

ภาคผนวก ก

ตารางวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม

ตาราง 7

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำแนกตามเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของกลุ่มตัวอย่างรายข้อ (N = 160)

เจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับคะแนน
1. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ขับถ่ายดี	20.81	3.99	สูง
2. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้มีสุขภาพดี	19.51	4.19	สูง
3. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ได้รับวิตามิน	18.98	3.64	ปานกลาง
4. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ผิวพรรณดี	18.08	4.86	ปานกลาง
5. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้สายตาดี	17.90	4.93	ปานกลาง
6. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ไม่เกิดอาการท้องอืด แน่นท้อง จุกเสียด	17.81	4.91	ปานกลาง
7. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ร่างกายมีภูมิต้านทานโรคเพิ่มขึ้น	17.67	5.00	ปานกลาง
8. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้อายุยืน	16.54	5.54	ต่ำ
9. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ไม่เป็นโรคหัวใจ และหลอดเลือด	16.11	5.72	ต่ำ
10. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้รูปร่างดี	16.05	5.28	ต่ำ
11. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ไม่เป็นโรคมะเร็ง	15.83	5.97	ต่ำ

ตาราง 8

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำแนกตามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของกลุ่มตัวอย่างรายข้อ ($N = 160$)

การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับคะแนน
1. บุคลากรทางด้านสาธารณสุข (แพทย์, พยาบาล, เจ้าหน้าที่อนามัย)	20.63	4.13	สูง
2. สมาชิกในครอบครัว (ได้แก่ ลูกสาว, ลูกชาย, หลานสาว และหลานชาย)	19.39	4.08	ปานกลาง
3. สามี/ภรรยา	19.06	4.42	ปานกลาง
4. พี่/น้อง	18.30	4.51	ปานกลาง
5. เพื่อน	16.92	4.39	ต่ำ

ตาราง 9

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำแนกตามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของกลุ่มตัวอย่างรายข้อ ($N = 160$)

การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับคะแนน
1. ฤดูกาลที่มีผักและผลไม้อุดมสมบูรณ์ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้	20.64	4.37	สูง
2. การรับรู้คุณค่า ประโยชน์ของผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้	20.06	4.53	สูง
3. ความชอบผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้	19.92	4.52	สูง
4. ความสด ใหม่ของผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้	19.39	5.08	สูง

ตาราง 9 (ต่อ)

การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม การบริโภคผักและผลไม้	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ คะแนน
5. ความต้องการมีสุขภาพดี ทำให้ท่านรับประทานผัก และผลไม้	19.81	4.83	สูง
6. ผักและผลไม้ที่มีราคาถูก ทำให้ท่านรับประทานผัก และผลไม้	19.27	5.16	ปานกลาง
7. ความเพียงพอของรายได้ ทำให้ท่านรับประทานผัก และผลไม้	19.16	4.76	ปานกลาง
8. การซื้อผักและผลไม้ได้สะดวก ทำให้ท่าน รับประทานผักและผลไม้	18.85	4.81	ปานกลาง
9. การไม่มียากเจ็บป่วย ทำให้ท่านรับประทานผักและ ผลไม้	18.40	5.05	ปานกลาง
10. ชนิดของผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผัก และผลไม้	18.17	4.58	ปานกลาง
11. การโฆษณาประชาสัมพันธ์เชิญชวนของสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ทำให้ท่านรับประทาน ผักและผลไม้	16.71	5.61	ต่ำ

ตาราง 10

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำแนกตามพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของกลุ่มตัวอย่างรายข้อ (N = 160)

พฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ คะแนน
1. ในแต่ละวันท่านไม่รับประทานผลไม้แช่อิ่ม/ ผลไม้ดอง/ผลไม้กวน	4.61	0.67	สูง
2. ในแต่ละวันท่านรับประทานผักชนิดสีเขียว เช่น คะน้า/กระถิน/ตำลึง/ผักบุ้ง/ฟักเขียว/แตงกวา/ ผักกาด/ถั่วฝักยาว/ถั่วงอก/ต้นหอม/ผักชี	4.15	0.93	สูง

ตาราง 10 (ต่อ)

