

พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย

ธวัชชัย เอกสันติ¹ พชรินทร์ ยุพา^{2*} ญาสุมิน กุลอุปฮาด³ จิฑิตมา ตลับเงิน⁴ ผกามาส ยามิ⁵

รับบทความ: 14 ตุลาคม พ.ศ. 2567/ แก้ไขบทความ: 22 เมษายน พ.ศ. 2568/ ตอรับบทความ: 23 เมษายน พ.ศ. 2568

บทคัดย่อ

การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนปัจจุบันเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลาย ผู้บริโภคควรมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความรู้ ทักษะ พฤติกรรม และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา จำนวน 201 คน สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม มีความเชื่อมั่นด้านความรู้ เท่ากับ 0.82 ด้าน ทักษะ เท่ากับ 0.89 ด้านพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน เท่ากับ 0.81 วิเคราะห์เชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละ ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด วิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์ด้วยการทดสอบ Chi-square หรือ Fisher's Exact ระดับนัยสำคัญที่ 0.05

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง ร้อยละ 100 อายุ 21-23 ปี ร้อยละ 63.2 มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ปกติ ร้อยละ 43.8 เงินที่ได้รับต่อเดือน 3,000-6,000 บาท ร้อยละ 58.7 แหล่งที่มาของเงินที่ได้รับ คือจากผู้ปกครอง ร้อยละ 88.1 ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 85.3 เคยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ร้อยละ 57.7 มีคิดว่าจะใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ร้อยละ 59.62 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน มีความสัมพันธ์เชิงกับทัศนคติต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.02$) ดังนั้นจึงควรส่งเสริมความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารในกลุ่มวัยรุ่นเพื่อให้มีพฤติกรรมการใช้อย่างถูกต้องและไม่เกิดอันตรายต่อสุขภาพ

คำสำคัญ : ความรู้, ทักษะ, พฤติกรรม, การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
E-mail: thawatchai.a@nrru.ac.th

² อาจารย์ สาขาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
E-mail: patcharin.y@nrru.ac.th

³ นักศึกษา สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
E-mail: 6141101109@nrru.ac.th

⁴ นักศึกษา สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
E-mail: 614110111@nrru.ac.th

⁵ นักศึกษา สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
E-mail: 6141101130@nrru.ac.th

*ผู้รับผิดชอบบทความ : E-mail: patcharin.y@nrru.ac.th เบอร์โทรศัพท์ 044-009-009

Behavior Regarding the Use of Collagen Dietary Supplements Among Adolescent University Students

Thawatchai Aeksanti¹ Pacharin Yupa^{2*} Yasumin Koonupahad³ Thitima Talabngern⁴
Pakamas Yamee⁵

Received: 14 October 2024/ Revised: 22 April 2025/ Accepted: 23 April 2025

Abstract

The consumption of collagen supplements has become increasingly popular. Consumers should have correct knowledge and understanding about these products. This survey research aimed to study the levels of knowledge, attitudes, behaviors, and their relationships regarding collagen supplement use among Adolescent University Students. The sample consisted of 201 students selected through multistage sampling. Data were collected using questionnaires with reliability coefficients of 0.82 for knowledge, 0.89 for attitudes, and 0.81 for behaviors related to collagen supplement use. Descriptive statistics including frequency, mean, standard deviation, percentage, maximum, and minimum values were analyzed. Relationship factors were analyzed using Chi-square or Fisher's Exact tests at a significance level of 0.05.

The results showed that 100% of the sample were female, 63.2% were aged 21-23 years, 43.8% had normal body mass index (BMI), 58.7% received monthly allowances of 3,000-6,000 baht, and 88.1% received money from their guardians. Most participants (85.3%) had no underlying diseases. Regarding collagen supplement use, 57.7% had previously used collagen supplements, and 59.62% were considering using them. The relationship analysis revealed that knowledge about collagen supplements was significantly associated with attitudes toward collagen supplement use ($p < 0.02$). Therefore, promoting accurate knowledge about dietary supplement use among adolescents is recommended to ensure proper usage behaviors and prevent health hazards.

Keywords: Knowledge, Attitudes, Behavior, Use of Collagen Dietary Supplements

¹ Assistant Professor, Department of Community Public Health, Faculty of Public Health, Nakhon Ratchasima Rajabhat University

² Lecturer, Department of Pediatric and Adolescent Nursing, Faculty of Nursing.

³⁻⁵ Undergraduate Student, Department of Community Public Health, Faculty of Public Health.

*Corresponding author: E-mail: thawatchai.a@nrru.ac.th Tel. 044-259-009

บทนำ

สุขภาพ คือภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล มีปัจจัยกำหนดสุขภาพ ประกอบด้วย ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านการบริการสุขภาพ ซึ่งในปัจจุบันบุคคลมีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป การปรับเปลี่ยนทางสังคมและการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตประจำวัน แต่สุขภาพนั้นสามารถพัฒนาได้โดยการปฏิบัติตัวและการดูแลสุขภาพที่เหมาะสม ตามแนวคิดทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม (Orem, 2001) เชื่อว่าบุคคลทุกคนมีความสามารถในการคิด มีเหตุผลในการตรึกตรอง และกระทำการดูแลตนเองอย่างมีแบบแผนมีความตั้งใจ และมีเป้าหมายในการกระทำทั้งนี้เพื่อการดำรงรักษาชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีของตน ดังนั้นเมื่อมีอาการเจ็บป่วย บุคคลจึงมีการประเมินตนเอง แล้วคิดตัดสินใจเลือกการดูแลตนเองหรือการปฏิบัติที่เหมาะสมเพื่อให้หายจากความเจ็บป่วย เช่น บุคคลอาจไม่จัดการอะไรกับความเจ็บป่วย หยุดพักผ่อนที่บ้าน ซ้อมารับประทานเอง ถ้าอาการไม่ดีขึ้นก็ไปพบแพทย์ ดูแลสุขภาพของตนเองด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อให้สุขภาพของตนเองแข็งแรง จะได้มีภูมิคุ้มกันป้องกันความเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองได้

วัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา เป็นกลุ่มนักศึกษาที่ศึกษาในด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ จากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้น (Preliminary Study) พบว่า วัยรุ่นกลุ่มนี้มีการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอย่างแพร่หลาย มีการโฆษณาตามสื่อสังคมออนไลน์ หลากหลายยี่ห้อ มีการบรรยายสรรพคุณผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่เป็นการโฆษณาชวนเชื่อ รวมถึงมีช่องทางที่สามารถเข้าถึงได้ง่ายในการติดต่อซื้อขายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารต่างๆ ซึ่งปัจจุบันผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมีให้เลือกใช้ในหลากหลายรูปแบบ เช่น แบบเม็ด แบบขง แบบน้ำ เป็นต้น ดังนั้นจึงมีผู้สนใจและสามารถเข้าถึงผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนได้ง่าย โดยคอลลาเจนเป็นหนึ่งในโปรตีนที่พบมากที่สุดในร่างกายและเป็นส่วนประกอบของผิวหนัง เส้นผม และเล็บ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้ที่ชื่นชอบด้านความงามให้ความสนใจเป็นอย่างมาก คอลลาเจนนั้นเป็นสารในกลุ่ม polypeptide ซึ่งเกิดจากการผสมของกรดอะมิโน เช่น Proline และ Glycine ซึ่งพบในเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน กระดูกอ่อน และผิวหนัง ร่างกายนั้นต้องการคอลลาเจน แต่ร่างกายก็สามารถสร้างขึ้นได้เอง โดยไม่ได้ดูดซึมคอลลาเจนทั้งหมด ดังนั้นความคิดที่ว่า การรับประทานคอลลาเจนเสริมนั้นจะช่วยกระตุ้นการเจริญของกระดูกและบำรุงผิวหนังหรือเส้นผมโดยตรงนั้นอาจที่ไม่ถูกต้อง ร่างกายนั้นจะต้องมีการย่อยคอลลาเจนให้แตกออกเป็นกรดอะมิโนในระบบทางเดินอาหารก่อน ซึ่งกรดอะมิโนเหล่านี้จะเป็นสิ่งที่ร่างกายนำมาใช้เมื่อต้องการ จึงไม่ได้ทำให้ผิวหนังของเราดูสว่างขึ้นในทันที หากแต่อาจช่วยให้ร่างกายสร้างคอลลาเจนเพิ่มขึ้นได้ มีงานวิจัยที่พบว่าคอลลาเจนนั้นมีประโยชน์ต่อกระดูกและข้อต่อโดยการกระตุ้นให้ร่างกายสร้างคอลลาเจนขึ้นมากขึ้นจากการมีกรดอะมิโนที่ต้องใช้เพิ่มขึ้น (García-Coronado et al., 2019) อย่างไรก็ตาม ควรพิจารณาข้อมูลอย่างรอบคอบก่อนที่จะทานคอลลาเจนเพื่อหวังจะทำให้ผิวหนังดีขึ้น เนื่องจากประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย เช่น ชนิดของคอลลาเจนและปริมาณที่บริโภค (Asserin et al., 2015) ถึงแม้ว่าการวิจัยจะแสดงผลเชิงบวกบางประการต่อความยืดหยุ่นและความชุ่มชื้นของผิว (Bolke et al., 2019) แต่ในความเป็นจริงแล้ว ยังมีความจำเป็นต้องศึกษาเพิ่มเติม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับกลไกการดูดซึมและการออกฤทธิ์ในระดับเซลล์ (Choi et al., 2019) ประเทศไทยในปัจจุบันมีข้อมูลและงานวิจัยเกี่ยวกับการบริโภคคอลลาเจนค่อนข้างจำกัด แต่มีงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นถึงผลลัพธ์ของการรับประทานคอลลาเจนต่อ

สุขภาพผิวหนังในผู้หญิงวัยกลางคน ซึ่งพบว่าการรับประทานคอลลาเจนชนิดไฮโดรไลเซตในปริมาณ 10 กรัมต่อวัน ติดต่อกันเป็นเวลา 12 สัปดาห์ มีผลช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นและความยืดหยุ่นของผิวหนัง บริเวณขมับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยเฉพาะในกลุ่มอายุ 36–45 ปี (วรินญา ปัญญาแก้ว, 2558) นอกจากนี้ มีงานวิจัยที่พบว่าคอลลาเจนอาจช่วยส่งเสริมสุขภาพเส้นผม เช่น ลดผมร่วง กระตุ้นการงอกของเส้นผม และชะลอการเกิดผมหงอก โดยสมมุติฐานนี้ คือ คอลลาเจนอาจช่วยสนับสนุนโครงสร้างของต่อมรากขนและการสร้างโปรตีนพื้นฐานที่จำเป็นต่อเส้นผม (ณัฐธิดา อธิกุลกิตติพงศ์ และคณะ, 2564) ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้ จึงสนใจศึกษาพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของวัยรุ่น เพื่อนำข้อมูลจากการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพตนเอง การจัดกิจกรรมให้คำแนะนำปรึกษาในการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน เช่น ปริมาณการใช้ที่เหมาะสม ความจำเป็นต่อการใช้คอลลาเจน เป็นต้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

การศึกษาพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของนักศึกษา มีแนวทางการศึกษาตัวแปรต้น ว่ามีผลหรือมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างไร ดังนี้

