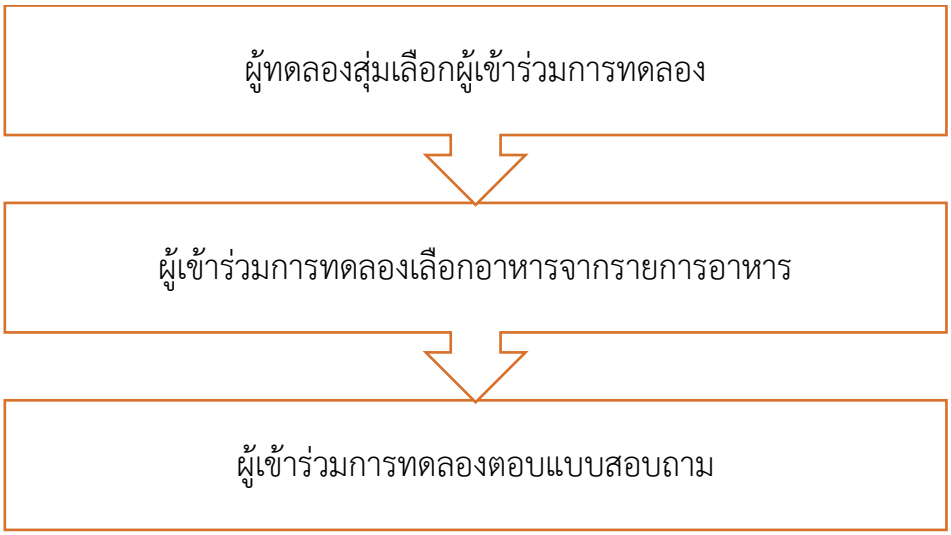
1. <u>การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด</u> จะทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกชุดอาหารจานด่วนของร้านอาหารฟาสต์ฟูด (แมคโดนัล)

2. <u>การทดลองกับอาหารไทย</u> จะทดสอบความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกชุดอาหารไทย

การทดลองย่อยทั้งสองจะมีขั้นตอนการทดลองเหมือนกัน จุดที่แตกต่างกันมีเพียงสถานที่ทำการทดลองและชุดอาหารที่ให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกเท่านั้น โดยทั่วไปผู้เข้าร่วมการทดลองจะคุ้นเคยกับรสชาติอาหารไทยในการทดลองที่สองมากกว่าอาหารฟาสต์ฟูดในการทดลองแรก

ในบทนี้จะอธิบายระเบียบวิธี โดยหัวข้อที่ 2.1 จะอธิบายขั้นตอนการทดลองและรายละเอียดของการทดลองแต่ละขั้นตอน หัวข้อที่ 2.2 จะแสดงรายการอาหารในแต่ละทรีตเมนต์ ซึ่งมีทางเลือกมาตรฐานต่างกัน หัวข้อที่ 2.3 จะกล่าวถึงวิธีการสุ่มตัวอย่างเพื่อเข้าร่วมการทดลอง และหัวข้อที่ 2.4 จะอธิบายการวิเคราะห์ผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร

แผนภาพที่ 2-1 ขั้นตอนการทดลอง



2.1 ขั้นตอนการทดลอง

การทดลองจะดำเนินการโดยผู้ทดลอง ซึ่งผ่านการซักซ้อมความเข้าใจขั้นตอนการทดลองก่อนการทดลองแล้ว ดังที่แสดงในแผนภาพที่ 2.1 การทดลองประกอบด้วย 3 ขั้นตอนหลัก โดยรายละเอียดของแต่ละขั้นตอนมีดังนี้

2.1.1 ผู้ทดลองสุ่มเลือกผู้เข้าร่วมการทดลอง

1) ผู้ทดลองจะสุ่มนิสิตนักศึกษาจากบริเวณสถานที่ทำการทดลองโดยมิได้มีการประชาสัมพันธ์ล่วงหน้า ผู้ทดลองจะสอบถามนิสิตนักศึกษาที่สุ่มมาว่าต้องการจะตอบแบบสอบถามโดยที่มีค่าชดเชยการเสียเวลาเป็นชุดอาหารกลางวันหนึ่งชุดหรือไม่

2) หากนิสิตนักศึกษาดังกล่าวตอบตกลง ผู้ทดลองจะตรวจสอบคุณสมบัติของนิสิตนักศึกษาดังกล่าว ผู้ที่สามารถเข้าร่วมการทดลองได้ต้องมีคุณสมบัติดังนี้

- ผู้เข้าร่วมการทดลองต้องเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผู้ทดลองจะขอดูบัตรประจำตัวนิสิตนักศึกษาเพื่อตรวจสอบว่าเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีหรือไม่

- สำหรับการทดลองกับฟาสต์ฟูด ผู้เข้าร่วมการทดลองต้องสามารถรับประทานไก่และหมูได้ ผู้ทดลองจะสอบถามนิสิตนักศึกษาโดยตรง

- สำหรับการทดลองกับอาหารไทย ผู้เข้าร่วมการทดลองต้องสามารถรับประทานไก่ได้ ผู้ทดลองจะสอบถามนิสิตนักศึกษาโดยตรง

- ผู้เข้าร่วมการทดลองต้องไม่เคยเข้าร่วมการทดลองนี้มาก่อน ผู้ทดลองจะจดรหัสนิสิตของผู้ที่เข้าร่วมการทดลองทุกคนไว้เพื่อใช้ตรวจสอบว่าเคยเข้าร่วมการทดลองมาแล้วหรือไม่ ทั้งนี้ รหัสนิสิตจะถูกบันทึกแยกจากผลการทดลองและแบบสอบถาม ผู้ทดลองจะทำลายรายการรหัสนิสิตดังกล่าวหลังจากทำการทดลองเสร็จสิ้น

3) ผู้ทดลองจะให้ข้อมูลว่าผู้เข้าร่วมการทดลองได้รับค่าชดเชยการเสียเวลาเป็นชุดอาหารจากร้านแมคโดนัลในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด หรือชุดอาหารจากมหาวิทยาลัยสวนดุสิตในการทดลองกับอาหารไทย

4) หากนิสิตนักศึกษาตอบตกลง (ต่อจากนี้จะเรียกผู้ที่มีคุณสมบัติครบถ้วนและตอบตกลงว่าผู้เข้าร่วมการทดลอง) ผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้รับและเซ็นชื่อในเอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ซึ่งเอกสารดังกล่าวอยู่ในภาคผนวก ก

2.1.2 ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหาร

1) ผู้ทดลองจะพาผู้เข้าร่วมการทดลองไปยังโต๊ะในบริเวณใกล้เคียงที่ใช้เป็นสถานที่ทำการทดลอง

2) ผู้ทดลองเลือกทรีตเมนต์ให้กับผู้เข้าร่วมการทดลองและแจกรายการอาหารของทรีตเมนต์นั้น ๆ ให้กับผู้เข้าร่วมการทดลองเพื่อให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหารเพื่อเป็นค่าชดเชยการเสียเวลา รายการอาหารจะแตกต่างกันไปในแต่ละทรีตเมนต์ ทั้งนี้ ผู้เข้าร่วมการทดลองจะไม่ทราบว่ามีรายการอาหารหลายแบบ ผู้ทดลองจะเลือกทรีตเมนต์ให้จำนวนของผู้เข้าร่วมการทดลองในแต่ละทรีตเมนต์ใกล้เคียงกัน

3) ผู้เข้าร่วมการทดลองจะเลือกชุดอาหารโดยทำเครื่องหมายลงในรายการอาหารที่ได้รับ

2.1.3 ผู้เข้าร่วมการทดลองตอบแบบสอบถาม

1) หลังจากที่ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหารที่ต้องการแล้ว ผู้ทดลองจะให้ผู้เข้าร่วมการทดลองทำแบบสอบถามสำรวจความคิดเห็นเพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร ซึ่งพัฒนาขึ้นสำหรับรายงาน ผลการสำรวจพฤติกรรม การบริโภคอาหารของนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของโครงการพัฒนาเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทย โดยคณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภายใต้ทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (รหัสโครงการ 57-02605) แบบสอบถามดังกล่าวอยู่ในภาคผนวก ข

2) หลังจากทำแบบสอบถามเสร็จ ผู้ทดลองจะให้ชุดอาหารกับผู้เข้าร่วมการทดลองตามที่ได้เลือกไว้ ซึ่งเป็นอันเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้เข้าร่วมทดลองจะเลือกสถานที่รับประทานอาหารได้ตามต้องการ

2.2 รายการอาหารในแต่ละทรีตเมนต์

การทดลองย่อยแต่ละการทดลองจะประกอบด้วย 5 ทรีตเมนต์ ซึ่งความแตกต่างระหว่างทรีตเมนต์มีเพียงวิธีการนำเสนอรายการอาหารเท่านั้น กล่าวคือรายการอาหารในแต่ละทรีตเมนต์จะประกอบด้วยชุดอาหารที่ผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเลือกได้ทั้งหมด 4 ชุดเหมือน ๆ กัน แต่จะมีทางเลือกมาตรฐานที่แตกต่างกัน รายการอาหารในแต่ละทรีตเมนต์อยู่ในภาคผนวก ค

2.2.1 รายการอาหารในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

รายการอาหารจะประกอบด้วยชุดอาหารบางรายการของร้านอาหารฟาสต์ฟูด โดยชุดอาหารแต่ละชุดมีราคาใกล้เคียงกัน เพื่อลดผลกระทบของราคาต่อการตัดสินใจเลือกอาหาร และมีอาหารจานหลักที่มีคุณค่าทางโภชนาการใกล้เคียงกันเพื่อควบคุมผลกระทบจากอาหารจานหลักต่อการเลือกเครื่องดื่ม เครื่องดื่มในชุดอาหารคือน้ำเปล่าหรือน้ำอัดลม ซึ่งมีคุณค่าทางโภชนาการต่างกัน

ทางเลือกของชุดอาหารในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดมีดังนี้

a) เบอร์เกอร์ปลา (แมคฟิช) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำอัดลม

b) เบอร์เกอร์ปลา (แมคฟิช) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำเปล่า

c) เบอร์เกอร์ไก่ (แมคไก่) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำอัดลม

d) เบอร์เกอร์ไก่ (แมคไก่) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำเปล่า

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดจะประกอบด้วย 5 ทรีตเมนต์ ซึ่งมีรายการอาหารดังต่อไปนี้

1) ทรีตเมนต์ที่ 1.1 (ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (a) ถึง (d)

2) ทรีตเมนต์ที่ 1.2 (เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (a) และ (b) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนจากเบอร์เกอร์ปลาเป็นเบอร์เกอร์ไก่ได้

3) ทรีตเมนต์ที่ 1.3 (เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (c) และ (d) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนจากเบอร์เกอร์ไก่เป็นเบอร์เกอร์ปลาได้

4) ทรีตเมนต์ที่ 1.4 (น้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (a) และ (c) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนจากน้ำอัดลมเป็นน้ำเปล่าได้

5) ทรีตเมนต์ที่ 1.5 (น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (b) และ (d) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนจากน้ำเปล่าเป็นน้ำอัดลมได้

2.2.2 รายการอาหารของการทดลองกับอาหารไทย

รายการอาหารจะประกอบด้วยชุดอาหารกล่องจากครัวของมหาวิทยาลัยสวนดุสิต โดยชุดอาหารแต่ละชุดมีราคาใกล้เคียงกัน เพื่อลดผลกระทบของราคาต่อการตัดสินใจเลือกอาหาร ในการทดลองย่อยนี้ทั้งอาหารจานหลักและเครื่องดื่มจะมีคุณค่าทางโภชนาการแตกต่างกัน อาหารจานหลักในชุดอาหารคือ ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนทูน่าและข้าวมันไก่ ส่วนเครื่องดื่มในชุดอาหารคือชาเย็นใส่นมหรือน้ำส้มคั้น

ทางเลือกของชุดอาหารในการทดลองกับอาหารไทยมีดังนี้

e) ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น

f) ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม

g) ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น

h) ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม

การทดลองกับอาหารไทยจะประกอบด้วย 5 ทรีตเมนต์ ซึ่งมีรายการอาหารดังต่อไปนี้

1) ทรีตเมนต์ที่ 2.1 (ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (e) ถึง (h)

2) ทรีตเมนต์ที่ 2.2 (ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (e) และ (f) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นข้าวมันไก่ได้

3) ทรีตเมนต์ที่ 2.3 (ข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (g) และ (h) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนข้าวมันไก่เป็นก๋วยเตี๋ยวลุยสวนได้

4) ทรีตเมนต์ที่ 2.4 (น้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (e) และ (g) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนน้ำส้มคั้นเป็นชาเย็นใส่นมได้

5) ทรีตเมนต์ที่ 2.5 (ชาเย็นใส่นมเป็นทางเลือกมาตรฐาน) ประกอบด้วยชุดอาหาร (f) และ (h) โดยผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเปลี่ยนชาเย็นใส่นมเป็นน้ำส้มคั้นได้

2.3 การสุ่มตัวอย่าง

ในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ผู้ทดลองจะสุ่มนิสิตนักศึกษาในช่วงเวลา 11.00 – 14.30 น. จากบริเวณหน้าร้านอาหารฟาสต์ฟูด 3 สาขา ได้แก่

1) แมคโดนัล สาขาสยามพารากอน

2) แมคโดนัล สาขาฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต

3) แมคโดนัล สาขาสุพรีมคอมเพล็กซ์

การสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างจะใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก (convenience sampling) ทั้งนี้ผู้วิจัยและผู้ทดลองมิได้มีส่วนได้ส่วนเสียกับร้านอาหารฟาสต์ฟูดดังกล่าวแต่อย่างใด

ในการทดลองกับอาหารไทย ผู้ทดลองจะสุ่มนิสิตนักศึกษาในช่วงเวลา 11.00 – 14.30 น. ผู้ทดลองจะสุ่มตัวอย่างจากบริเวณโรงอาหารของมหาวิทยาลัย 3 แห่ง ได้แก่

1) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ศูนย์รังสิต)

3) มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

สถานที่ทำการทดลองจะเป็นโรงอาหารของมหาวิทยาลัยที่มีนิสิตนักศึกษาจากหลายคณะมารับประทานอาหารเพื่อให้ได้ผู้เข้าร่วมการทดลองที่หลากหลาย การสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างจะใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก เช่นเดียวกับการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

ในการทดลองย่อยแต่ละการทดลอง ผู้ทดลองจะหาผู้เข้าร่วมการทดลองให้ได้อย่างน้อย 240 คน เนื่องจากการวิเคราะห์เป็นการเปรียบเทียบระหว่างทรีตเมนต์ฐานและทรีตเมนต์ที่มีทางเลือกมาตรฐาน และจำนวนชุดอาหารที่ผู้เข้าร่วมการทดลองสามารถเลือกในแต่ละทรีตเมนต์มี 4 ชุด แต่การวิเคราะห์จะแยกอาหารและเครื่องดื่มออกจากกัน ดังนั้น ตัวอย่างที่ใช้วิเคราะห์ควรมีจำนวนอย่างน้อยเท่ากับ 5 ทรีตเมนต์ x อาหารหรือเครื่องดื่ม 2 ชนิด x 30 ตัวอย่าง = 300 คน

2.4 การวิเคราะห์ผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร

การวิเคราะห์ผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารจะต้องเปรียบเทียบการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มระหว่างทรีตเมนต์ที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐานกับทรีตเมนต์ที่มีทางเลือกมาตรฐาน ซึ่งการเลือกอาหารแต่ละประเภทสามารถแปลงเป็นตัวแปรเชิงตัวเลขได้ด้วยตัวแปรหุ่น (Dummy Variable) ของอาหารและเครื่องดื่มแต่ละชนิด ซึ่งตัวแปรหุ่นจะมีค่าเท่ากับ 1 ถ้าผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มนั้น ๆ และ 0 ถ้าไม่ได้เลือกอาหารหรือเครื่องดื่มนั้น ๆ การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดจะมีหัวแปรหุ่นของทางเลือก 4 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลา ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ไก่ ตัวแปรหุ่นน้ำอัดลม และตัวแปรหุ่นน้ำเปล่า ส่วนการทดลองกับอาหารไทยจะมีตัวแปรหุ่นของทางเลือก 4 ตัวแปร ได้แก่ ตัวแปรหุ่นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน ตัวแปรหุ่นข้าวมันไก่ ตัวแปรหุ่นชาเย็นใส่นม และตัวแปรหุ่นน้ำส้มคั้น

การทดลองย่อยแต่ละการทดลองจะประกอบด้วยทรีตเมนต์ที่มีทางเลือกมาตรฐาน 4 ทรีตเมนต์ ดังนั้นกรณีที่จะนำมาเปรียบเทียบจะมี 4 กรณีต่อการทดลองย่อย ดังที่สรุปในตารางที่ 2.1 วิธีการเปรียบเทียบตัวแปรหุ่นมีสองวิธี ได้แก่

1) การเปรียบเทียบโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ซึ่งเป็นการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรหุ่นในทรีตเมนต์ฐานและทรีตเมนต์เปรียบเทียบ

2) การทดสอบสมมติฐานทางสถิติ (Hypothesis Testing) โดยใช้การทดสอบ chi-squared test of independence ซึ่งเหมาะสมกับการทดสอบค่าเฉลี่ยของตัวแปรหุ่น สมมติฐานหลักในการทดสอบคือ อัตราส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกอาหารหรือเครื่องดื่มในทรีตเมนต์ฐานและทรีตเมนต์เปรียบเทียบเท่ากัน และสมมติฐานรองคือ อัตราส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกอาหารหรือเครื่องดื่มชนิดในทรีตเมนต์ฐานและทรีตเมนต์เปรียบเทียบไม่เท่ากัน