พฤติกรรมกรบรีโภคผักและผลไม้	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน	ระดับ
		มาตรฐาน	คะแนน
3. ในแต่ละวันท่านรับประทานผลไม้รสไม่หวานจัด เช่น ส้มเขียวหวาน/ชมพู/ส้มโอ/มะละกอ/ กล้วยน้ำว้า	3.95	0.98	สูง
4. ในแต่ละวันท่านรับประทานผลไม้รสหวานจัด เช่น ทุเรียน/กล้วยหอม/ลำไย/ลิ้นจี่/ขนุน/น้อยหน่า/ ตะมุค/มะม่วงสุก	3.92	0.84	สูง
5. ในแต่ละวันท่านรับประทานผักและผลไม้ หลากหลายชนิดสลับกัน	3.76	1.21	ปานกลาง
6. ในแต่ละวันท่านรับประทานผักชนิดสีเหลือง เช่น ฟักทอง/แครอท/มะเขือเทศ	3.13	1.00	ปานกลาง
7. ในแต่ละวันท่านนำผลไม้มาแทนอาหารว่าง	3.03	1.25	ปานกลาง
8. ในแต่ละวันท่านดื่มน้ำผลไม้สด	2.45	1.18	ต่ำ
9. ในแต่ละวันท่านดื่มน้ำผลไม้กล่อง	2.19	1.07	ต่ำ
10. ในแต่ละวันท่านนำผักมาแทนอาหารว่าง	2.18	1.18	ต่ำ

ภาคผนวก ข

ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. แบบสอบถามเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ตอนที่ 1 ข้อที่ 3 นำมาปรับให้เหลือ โรคมะเร็ง หรือโรคหัวใจและหลอดเลือด (โรคใดโรคหนึ่ง) ข้อที่ 6 ปรับข้อคำถามเป็นทำให้ไม่เกิดอาการท้องอืด แน่นท้อง จุกเสียด
2. แบบสอบถามการคัดลอกตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ตอนที่ 1 ข้อที่ 4 ให้ใช้คำว่าเพื่อนแทนคำว่าเพื่อนสนิท
3. แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ตอนที่ 1 ข้อที่ 4 ปรับข้อคำถามเป็นฤดูกาลที่มีผักและผลไม้อุดมสมบูรณ์ทำให้ฉันรับประทานผักและผลไม้ และเพิ่มเติมข้อคำถามเรื่องชนิดของผักและผลไม้ทำให้ฉันรับประทานผักและผลไม้ ข้อที่ 7 ปรับข้อคำถามเป็นผักและผลไม้ที่มีราคาถูกทำให้ฉันรับประทานผักและผลไม้
4. แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ตอนที่ 2 ข้อที่ 1 - 10 ให้ตัดระยะเวลา 1 เดือนออก
5. แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ข้อที่ 1 - 4 ให้ตัดคำว่าหน่วยตวงออกเนื่องจากผู้สูงอายุอาจไม่เข้าใจ ข้อที่ 5 - 6 ให้ใช้คำว่ามาแทนอาหารว่าง ข้อที่ 8 ให้เพิ่มเติมข้อคำถามเรื่องการต้มน้ำผลไม้กล่อง ตัดต้มน้ำผักออก

ภาคผนวก ก

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

ดิฉันนางสาวกาญจน์ ชิตบุตร นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลครอบครัวและชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มีความประสงค์จะทำวิจัยเรื่อง “เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนราธิวาส” ซึ่งผลจากการศึกษาครั้งนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับเป็นแนวทางในการส่งเสริมและสนับสนุนพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพ และมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

ดิฉันคิดว่าท่านคือ บุคคลสำคัญในการเป็นผู้ให้ข้อมูลครั้งนี้ ซึ่งหากท่านยินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ดิฉันขอให้ท่านลงลายมือชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย หลังจากอ่านรายละเอียดต่างๆ ครบถ้วนแล้ว ท่านมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา และไม่ว่าท่านจะเข้าร่วมหรือไม่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยจะไม่มีผลเสียหายหรืออันตรายเกิดขึ้นกับท่านแต่อย่างใด ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของท่านจะใช้สำหรับการนำเสนอข้อมูลเพื่อการศึกษาเท่านั้น และจะปกปิดแหล่งที่มาของข้อมูลอย่างเคร่งครัด หากท่านมีข้อสงสัยใดๆ ในระหว่างเข้าร่วมการวิจัยสามารถสอบถามดิฉันได้ตลอดเวลา

ผู้วิจัยขอขอบคุณสำหรับความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอแสดงความนับถือ

กาญจน์ ชิตบุตร

ภาคผนวก ง

ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ข้าพเจ้า (นาย/ นาง/นางสาว).....ยินยอม
เป็นตัวอย่างในการวิจัยเรื่อง “เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม
ความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนครราชสีมา”
โดยหัวหน้าโครงการคือ นางสาวกาญจณี ชิตบุตร นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาการพยาบาลครอบครัวและชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และมี
อาจารย์ ดร.อุมาพร ปุณฺณโสพรรณ และอาจารย์ รศ.วรรณิ จันท์สว่าง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา
การวิจัยเรื่องนี้เป็นประโยชน์สำหรับเป็นแนวทางในการส่งเสริม สนับสนุนพฤติกรรม
การบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ เพื่อให้มีสุขภาพ และมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

ในการเป็นตัวอย่างของการวิจัยเรื่องดังกล่าว ข้าพเจ้าได้รับทราบรายละเอียดของ
คำชี้แจงก่อนตอบแบบสอบถามจากนักวิจัยแล้ว

ข้าพเจ้าเข้าใจอย่างแท้จริงว่า

1. ข้าพเจ้าอาจจะไม่ได้รับผลประโยชน์โดยตรงจากการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้
2. ข้าพเจ้าสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา และการถอนตัว
จะไม่มีผลใดๆ เกิดขึ้นกับข้าพเจ้า

3. ข้อมูลต่างๆ ที่ข้าพเจ้าได้ให้ในการวิจัยเรื่องนี้จะถูกนำเสนอในทางวิชาการโดย
ปกปิดแหล่งที่มาของข้อมูลอย่างเคร่งครัด

4. ข้าพเจ้าเข้าใจอย่างแท้จริงว่าการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้จะไม่มีอันตรายใดๆ กับ
ข้าพเจ้า

ผู้ให้ข้อมูล.....วันที่.....

นักวิจัย.....วันที่.....

ภาคผนวก จ

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เลขที่แบบสอบถาม

เรื่อง : เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนครราชสีมา

คำชี้แจง

แบบสอบถามสำหรับผู้สูงอายุในครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตร มหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลครอบครัวและชุมชน คณะพยาบาลศาสตร มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เรื่อง เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งแบบสอบถามประกอบด้วย ข้อมูล 6 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำนวน 1 ข้อ

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ข้อความหรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. เพศ () 1. ชาย () 2. หญิง
2. อายุ.....ปี.....เดือน
3. สถานภาพสมรส
 - () 1. โสด () 2. คู่
 - () 3. หม้าย () 4. หย่า () 5. แยกกันอยู่
4. ระดับการศึกษาสูงสุด
 - () 1. ไม่ได้รับการศึกษา () 2. ประถมศึกษา
 - () 3. มัธยมศึกษา () 4. อนุปริญญา
 - () 5. ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า () 6. สูงกว่าปริญญาตรี
5. ศาสนา
 - () 1. พุทธ () 2. อิสลาม
 - () 3. คริสต์ () 4. อื่นๆ โปรดระบุ.....
6. อาชีพในปัจจุบัน
 - () 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ () 2. ข้าราชการบำนาญ
 - () 3. เกษตรกรรม () 4. ค้าขาย / ทำธุรกิจ
 - () 5. รับจ้าง () 6. ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ
 - () 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....
7. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน
 - () 1. น้อยกว่า 1,000 บาท () 2. 1,001 – 3,000 บาท
 - () 3. 3,001 – 5,000 บาท () 4. มากกว่า 5,000 บาท
 - () 5. อื่นๆ โปรดระบุ.....
8. ความเพียงพอของรายได้
 - () 1. พอใช้จ่าย () 2. ไม่พอใช้จ่าย
 - () 3. เหลือใช้มีไว้เก็บ

9. แหล่งของรายได้

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 1. จากอาชีพ | <input type="checkbox"/> 2. จากบุตรหลาน |
| <input type="checkbox"/> 3. จากบำนาญ | <input type="checkbox"/> 4. อื่นๆ โปรดระบุ..... |

10. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. อยู่คนเดียว | <input type="checkbox"/> 2. อยู่กับบุตร / หลาน |
| <input type="checkbox"/> 3. อยู่กับคู่สมรส | <input type="checkbox"/> 4. อื่นๆ โปรดระบุ..... |