ตัวแปรต้น (Independent Variables) ประกอบด้วย

- ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ คณะที่ศึกษา รายได้ ฯลฯ
- ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน
- ทักษะต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน

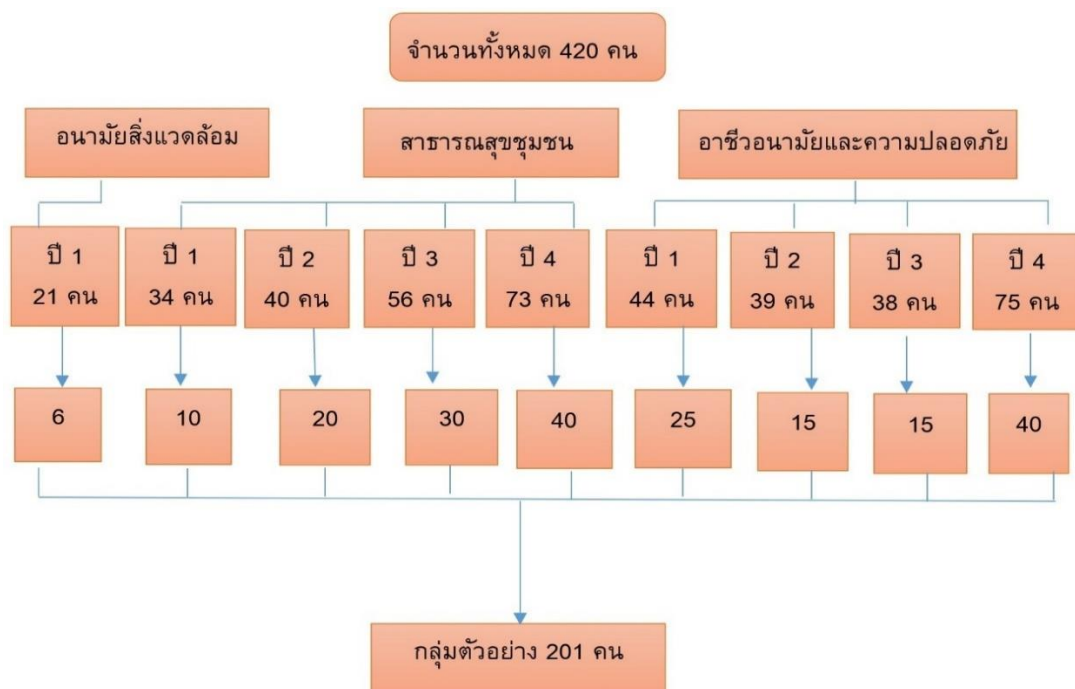
ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ประกอบด้วย

- พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน

วิธีการดำเนินการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษา สังกัดคณะสาธารณสุขศาสตร์ ศึกษาอยู่ระหว่างชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา มีจำนวนทั้งหมด 420 คน (สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, 2564)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้จากการคำนวณขนาดตัวอย่างจากประชากรที่แน่นอน (Finite population) จึงใช้ตาราง Krejcie and Morgan (1970) คำนวณได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 201 คน โดยการสุ่มตัวอย่างโดยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ใช้หลักความน่าจะเป็น (Probability sampling) การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) แยกตามสาขาวิชา และแยกตามระดับชั้นปีที่ 1 – 4 จากนั้นใช้วิธีการการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับฉลากจากรายชื่อที่มีอยู่ในทะเบียนของนักศึกษาแต่ละห้อง รายละเอียดดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพประกอบที่ 1 การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาและสร้างขึ้นตามแนวแนวคิดเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติ (Knowledge, Attitude, Practice: KAP) ของ Bloom (1975) ที่อธิบายไว้ว่าความรู้ เป็นพื้นฐานสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาทัศนคติ และทัศนคติเป็นตัวกำหนดการแสดงออกทาง พฤติกรรมของบุคคล เป็นทฤษฎีที่นิยมใช้ในการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาพัฒนาเป็นแบบสอบถาม (Online Questionnaire) ประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้ คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง รายได้ ชั้นปี สาขาวิชา โรคประจำตัว ประวัติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ความประสงค์ในการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน รวมทั้งสิ้นจำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน จำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วยคำถาม 5 ประเด็น ได้แก่ ประโยชน์และคุณสมบัติของคอลลาเจน (ข้อ 1, 3) การสร้างและการทดแทนคอลลาเจนในร่างกาย (ข้อ 2, 5, 6) วิธีการบริโภคและรูปแบบผลิตภัณฑ์ (ข้อ 4, 7, 10, 11, 12) ส่วนประกอบและประสิทธิผลของผลิตภัณฑ์ (ข้อ 8, 9, 13) และกฎหมายและความปลอดภัยด้าน ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร (ข้อ 14, 15, 16) มีลักษณะเป็นข้อความเชิงบวก 11 ข้อ และข้อความเชิงลบ 5 ข้อ มี 3 ตัวเลือก เกณฑ์การให้คะแนนคำตอบเชิงบวก คือ ตอบใช่ ได้ 1 คะแนน ตอบไม่ใช่และไม่ทราบ ได้ 0 คะแนน ส่วนคำถามเชิงลบ ตอบไม่ใช่ ได้ 1 คะแนน ตอบใช่และไม่ทราบ ได้ 0 คะแนน แปลผลได้ 3 ระดับ ดังนี้