นอกจากนี้ ผู้วิจัยจะศึกษาผลกระทบส่วนเพิ่มของปัจจัยต่าง ๆ ต่อการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มโดยใช้วิธีการทางเศรษฐมิติ (Econometrics) โดยแบบจำลองการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มมีตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือตัวแปรหุ่นการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มชนิดต่าง ๆ และตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือตัวแปรด้านลักษณะประชากรและพฤติกรรมด้านโภชนาการต่าง ๆ เนื่องจากตัวแปรตามเป็นตัวแปรหุ่น แบบจำลองที่จะใช้ในการประมาณการคือแบบจำลองโลจิต (Logit Model) ซึ่งใช้วิธีการประมาณค่าสัมประสิทธิ์โดยวิธีการภาวะน่าจะเป็นสูงสุด (Maximum Likelihood Estimation)

ตารางที่ 2.1 สรุปวิธีการวิเคราะห์ผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร

กรณีที่	ทรีตเมนต์ฐาน	ทรีตเมนต์เปรียบเทียบ	ตัวแปร
1.	การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด		
1.1	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลา
1.2	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ไก่
1.3	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	น้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นน้ำอัดลม
1.4	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นน้ำเปล่า
2.	การทดลองกับอาหารไทย		
2.1	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน
2.2	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	ข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นข้าวมันไก่
2.3	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	ชาเย็นใส่นมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นชาเย็นใส่นม
2.4	ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	น้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐาน	ตัวแปรหุ่นน้ำส้มคั้น

บทที่ 3
กลุ่มตัวอย่าง

บทนี้จะบรรยายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและปัจจัยที่จะนำมาวิเคราะห์ความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในบทที่ 4 ซึ่งผู้เข้าร่วมการทดลองกรอกในแบบสอบถาม ข้อมูลที่ได้จากการทดลองของผู้เข้าร่วมการทดลองแต่ละคนจะประกอบด้วยสองส่วน คือ ข้อมูลชุดอาหารที่เลือกและข้อมูลจากแบบสอบถามซึ่งรวมถึงข้อมูลด้านประชากรและด้านโภชนาการของผู้เข้าร่วมการทดลอง

หัวข้อที่ 3.1 จะสรุปการลงพื้นที่ทำการทดลองและจำนวนของผู้เข้าร่วมการทดลองในแต่ละทรีตเมนต์ หัวข้อที่ 3.2 จะอธิบายลักษณะของผู้เข้าร่วมการทดลอง และหัวข้อ 3.3 จะอธิบายพฤติกรรมด้านโภชนาการของผู้เข้าร่วมการทดลอง

3.1 การลงพื้นที่ทำการทดลอง

ทีมวิจัยได้ลงพื้นที่ทำการทดลองที่บริเวณร้านอาหารแมคโดนัล สาขาสยามพารากอน ฟิวเจอร์ปาร์ครังสิตและซุพรีมคอมเพลกซ์ และบริเวณโรงอาหารของมหาวิทยาลัยสามแห่ง ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมหาวิทยาลัยสวนดุสิต รวม 6 แห่ง แห่งละหนึ่งวัน ดังที่แสดงในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3-1 การลงพื้นที่ทการทดลอง

ครั้งที่	สถานที่ทำการทดลอง	วันที่ทำการทดลอง	จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลอง
	การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด		
1	สยามพารากอน	26 พ.ค. 2559	150
2	สุพรีมคอมเพล็กซ์	17 มิ.ย. 2559	130
3	ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต	21 มิ.ย. 2559	151
	รวม		**431**
	การทดลองกับอาหารไทย		
4	มหาวิทยาลัยสวนดุสิต	5 ก.ค. 2559	152
5	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	9 ส.ค. 2559	149
6	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ รังสิต	23 ส.ค. 2559	182
	รวม		**483**

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดและการทดลองกับอาหารไทยมีผู้เข้าร่วมการทดลองเป็นจำนวน 431 และ 483 คน แต่มีแบบสอบถามที่เสียหรือมีข้อมูลที่จำเป็นต่อการวิเคราะห์ไม่ครบถ้วนเป็นจำนวน 15 และ 3 ชุดตามลำดับ หลังจากคัดแบบสอบถามที่เสียออก จำนวนตัวอย่างที่จะใช้ในการวิเคราะห์จะเหลือเท่ากับ 416 และ 480 คนตามลำดับ

ตารางที่ 3.2 แสดงสรุปจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดที่จะใช้ในการวิเคราะห์ ผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองบริเวณร้านอาหารแมคโดนัล สาขาสยามพารากอน ฟิวเจอร์ปาร์ค และซุพรีมคอมเพลกซ์ มีจำนวนเท่ากับ 139 149 และ 128 คนตามลำดับ รวมเป็น 416 คน ส่วนตารางที่ 3.3 สรุปจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารไทยที่จะใช้ในการวิเคราะห์ ผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองบริเวณโรงอาหารของมหาวิทยาลัยสามแห่ง ได้แก่ จุฬาฯ ธรรมศาสตร์ และสวนดุสิต มีจำนวนเท่ากับ 149 179 และ 152 คนตามลำดับ รวมเป็น 480 คน แต่ละทรีตเมนต์มีผู้เข้าร่วมการทดลองอย่างน้อย 80 คน ซึ่งมากกว่าจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองขั้นต่ำสำหรับการวิเคราะห์

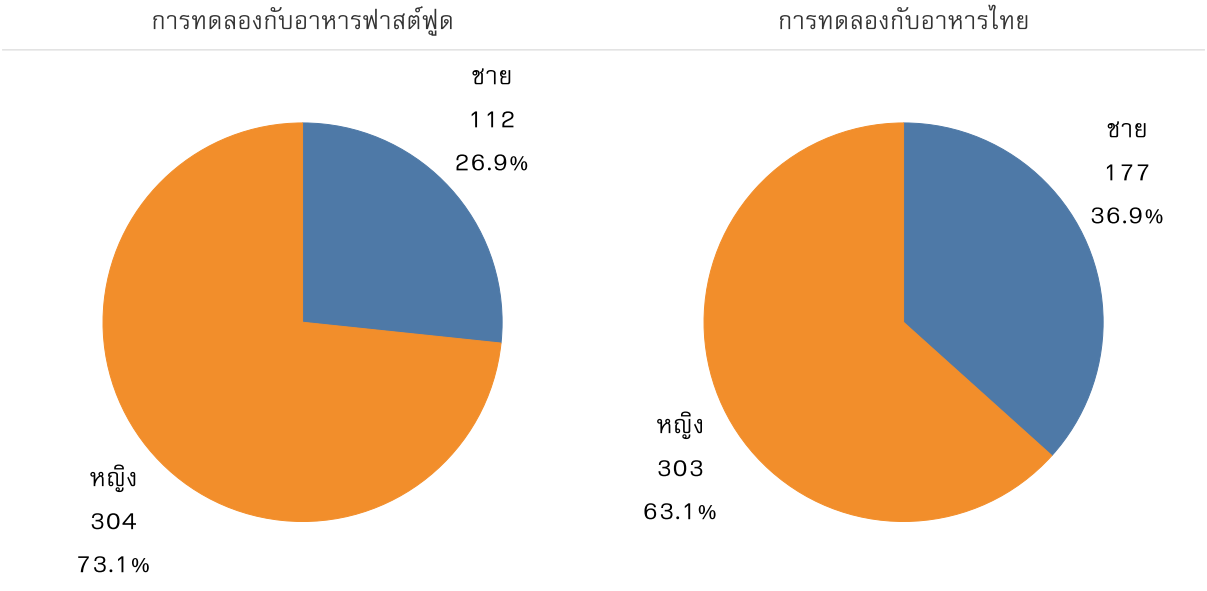
ตารางที่ 3-2 สรุปจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

ทรีตเมนต์	สยามพารากอน	ฟิวเจอร์ปาร์ค	ซุพรีมคอมเพล็กซ์	รวม
ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	29	30	29	**88**
เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน	28	30	25	**83**
เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	27	29	25	**81**
น้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	29	30	25	**84**
น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน	26	30	24	**80**
รวม	**139**	**149**	**128**	**416**

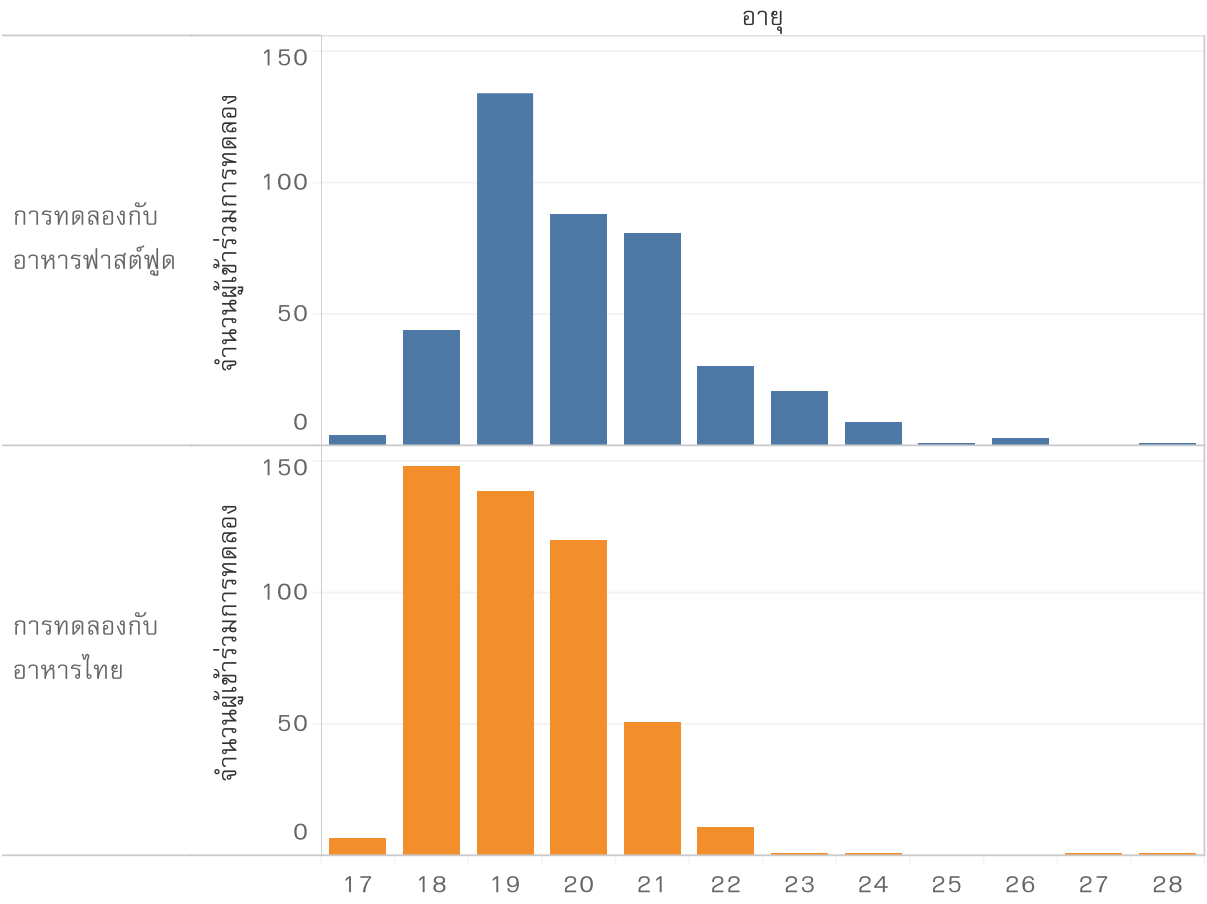
ตารางที่ 3-3 สรุปจำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารไทย

ทรีตเมนต์	จุฬาฯ	ธรรมศาสตร์	สวนดุสิต	รวม
ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน	30	36	33	**99**
ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐาน	24	40	26	**90**
ข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	26	33	31	**90**
ชานมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	35	35	31	**101**
น้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐาน	34	35	31	**100**
รวม	**149**	**179**	**152**	**480**

แผนภาพที่ 3-1 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองเพศชายและหญิง



แผนภาพที่ 3-2 การแจกแจงอายุของผู้เข้าร่วมการทดลอง

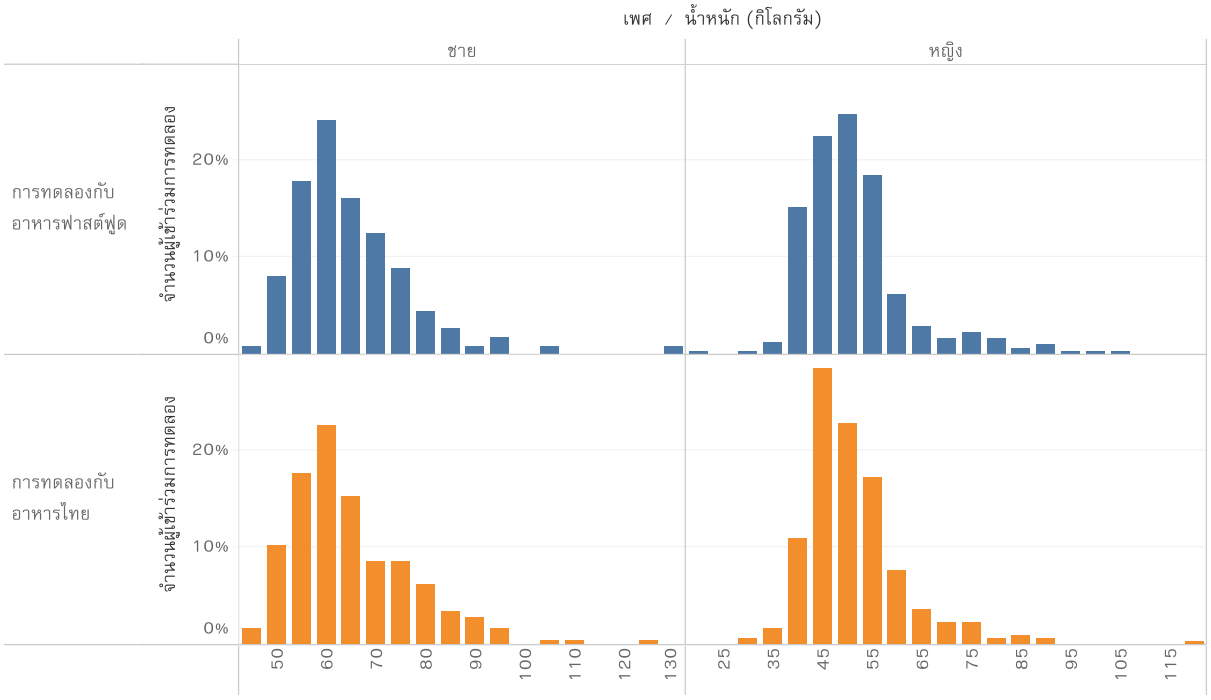


3.2 ลักษณะของผู้เข้าร่วมการทดลอง

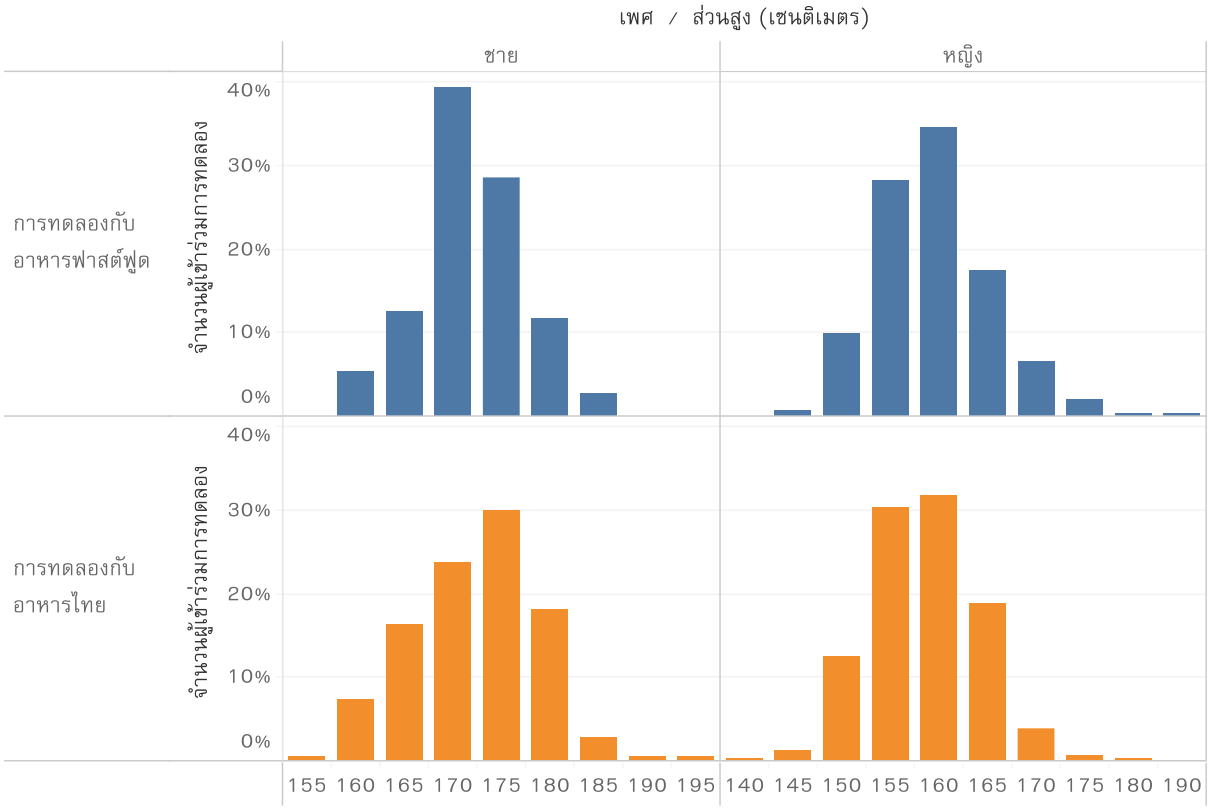
แผนภาพที่ 3.1 แสดงสัดส่วนของเพศชายและหญิงที่เข้าร่วมการทดลองย่อยแต่ละการทดลอง การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดและอาหารไทยมีผู้เข้าร่วมการทดลองเพศหญิงจำนวนร้อยละ 73.1 และ 63.1 ตามลำดับ แผนภาพที่ 3.2 แสดงการแจกแจงอายุของผู้เข้าร่วมการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดและอาหารไทยมีอายุเฉลี่ย 20.1 และ 19.2 ปีตามลำดับ

