

## สารบัญ

	หน้า
สารบัญ.....	(8)
รายการตาราง.....	(10)
รายการภาพประกอบ.....	(11)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
คำถามการวิจัย.....	4
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	5
สมมติฐานการวิจัย.....	7
.....	
นิยามศัพท์.....	7
ขอบเขตการวิจัย.....	8
ความสำคัญของการวิจัย.....	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นหญิง.....	10
ปัญหาโภชนาการของวัยรุ่นหญิง.....	12
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นหญิง.....	13
ผลของการได้รับไขมันในปริมาณที่ไม่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย.....	16
ทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม.....	18
อิทธิพลของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิง.....	21
.....	
อิทธิพลของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิง.....	24

.....	
ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของ วัยรุ่นหญิง.....	25

### สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	28
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	28
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	30
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....	35
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	35
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	36
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	37
.....	
4 ผลการวิจัยและการอภิปรายผล.....	38
ผลการวิจัย.....	38
การอภิปรายผล.....	46
5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	59
สรุปผลการวิจัย.....	59
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	60
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	61
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	61
บรรณานุกรม.....	63
ภาคผนวก.....	75
ก ผลการศึกษาเพิ่มเติม.....	76
ข ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ.....	80
ค แบบฟอร์มการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	82
ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	84
จ ตารางปริมาณไขมันในอาหารต่อน้ำหนัก 100 กรัม.....	98

ฉ ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของโคเฮน.....	100
ช รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	101
ประวัติผู้เขียน.....	102

### รายการตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนนักเรียนหญิง และจำนวนตัวอย่างจำแนกตามชั้นเรียน.....	29
2	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล.....	39
	.....	
3	ช่วงคะแนน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับคะแนนของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมความตั้งใจ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิง.....	42
4	ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิง	44
5	อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิง.....	45
6	อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิง.....	45
	.....	

## รายการภาพประกอบ

ภาพ		หน้า
1	กรอบแนวคิดในการศึกษาอิทธิพลของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ และความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ.....	6
2	กรอบแนวคิดในการศึกษาอิทธิพลของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ.....	7
3	โครงสร้างทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม.....	21