ระดับดี	11 – 16 คะแนน
ระดับปานกลาง	5 – 10 คะแนน
ระดับต่ำ	0 – 4 คะแนน

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน จำนวน 13 ข้อ สรุปเป็นประเด็นหลักได้ 5 ประเด็น ได้แก่ ทัศนคติต่อคุณภาพและประสิทธิภาพของผลิตภัณฑ์ (ข้อ 1, 4, 10, 11) ทัศนคติต่อการตลาดและความนิยม (ข้อ 3, 6, 9) ทัศนคติต่อบรรจุภัณฑ์และการใช้งาน (ข้อ 7, 8, 13) ทัศนคติต่อการเข้าถึงผลิตภัณฑ์ (ข้อ 2, 5) และทัศนคติต่อการรับประกันสินค้า (ข้อ 12) โดยประเด็นเหล่านี้สะท้อนองค์ประกอบสำคัญในการประเมินทัศนคติต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ซึ่งครอบคลุมทั้งคุณสมบัติของผลิตภัณฑ์ การตลาด การเข้าถึง และความเชื่อมั่นของผู้บริโภค โดยเลือกตอบแบบประมาณค่า (Rating Scale) 5 ตัวเลือก ได้แก่ เห็นด้วยมากที่สุด ได้ 5 คะแนน เห็นด้วยมาก ได้ 4 คะแนน ปานกลาง ได้ 3 คะแนน เห็นด้วยน้อย ได้ 2 คะแนน เห็นด้วยน้อยที่สุด ได้ 1 คะแนน ส่วนคำถามเชิงลบคะแนนจะสลับกันตามลำดับ มีเกณฑ์การแปลผล 3 ระดับ ดังนี้

ระดับดี	45 – 65 คะแนน
ระดับปานกลาง	24 – 44 คะแนน
ระดับต่ำ	0 – 23 คะแนน

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน จำนวน 7 ข้อ คำถามประกอบด้วย ยี่ห้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ปริมาณคอลลาเจน รูปแบบผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน วิธีการรับประทาน ระยะเวลาที่ใช้ การรู้จักผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน และการโฆษณาผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน โดยตอบคำถามแบบเลือกตอบตามตัวเลือกที่มีให้ หรือเติมข้อความ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือการวิจัยผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน โดยเลือกข้อคำถามที่มีค่าความสอดคล้อง (IOC) มากกว่า 0.5 ขึ้นไป จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (try out) กับนักศึกษาสาขาอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบว่ามีความเข้าใจตรงกัน และทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ประเมินความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) ของข้อคำถาม ซึ่งด้านความรู้มีค่าเท่ากับ 0.82 ด้านทัศนคติ เท่ากับ 0.89 ด้านพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน เท่ากับ 0.81

การรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการขออนุญาตฉบับที่ เพื่อเก็บข้อมูลการวิจัยในนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ โดยได้จัดเตรียมแบบสอบถามออนไลน์ด้วย Google Form ได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย สอบถามความสมัครใจในการตอบแบบสอบถาม และได้ส่ง QR Code และ Link ของแบบสอบถามให้กับเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้จากการสุ่มเลือกจากบัญชีรายชื่อของแต่ละห้องเรียน ตามจำนวนในแต่ละสาขาวิชา และชั้นปีที่ได้กำหนดไว้ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาทำการแปลค่าความหมาย บันทึกข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล และแปลผลข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

เกณฑ์การคัดเข้าร่วมการวิจัย คือ เป็นนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ชั้นปีที่ 1-4 และยินดีให้ข้อมูลและตอบแบบสอบถาม

เกณฑ์การคัดออกจากการวิจัย เป็นผู้ที่ไม่สามารถทำแบบสอบถามได้ เนื่องจากมีเหตุผลบางประการ เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่กำลังอยู่ในช่วงการฝึกประสบการณ์วิชาชีพกับหน่วยงานภายนอก

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ความถี่ (frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

2. สถิติเชิงอนุมาน (inferential statistic) การวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์ด้วยการทดสอบ Chi-square หรือ Fisher's Exact กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน โดยการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation coefficient)

จริยธรรมในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา เลขที่ใบรับรอง HF-134-2564 ผู้วิจัยได้คำนึงถึงหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ตามแนวทางที่เหมาะสมเกี่ยวกับความเป็นอิสระ ความเป็นธรรมที่มีต่อผู้ร่วมวิจัย โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธในการเข้าร่วมวิจัย และเมื่อเข้าร่วมวิจัยแล้วสามารถยุติการเข้าร่วมวิจัยช่วงใดก็ได้โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ทั้งนี้จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลที่ได้ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์เฉพาะสำหรับการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น และจะทำลายข้อมูลเมื่อปิดโครงการและได้นำเสนอผลการวิจัยในเวทีวิชาการแล้ว

ผลการวิจัย

1. **ข้อมูลส่วนบุคคล** พบว่าทั้งหมดเป็นเพศหญิง จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 100 อายุเฉลี่ย 21.10 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 55.26 กิโลกรัม ส่วนสูงเฉลี่ย 160.99 เซนติเมตร กลุ่มตัวอย่างมี BMI อยู่ในระดับปกติ ร้อยละ 43.80 เงินที่ได้รับต่อเดือนเฉลี่ย 6,789.51 บาท แหล่งเงินได้รับจากผู้ปกครอง ร้อยละ 88.1 รายได้จากการทำอาชีพเสริม ร้อยละ 11.90 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 39.80 สาขาสาธารณสุขชุมชน ร้อยละ 49.80 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 85.50 มีประวัติเคยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ร้อยละ 57.70 ไม่เคยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน คิดเป็นร้อยละ 42.3 มีความประสงค์ในการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนในอนาคต ร้อยละ 59.52 ไม่มีความประสงค์ใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนในอนาคต ร้อยละ 40.48 รายละเอียดแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง (n=201)

ข้อมูล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	201	100
อายุ (ปี)		
18-20	74	36.8
21-23	127	63.2
Mean = 21.10, S.D. = 1.55, Min = 18, Max = 23		
ชั้นปี		
ปี 1	41	20.4
ปี 2	35	17.4
ปี 3	45	22.4
ปี 4	80	39.8
สาขาวิชา		
สาธารณสุขชุมชน	100	49.8
อาชีวอนามัยและความปลอดภัย	95	47.2
อนามัยสิ่งแวดล้อม	6	3.0