แผนภาพที่ 3.3 แสดงการแจกแจงน้ำหนักของผู้เข้าร่วมการทดลอง ในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ผู้เข้าร่วมการทดลองเพศหญิงและชายมีน้ำหนักเฉลี่ย 53.3 กิโลกรัมและ 66.4 กิโลกรัมตามลำดับ และในการทดลองกับอาหารไทย ผู้เข้าร่วมการทดลองเพศหญิงและชายมีน้ำหนักเฉลี่ย 53.2 กิโลกรัมและ 66.7 กิโลกรัมตามลำดับ

แผนภาพที่ 3-3การแจกแจงน้ำหนักของผู้เข้าร่วมการทดลอง



แผนภาพที่ 3-4 การแจกแจงส่วนสูงของผู้เข้าร่วมการทดลอง

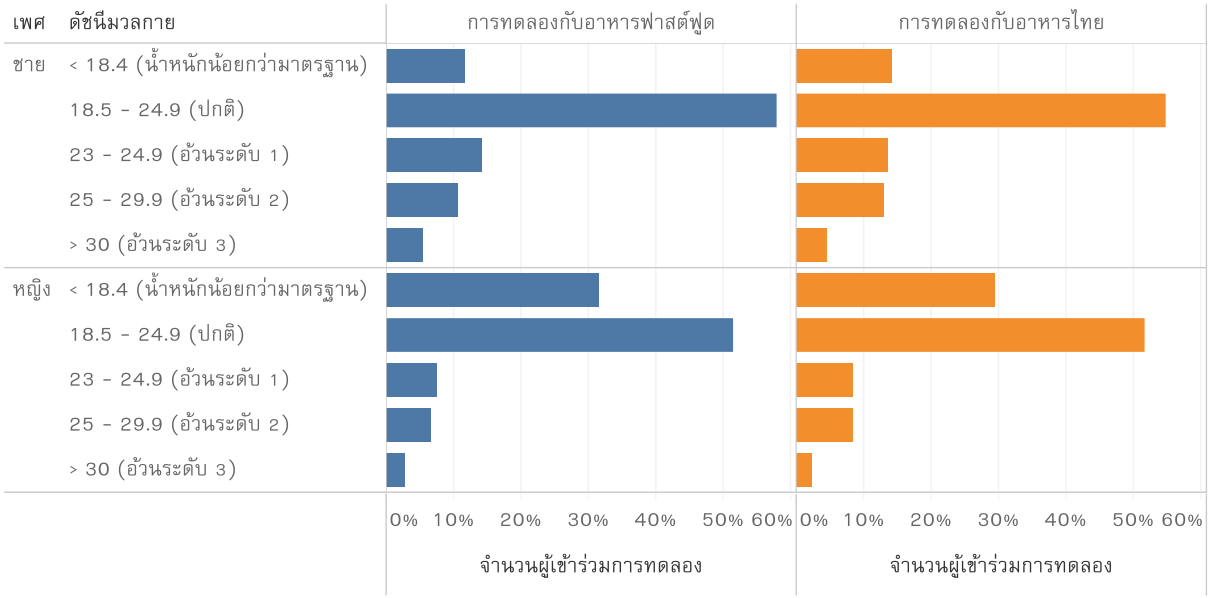


แผนภาพที่ 3.4 แสดงการแจกส่วนสูงของผู้เข้าร่วมการทดลอง ในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ผู้เข้าร่วมการทดลองเพศหญิงและชายมีส่วนสูงเฉลี่ย 161.1 เซนติเมตรและ 173.4 เซนติเมตรตามลำดับ และในการทดลองกับอาหารไทย ผู้เข้าร่วมการทดลองเพศหญิงและชายมีส่วนสูงเฉลี่ย 160.1 เซนติเมตรและ 173.8 เซนติเมตรตามลำดับ

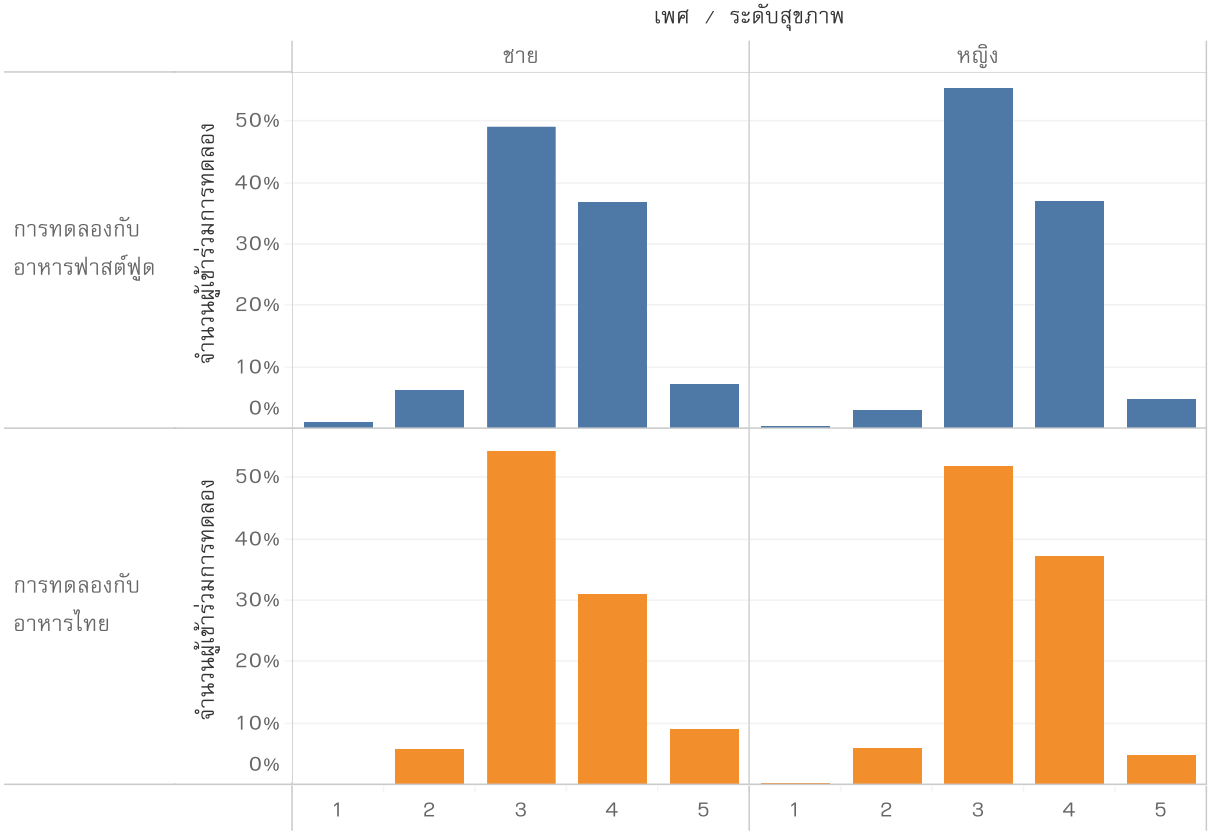
การวิเคราะห์พฤติกรรมการเลือกอาหารจะไม่ได้ใช้น้ำหนักและส่วนสูงโดยตรง เนื่องจากคนที่น้ำหนักเยอะแต่เตี้ยอาจจะถือว่าเป็นคนที่อ้วน ในขณะที่คนที่มีน้ำหนักเท่ากันแต่สูงอาจจะถือว่าไม่อ้วนและอาจจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารต่างกับคนแรก ดังนั้น การวิเคราะห์จะใช้ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index หรือ BMI) ซึ่งคำนวณได้จากสูตรดังนี้

$$\text{ดัชนีมวลกาย} = \frac{\text{น้ำหนัก (กิโลกรัม)}}{\text{ส่วนสูง (เมตร)}^2}$$

แผนภาพที่ 3-5 การแจกแจงดัชนีมวลกายของผู้เข้าร่วมการทดลอง



แผนภาพที่ 3-6 การแจกแจงระดับสุขภาพของผู้เข้าร่วมการทดลอง



แผนภาพที่ 3.5 แสดงการแจกดัชนีมวลกายของผู้เข้าร่วมการทดลองเพศชายและหญิง ผู้เข้าร่วมการทดลองส่วนใหญ่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ แต่ผู้เข้าร่วมการทดลองเพศหญิงมีดัชนีมวลกายต่ำกว่ามาตรฐานถึงประมาณร้อยละ 30 ทั้งนี้ ดัชนีมวลกายของเพศชายและหญิงในการทดลองย่อยทั้งสองมีการแจกแจงที่คล้ายคลึงกัน

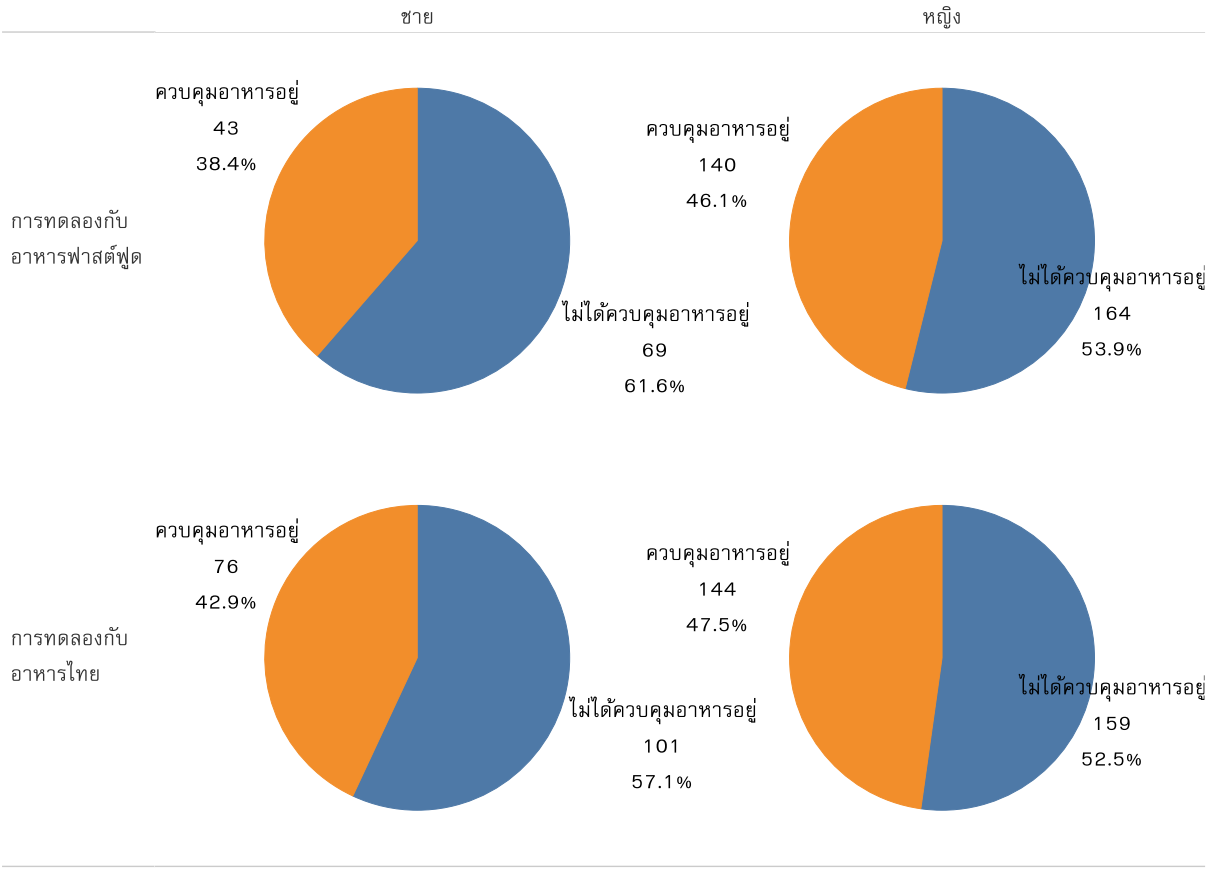
คำถามหนึ่งในแบบสอบถามได้ให้ผู้เข้าร่วมการทดลองประเมินระดับสุขภาพตั้งแต่ 1 (แย่ที่สุด) ถึง 5 (ดีที่สุด) แผนภาพที่ 3.6 แสดงการแจกแจงระดับสุขภาพของผู้เข้าร่วมการทดลอง โดยผู้เข้าร่วมการทดลองส่วนใหญ่ประเมินสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับปานกลางถึงดี กล่าวคือร้อยละ 53.4 ของผู้เข้าร่วมการทดลองประเมินว่าสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และร้อยละ 37.2 ประเมินว่าสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับดี

3.3 พฤติกรรมด้านโภชนาการ

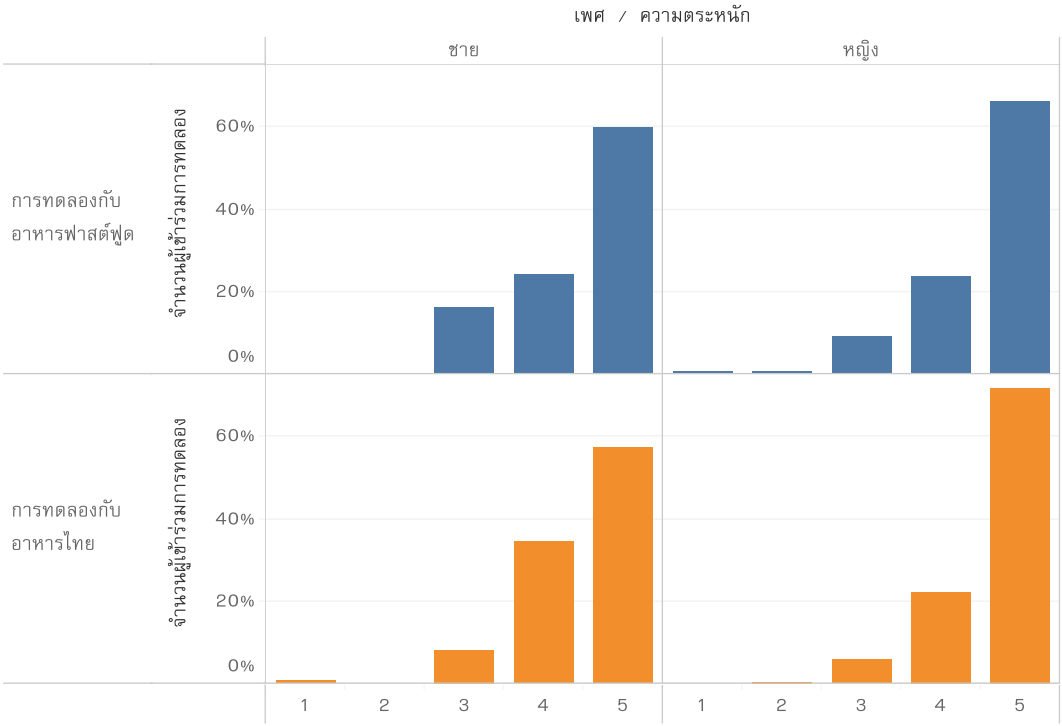
แบบสอบถามได้ถามว่าผู้เข้าร่วมการทดลองอยู่ในระหว่างการควบคุมน้ำหนักหรืออาหารหรือไม่ ผู้เข้าร่วมการทดลองที่อยู่ระหว่างการควบคุมน้ำหนักหรืออาหารน่าจะมีเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพมากกว่า ดังที่แสดงในแผนภาพที่ 3.7 ผู้เข้าร่วมการทดลองประมาณร้อยละ 40 ของการทดลองย่อยแต่ละการทดลองกำลังอยู่ในระหว่างการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร

นอกจากนี้ แบบสอบถามยังถามผู้เข้าร่วมการทดลองว่า ผู้เข้าร่วมการทดลองคิดว่าการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เป็นสิ่งสำคัญในระดับใดระหว่าง 1 (น้อยที่สุด) ถึง 5 (มากที่สุด) ซึ่งคำตอบจะสะท้อนถึงความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารต่อสุขภาพ แผนภาพที่ 3.8 แสดงระดับความตระหนักรู้ดังกล่าว ซึ่งส่วนใหญ่จะคิดว่าการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เป็นสิ่งสำคัญในระดับที่มากที่สุด และผู้หญิงจะให้ระดับความสำคัญของอาหารมากกว่าผู้ชายโดยเฉลี่ย