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 แบบวัดความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคผักและผลไม้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
ขอให้ออกแบบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	ไม่ เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้มีสุขภาพดี					
2. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ได้รับวิตามิน					
3. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ไม่เป็นโรคมะเร็ง					
4. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ไม่เป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด					
5. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้อายุยืน					
6. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ขับถ่ายดี					
7. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ไม่เกิดอาการท้องอืด แน่นท้อง จุกเสียด					
8. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ผิวพรรณดี					
9. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้รูปร่างดี					
10. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้สายตาดี					

11. การรับประทานผักและผลไม้ทำให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันโรคเพิ่มขึ้น					
--	--	--	--	--	--

ตอนที่ 2 แบบวัดการประเมินคุณค่าของผลที่เกิดขึ้นจากความเชื่อเรื่องการบริโภคผักและผลไม้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	ไม่ดีเลย	ไม่ดี	ไม่แน่ใจ	ดี	ดีมาก
1. การที่มีสุขภาพดีเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
2. การที่ร่างกายได้รับวิตามินเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
3. การที่ไม่เป็นโรคมะเร็ง เพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
4. การที่ไม่เป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด เพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
5. การที่มีอายุยืนเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
6. การที่มีระบบขับถ่ายดีเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
7. การที่ไม่เกิดอาการท้องอืด แน่นท้อง จุกเสียดเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
8. การที่มีผิวพรรณดีเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
9. การที่มีรูปร่างดีเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
10. การที่มีสายตาดีเพราะรับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					

11. การที่มีภูมิต้านทาน โรคเพิ่มขึ้นเพราะ รับประทานผักและผลไม้เป็นสิ่งที่..					
--	--	--	--	--	--

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการคัดลอกตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรการบริโภคผักและผลไม้

ตอนที่ 1 แบบวัดความเชื่อเกี่ยวกับบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรการบริโภคผักและผลไม้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	ไม่ ควรทำ อย่างยิ่ง	ไม่ ควร ทำ	ไม่แน่ ใจ	ควรทำ	ควรทำ อย่างยิ่ง
1. ถ้าท่านรับประทานผักและผลไม้ <u>สามี/ภรรยา</u> ของท่านคิดว่า..					
2. ถ้าท่านรับประทานผักและผลไม้ <u>สมาชิกในครอบครัว</u> (ได้แก่ ลูกสาว, ลูกชาย, หลานสาว และหลานชาย) ของท่านคิดว่า..					
3. ถ้าท่านรับประทานผักและผลไม้ <u>พี่/น้อง</u> ของท่านคิดว่า..					
4. ถ้าท่านรับประทานผักและผลไม้ <u>เพื่อน</u> ของท่านคิดว่า..					
5. ถ้าท่านรับประทานผักและผลไม้ <u>บุคลากรทางด้านสาธารณสุข</u> (แพทย์, พยาบาล, เจ้าหน้าที่อนามัย) ของท่านคิดว่า..					

ตอนที่ 2 แบบวัดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติตามความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิงในการบริโภคผักและผลไม้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	น้อยที่สุด	น้อย	ไม่แน่ใจ	มาก	มากที่สุด
1. ถ้า <u>สามี/ภรรยา</u> ต้องการให้ท่านรับประทานผักและผลไม้ ท่านมีโอกาจะทำตาม					
2. ถ้า <u>สมาชิกในครอบครัว</u> (ได้แก่ ลูกสาว, ลูกชาย, หลานสาว และหลานชาย) ต้องการให้ท่านรับประทานผักและผลไม้ ท่านมีโอกาจะทำตาม					
3. ถ้า <u>พี่/น้อง</u> ต้องการให้ท่านรับประทานผักและผลไม้ ท่านมีโอกาจะทำตาม					
4. ถ้า <u>เพื่อน</u> ต้องการให้ท่านรับประทานผักและผลไม้ ท่านมีโอกาจะทำตาม					
5. ถ้า <u>บุคลากรทางด้านสาธารณสุข</u> (แพทย์, พยาบาล, เจ้าหน้าที่อนามัย) ต้องการให้ท่านรับประทานผักและผลไม้ ท่านมีโอกาจะทำตาม					

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้

ตอนที่ 1 แบบวัดความเชื่อเด่นเกี่ยวกับปัจจัยที่อาจสนับสนุน หรือขัดขวางการบริโภคผักและผลไม้ ในระยะเวลา 1 เดือนข้างหน้า