ข้อมูล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
น้ำหนัก (กิโลกรัม)		
41-50	89	44.3
51-60	66	32.8
61-70	26	12.9
71-80	12	6.0
81-90	7	3.5
91-100	1	0.5
Mean = 55.26, S.D. = 11.38, Min = 34, Max = 97		
ส่วนสูง (เซนติเมตร)		
141-150	10	5.0
151-160	95	47.3
161-170	87	43.3
171-180	8	3.9
181-190	1	0.5
Mean = 160.99, S.D. = 6.27, Min = 145, Max = 189		
BMI (กิโลกรัมต่อตารางเมตร)		
BMI น้อยกว่า 18.5	54	26.9
BMI 18.5-22.9	88	43.8
BMI 23-24.9	27	13.4
BMI 25-29.9	23	11.4
BMI ตั้งแต่ 30 ขึ้นไป	9	4.5
รายได้ต่อเดือน		
น้อยกว่า 8001	141	70.1
8001-10000	43	21.4
10001-13000	8	4.0
มากกว่า 13000 ขึ้นไป	9	4.5
Mean = 6,789.51, S.D. = 3,069.27, Min = 3,000, Max = 18,000		
แหล่งรายได้		
จากผู้ปกครอง	177	88.1
จากอาชีพเสริม	24	11.9
โรคประจำตัว		
มีโรคประจำตัว	29	14.5
ไม่มีโรคประจำตัว	172	85.5
ประวัติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		
เคยใช้	116	57.7
ไม่เคยใช้	85	42.3
ความประสงค์ในการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		
ใช้	139	69.2
ไม่ใช้	62	30.8

2. ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน พบว่า ระดับความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ มีความรู้ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 89.60 รองลงมา คือ ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10.40 และไม่พบว่ามีความรู้ในระดับต่ำ

ตารางที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (n=201)

ระดับความรู้	จำนวน	ร้อยละ
ดี (11 - 16 คะแนน)	180	89.60
ปานกลาง (5 - 10 คะแนน)	21	10.40
Mean = 12.64, S.D. = 1.724, Min = 8, Max = 16		

3. **ทัศนคติต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน** การศึกษาทัศนคติต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน พบว่า ระดับทัศนคติต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 92.50 อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 7.50

ตารางที่ 3 ทัศนคติต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (n=201)

ระดับทัศนคติ	จำนวน	ร้อยละ
ดี (45 - 65 คะแนน)	186	92.50
ปานกลาง (22 - 44 คะแนน)	15	7.50
Mean = 50.22, S.D. = 4.74, Min = 41, Max = 64		

4. **พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน** พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน พบว่า จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 201 คน จำนวนผู้ที่ตอบว่าใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน มีจำนวนเพียง 116 คน โดยกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ดังต่อไปนี้ คือ เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ยี่ห้อ D มากที่สุดเป็นอันดับ 1 คิดเป็นร้อยละ 37.1 เลือกใช้จากผลิตภัณฑ์ที่มีปริมาณคอลลาเจนต่อเม็ดหรือซอง 1,000 mg ร้อยละ 37.1 เลือกใช้รูปแบบผลิตภัณฑ์แบบซอง ร้อยละ 62.9 ใช้แบบรับประทานก่อนอาหาร คิดเป็นร้อยละ 44.0 ระยะเวลาที่ใช้มาแล้ว 1 เดือน คิดเป็นร้อยละ 44.0 รู้จักผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนจากบุคคลใกล้ชิด ร้อยละ 62.1 รับข้อมูลโฆษณาผลิตภัณฑ์ผ่านทาง YouTube คิดเป็นร้อยละ 82.8 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (จำนวนที่ตอบว่าใช้ n=116)

พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ยี่ห้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		
ยี่ห้อ A	20	17.2
ยี่ห้อ B	24	20.7
ยี่ห้อ C	29	25.0
ยี่ห้อ D	43	37.1
ปริมาณคอลลาเจนต่อเม็ด/ซอง (mg)		
10,000 mg	29	25.0
6,000 mg	24	20.7
5,000 mg	20	17.2
1,000 mg	43	37.1
รูปแบบผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		
แบบเม็ด	43	37.1
แบบซอง	73	62.9

พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
วิธีการรับประทาน		
ก่อนอาหาร	51	44.0
หลังอาหาร	10	8.6
ก่อนนอน	51	44.0
เวลาใดก็ได้	4	3.4
ระยะเวลาที่ใช้		
1 เดือน	51	44.0
2 เดือน	17	14.7
3 เดือน	33	28.4
4 เดือน	10	8.6
5 เดือน	5	4.3
การรู้จักผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		
โฆษณา	10	8.6
เพื่อน	25	21.6
บุคคลใกล้ชิด	72	62.1
แพทย์	9	7.8
การโฆษณาผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		
Facebook	3	2.6
Instagram	17	14.7
YouTube	96	82.8

5. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความรู้และทัศนคติ การศึกษาลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 201 คน มีผู้ที่ตอบว่าใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน จำนวน 116 คน การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างกับระดับความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ใช้การทดสอบไคสแควร์ (Chi-square test) หรือในกรณีที่มีค่าความถี่คาดหวัง (Expected frequency) น้อยกว่า 5 เกินร้อยละ 20 ของช่องทั้งหมด จะใช้การทดสอบฟิชเชอร์ (Fisher's Exact test) ดังแสดงในตารางที่ 5 และ 6

ตารางที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (n=201)