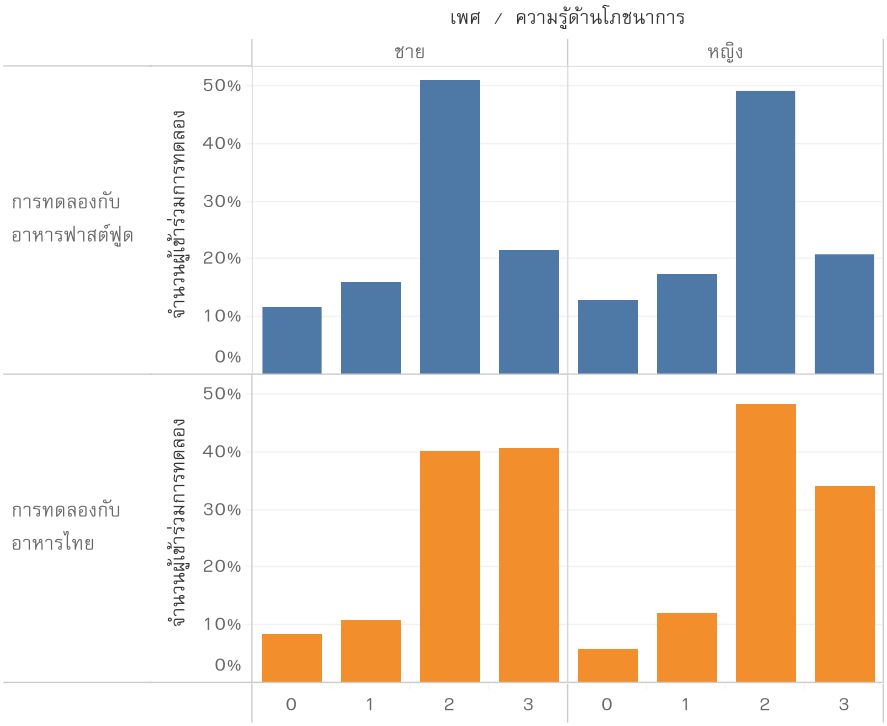
แผนภาพที่ 3-7 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองอยู่ระหว่างการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร



แผนภาพที่ 3-8 การแจกแจงระดับความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์



แผนภาพที่ 3-9 การแจกแจงระดับความรู้ด้านโภชนาการ



เพื่อวัดความรู้ด้านโภชนาการของผู้เข้าร่วมการทดลอง แบบสอบถามประกอบด้วยคำถาม 3 ข้อในการประเมินความรู้ด้านโภชนาการดังต่อไปนี้

1) โดยปกติ โซเดียมให้รสชาติหวาน เค็ม เปรี้ยว หรืออื่น ๆ (คำตอบคือ รสเค็ม)

2) ตัวเลขของไขมัน 18 กรัม ในฉลากควรมีค่ามากหรือน้อยจึงจะดีต่อสุขภาพ (คำตอบคือ ควรมีค่าน้อย)

3) ตัวเลข 17% ของพลังงานในฉลากนี้คือสัดส่วนของพลังงานในอาหารประเภทนี้ หรือสัดส่วนของพลังงานที่ควรบริโภคต่อวัน (คำตอบคือ สัดส่วนของพลังงานที่ควรบริโภคต่อวัน)

ระดับความรู้ด้านโภชนาการจะเท่ากับคะแนนรวมจากคำถามทั้งสามข้อ โดยที่คะแนนของคำถามแต่ละข้อเท่ากับ 1 คะแนน แผนภาพที่ 3.9 แสดงการแจกแจงระดับความรู้ด้านโภชนาการ ระดับความรู้ด้านโภชนาการโดยเฉลี่ยของผู้ชายและผู้หญิงเท่ากับ 2.0 และ 1.9 ตามลำดับ

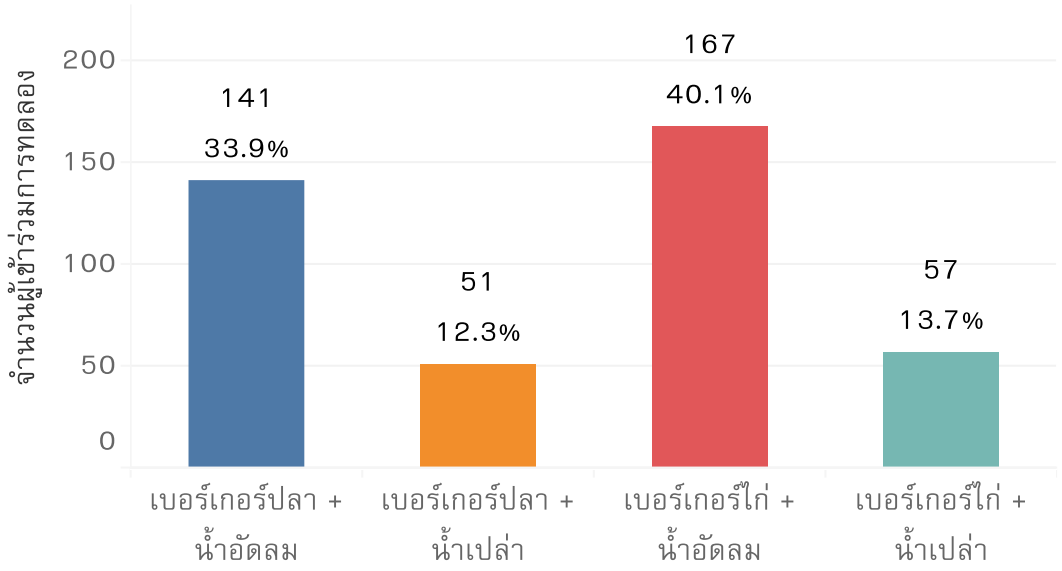
บทที่ 4
ผลการศึกษา

บทนี้จะนำเสนอผลการศึกษาความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารของผู้เข้าร่วมการทดลอง โดยหัวข้อที่ 4.1 และ 4.2 จะอธิบายผลการศึกษาของการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดและอาหารไทยตามลำดับ

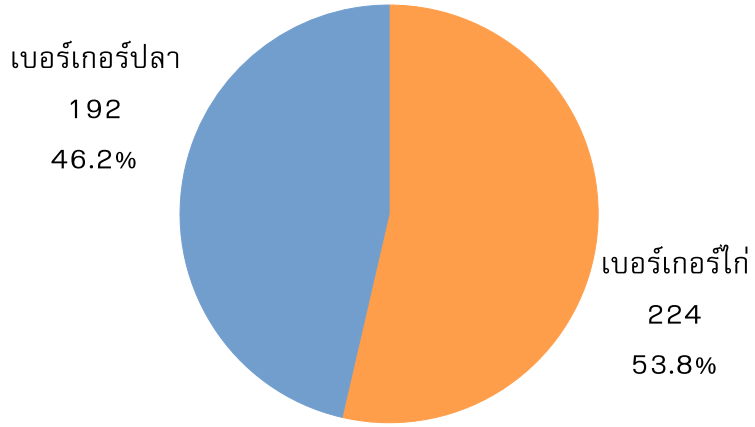
4.1 ผลการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

ในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้เลือกชุดอาหารก่อนที่จะตอบแบบสอบถาม ซึ่งชุดอาหารที่เลือกได้ในแต่ละทรีตเมนต์จะมีสี่ชุดเหมือน ๆ กัน จากผู้เข้าร่วมการทดลองจำนวน 416 คน มีผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหารต่าง ๆ ดังที่แสดงในแผนภาพที่ 4.1 ผู้เข้าร่วมการทดลองจำนวน 169 คนเลือกชุดเบอร์เกอร์ไก่กับน้ำอัดลม ตามด้วยเบอร์เกอร์ปลากับน้ำอัดลม 141 คน และมีผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชุดเบอร์เกอร์ปลากับน้ำเปล่า และชุดเบอร์เกอร์ไก่กับน้ำเปล่าเป็นจำนวน 51 และ 57 คน ตามลำดับ

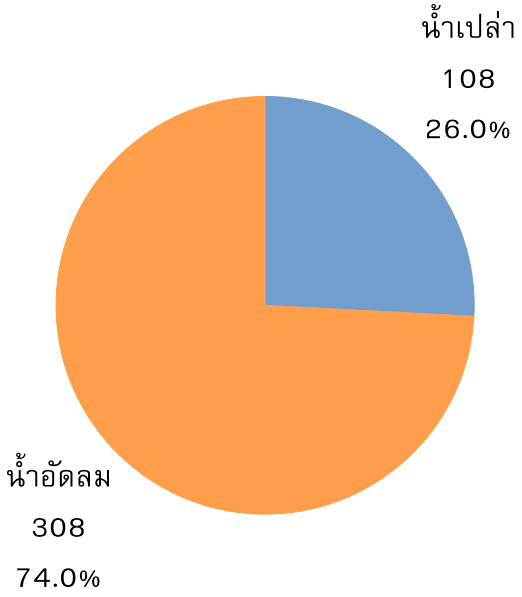
แผนภาพที่ 4-1 แสดงจำนวนของชุดอาหารที่ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด



แผนภาพที่ 4-2 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกเบอร์เกอร์ปลาและเบอร์เกอร์ไก่

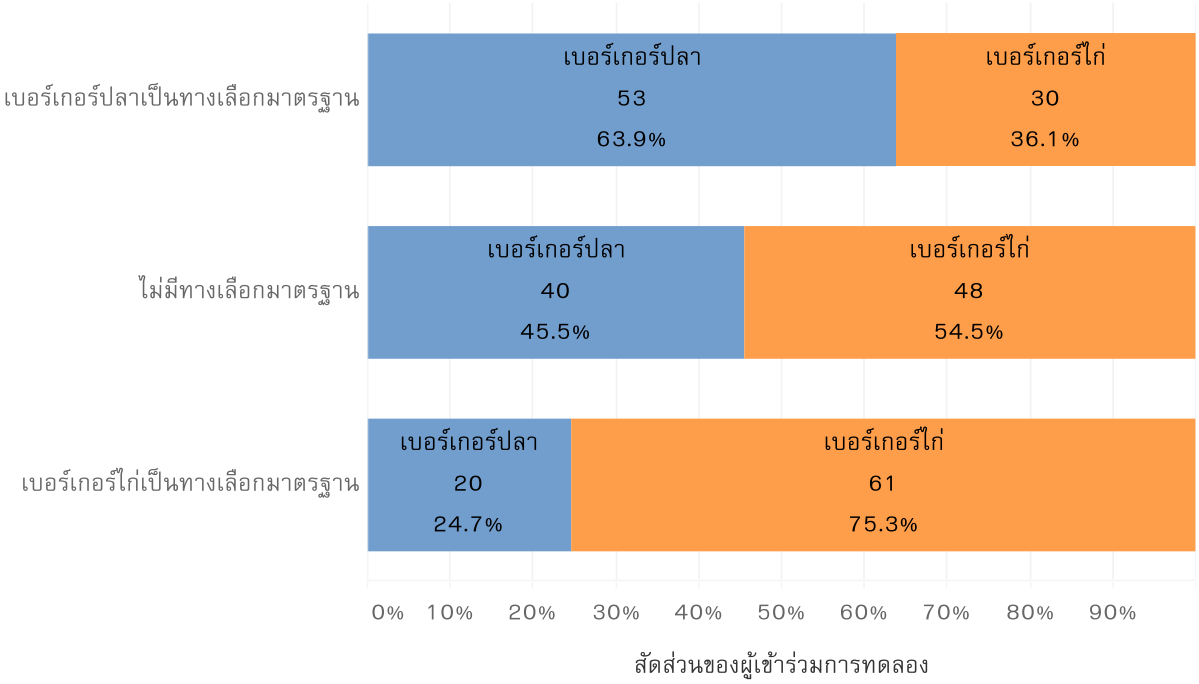


แผนภาพที่ 4-3 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกน้ำอัดลมและน้ำเปล่า

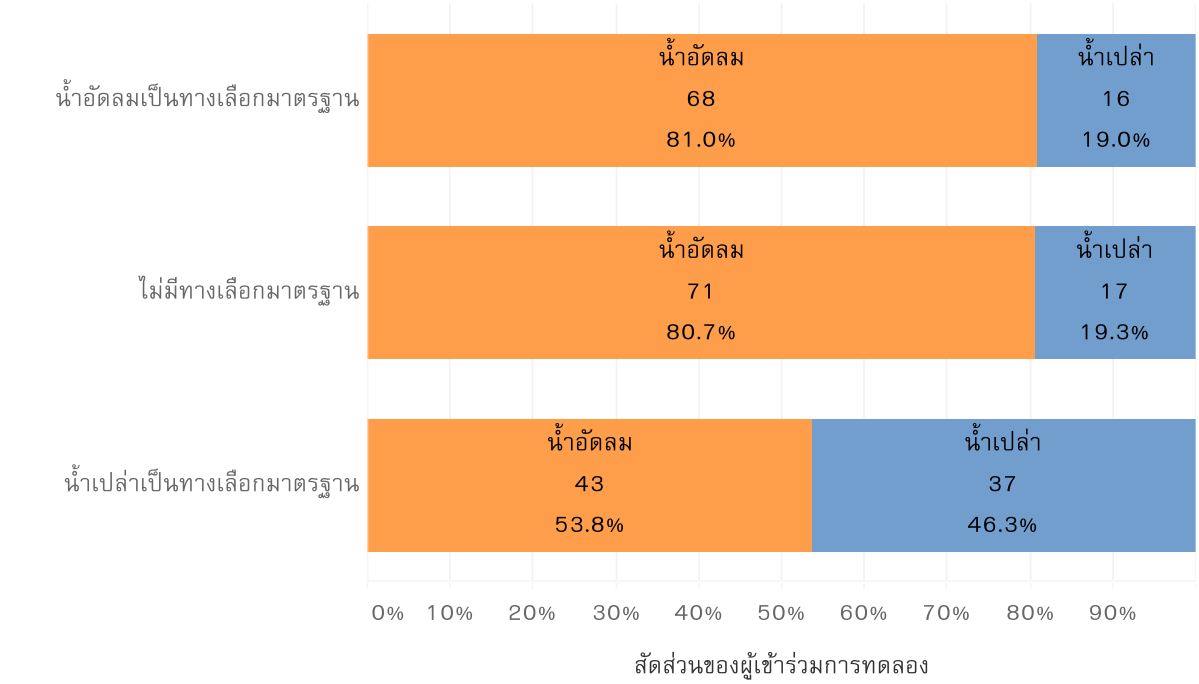


แผนภาพที่ 4.2 และ 4.3 แสดงสัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกอาหารจานหลักและเครื่องดื่มแต่ละประเภทตามลำดับ ผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชุดอาหารที่ประกอบด้วยเบอร์เกอร์ปลาและเบอร์เกอร์ไก่มีสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือร้อยละ 46.2 และ 53.8 ตามลำดับ แต่ผู้เข้าร่วมการทดลองส่วนใหญ่จะเลือกชุดอาหารที่มีน้ำอัดลมมากกว่าน้ำเปล่า โดยร้อยละ 74.0 จะเลือกน้ำอัดลม ซึ่งอาจจะเกิดจากความเคยชินของผู้เข้าร่วมการทดลองกับชุดอาหารที่มาพร้อมกับน้ำอัดลมตามที่ร้านอาหารดังกล่าวจัดไว้ตามปกติ

แผนภาพที่ 4-4 สัดส่วนของการเลือกอาหารจานหลัก จำแนกตามทรีตเมนต์



แผนภาพที่ 4-5 สัดส่วนของการเลือกเครื่องดื่ม จำแนกตามทรีตเมนต์



4.1.1 การวิเคราะห์ผลของทางเลือกมาตรฐานในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

การวิเคราะห์ว่าทางเลือกมาตรฐานมีผลกับการเลือกอาหารหรือไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบการเลือกอาหารจานหลักและเครื่องดื่มระหว่างทรีตเมนต์เปรียบเทียบที่มีทางเลือกมาตรฐานกับทรีตเมนต์ฐานซึ่งไม่มีทางเลือกมาตรฐาน ดังที่แสดงในแผนภาพที่ 4.4 เมื่อไม่มีทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกเบอร์เกอร์ปลาเท่ากับร้อยละ 45.5 แต่เมื่อรายการอาหารมีเบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน สัดส่วนของผู้ที่เลือกเบอร์เกอร์ปลาจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 63.9 ในทางกลับกัน เมื่อรายการอาหารมีเบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชุดอาหารที่มีเบอร์เกอร์ไก่เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 54.5 ในทรีตเมนต์ฐานเป็นร้อยละ 75.3 ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะเลือกอาหารจานหลักที่เป็นทางเลือกมาตรฐาน

แผนภาพที่ 4.5 แสดงสัดส่วนของการเลือกเครื่องดื่ม จำแนกตามทรีตเมนต์ เมื่อได้รับรายการอาหารที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชุดอาหารที่มีน้ำอัดลมเท่ากับร้อยละ 80.7 และเลือกน้ำเปล่าร้อยละ 19.3 หากผู้เข้าร่วมการทดลองได้รับรายการอาหารที่มีน้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกน้ำอัดลมเพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อยจากร้อยละ 80.7 เป็นร้อยละ 81.0 ในทางกลับกัน เมื่อรายการอาหารมีน้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกน้ำเปล่าจะเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 19.3 เป็นร้อยละ 46.3 ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะเลือกน้ำเปล่ามากขึ้นถ้าน้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน แต่หากน้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐานแล้ว การเลือกน้ำอัดลมเพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ซึ่งอาจจะเป็นเพราะอัตราการเลือกน้ำอัดลมในทรีตเมนต์ฐานที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐานอยู่ในระดับที่สูงอยู่แล้ว

นอกจากนี้ การทดสอบสมมติฐานทางสถิติมีผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้างต้น ขั้นตอนแรกคือกำหนดตัวแปรหุ่น 4 ตัว ได้แก่ ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลา ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ไก่ ตัวแปรหุ่นน้ำอัดลม และตัวแปรหุ่นน้ำเปล่า ซึ่งเท่ากับ 1 ถ้าผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มนั้น ๆ หรือ 0 ถ้าผู้เข้าร่วมการทดลองไม่ได้เลือกอาหารหรือเครื่องดื่มนั้น ๆ ตารางที่ 4.1 สรุปสมมติฐานและผลการทดสอบเชิงสถิติด้วย chi-squared test ผลการวิเคราะห์ชี้ให้เห็นว่าว่าทางเลือกมาตรฐานมีผลกับการเลือกอาหารอย่างมีนัยสำคัญในการทดลองทุกกรณียกเว้นการเลือกน้ำอัดลม