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	ยากมาก	ยาก	ไม่แน่ใจ	ง่าย	ง่ายมาก
1. ความชอบผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
2. ความเพียงพอของรายได้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
3. การซื้อผักและผลไม้ได้สะดวก ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
4. ฤดูกาลที่มีผักและผลไม้อุดมสมบูรณ์ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
5. ชนิดของผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
6. ความสดใหม่ของผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
7. การรับรู้คุณค่า ประโยชน์ของผักและผลไม้ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
8. ผักและผลไม้ที่มีราคาถูกลง ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
9. การโฆษณาประชาสัมพันธ์เชิญชวนของสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					

ข้อความ	ยาก มาก	ยาก	ไม่แน่ ใจ	ง่าย	ง่ายมาก
10. การไม่อยากเจ็บป่วย ทำให้ท่านรับ ประทานผักและผลไม้					
11. ความต้องการมีสุขภาพดี ทำให้ท่านรับ ประทานผักและผลไม้					

ตอนที่ 2 แบบวัดการรับรู้ความสามารถในการควบคุมปัจจัยที่อาจสนับสนุน หรือ
ขัดขวางการบริโภคผักและผลไม้ ในระยะเวลา 1 เดือนข้างหน้า

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	เป็นไปได้ ไม่ได้ เลย	เป็น ไปไม่ ได้	ไม่แน่ ใจ	เป็น ไปได้	เป็น ไปได้ มาก
1. ความชอบผักและผลไม้ จะทำให้ท่านรับ ประทานผักและผลไม้					
2. ความเพียงพอของรายได้ จะทำให้ท่าน รับประทานผักและผลไม้					
3. การซื้อผักและผลไม้ได้สะดวก จะทำให้ ท่านรับประทานผักและผลไม้					
4. ฤดูกาลที่มีผักและผลไม้อุดมสมบูรณ์ จะ ทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
5. ชนิดของผักและผลไม้ จะทำให้ท่านรับ ประทานผักและผลไม้					
6. ความสดใหม่ของผักและผลไม้ จะทำให้ ท่านรับประทานผักและผลไม้					

ข้อความ	เป็นไปได้ ไม่ได้ เลย	เป็นไปได้ ไปไม่ได้	ไม่แน่ใจ	เป็นไปได้	เป็นไปได้ มาก
7. การรับรู้คุณค่า ประโยชน์ของผักและผลไม้ จะทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
8. ผักและผลไม้ที่มีราคาถูก จะทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
9. การโฆษณาประชาสัมพันธ์เชิญชวนของสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ จะทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
10. การไม่อยากเจ็บป่วย จะทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					
11. ความต้องการมีสุขภาพดี จะทำให้ท่านรับประทานผักและผลไม้					

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ

ข้อความ	เป็นไปได้ ไม่ได้ เลย	เป็นไปได้ ไปไม่ได้	ไม่แน่ใจ	เป็นไปได้	เป็นไปได้ มาก
ท่านตั้งใจว่าจะรับประทานผักและผลไม้ ในระยะ 1 เดือนข้างหน้า					

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด ขอให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ โดยมีเกณฑ์การตอบแบบสอบถามดังนี้

ความถี่ของการรับประทานผักและผลไม้เป็นประจำ หมายถึง ในระยะเวลา 1 เดือน รับประทานผักและผลไม้ทุกวัน หรืออย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง

ความถี่ของการรับประทานผักและผลไม้บ่อยครั้ง หมายถึง ในระยะเวลา 1 เดือน รับประทานผักและผลไม้ 4 – 6 ครั้งต่อสัปดาห์

ความถี่ของการรับประทานผักและผลไม้ปานกลาง หมายถึง ในระยะเวลา 1 เดือน รับประทานผักและผลไม้ 1 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์

ความถี่ของการรับประทานผักและผลไม้ไม่นานๆ ครั้ง หมายถึง ในระยะเวลา 1 เดือน รับประทานผักและผลไม้ไม่นานๆ ครั้ง หรือ 1 – 3 ครั้งต่อเดือน