ปัจจัยส่วนบุคคล	χ^2	p-value
อายุ (ปี)	3.219	0.073
ดัชนีมวลกาย (BMI)	2.627	0.622
รายได้ต่อเดือน (บาท)	1.985	0.576
แหล่งรายได้	0.063	0.802
ชั้นปี	7.901	0.048*
สาขาวิชา	0.891	0.641
โรคประจำตัว	0.146	0.702
ประวัติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน	3.841	0.048*

*p < 0.05

จากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน พบประเด็นสำคัญดังนี้

ความสัมพันธ์กับระดับความรู้ ชั้นปี มีความสัมพันธ์กับระดับความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.048$) โดยนักศึกษาชั้นปีที่สูงขึ้นมีแนวโน้มมีความรู้ในระดับดีมากขึ้น (ปี 1: 80.5%, ปี 2: 85.7%, ปี 3: 91.1%, ปี 4: 95.0%) ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการเรียนรู้ในหลักสูตรและประสบการณ์ที่สะสมมากขึ้นตามระยะเวลาที่ศึกษา

ประวัติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน มีความสัมพันธ์กับระดับความรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.048$) โดยผู้ที่เคยใช้ผลิตภัณฑ์มีส่วนของผู้ที่มีความรู้ระดับดี (93.1%) มากกว่าผู้ที่ไม่เคยใช้ (84.7%) ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่าผู้ที่ใช้ผลิตภัณฑ์มีการค้นคว้าข้อมูลและแสวงหาความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ที่ใช้มากกว่า

ปัจจัยด้านอายุ ดัชนีมวลกาย รายได้ แหล่งรายได้ สาขาวิชา และโรคประจำตัว ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับทัศนคติต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ($n=201$)

ปัจจัยส่วนบุคคล	χ^2	p -value
อายุ (ปี)	0.075	0.784
ดัชนีมวลกาย (BMI)	5.162	0.271
รายได้ต่อเดือน (บาท)	5.481	0.140
แหล่งรายได้	0.429	0.512
ชั้นปี	8.261	0.041*
สาขาวิชา	0.721	0.697
โรคประจำตัว	0.062	0.804
ประวัติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน	6.582	0.010*

* $p < 0.05$

จากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน พบประเด็นสำคัญดังนี้

ชั้นปี มีความสัมพันธ์กับระดับทัศนคติต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.041$) โดยนักศึกษาชั้นปีที่สูงขึ้นมีแนวโน้มทัศนคติในระดับดีเพิ่มขึ้น (ปี 1: 85.4%, ปี 2: 88.6%, ปี 3: 93.3%, ปี 4: 97.5%) ซึ่งสอดคล้องกับความรู้ที่เพิ่มขึ้นตามชั้นปี และอาจเป็นผลมาจากการเรียนรู้และประสบการณ์ที่มากขึ้น

ประวัติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน มีความสัมพันธ์กับระดับทัศนคติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.010$) โดยผู้ที่เคยใช้ผลิตภัณฑ์มีส่วนของผู้ที่มีทัศนคติระดับดี (96.6%) สูงกว่าผู้ที่ไม่เคยใช้ (87.1%) อย่างชัดเจน ซึ่งอาจเป็นเพราะผู้ที่มีประสบการณ์ตรงในการใช้ผลิตภัณฑ์และได้รับผลตามที่คาดหวังจึงมีทัศนคติที่ดีต่อผลิตภัณฑ์

ปัจจัยด้านอายุ ดัชนีมวลกาย รายได้ แหล่งรายได้ สาขาวิชา และโรคประจำตัว ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับทัศนคติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิเคราะห์นี้สะท้อนให้เห็นว่า ชั้นปีการศึกษาและประสบการณ์การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนเป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับทั้งความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ดังกล่าว ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ที่ว่า ประสบการณ์ตรงและการเรียนรู้ที่สะสมเพิ่มขึ้นตามระยะเวลาส่งผลต่อความรู้และทัศนคติของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ซึ่งมีการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและผลิตภัณฑ์สุขภาพโดยตรง

6. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน โดยวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation coefficient) ผลการวิเคราะห์มีดังนี้

ตารางที่ 7 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (n=201)

ตัวแปร	ความรู้	ทัศนคติ	พฤติกรรมการใช้
ความรู้	1.000		
ทัศนคติ	0.212*	1.000	
พฤติกรรมการใช้	0.167*	0.236*	1.000

*p-value < 0.05

จากตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่า ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับทัศนคติต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.212, p < 0.05$) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมากขึ้น จะมีทัศนคติที่ดีต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมากขึ้นด้วย

ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.167, p < 0.05$) แสดงว่า นักศึกษาที่มีความรู้มากขึ้นจะมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนที่เหมาะสมมากขึ้น

ทัศนคติต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.236, p < 0.05$) หมายความว่า นักศึกษาที่มีทัศนคติที่ดีต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนจะมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนที่เหมาะสมมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมดมีค่าต่ำกว่า 0.3 แสดงถึงความสัมพันธ์ในระดับต่ำ (Weak correlation) ระหว่างตัวแปรเหล่านี้ ซึ่งอาจบ่งชี้ว่ามีปัจจัยอื่นๆ นอกเหนือจากความรู้และทัศนคติที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของวัยรุ่นนักศึกษา

วิเคราะห์เพิ่มเติม เพื่อให้เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างระดับความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความรู้ (ดี/ปานกลาง) กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (เคยใช้/ไม่เคยใช้) และระดับทัศนคติ (ดี/ปานกลาง) กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน โดยใช้การทดสอบไคสแควร์ (Chi-square test)

ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความรู้กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (n=201)

ระดับความรู้	พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		รวม
	เคยใช้ จำนวน(%)	ไม่เคยใช้ จำนวน(%)	
ดี	108 (60.0%)	72 (40.0%)	180
ปานกลาง	8 (38.1%)	13 (61.9%)	21
รวม	116 (57.7%)	85 (42.3%)	201

$$\chi^2 = 3.841, df = 1, p\text{-value} = 0.048^*$$

ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับทัศนคติกับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (n=201)