ตารางที่ 4-1 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ระดับนัยสำคัญนัยยะสำคัญ 5 เปอร์เซ็นต์

สมมติฐานหลัก	χ statistics (p-value)	ผลการทดสอบเชิงสถิติ
อัตราส่วนของการเลือกเบอร์เกอร์ปลาในทรีตเมนต์ที่เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	5.830 (0.016)	ปฏิเสธสมมติฐานหลัก
อัตราส่วนของการเลือกเบอร์เกอร์ไก่ในทรีตเมนต์ที่เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	7.941 (0.005)	ปฏิเสธสมมติฐานหลัก
อัตราส่วนของการเลือกน้ำอัดลมในทรีตเมนต์ที่น้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	0.002 (0.964)	ไม่สามารถปฏิเสธสมมติฐานหลัก
อัตราส่วนของการเลือกน้ำเปล่าในทรีตเมนต์ที่น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	13.935 (0.000)	ปฏิเสธสมมติฐานหลัก

4.1.2 การวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาหารและเครื่องดื่มในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

การวิเคราะห์ในหัวข้อที่แล้วแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดมีแนวโน้มจะเลือกทางเลือกมาตรฐาน หัวข้อนี้จะวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาหารและเครื่องดื่มของผู้เข้าร่วมการทดลองโดยละเอียด เนื่องจากปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มแต่ละชนิดอาจจะมิได้มีแค่ทางเลือกมาตรฐานเท่านั้น การวิเคราะห์จะใช้แบบจำลองโลจิตโดยมีตัวแปรตามคือตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลาและตัวแปรหุ่นน้ำอัดลม ตัวแปรอิสระของแบบจำลองได้แก่ ตัวแปรหุ่นเพศหญิง อายุ ดัชนีมวลกาย ระดับสุขภาพ ตัวแปรหุ่นการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์ ระดับความรู้ด้านโภชนาการ ตัวแปรหุ่นของสถานที่ทำการทดลอง และตัวแปรหุ่นของทรีตเมนต์ ตารางที่ 4.2 แสดงสถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรต่าง ๆ ในแบบจำลอง

ตารางที่ 4-2 สถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรในแบบจำลอง

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าน้อยที่สุด	ค่ามากที่สุด
ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลา	0.462	0.499	0	1
ตัวแปรหุ่นน้ำอัดลม	0.740	0.439	0	1
ตัวแปรหุ่นเพศหญิง	0.731	0.444	0	1
อายุ	20.089	1.608	17.000	28.000
ดัชนีมวลกาย	20.905	3.903	9.862	40.526
ระดับสุขภาพ	3.425	0.676	1	5
ตัวแปรหุ่นการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร	0.440	0.497	0	1
ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์	4.512	0.744	1	5
ระดับความรู้ด้านโภชนาการ	1.788	0.915	0	3
ตัวแปรหุ่นของสถานที่ทำการทดลอง (สยามพารากอนเป็นกลุ่มอ้างอิง)				
ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต	0.358	0.480	0	1
สุพรีมคอมเพล็กซ์	0.308	0.462	0	1
ตัวแปรหุ่นของทรีตเมนต์ (ทรีตเมนต์ที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐานเป็นกลุ่มอ้างอิง)				
เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.200	0.400	0	1
เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.195	0.396	0	1
น้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.202	0.402	0	1
น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.192	0.395	0	1

หมายเหตุ จำนวนตัวอย่างเท่ากับ 416 ตัวอย่าง

ตารางที่ 4.3 แสดงผลกระทบส่วนเพิ่มของตัวแปรอิสระจากการประมาณแบบจำลองโลจิตแบบจำลอง (1) และ (2) มีตัวแปรตามคือตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลา และตัวแปรหุ่นน้ำอัดลมตามลำดับ จากผลการประมาณแบบจำลอง (1) เพศ อายุ ดัชนีมวลกาย ระดับสุขภาพ การควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์ และระดับความรู้ด้านโภชนาการไม่ได้ส่งผลถึงการเลือกเบอร์เกอร์ปลาอย่างมีนัยสำคัญ ตัวแปรที่สามารถอธิบายการเลือกเบอร์เกอร์ปลาได้อย่างมีนัยสำคัญมีเพียงสถานที่ทำการทดลองสุพรีมคอมเพล็กซ์ ทรีตเมนต์เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน และทรีตเมนต์เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐานเท่านั้น เมื่อเทียบกับทรีตเมนต์ฐานที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน รายการอาหารที่มีเบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐานจะเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกเบอร์เกอร์ปลาร้อยละ 19.7 จุด

(percentage point) แต่รายการอาหารที่มีเบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐานจะลดความน่าจะเป็นในการเลือกเบอร์เกอร์ปลา (หรือเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกเบอร์เกอร์ไก่) ร้อยละ 22.8 จุด

ผลการประมาณแบบจำลอง (2) คล้ายคลึงกับแบบจำลอง (1) นั่นคือ ตัวแปรด้านประชากรกับโภชนาการไม่ส่งผลต่อการเลือกน้ำอัดลมได้อย่างมีนัยสำคัญ ตัวแปรที่สามารถอธิบายการเลือกน้ำอัดลมได้อย่างมีนัยสำคัญมีเพียงสถานที่ทำการทดลองสุพรีมคอมเพล็กซ์ และทรีตเมนต์น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่านั้น เมื่อเทียบกับทรีตเมนต์ฐานที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน รายการอาหารที่มีน้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐานจะลดความน่าจะเป็นในการเลือกน้ำอัดลม (หรือเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกน้ำเปล่า) ร้อยละ 28.2 จุด

ตารางที่ 4-3 ผลการประมาณแบบจำลองการเลือกอาหารและเครื่องดื่มในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

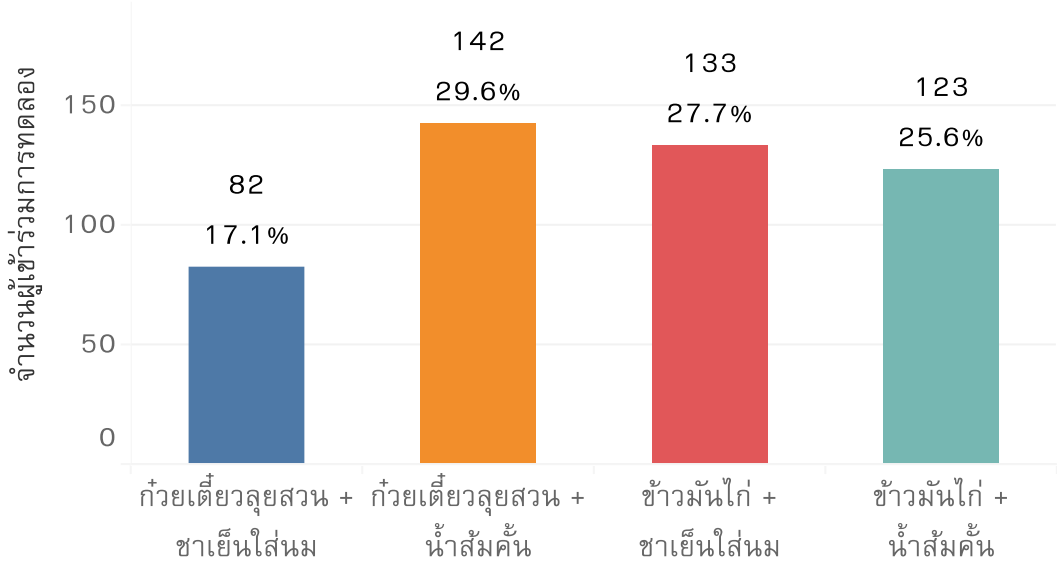
ตัวแปร	**(1) ตัวแปรหุ่นเบอร์เกอร์ปลา**		**(2) ตัวแปรหุ่นน้ำอัดลม**	
	ผลกระทบส่วนเพิ่ม	ค่าคลาดเคลื่อนมาตราฐาน	ผลกระทบส่วนเพิ่ม	ค่าคลาดเคลื่อนมาตราฐาน
ตัวแปรหุ่นเพศหญิง	-0.038	0.060	-0.013	0.051
อายุ	-0.012	0.016	-0.001	0.014
ดัชนีมวลกาย	-0.005	0.007	0.008	0.006
ระดับสุขภาพ	-0.055	0.040	0.038	0.034
ตัวแปรหุ่นการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร	0.036	0.054	-0.048	0.045
ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์	-0.023	0.035	0.016	0.029
ระดับความรู้ด้านโภชนาการ	0.041	0.029	-0.008	0.024
<u>ตัวแปรหุ่นของสถานที่ทำการทดลอง (สยามพารากอนเป็นกลุ่มอ้างอิง)</u>				
ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต	-0.095	0.062	0.037	0.049
สุพรีมคอมเพล็กซ์	-0.133*	0.064	0.142*	0.048
<u>ตัวแปรหุ่นของทรีตเมนต์ (ทรีตเมนต์ที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐานเป็นกลุ่มอ้างอิง)</u>				
เบอร์เกอร์ปลาเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.197*	0.076	-0.028	0.074
เบอร์เกอร์ไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	-0.228*	0.072	-0.054	0.076
น้ำอัดลมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.136	0.077	0.003	0.072
น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน	-0.086	0.078	-0.282*	0.083
Pseudo R-squared	0.079		0.069	

หมายเหตุ จำนวนตัวอย่างเท่ากับ 416 ตัวอย่าง และ * คือมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 5 เปอร์เซ็นต์

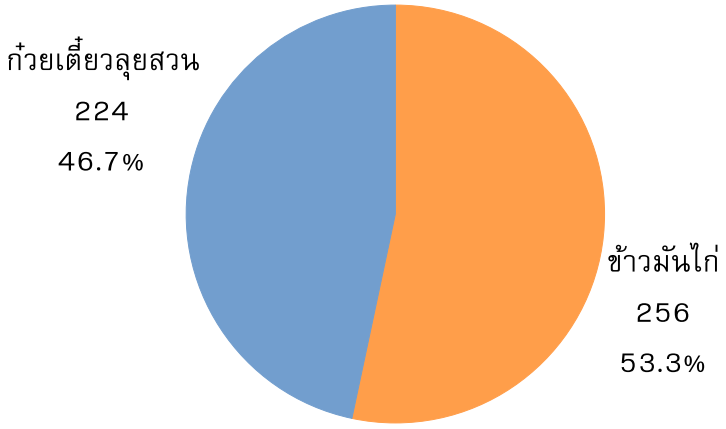
4.2 ผลการทดลองกับอาหารไทย

ในการทดลองกับอาหารไทย ผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้เลือกชุดอาหารก่อนที่จะตอบแบบสอบถาม เช่นเดียวกับการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ซึ่งชุดอาหารที่เลือกได้ในแต่ละทรีตเมนต์จะมีสี่ชุดเหมือน ๆ กัน จากผู้เข้าร่วมการทดลองจำนวน 480 คน มีผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหารต่าง ๆ ดังที่แสดงในแผนภาพที่ 4.6 ผู้เข้าร่วมการทดลองจำนวน 142 คนเลือกชุดก๋วยเตี๋ยวลุยสวนกับน้ำส้มคั้น ตามด้วยข้าวมันไก่กับชาเย็นใส่นม 133 คน ข้าวมันไก่กับน้ำส้มคั้น 123 คน และก๋วยเตี๋ยวลุยสวยกับชาเย็นใส่นม 82 คน

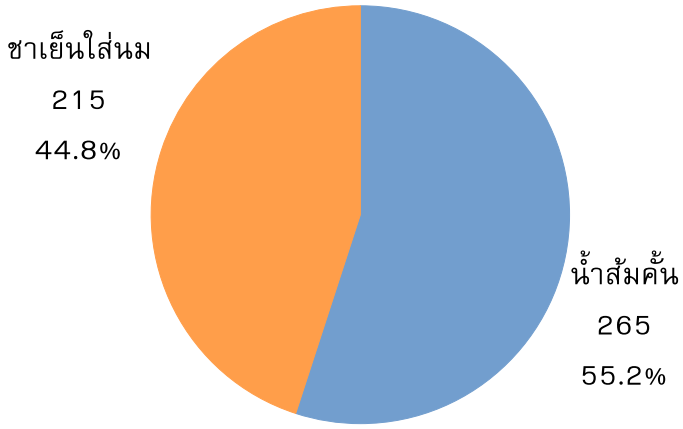
แผนภาพที่ 4-6 แสดงจำนวนของชุดอาหารที่ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกในการทดลองกับอาหารไทย



แผนภาพที่ 4-7 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวนและข้าวมันไก่



แผนภาพที่ 4-8 สัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชาเย็นใส่นมและน้ำส้มคั้น

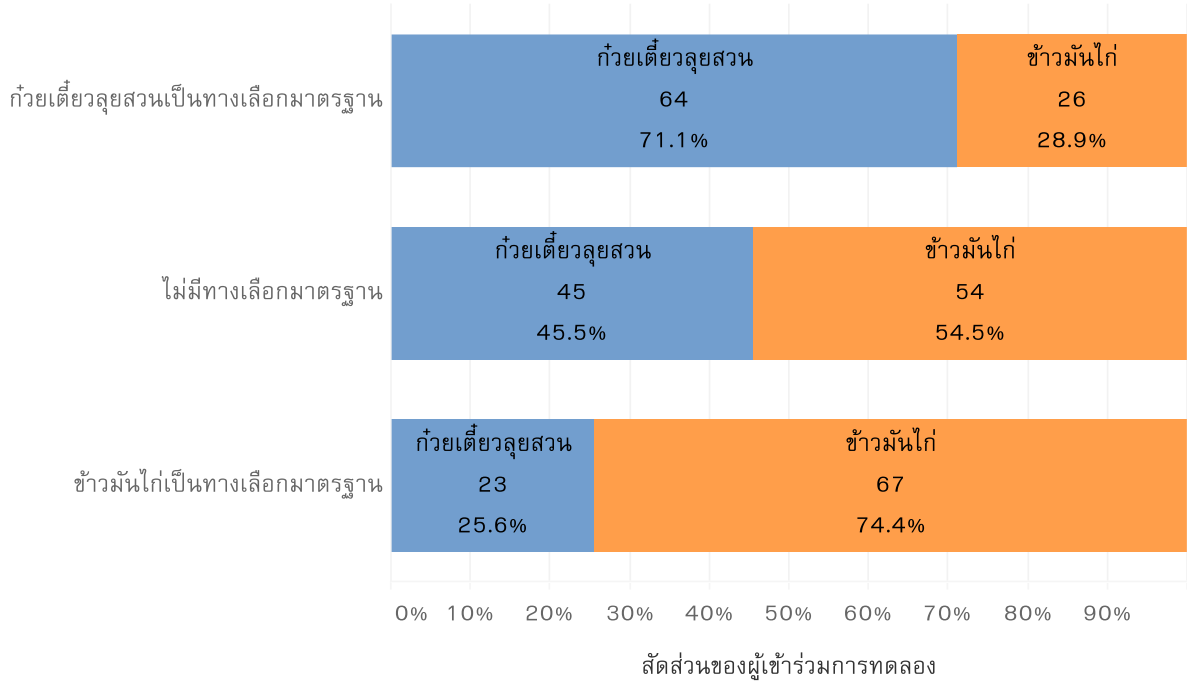


แผนภาพที่ 4.7 และ 4.8 แสดงสัดส่วนของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกอาหารจานหลักและเครื่องดื่มแต่ละประเภทตามลำดับ ผู้เข้าร่วมการทดลองส่วนที่เลือกชุดอาหารที่ประกอบด้วยก๋วยเตี๋ยวลุยสวนและข้าวมันไก่มีสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือร้อยละ 46.7 และ 53.3 ตามลำดับ นอกจากนี้ ผู้เข้าร่วมการทดลองส่วนที่เลือกชุดอาหารที่ประกอบด้วยชาเย็นใส่นมและน้ำส้มคั้นมีสัดส่วนร้อยละ 44.8 และ 55.2 ตามลำดับ

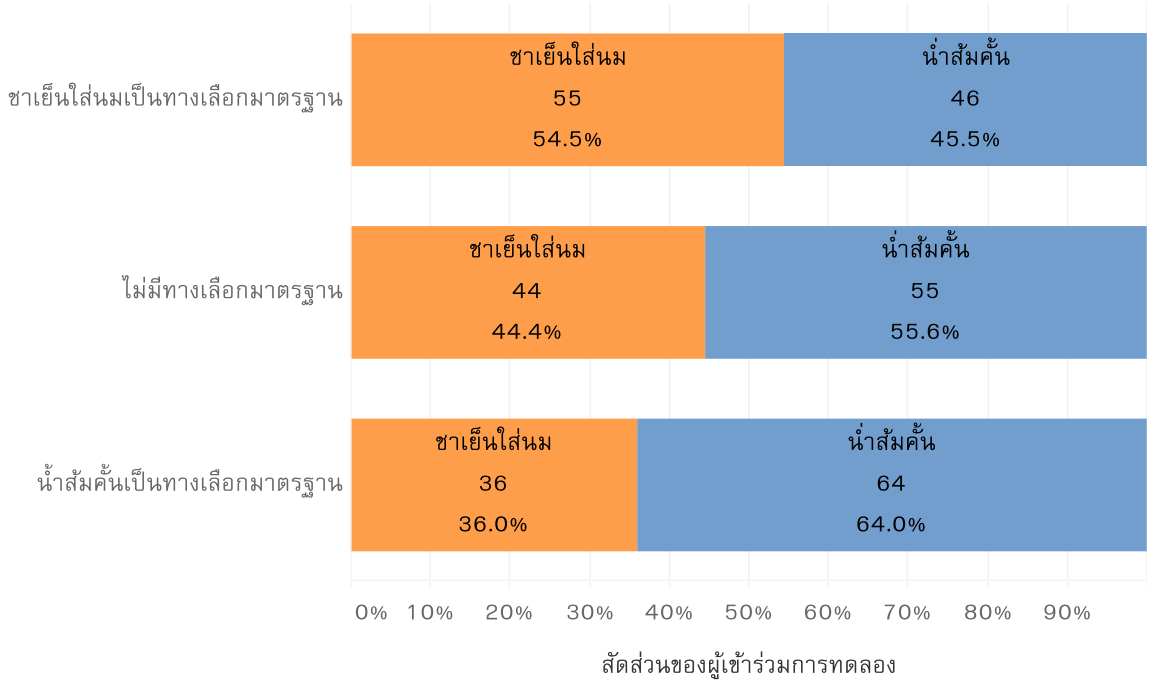
4.2.1 การวิเคราะห์ผลของทางเลือกมาตรฐานในการทดลองกับอาหารไทย