ไม่รับประทานเลย หมายถึง ในระยะเวลา 1 เดือนไม่รับประทานผักและผลไม้เลย

พฤติกรรม	ความถี่ในการรับประทาน				
	ไม่รับประทานเลย	1 – 3 ครั้งต่อเดือน	1 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์	4 – 6 ครั้งต่อสัปดาห์	ทุกวัน
1) ในแต่ละวันท่านรับประทานผักชนิดสีเหลือง เช่น ฟักทอง/แครอท/มะเขือเทศ					
2) ในแต่ละวันท่านรับประทานผักชนิดสีเขียว เช่น คะน้า/กระถิน/ตำลึง/ผักบุ้ง/ผักเขียว/แตงกวา/ผักกาด/ถั่วฝักยาว/ถั่วงอก/ต้นหอม/ผักชี					
3) ในแต่ละวันท่านรับประทานผลไม้รสไม่หวานจัด เช่น ส้มเขียวหวาน/ชมพู/ส้มโอ/มะละกอ/กล้วยน้ำว้า					

พฤติกรรม	ความถี่ในการรับประทาน				
	ไม่รับประทานเลย	1-3 ครั้งต่อ เดือน	1-3 ครั้งต่อ สัปดาห์	4-6 ครั้งต่อ สัปดาห์	ทุกวัน
4) ในแต่ละวันท่านรับประทานผลไม้รสหวานจัด เช่น ทุเรียน/กล้วยหอม/ลำไย/ลิ้นจี่/ขนุน/น้อยหน่า/ละมุด/มะม่วงสุก					
5) ในแต่ละวันท่านนำผักมาแทนอาหารว่าง					
6) ในแต่ละวันท่านนำผลไม้มาแทนอาหารว่าง					
7) ในแต่ละวันท่านรับประทานผลไม้แช่อิ่ม/ผลไม้ดอง/ผลไม้กวน					
8) ในแต่ละวันท่านดื่มน้ำผลไม้สด					
9) ในแต่ละวันท่านดื่มน้ำผลไม้กล่อง					
10) ในแต่ละวันท่านรับประทานผักและผลไม้หลากหลายชนิดสลับกัน					

ภาคผนวก จ

ตาราง 11

ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของโคเฮน (Cohen, 1988) *Multiple Regression and Analysis*

ค่าอำนาจการทดสอบที่ระดับนัยสำคัญเท่ากับ .05

 λ Values of F test as a Function of Power, u and v

A = .05

u	v	Power											
		.25	.50	.60	2/3	.70	.75	.80	.85	.90	.95	.99	
1	20	1.9	4.1	5.3	6.2	6.7	7.5	8.5	9.7	11.4	14.1	20.1	
	60	1.7	3.9	4.9	5.8	6.2	7.0	7.9	9.1	10.6	13.2	18.7	
	120	1.7	3.8	4.9	5.7	6.2	6.9	7.8	9.0	10.5	13.0	18.4	
	∞	1.6	3.8	4.9	5.7	6.2	6.9	7.8	9.0	10.5	13.0	18.4	
2	20	2.6	5.7	7.1	8.2	8.9	9.9	11.1	12.6	14.6	17.9	24.9	
	60	2.3	5.1	6.4	7.4	8.0	8.9	10.0	11.3	13.2	16.1	22.4	
	120	2.3	5.0	6.3	7.2	7.8	8.7	9.7	11.1	12.8	15.7	21.8	
	∞	2.2	5.0	6.2	7.2	7.7	8.6	9.6	10.9	12.7	15.4	21.4	
3	20	3.2	6.9	8.6	9.9	10.6	11.8	13.2	14.9	17.2	20.9	28.7	
	60	2.8	6.0	7.5	8.6	9.3	10.3	11.5	13.0	15.0	18.3	25.1	
	120	2.7	5.8	7.3	8.4	9.0	10.0	11.1	12.6	14.5	17.7	24.3	
	∞	2.7	5.8	7.2	8.2	8.8	9.8	10.9	12.3	14.2	17.2	23.5	
.												.	
.													.
.													.
5	20	4.4	9.0	11.1	12.7	13.6	15.0	16.7	18.8	21.6	26.0	35.2	
	60	3.7	7.5	9.3	10.6	11.3	12.6	14.0	15.7	18.0	21.7	29.4	
	120	3.5	7.2	8.9	10.1	10.8	12.0	13.3	15.0	17.2	20.7	28.1	
	∞	3.4	7.0	8.6	9.8	10.5	11.6	12.8	14.4	16.5	19.8	26.7	

ภาคผนวก ข

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ อารีย์
ภาควิชาการพยาบาลพื้นฐาน คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. รองศาสตราจารย์ ดร.ลดาวัลย์ ประทีปชัยกูร
ภาควิชาการพยาบาลสตรีและเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิภาวี คงอินทร์
ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์