การวิเคราะห์ว่าทางเลือกมาตรฐานมีผลกับการเลือกอาหารหรือไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบการเลือกอาหารจานหลักและเครื่องดื่มระหว่างทรีตเมนต์ที่มีทางเลือกมาตรฐานกับทรีตเมนต์ฐานเช่นเดียวกับการวิเคราะห์ผลการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ดังที่แสดงในแผนภาพที่ 4.9 เมื่อไม่มีทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเท่ากับร้อยละ 45.5 แต่เมื่อรายการอาหารมีก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐาน สัดส่วนของผู้ที่เลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวนจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 71.1 ในทางกลับกัน เมื่อรายการอาหารมีข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชุดอาหารที่มีข้าวมันไก่เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 54.5 ในทรีตเมนต์ฐานเป็นร้อยละ 74.4 ผลดังกล่าวสอดคล้องกับผลการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดที่ผู้เข้าร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะเลือกอาหารจานหลักที่เป็นทางเลือกมาตรฐาน

แผนภาพที่ 4-9 สัดส่วนของการเลือกอาหารจานหลัก จำแนกตามทรีตเมนต์



แผนภาพที่ 4-10 สัดส่วนของการเลือกเครื่องดื่ม จำแนกตามทรีตเมนต์



แผนภาพที่ 4.10 แสดงสัดส่วนของการเลือกเครื่องดื่ม จำแนกตามทรีตเมนต์ เมื่อได้รับรายการอาหารที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชุดอาหารที่มีชาเย็นใส่นมเท่ากับร้อยละ 44.4 และเลือกน้ำส้มคั้นร้อยละ 55.6 หากผู้เข้าร่วมการทดลองได้รับรายการอาหารที่มีชาเย็นใส่นมเป็นทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกชาเย็นใส่นมเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 54.5 ในทางกลับกัน เมื่อรายการอาหารมีน้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐาน จำนวนผู้เข้าร่วมการทดลองที่เลือกน้ำส้มคั้นจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 64.0 ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะเลือกเครื่องดื่มที่เป็นทางเลือกมาตรฐาน

การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของอาหารจานหลักมีผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้างต้น แต่การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของเครื่องดื่มไม่พบผลกระทบจากทางเลือกมาตรฐานอย่างมีนัยสำคัญ ตารางที่ 4.4 สรุปสมมติฐานและผลการทดสอบเชิงสถิติด้วย chi-squared test ผลการวิเคราะห์ชี้ให้เห็นว่าว่าทางเลือกมาตรฐานมีผลกับการเลือกอาหารจานหลักอย่างมีนัยสำคัญ แต่มิได้ส่งผลกับการเลือกเครื่องดื่มอย่างมีนัยสำคัญ

ตารางที่ 4-4 ผลการทดสอบสมมติฐานที่ระดับนัยสำคัญนัยยะสำคัญ 5 เปอร์เซ็นต์

สมมติฐานหลัก	χ statistics (p-value)	ผลการทดสอบเชิงสถิติ
อัตราส่วนของการเลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวนในทรีตเมนต์ที่ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	12.712 (0.000)	ปฏิเสธสมมติฐานหลัก
อัตราส่วนของการเลือกข้าวมันไก่ในทรีตเมนต์ที่ข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	8.104 (0.004)	ปฏิเสธสมมติฐานหลัก
อัตราส่วนของการเลือกชาเย็นใส่นมในทรีตเมนต์ที่ชาเย็นใส่นมเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	2.004 (0.157)	ไม่สามารถปฏิเสธสมมติฐานหลัก
อัตราส่วนของการเลือกน้ำส้มคั้นในทรีตเมนต์ที่น้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐานเท่ากับทรีตเมนต์ฐาน	1.476 (0.224)	ไม่สามารถปฏิเสธสมมติฐานหลัก

4.2.2 การวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาหารและเครื่องดื่มในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

การทดสอบสมมติฐานเชิงสถิติแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารไทยจานหลักเท่านั้น หัวข้อนี้จะวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาหารและเครื่องดื่มของผู้เข้าร่วมการทดลองโดยละเอียด การวิเคราะห์ในหัวข้อนี้จะใช้แบบจำลองโลจิตโดยมีตัวแปรตามคือตัวแปรหุ่นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน และตัวแปรหุ่นชาเย็นใส่นม ตัวแปรอิสระจะเหมือนกับแบบจำลอง (1) และ (2)

ซึ่งประกอบด้วย ตัวแปรหุ่นเพศหญิง อายุ ดัชนีมวลกาย ระดับสุขภาพ ตัวแปรหุ่นการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์ ระดับความรู้ด้านโภชนาการ ตัวแปรหุ่นของสถานที่ทำการทดลอง และตัวแปรหุ่นของทรีตเมนต์ ตารางที่ 4.5 แสดงสถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรต่าง ๆ ในแบบจำลอง

ตารางที่ 4-5 สถิติเชิงพรรณนาของตัวแปรต่าง ๆ ในแบบจำลอง

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าน้อยที่สุด	ค่ามากที่สุด
ตัวแปรหุ่นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน	0.467	0.499	0	1
ตัวแปรหุ่นชาเย็นใส่นม	0.448	0.498	0	1
ตัวแปรหุ่นเพศหญิง	0.631	0.483	0	1
อายุ	19.248	1.256	17	28
ดัชนีมวลกาย	21.220	3.911	12.171	45.725
ระดับสุขภาพ	3.413	0.705	1	5
ตัวแปรหุ่นการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร	0.458	0.499	0	1
ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์	4.585	0.644	1	5
ระดับความรู้ด้านโภชนาการ	2.115	0.858	0	3
ตัวแปรหุ่นของสถานที่ทำการทดลอง (จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเป็นกลุ่มอ้างอิง)				
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต	0.317	0.466	0	1
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์	0.373	0.484	0	1
ตัวแปรหุ่นของทรีตเมนต์ (ทรีตเมนต์ที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐานเป็นกลุ่มอ้างอิง)				
ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.188	0.391	0	1
ข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.188	0.391	0	1
ชาเย็นใส่นมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.210	0.408	0	1
น้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.208	0.407	0	1

หมายเหตุ จำนวนตัวอย่างเท่ากับ 480 ตัวอย่าง

ตารางที่ 4.6 แสดงผลกระทบส่วนเพิ่มของตัวแปรอิสระจากการประมาณแบบจำลองโลจิตแบบจำลอง (3) และ (4) มีตัวแปรตามคือตัวแปรหุ่นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน และตัวแปรหุ่นชาเย็นใส่นมตามลำดับ จากผลการประมาณแบบจำลอง (3) เพศหญิงและคนที่มีระดับความรู้ด้านโภชนาการสูงจะมีแนวโน้มที่จะเลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวน อย่างไรก็ตาม ทรีตเมนต์ที่มีอาหารจานหลักเป็นทางเลือกมาตรฐานมีผลกระทบส่วนเพิ่มสูง

กว่าและมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ เมื่อเทียบกับทรีตเมนต์ฐานที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐาน รายการอาหารที่มีก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐานจะเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวนร้อยละ 27.2 จุด แต่รายการอาหารที่มีข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐานจะลดความน่าจะเป็นในการเลือกก๋วยเตี๋ยวลุยสวน (หรือเพิ่มความน่าจะเป็นในการเลือกข้าวมันไก่) ร้อยละ 22.6 จุด ส่วนอายุ ดัชนีมวลกาย ระดับสุขภาพ การควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร และความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ได้ส่งผลถึงการเลือกอาหารจานหลักอย่างมีนัยสำคัญ จากผลการประมาณแบบจำลอง (4) ตัวแปรที่ส่งผลกับการเลือกชาเย็นใส่นมมีเพียงอายุเท่านั้น แม้ทิศทางของผลกระทบส่วนเพิ่มของทางเลือกมาตรฐานจะตรงตามสมมติฐาน แต่ก็ไม่ได้มีนัยสำคัญที่ระดับ 5 เปอร์เซ็นต์

ตารางที่ 4-6 ผลการประมาณแบบจำลองการเลือกอาหารและเครื่องดื่มในการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด

ตัวแปร	(3) ตัวแปรหุ่นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน		(4) ตัวแปรหุ่นชาเย็นใส่นม	
	ผลกระทบส่วนเพิ่ม	ค่าคลาดเคลื่อนมาตราฐาน	ผลกระทบส่วนเพิ่ม	ค่าคลาดเคลื่อนมาตราฐาน
ตัวแปรหุ่นเพศหญิง	0.187*	0.051	-0.027	0.051
อายุ	-0.008	0.021	-0.044*	0.021
ดัชนีมวลกาย	-0.007	0.007	-0.001	0.007
ระดับสุขภาพ	-0.035	0.037	0.037	0.034
ตัวแปรหุ่นการควบคุมน้ำหนักหรืออาหาร	0.056	0.052	-0.065	0.049
ความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารที่มีประโยชน์	0.031	0.039	0.010	0.037
ระดับความรู้ด้านโภชนาการ	0.107*	0.031	0.036	0.028
ตัวแปรหุ่นของสถานที่ทำการทดลอง (สยามพารากอนเป็นกลุ่มอ้างอิง)				
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต	-0.007	0.064	0.038	0.061
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์	-0.049	0.060	0.036	0.057
ตัวแปรหุ่นของทรีตเมนต์ (ทรีตเมนต์ที่ไม่มีทางเลือกมาตรฐานเป็นกลุ่มอ้างอิง)				
ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.272*	0.072	-0.081	0.073
ข้าวมันไก่เป็นทางเลือกมาตรฐาน	-0.226*	0.069	0.057	0.075
ชาเย็นใส่นมเป็นทางเลือกมาตรฐาน	-0.061	0.074	0.100	0.073
น้ำส้มคั้นเป็นทางเลือกมาตรฐาน	0.070	0.075	-0.098	0.071
Pseudo R-squared	0.112		0.033	

หมายเหตุ จำนวนตัวอย่างเท่ากับ 480 ตัวอย่าง และ * คือมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 5 เปอร์เซ็นต์

บทที่ 5 บทสรุป

การประยุกต์การใช้เศรษฐศาสตร์พฤติกรรมในการออกแบบนโยบายได้รับความสนใจมากขึ้นเรื่อย ๆ จากทั้งผู้ออกนโยบายและนักวิชาการ เนื่องจากนโยบายแบบดั้งเดิมที่มุ่งเน้นการให้ข้อมูลกับผู้บริโภคไม่ได้มีประสิทธิผลเท่าที่ควร ซึ่งเกิดจากข้อจำกัดผู้บริโภคที่ไม่สามารถเลือกสิ่งที่ดีที่สุดกับตนเองได้แม้ว่าจะได้รับข้อมูลเกี่ยวกับข้อดีและข้อเสียของทางเลือกต่าง ๆ อย่างครบถ้วนแล้วก็ตาม การทดลองของ นพพล วิทย์วรพงศ์และคณะ (พ.ศ. 2560) กับผู้เข้าร่วมการทดลองในประเทศไทยพบว่าการให้ข้อมูลด้านโภชนาการมีผลที่ค่อนข้างจำกัดต่อการเลือกอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของเศรษฐศาสตร์พฤติกรรม ยิ่งไปกว่านั้น พฤติกรรมการเลือกอาหารมีความโน้มเอียงสูงเนื่องจากการรับทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพมักจะเป็นการสละความสุขในระยะสั้น แต่ผลเสียมิได้เกิดขึ้นทันที ผู้บริโภคจึงมักจะไม่คำนึงถึงผลเสียที่เกิดขึ้นในระยะยาว

ทางเลือกมาตรฐานคือทางเลือกที่ถูกเลือกโดยอัตโนมัติหากผู้บริโภคไม่ได้เจาะจงว่าจะเลือกทางเลือกอื่นใด งานวิจัยในอดีตพบว่าผู้บริโภคมีแนวโน้มที่จะเลือกทางเลือกมาตรฐาน โดยเฉพาะกรณีที่ผู้บริโภคมิได้ชอบทางเลือกใดทางเลือกหนึ่งอย่างมากหรือกรณีที่ผู้บริโภคไม่ทราบข้อดีข้อเสียของทางเลือกแต่ละทาง อย่างไรก็ตาม ผู้บริโภคมักจะคุ้นเคยกับทางเลือกในการบริโภคอาหารอย่างดีอยู่แล้ว ดังนั้น งานวิจัยนี้ได้ทำการทดลองภาคสนามกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษาเพื่อทดสอบว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารหรือไม่ งานวิจัยนี้จะเป็นจุดเริ่มต้นของการใช้ทางเลือกมาตรฐานในการสะกิดให้ผู้บริโภคเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพมากขึ้น

การทดลองแบ่งเป็นสองการทดลองย่อย ได้แก่ การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดและการทดลองกับอาหารไทย ซึ่งพฤติกรรมการตัดสินใจอาจจะแตกต่างกัน เนื่องจากผู้เข้าร่วมการทดลองมักจะคุ้นเคยกับอาหารไทยมากกว่าอาหารฟาสต์ฟูด ซึ่งอาจจะทำให้ทางเลือกมาตรฐานของอาหารไทยไม่มีผลกระทบต่อการเลือก สถานที่ทำการทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูดคือบริเวณร้านแมคโดนัล 3 สาขา ได้แก่ สยามพารากอน ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต และสุพรีมคอมเพล็กซ์ ในการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะเลือกชุดอาหารของร้านอาหารแมคโดนัล ซึ่งประกอบด้วยอาหารจานหลัก ได้แก่เบอร์เกอร์ปลาหรือเบอร์เกอร์ไก่ และเครื่องดื่ม ได้แก่น้ำอัดลมหรือน้ำเปล่า ส่วนสถานที่ทำการทดลองกับอาหารไทยคือบริเวณโรงอาหารของมหาวิทยาลัย 3 แห่ง ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ในการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะเลือกชุดอาหารไทย ซึ่งประกอบด้วยอาหารจานหลัก ได้แก่ก๋วยเตี๋ยวลุยสวนหรือข้าวมันไก่ และ

เครื่องดื่ม ได้แก่ชาเย็นใส่นมหรือน้ำส้มคั้น รายการอาหารที่แจกให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกชุดอาหารมี 5 แบบในแต่ละการทดลองย่อย รายการอาหารแต่ละแบบจะมีอาหารหรือเครื่องดื่มแต่ละชนิดเป็นทางเลือกมาตรฐาน หรือไม่มีทางเลือกมาตรฐานเลย หากผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐาน ทางเลือกมาตรฐานของอาหารหรือเครื่องดื่มในรายการอาหารจะทำให้ผู้เข้าร่วมทดลองจะมีแนวโน้มที่จะเลือกอาหารหรือเครื่องดื่มชนิดนั้น ๆ มากขึ้น

ตารางที่ 5-1 สรุปผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานต่อการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่ม

ทางเลือกมาตรฐาน	ผลกระทบส่วนเพิ่มต่อความน่าจะเป็นในการเลือกทางเลือกมาตรฐาน	นัยสำคัญที่ระดับ 5 เปอร์เซ็นต์
การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด		
เบอร์เกอร์ปลา	ร้อยละ 19.7 จุด	มีนัยสำคัญ
เบอร์เกอร์ไก่	ร้อยละ 22.8 จุด	มีนัยสำคัญ
น้ำอัดลม	ร้อยละ 0.3 จุด	ไม่มีนัยสำคัญ
น้ำเปล่า	ร้อยละ 28.2 จุด	มีนัยสำคัญ
การทดลองกับอาหารไทย		
ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน	ร้อยละ 27.2 จุด	มีนัยสำคัญ
ข้าวมันไก่	ร้อยละ 22.6 จุด	มีนัยสำคัญ
ชาเย็นใส่นม	ร้อยละ 10 จุด	ไม่มีนัยสำคัญ
น้ำส้มคั้น	ร้อยละ 9.8 จุด	ไม่มีนัยสำคัญ

ตารางที่ 5.1 สรุปผลกระทบของทางเลือกมาตรฐานต่อการเลือกอาหารหรือเครื่องดื่ม ผลการทดลองชี้ให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารในทุกกรณีไม่ว่าอาหารจะมีคุณค่าทางโภชนาการคล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกันก็ตาม โดยทางเลือกมาตรฐานของอาหารจะทำให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเลือกทางเลือกนั้น ๆ เพิ่มขึ้นประมาณร้อยละ 20 จุดเป็นอย่างน้อย แต่ทางเลือกมาตรฐานของเครื่องดื่มมีผลเฉพาะกรณีที่ใช้น้ำเปล่าเป็นทางเลือกมาตรฐาน

ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการนำทางเลือกมาตรฐานของอาหารจานหลักและน้ำเปล่าไปขยายผลในการออกแบบนโยบายที่สะกิดให้ผู้บริโภคเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพต่อไป ข้อจำกัดประการหนึ่งของการศึกษานี้คือกลุ่มตัวอย่างของการทดลองที่จำกัดเฉพาะนิสิตนักศึกษา ซึ่งอาจจะทำให้ผลการทดลองไม่สามารถประยุกต์ใช้กับกลุ่มประชากรอื่นได้ อย่างไรก็ตาม ความโน้มเอียงเชิงพฤติกรรมโดยเฉพาะความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานมักจะเกิดขึ้นกับผู้บริโภคหลายกลุ่ม ไม่จำกัดเฉพาะกลุ่มนิสิตนักศึกษาเท่านั้น

นอกจากนี้ ผลการศึกษานี้มาจากการทดลองที่สามารถควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ได้ค่อนข้างมาก ในขณะที่บริบทของการตัดสินใจเลือกอาหารของผู้บริโภคมีปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อการเลือกอาหารอีก ซึ่งอาจจะทำให้ทางเลือกมาตรฐานมีผลมากขึ้นหรือน้อยลงก็ได้ นอกจากนี้ รูปแบบทางเลือกและการใช้ทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารอาจจะแตกต่างจากในการทดลอง ดังนั้น การใช้ทางเลือกมาตรฐานต้องมีการออกแบบและประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของการตัดสินใจและประเมินผลกระทบต่อไป

บรรณานุกรม

อ.ดร.นพพล วิทย์วรพงศ์ รศ.ดร.ธนะพงษ์ โพธิปิติ อ.ดร.สันต์ สัมปัตตะวนิช ผศ.ดร.ธานี ชัยวัฒน์ และ อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์. (พ.ศ. 2560). การประเมินประสิทธิผลของการให้ความรู้ด้านโภชนาการต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในกลุ่มนิสิตนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).

Abadie, A., & Gay, S. (2006). The impact of presumed consent legislation on cadaveric organ donation: A cross-country study. *Journal of Health Economics, 25*(4), 599-602.

Gale, W. G., Iwry, J., & Orszag, P. (2005). The Automatic 401(k): A Simple Way to Strengthen Retirement Saving. *Tax Notes, 106*(10), 1207-1214.

Johnson, E. J., & Goldstein, D. (2003). Do Defaults Save Lives? *Science, 302*, pp. 1338-1339.

Just, D., & Price, J. (2013). Default options, incentives and food choices: evidence from elementary-school children. Public health nutrition, 16(12), 2281-2288.

Loewenstein, G., Brennan, T., & Volpp, K. G. (2007). Asymmetric Paternalism to Improve Health Behaviors. *The Journal of the American Medical Association, 298*(20), 2415-2417.

Samuelson, W., & Zeckhauser, R. (1988). Status Quo Bias in Decision Making. *Journal of Risk and Uncertainty, 1*(1), 7-59.

Thaler, R. H., & Benertzi, S. (2004). Save More Tomorrow: Using Behavioral Economics to Increase Employee Saving. *Journal of Political Economy, 112*(1), S164-S187.

Thaler, R. H., & Sunstein, C. R. (2008). Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness. New Haven, CT: Yale University Press.

Wisdom, J., Downs, J. S., & Loewenstein, G. (2010). Promoting healthy choices: Information versus convenience. American Economic Journal: Applied Economics, 2(2), 164-178.

ภาคผนวก 1

ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย (Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการวิจัย.....การทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร *ของนิสิตนักศึกษา* (Experiment on Default Option Bias in Food Choices *of Undergraduate Students*)..... (กิจกรรมย่อยที่ 1)

ชื่อผู้วิจัย.....อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์ .....ตำแหน่ง.....อาจารย์.....
สถานที่ติดต่อผู้วิจัย (ที่ทำงาน) .....คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....
(ที่บ้าน) ....
โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) .....02-218-6188.....ต่อ ..... โทรศัพท์ที่บ้าน .....
มือถือ ..... E-mail Address : ... Pacharasut.s@Chula.ac.th.....
----------i

รายละเอียดโครงการวิจัย

1. ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัยก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัย มีความจำเป็นที่ท่านควรทำความเข้าใจว่างานวิจัยนี้ทำเพราะเหตุใด และเกี่ยวข้องกับอะไร กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไม่ชัดเจนได้ตลอดเวลา

2. โครงการนี้เป็นการศึกษาทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร*ของนิสิตนักศึกษา* (Experiment on Default Option Bias in Food Choices *of Undergraduate Students*) เป็นโครงการวิจัยที่ศึกษาความลำเอียงต่อทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร หรืออีกนัยหนึ่งคือ การศึกษาพฤติกรรมลำเอียงของผู้บริโภคในการเลือกหรือยอมรับที่จะบริโภคทางเลือกมาตรฐานที่มีการจัดเตรียมไว้แล้วหากผู้บริโภคไม่ได้เจาะจงทางเลือกอาหารอื่นๆไว้ก่อน และเป็นการทดสอบว่าในบริบทการรับประทานอาหารของคนไทย มีความลำเอียงต่อทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารหรือไม่ และรวมถึงการประเมินการสะกิดเพื่อให้ผู้เข้าทดลองเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพของตนเอง และจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเพื่อสุขภาวะที่ดีในการบริโภคต่อไป

3. ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

*นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี*จำนวน 600 คน ในช่วงเวลาที่กำหนดระหว่าง 11.30-13.30 น จากบริเวณหน้าร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด (McDonald) 3 สาขา ประกอบด้วย สาขาสยามพารากอน สาขาฟิวเจอร์ปาร์ครังสิต สาขาสุพรีมคอมเพล็กซ์ *ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะต้องมีคุณสมบัติดังนี้*

- *เป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผู้ทดลองจะขอดูบัตรประจำตัวนิสิตนักศึกษาเพื่อตรวจสอบว่าเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีหรือไม่*
- *สามารถรับประทานไก่หรือหมูได้ (สำหรับการทดลองย่อยที่ 1)*
- *สามารถรับประทานไก่ได้ (สำหรับการทดลองย่อยที่ 2)*
- *ไม่เคยเข้าร่วมการทดลองนี้มาก่อน*

4. กิจกรรมวิจัย

ผู้วิจัยจะสุ่มสอบถามนิสิตนักศึกษาในบริเวณ*หน้าร้านอาหาร McDonald* เพื่อหาผู้ที่ประสงค์จะเข้าร่วมการทดลอง *โดยมีค่าชดเชยการเสียเวลาเป็นอาหารกลางวัน 1 ชุด โดยสามารถเลือกชุดอาหารที่ต้องการได้จากรายการที่แจกซึ่งประกอบด้วยอาหารชุดจากร้าน McDonald ดังนี้*

- *เบอร์เกอร์ปลา (แมคฟิช) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำเปล่า*
- *เบอร์เกอร์ปลา (แมคฟิช) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำอัดลม*
- *เบอร์เกอร์ไก่ (แมคไก่) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำเปล่า*
- *เบอร์เกอร์ไก่ (แมคไก่) เฟรนช์ฟรายส์ และน้ำอัดลม*

ซึ่งเมื่อนิสิตยินดีเข้าร่วมการทดลองจะให้นิสิตเลือกชุดอาหารที่ต้องการก่อน โดยอ่านจากรายการอาหารที่ผู้ทดลองแจกให้ เมื่อเลือกรายการอาหารที่ต้องการเรียบร้อยแล้ว ผู้ทดลองจึงให้นิสิตนักศึกษาทำแบบสอบถามที่จัดเตรียมไว้ จากนั้นเมื่อตอบแบบสอบถามสมบูรณ์ ผู้ทดลองจะให้อาหารชุดนั้นแก่นิสิตนักศึกษาเป็นการตอบแทน

5. การให้ข้อมูลแก่นิสิตในการทดลองวิจัย

สำหรับโครงการนี้ ผู้ให้ข้อมูลแก่นิสิตนั้นคือ หัวหน้าโครงการวิจัย (อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์) และ/หรือ เจ้าหน้าที่โครงการวิจัย โดยผ่านเอกสารชี้แจง และขยายความโดยการอธิบายกรณีที่มีข้อสงสัยเพิ่มเติม

6. **อันตราย**หรือ**ความเสี่ยง**ที่อาจเกิดขึ้นแก่กลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย --- ในงานวิจัยนี้มีความเสี่ยงต่ำ เนื่องจากไม่มีการใช้สารเคมี ไม่มีกิจกรรมที่อยู่ในข่ายสุ่มเสี่ยงต่ออุบัติเหตุหรือสภาวะเสี่ยง แต่อย่างไรก็ตาม ผู้เข้าร่วมวิจัยจะต้องไม่เป็นผู้มีประวัติภูมิแพ้อาหาร ทั้งนี้ในกรณีเกิดเหตุสุดวิสัยขึ้น ทางโครงการวิจัยจะนำส่งผู้เข้าร่วมทดลองยังโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดเพื่อทำการรักษาต่อไป

7. **ประโยชน์**ในการเข้าร่วมวิจัย

ประโยชน์ทางตรงต่อนิสิตที่เข้าร่วมโครงการ : ได้รับประทานอาหารกลางวัน โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

ประโยชน์ต่อองค์ความรู้ : โครงการวิจัยชุดนี้ เป็นโครงการวิจัยที่ริเริ่มสร้างและพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมในประเทศไทย

8. การเข้าร่วมในการวิจัยในโครงการนี้เป็นโดย**สมัครใจ** และผู้เข้าร่วมสามารถ**ปฏิเสธ**ที่จะเข้าร่วมหรือ**ถอนตัว**จากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผลและไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ การตัดสินใจเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมโครงการนี้ไม่มีผลต่อการศึกษาหรือผลต่อการเรียนใดๆ

9. ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับท่านจะเก็บเป็น**ความลับ** หากมีการเสนอผลการวิจัยจะเสนอเป็นภาพรวม ข้อมูลใดที่สามารถระบุถึงตัวท่านได้จะไม่ปรากฏในรายงาน

10. โครงการวิจัยชุดนี้ไม่มีการ*จ่ายค่าชดเชย*ให้แก่ผู้เข้าร่วมทดลอง

11. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 254 อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์/โทรสาร 0-2218-3202 E-mail: eccu@chula.ac.th”

ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย (Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการวิจัย.....การทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร *ของนิสิตนักศึกษา* (Experiment on Default Option Bias in Food Choices *of Undergraduate Students*)..... (กิจกรรมย่อยที่ 2)

ชื่อผู้วิจัย.....อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์ .....ตำแหน่ง.....อาจารย์.....

สถานที่ติดต่อผู้วิจัย (ที่ทำงาน) .....คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....

(ที่บ้าน) ....

โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) .....02-218-6188.....ต่อ ..... โทรศัพท์ที่บ้าน .....

มือถือ ..... E-mail Address : ... Pacharasut.s@Chula.ac.th.....

----------i

รายละเอียดโครงการวิจัย

1. ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัยก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัย มีความจำเป็นที่ท่านควรทำความเข้าใจว่างานวิจัยนี้ทำเพราะเหตุใด และเกี่ยวข้องกับอะไร กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไม่ชัดเจนได้ตลอดเวลา

2. โครงการนี้เป็นการศึกษาทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร*ของนิสิตนักศึกษา* (Experiment on Default Option Bias in Food Choices *of Undergraduate Students*) เป็นโครงการวิจัยที่ศึกษาความลำเอียงต่อทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร หรืออีกนัยหนึ่งคือ การศึกษาพฤติกรรมลำเอียงของผู้บริโภคในการเลือกหรือยอมรับที่จะบริโภคทางเลือกมาตรฐานที่มีการจัดเตรียมไว้แล้วหากผู้บริโภคไม่ได้เจาะจงทางเลือกอาหารอื่นๆไว้ก่อน และเป็นการทดสอบว่าในบริบทการรับประทานอาหารของคนไทย มีความลำเอียงต่อทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหารหรือไม่ และรวมถึงการประเมินการสะกิดเพื่อให้ผู้เข้าทดลองเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพของตนเอง และจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเพื่อสุขภาวะที่ดีในการบริโภคต่อไป

3. ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

*นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี*จำนวน 600 คน แบ่งเป็นกลุ่ม 5 กลุ่มกลุ่มละ 120 คน จากบริเวณหน้าโรงอาหารมหาวิทยาลัย 3 แห่ง ประกอบด้วย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ศูนย์รังสิต) มหาวิทยาลัยสวนดุสิต *ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะต้องมีคุณสมบัติดังนี้*

- *เป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผู้ทดลองจะขอดูบัตรประจำตัวนิสิตนักศึกษาเพื่อตรวจสอบว่าเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีหรือไม่*
- *สามารถรับประทานไก่หรือหมูได้ (สำหรับการทดลองย่อยที่ 1)*
- *สามารถรับประทานไก่ได้ (สำหรับการทดลองย่อยที่ 2)*
- *ไม่เคยเข้าร่วมการทดลองนี้มาก่อน*

4. กิจกรรมวิจัย

ผู้วิจัยจะสุ่มสอบถามนิสิตนักศึกษาในบริเวณโรงอาหารของมหาวิทยาลัยเพื่อหาผู้ที่ประสงค์จะเข้าร่วมการทดลอง *โดยมีค่าชดเชยการเสียเวลาเป็นอาหารกลางวัน 1 ชุด โดยสามารถเลือกชุดอาหารที่ต้องการได้จากรายการที่แจกซึ่งประกอบด้วยอาหารชุดจากมหาวิทยาลัยสวนดุสิต ดังนี้*

- *ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น*
- *ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม*
- *ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น*
- *ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม*

เมื่อเลือกรายการอาหารที่ต้องการเรียบร้อยแล้ว ผู้ทดลองจึงให้นิสิตนักศึกษาทำแบบสอบถามที่จัดเตรียมไว้ จากนั้นเมื่อตอบแบบสอบถามสมบูรณ์ ผู้ทดลองจะให้อาหารชุดนั้นแก่นิสิตนักศึกษาเป็นการตอบแทน

5. การให้ข้อมูลแก่นิสิตในการทดลองวิจัย

สำหรับโครงการนี้ ผู้ให้ข้อมูลแก่นิสิตนั้นคือ หัวหน้าโครงการวิจัย (อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์) และ/หรือ เจ้าหน้าที่โครงการวิจัย โดยผ่านเอกสารชี้แจง และขยายความโดยการอธิบายกรณีที่มีข้อสงสัยเพิ่มเติม

6. **อันตราย**หรือ**ความเสี่ยง**ที่อาจเกิดขึ้นแก่กลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย --- ในงานวิจัยนี้มีความเสี่ยงต่ำ เนื่องจากไม่มีการใช้สารเคมี ไม่มีกิจกรรมที่อยู่ในข่ายสุ่มเสี่ยงต่ออุบัติเหตุหรือสภาวะเสี่ยง แต่อย่างไรก็ตาม ผู้เข้าร่วมวิจัยจะต้องไม่เป็นผู้มีประวัติภูมิแพ้อาหาร ทั้งนี้ในกรณีเกิดเหตุสุดวิสัยขึ้น ทางโครงการวิจัยจะนำส่งผู้เข้าร่วมทดลองยังโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดเพื่อทำการรักษาต่อไป

7. **ประโยชน์**ในการเข้าร่วมวิจัย

ประโยชน์ทางตรงต่อนิสิตที่เข้าร่วมโครงการ : ได้รับประทานอาหารกลางวันฟรี โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

ประโยชน์ต่อองค์ความรู้ : โครงการวิจัยชุดนี้ เป็นโครงการวิจัยที่ริเริ่มสร้างและพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมในประเทศไทย

8. การเข้าร่วมในการวิจัยในโครงการนี้เป็นโดย**สมัครใจ** และผู้เข้าร่วมสามารถ**ปฏิเสธ**ที่จะเข้าร่วมหรือ**ถอนตัว**จากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผลและไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ การตัดสินใจเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมโครงการนี้ไม่มีผลต่อการศึกษาหรือผลต่อการเรียนใดๆ

9. ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับท่านจะเก็บเป็น**ความลับ** หากมีการเสนอผลการวิจัยจะเสนอเป็นภาพรวม ข้อมูลใดที่สามารถระบุถึงตัวท่านได้จะไม่ปรากฏในรายงาน

10. โครงการวิจัยชุดนี้ไม่มีการ*จ่ายค่าชดเชย*ให้แก่ผู้เข้าร่วมทดลอง

หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 254 อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์/โทรสาร 0-2218-3202 E-mail: eccu@chula.ac.th

หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ทำที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. .....

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า ซึ่งได้ลงนามท้ายหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย .....การทดลองเชิงเศรษฐศาสตร์เรื่องความโน้มเอียงจากทางเลือกมาตรฐานในการเลือกอาหาร (Experiment on Default Option Bias in Food Choices).....

ชื่อผู้วิจัย .....อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์ .....

ที่อยู่ที่ติดต่อ .....คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....โทรศัพท์ ..... 02-218-6188.....

ข้าพเจ้า **ได้รับทราบ**รายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยง/อันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่านรายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด และ**ได้รับคำอธิบาย**จากผู้วิจัย **จนเข้าใจเป็นอย่างดี**แล้ว

ข้าพเจ้าจึง**สมัครใจ**เข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยข้าพเจ้ายินยอม เข้าร่วมกิจกรรมและตอบแบบสอบถามในชุดโครงการวิจัยข้างต้น และยินดีรับอาหารกลางวัน 1 ชุด ตามรายการที่จัดเตรียมไว้เป็นการตอบแทน

ข้าพเจ้ามีสิทธิ**ถอนตัว**ออกจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ **โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล** ซึ่งการถอนตัวออกจากการวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางการศึกษาหรือต่อการเรียนใดๆ ต่อข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติต่อข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะ**เก็บรักษาเป็นความลับ** โดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้า

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับการปฏิบัติตรงตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 254 อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์/โทรสาร 0-2218-3202

E-mail: eccu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และสำเนาหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....

(.....อ.ดร.พัชรสุทธิ์ สุจริตตานนท์ .....)

ผู้วิจัยหลัก

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ลงชื่อ.....

(.....)

พยาน

ภาคผนวก 2

โครงการพัฒนาเครือข่ายเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทย

แบบสอบถามสำรวจความคิดเห็นเพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร

โดย คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ECON CHULA)

ภายใต้ทุนสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

คำชี้แจง

โครงการศึกษาครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายสำคัญในการแสวงหาข้อมูลเพื่อนำไปส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของประชากรไทย ***ดังนั้นจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้พิจารณาคำถามอย่างตั้งใจ และตอบข้อมูลให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง*** ทั้งนี้ข้อมูลจะถูกนำไปใช้โดยภาพรวมไม่เจาะจงตัวบุคคล คณะผู้วิจัยขอขอบคุณในความร่วมมือของทุกท่านมา ณ โอกาสนี้

คณะผู้วิจัย

ส่วนที่ 1 พฤติกรรมการบริโภคและซื้ออาหารในระยะเวลา 6 เดือนที่ผ่านมา

1. ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เป็นสิ่งสำคัญในระดับใด
   น้อยที่สุด (1) (2) (3) (4) (5) มากที่สุด
2. ท่านคิดว่า “ความตั้งใจ” ในการคัดเลือก คัดสรร และแสวงหาการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ของท่านอยู่ในระดับใด
   น้อยที่สุด (1) (2) (3) (4) (5) มากที่สุด
3. ท่านคิดว่าท่านได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพอยู่ในระดับใด
   น้อยที่สุด (1) (2) (3) (4) (5) มากที่สุด
4. โดยปกติแล้ว ท่านบริโภคอาหาร.....มื้อต่อสัปดาห์
5. โดยปกติแล้ว ท่านบริโภคอาหาร**นอกบ้าน** .....มื้อต่อสัปดาห์ *(ไม่เกินจำนวนมื้อต่อสัปดาห์ในข้อ 4)*
6. ประเภทของอาหารที่ท่านมักจะเลือกบริโภคนอกบ้าน *(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)*

   [ ] Fast-Food เช่น McDonald, KFC, Pizza [ ] อาหารจำพวกก๋วยเตี๋ยว [ ] ข้าวราดแกง
   [ ] อาหารตามสั่ง [ ] อาหารจานเดียว เช่น ข้าวมันไก่, ข้าวหมูแดง, ข้าวขาหมู [ ] อื่นๆ.....
7. โดยปกติแล้ว ท่านซื้ออาหารไปรับประทาน**ที่บ้าน** .....มื้อต่อสัปดาห์ *(ไม่เกินจำนวนมื้อต่อสัปดาห์ในข้อ 4)*
8. ประเภทของอาหารที่ท่านมักจะซื้ออาหารไปรับประทานที่บ้าน *(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)*

   [ ] Fast-Food เช่น McDonald, KFC, Pizza [ ] อาหารจำพวกก๋วยเตี๋ยว [ ] ข้าวราดแกง
   [ ] อาหารตามสั่ง [ ] อาหารจานเดียว เช่น ข้าวมันไก่, ข้าวหมูแดง, ข้าวขาหมู
   [ ] อาหารแช่แข็ง [ ] อาหารที่ต้องประกอบเองเล็กน้อย (เช่น สลัด บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป)
   [ ] ซื้อวัตถุดิบไปปรุงเองที่บ้าน [ ] อื่นๆ.....
9. โดยปกติ ท่านมีความตั้งใจซื้ออาหาร (Intention) ในแต่ละด้านด้วยลำดับอย่างไร *(โปรดเรียงลำดับแค่ 3 อันดับแรก)*

   ..... รสชาติดี (taste) ..... ง่ายต่อการบริโภค (convenience) .....ความปลอดภัย (food safety)
   ..... ราคาถูก (price) .....คุณค่าทางโภชนาการ (nutrition) .....หน้าตาหรือหีบห่อสวยงาม
10. ท่านสามารถประมาณแคลอรี่ของอาหารที่บริโภค**ด้วยตัวท่านเอง**ได้หรือไม่

    [ ] ได้อย่างแม่นยำ [ ] ได้คร่าวๆ [ ] ไม่ได้เลย แต่เคยลอง [ ] ไม่ได้เลยและไม่เคยลองคำนวณ
11. โดยปกติแล้ว ท่านได้ประมาณแคลอรี่ของอาหารที่ท่านบริโภคหรือไม่ (อาจจะใช้แอพลิเคชั่นช่วยคำนวณก็ได้)

    [ ] ทำเป็นประจำ [ ] ทำเป็นครั้งคราว [ ] ไม่ได้ทำ แต่เคยลอง [ ] ไม่ได้ทำและไม่เคยลองคำนวณ
12. ท่านรู้จักโครงการรณรงค์ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โครงการใดบ้าง *(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)*

    .....โครงการลดเค็มครึ่งหนึ่ง .....โครงการลดหวานในเด็ก
    .....โครงการลดพุง ลดโรค .....รณรงค์กลุ่มโรค NCDs โรคที่คุณสร้างเอง .....โครงการทัวร์อวัยวะ

ส่วนที่ 2 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโภชนาการ

13. เมื่อท่านเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่ไม่เคยซื้อมาก่อน ท่านอ่านฉลากโภชนาการ**ด้านหน้า**ของผลิตภัณฑ์หรือไม่

    [ ] อ่านเป็นประจำ [ ] อ่านบ้างบางครั้ง [ ] เคยอ่าน [ ] ไม่เคยอ่านเลย

14. เมื่อท่านเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่ไม่เคยซื้อมาก่อน ท่านอ่านฉลากโภชนาการ**<u>ด้านหลัง</u>**ของผลิตภัณฑ์หรือไม่

[ ] อ่านเป็นประจำ [ ] อ่านบ้างบางครั้ง [ ] เคยอ่าน [ ] ไม่เคยอ่านเลย

15. ท่านอ่านฉลากโภชนาการ**<u>เป็นประจำ</u>**กับอาหารประเภทไหนบ้าง *(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)*

..... นมและผลิตภัณฑ์ (Dairy products) ..... เครื่องดื่ม (พร้อมดื่ม) (Beverages)

..... อาหารกึ่งสำเร็จรูป (Semi- processed foods) ..... ผลิตภัณฑ์ขนมอบ (Bakery products)

..... ธัญพืชและผลิตภัณฑ์ (Cereals and grain products) .....อาหารขบเคี้ยวและขนมหวาน (Snack food and desserts)

..... นานๆ อ่านครั้ง ..... ไม่เคยอ่าน

16. ท่านเคยเห็นฉลากโภชนาการแบบใดบ้าง *(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)*

..... (1)

ข้อมูลโภชนาการ				
หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 กล่อง (200 มล.)				
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ กล่อง : 1				
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค				
พลังงานทั้งหมด กิโลแคลอรี	(พลังงานจากไขมัน 70 กิโลแคลอรี)			
	ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*			
ไขมันทั้งหมด	8	ก.	**12**	%
ไขมันอิ่มตัว	5	ก.	**25**	%
โคเลสเตอรอล	15	มก.	**5**	%
โปรตีน	6	ก.		
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	6	ก.	**2**	%
ใยอาหาร	0	ก.	**0**	%
น้ำตาล	6	ก.		
โซเดียม	75	มก.	**3**	%
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*				
วิตามินเอ 10 %	**วิตามินบี 1** 6 %			
วิตามินบี 2 20 %	**แคลเซียม** 25 %			
เหล็ก 0 %				
* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี				
ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่างๆดังนี้				
ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า		65	ก.
ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า		20	ก.
โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า		300	มก.
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด			300	ก.
ใยอาหาร			25	ก.
โซเดียม	น้อยกว่า		2,400	มก.
พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อกรัม : ไขมัน = 9 ; โปรตีน = 4 ; คาร์โบไฮเดรต = 4				

..... (2)

17. ขอให้ท่านช่วยให้ความหมายของตัวเลขบนฉลากโภชนาการต่อไปนี้ *(หากไม่ทราบให้ข้ามไปตอบข้อถัดไป)*

16.1 โดยปกติ **<u>โซเดีย</u>** เปรี้ยว [ ] อื่นๆ

16.2 ตัวเลขของไขมัน **<u>18 กรัม</u>** ในฉลากควรมีค่า [ ] มาก หรือ [ ] น้อย จึงจะดีต่อสุขภาพ

16.3 ตัวเลข **<u>17%</u>** ของพลังงานในฉลากนี้คือ

[ ] สัดส่วนของพลังงานในอาหารประเภทนี้ [ ] สัดส่วนของพลังงานที่ควรบริโภคต่อวัน

17. ปกติท่านดื่มกาแฟ [ ] ..... แก้ว/วัน [ ] .....วัน/แก้ว [ ] ไม่ดื่มเลย

สถานการณ์สมมติ ถ้าท่านซื้ออาหารทั่วไปในซูเปอร์มาร์เก็ตแห่งหนึ่งในราคา 100 บาท

18. ท่านจะยอมจ่ายเงินเพิ่มขึ้นเท่าไหร่ เพื่อซื้ออาหารประเภทและชนิดเดียวกัน แต่มีส่วนผสมเพื่อสุขภาพมากกว่า

[ ] ปกติซื้อเฉพาะสินค้าที่เน้นเพื่อสุขภาพอยู่แล้ว

[ ] ยอมจ่ายเพิ่มขึ้น .....บาท

[ ] ไม่จ่ายเพิ่ม เพราะ .....ดูแลตัวเองในแนวทางอื่นได้ .....สุขภาพแข็งแรงดีอยู่แล้ว

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) .....กลัวเสียรสชาติ .....ไม่อยากจ่ายราคาแพง

.....หากต้องการซื้ออาหารสุขภาพในมื้อไหน ก็ซื้อเพื่อสุขภาพไปเลยทั้งมื้อ .....อื่นๆ (ระบุ).....

<u>ส่วนที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม</u>

1. เพศ [ ] ชาย [ ] หญิง 2. อายุ .....ปี

3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม 4. ส่วนสูง.....เซนติเมตร

5. ท่านกำลังควบคุมน้ำหนัก/อาหารอยู่หรือไม่ [ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่

6. ท่านสูบบุหรี่หรือไม่ [ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่

7. ท่านดื่มสุรา/เบียร์ [ ] มากกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์ [ ] 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ [ ] น้อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์ [ ] ไม่ดื่ม

8. ท่านออกกำลังกาย [ ] มากกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์ [ ] 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ [ ] น้อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์ [ ] ไม่ได้ออก

9. มหาวิทยาลัย .....

10. คณะ .....

11. เกรดเฉลี่ย .....

12. ภูมิลำเนา จังหวัด.....

13. ประเภทที่พักอาศัยในปัจจุบัน [ ] บ้านส่วนตัวมีบริเวณ [ ] บ้านส่วนตัวไม่มีบริเวณ/ทาวน์เฮาส์

[ ] คอนโด/อพาร์ทเมนท์มีสถานออกกำลังกาย [ ] คอนโด/อพาร์ทเมนท์ไม่มีสถานออกกำลังกาย [ ] อื่นๆ

14. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับ [ ] คนเดียว [ ] เพื่อน [ ] ญาติ [ ] พ่อแม่ [ ] อื่นๆ.....

15. อาชีพของผู้ปกครอง *(โปรดเลือกตอบอาชีพที่เป็นรายได้หลักเพียงอย่างเดียว)*

[ ] รับราชการ [ ] พนักงานบริษัท [ ] ไม่ได้ประกอบอาชีพ

[ ] ลูกจ้างทั่วไป / ชั่วคราว [ ] ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว [ ] อื่นๆ .....

16. รายได้ของตนเองไม่รวมค่าที่พัก [ ] น้อยกว่า 5,000 บาทต่อเดือน [ ] 5,001 – 10,000 บาทต่อเดือน

[ ] 10,001 – 15,000 บาทต่อเดือน [ ] 15,001 – 20,000 บาทต่อเดือน [ ] มากกว่า 20,000 บาทต่อเดือน

17. รายได้รวมของครัวเรือน [ ] น้อยกว่า 15,000 บาทต่อเดือน [ ] 15,001 – 30,000 บาทต่อเดือน

[ ] 30,001 – 50,000 บาทต่อเดือน [ ] 50,001 – 100,000 บาทต่อเดือน [ ] มากกว่า 100,000 บาทต่อเดือน

18. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่ [ ] ไม่มี [ ] มี (ระบุ) .....

19. ท่านคิดว่าสุขภาพของท่านอยู่ในระดับใด

แย่ที่สุด (1) (2) (3) (4) (5) ดีที่สุด

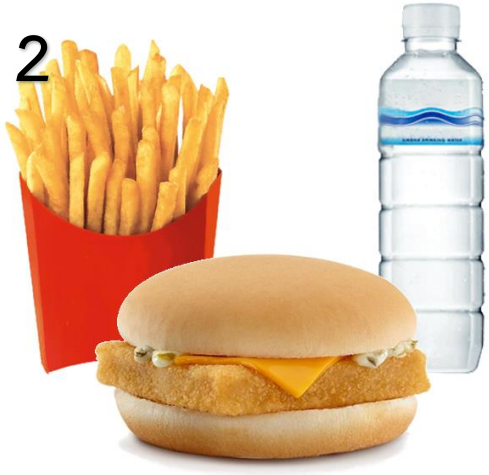
ภาคผนวก 3

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ทรีตเมนต์ที่ 1.1

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

ชุดที่ 1

ชุดที่ 2



ชุดที่ 3

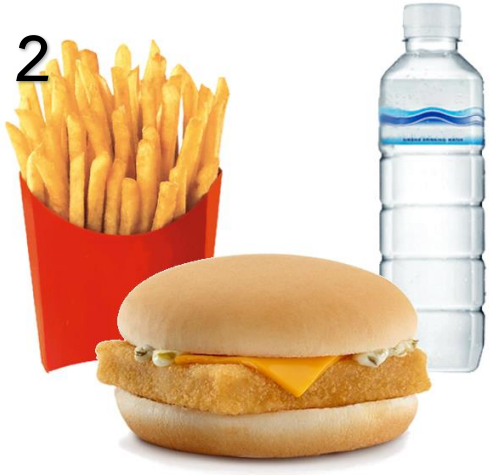
ชุดที่ 4

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ทรีตเมนต์ที่ 1.2

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

ชุดที่ 1

ชุดที่ 2



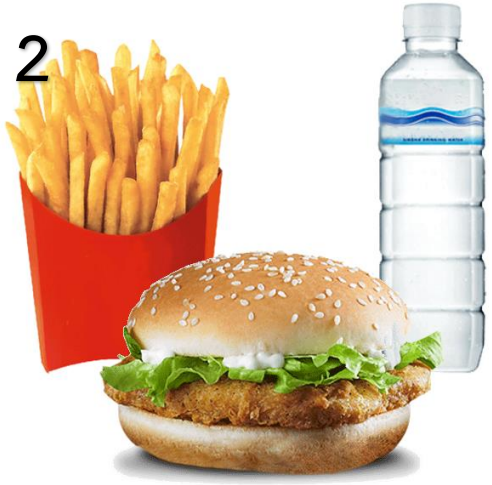
☐ ต้องการเปลี่ยนแมคฟิชเป็นแมคไก่

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ทรีตเมนต์ที่ 1.3

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

ชุดที่ 1

ชุดที่ 2



☐ ต้องการเปลี่ยนแมคไก่เป็นแมคฟิช

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ทรีตเมนต์ที่ 1.4

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

ชุดที่ 1

ชุดที่ 2

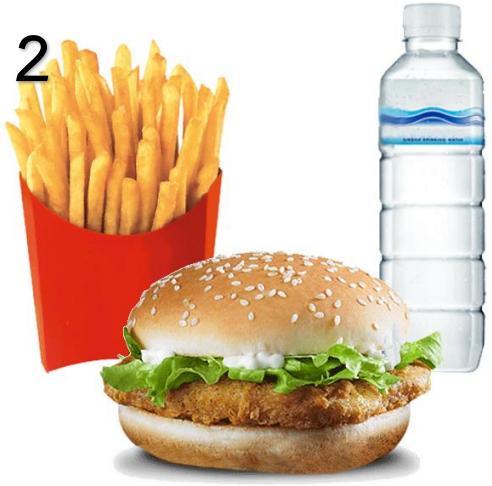
☐ ต้องการเปลี่ยนน้ำอัดลมเป็นน้ำเปล่า

การทดลองกับอาหารฟาสต์ฟูด ทรีตเมนต์ที่ 1.5

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

ชุดที่ 1

ชุดที่ 2



☐ ต้องการเปลี่ยนน้ำเปล่าเป็นน้ำอัดลม

การทดลองกับอาหารไทย ทรีตเมนต์ที่ 2.1

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

1. ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น
2. ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม
3. ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น
4. ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม

การทดลองกับอาหารไทย 2 ทรีตเมนต์ที่ 2.2

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

1. ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น
2. ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม

☐ ต้องการเปลี่ยนก๋วยเตี๋ยวลุยสวนเป็นข้าวมันไก่

การทดลองกับอาหารไทย ทรีตเมนต์ที่ 2.3

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

1. ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น
2. ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม

☐ ต้องการเปลี่ยนข้าวมันไก่เป็นก๋วยเตี๋ยวลุยสวน

การทดลองกับอาหารไทย ทรีตเมนต์ที่ 2.4

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

1. ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น
2. ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และน้ำส้มคั้น

☐ ต้องการเปลี่ยนน้ำส้มคั้นเป็นชาเย็นใส่นม

การทดลองกับอาหารไทย ทรีตเมนต์ที่ 2.5

กรุณาวงกลมเลือกชุดอาหารที่ต้องการ (กรุณารับประทานเฉพาะอาหารที่เลือก)

1. ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม
2. ข้าวมันไก่ บัวลอยเผือก และชาเย็นใส่นม

☐ ต้องการเปลี่ยนชาเย็นใส่นมเป็นน้ำส้มคั้น