ระดับทัศนคติ	พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน		รวม
	เคยใช้ จำนวน(%)	ไม่เคยใช้ จำนวน(%)	
ดี	112 (60.2%)	74 (39.8%)	186
ปานกลาง	4 (26.7%)	11 (73.3%)	15
รวม	116 (57.7%)	85 (42.3%)	201

$$\chi^2 = 6.582, df = 1, p\text{-value} = 0.010^*$$

จากตารางที่ 8 และ 9 พบว่า ระดับความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.048$) โดยนักศึกษาที่มีความรู้ระดับดีมีสัดส่วนของผู้ที่เคยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (60%) มากกว่านักศึกษาที่มีความรู้ระดับปานกลาง (38.1%)

ระดับทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.010$) โดยนักศึกษาที่มีทัศนคติระดับดีมีสัดส่วนของผู้ที่เคยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน (60.2%) มากกว่านักศึกษาที่มีทัศนคติระดับปานกลาง (26.7%) อย่างชัดเจน

ผลการวิเคราะห์นี้สนับสนุนแนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรม (KAP Model) ที่ระบุว่า ความรู้ที่ถูกต้องจะนำไปสู่ทัศนคติที่ดี และส่งผลต่อพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยในกรณีนี้ วัยรุ่นนักศึกษาที่มีความรู้และทัศนคติที่ดีต่อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน มีแนวโน้มที่จะใช้ผลิตภัณฑ์ดังกล่าวมากกว่า

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาวิจัยเพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคล จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง เนื่องจากนักศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา มีสัดส่วนเพศหญิงมากถึงร้อยละ 98 จึงทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงล้วน สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรพรรณ สุจารย์ (2567) ที่พบว่าผู้บริโภคคอลลาเจนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 20-35 ปี ที่มีความสนใจในเรื่องความงามเป็นหลัก เนื่องจากเพศหญิงให้ความสำคัญต่อการดูแลผิวพรรณมากกว่าเพศชาย ซึ่งส่งผลให้มีการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนสูงขึ้น นอกจากนี้จากการศึกษายังพบว่าร้อยละ 57.70 ของกลุ่มตัวอย่างเคยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน และร้อยละ 59.52 มีความตั้งใจที่จะใช้ในอนาคต อย่างไรก็ตาม ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ และรายได้ ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กับความรู้ในการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน เช่นเดียวกับผลการศึกษาของ ปรียาพร คงพันธุ์จิตร (2556) ที่พบว่าปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ไม่ส่งผลต่อความรู้ที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

2. ความรู้ จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนในระดับสูง เนื่องจากเป็นนักศึกษาที่เรียนในคณะสาธารณสุขศาสตร์ ซึ่งมีความเข้าใจเรื่องการใช้ยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอยู่แล้ว อย่างไรก็ตามยังมีการเข้าใจผิดเกี่ยวกับการบริโภคคอลลาเจน เช่น การคิดว่าการบริโภคคอลลาเจนมากเกินไปจะไม่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ ความรู้ที่ผิดเหล่านี้สามารถแก้ไขได้โดยการให้ข้อมูลที่ถูกต้องผ่านแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นฤนันท์ วุฒิสินธุ์, ดาราพรรณ เส่งชีวิ และวิภาดา ไชยา (2560) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมักหาข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์คอลลาเจนจากอินเทอร์เน็ตก่อนบริโภค และใช้ผลิตภัณฑ์ที่ได้รับการรับรองจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

3. ทศนคติ จากผลการศึกษาพบว่า ทศนคติต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ร้อยละ 92.50 ซึ่งแสดงถึงความเชื่อมั่นในประสิทธิภาพของผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับความงามและผิวพรรณ ความเชื่อมั่นนี้ได้รับอิทธิพลจากการตลาดและการโฆษณาผ่านสื่อออนไลน์ โดยเฉพาะ YouTube และ Instagram อย่างไรก็ตามยังมีความเข้าใจผิดว่าคอลลาเจนไม่มีผลข้างเคียงหรือดีกว่าอาหารธรรมชาติที่มีคอลลาเจน ทศนคติที่ดีขึ้นมักเกิดจากความรู้ที่ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการดูแลตนเองของ Orem (2001) ที่ระบุว่าหากมีข้อมูลที่ถูกต้องช่วยให้บุคคลสามารถดูแลตนเองได้ดีขึ้น ลดความเสี่ยงจากการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่อาจก่อให้เกิดผลข้างเคียงได้

4. พฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนยี่ห้อต่างๆ ใกล้เคียงกัน โดยนิยมใช้แบบซอง ขนาด 1,000 มิลลิกรัม ทานก่อนอาหารหรือก่อนนอน และมีการรู้จักผลิตภัณฑ์ผ่านบุคคลใกล้ชิดหรือจากโฆษณาออนไลน์ งานวิจัยของ ภัทธา รอดดำรง และสุจิตรา รอดสมบูรณ์ (2559) ซึ่งพบว่าพฤติกรรมการซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนส่วนใหญ่ซื้อผ่านช่องทางอินเทอร์เน็ต โดยมีการรีวิวจากผู้ใช้งานจริงเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์ ปัจจัยทางการตลาด เช่น ผลิตภัณฑ์ ราคา และช่องทางการจัดจำหน่าย มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้จากข้อมูลการได้รับคำแนะนำจากบุคคลส่งผลให้

พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนแตกต่างกัน จากการศึกษาพบว่า การได้รับคำแนะนำจากบุคคลส่งผลให้พฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนแตกต่างกัน โดยเฉพาะบุคคลใกล้ชิดของนักศึกษาที่มีการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน และบุคคลใกล้ชิดบางส่วนเป็นตัวแทนขายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน จึงยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ปรียาพร คงพันธุ์จิตร (2556) ปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ ราคา ช่องทางการจัดจำหน่าย การส่งเสริมการตลาด และบุคลากร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีส่วนผสมของคอลลาเจน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ระยะเวลาที่เริ่มบริโภคมีความสัมพันธ์กับปัจจัยส่วนประสมทางการตลาด โดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ในขณะที่ค่าใช้จ่ายในการซื้อผลิตภัณฑ์ไม่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดโดยรวม

5. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับทัศนคติการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน จากผลการศึกษาพบว่า ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับทัศนคติการใช้ผลิตภัณฑ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.02$) ซึ่งหมายความว่านักศึกษาที่มีความรู้สูงมักมีทัศนคติที่ดีต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน การมีข้อมูลที่ถูกต้องช่วยให้บุคคลตัดสินใจเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ได้อย่างมีเหตุผลและเหมาะสมมากขึ้น การสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์คอลลาเจนอย่างต่อเนื่องจึงมีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้เป็นบวกมากขึ้น และลดความเสี่ยงจากการใช้ผลิตภัณฑ์ที่อาจเกิดผลข้างเคียงได้ ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับทฤษฎีการดูแลตนเองของ Orem (2001) ที่กล่าวว่า การมีข้อมูลที่ถูกต้องเป็นปัจจัยสำคัญในการดูแลตนเองที่มีประสิทธิภาพ ดังนั้นการศึกษานี้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการให้ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนในกลุ่มนักศึกษา โดยเฉพาะการให้ข้อมูลที่ถูกต้องและตรงกับข้อเท็จจริง นอกจากนี้ การสร้างความรู้ความเข้าใจอย่างต่อเนื่องสามารถช่วยเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้เป็นบวกได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจใช้ผลิตภัณฑ์อย่างรอบคอบ สอดคล้องกับการศึกษาโดย นฤนันท์ วุฒิสินธุ์, ดาราพรรณ แสงชีว และวิภาดา ไชยา (2560) ที่พบว่าความรู้และข้อมูลที่ได้รับจากแหล่งที่น่าเชื่อถือช่วยพัฒนาทัศนคติที่ดีต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน นอกจากนี้ ผลการศึกษายังเน้นถึงความจำเป็นในการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลที่เผยแพร่ในสื่อออนไลน์ เพื่อลดความเข้าใจผิดในเรื่องประโยชน์และผลข้างเคียงของผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ซึ่งการให้ความรู้ที่ถูกต้องเป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้บริโภคมีทัศนคติที่ดีและมีการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอย่างเหมาะสมและปลอดภัยต่อผู้บริโภค

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัยในครั้งนี้ จากการศึกษาพบว่าความรู้มีผลต่อพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน ดังนั้นจึงควรส่งเสริมความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารในกลุ่มนักศึกษาเพื่อป้องกันการใช้อย่างผิดวิธี

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ควรทำการศึกษาเพิ่มเติมในกลุ่มประชากรอื่นๆ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจน นอกจากนี้ ควรทำการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อนำมาใช้ในการวางแผนการพัฒนาความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้บริโภค โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น

บรรณานุกรม

- ณัฐฉิณี ธีรกุลกิตติพงศ์, อาลักษณ์ ทิพย์รัตน์, สุธาสดี ม่วงมี, และนภาพรณ เอื้อวงศ์ญาติ. (2564). การวิจัยทางคลินิกและการพัฒนาสูตรตำรับเซรัมเข้มข้นจากสารสกัดสมุนไพรในการป้องกันผมห่น กระตุ้นการงอกของผม และเพิ่มการสร้างเม็ดสีให้ผมเส้นขาวในผู้สูงอายุ [รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์]. มหาวิทยาลัยบูรพา
- นฤนันทน์ วุฒิสินธุ์, ดาราพรรณ เส่งชีวะ, และวิภาดา ไชยา. (2560). การสำรวจการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนในจังหวัดเชียงราย. วารสารการพัฒนาชุมชนและคุณภาพชีวิต, 5(3), 45–54.
- ปรียาพร คงพันธุ์จิตร. (2556). พฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร [ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. สืบค้นจาก <http://mba.swu.ac.th/article>
- พรรณธร สุจารย์. (2567). ปัจจัยที่มีผลต่อการซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนของประชากรในกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ภัทรา รอดดำรงค์, และสุจิตรา รอดสมบูรณ์. (2559). ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมความงามคอลลาเจนผ่านทางเฟซบุ๊ก. วารสารการตลาดและการจัดการ, 3(2), 104-118.
- วรินญา ปัญญาแก้ว. (2558). การศึกษาผลของการรับประทานคอลลาเจนเสริมต่อความยืดหยุ่นและความชุ่มชื้นของผิว [สารนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. (2564). รายงานจำนวนนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ปีการศึกษา 2564 สืบค้นจาก <http://apro.nrru.ac.th>
- Asserin, J., Lati, E., Shioya, T., & Prawitt, J. (2015). The effect of oral collagen peptide supplementation on skin moisture and the dermal collagen network: Evidence from an ex vivo model and randomized, placebo-controlled clinical trials. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 14(4), 291-301. <https://doi.org/10.1111/jocd.12174>
- Bloom, B. S., Hastings, J. T., & Madaus, G. F. (1975). *Evaluation to improve learning*. McGraw-Hill.
- Bolke, L., Schlippe, G., Gerß, J., & Voss, W. (2019). A collagen supplement improves skin hydration, elasticity, roughness, and density: Results of a randomized, placebo-controlled, blind study. *Nutrients*, 11(10), Article 2494. <https://doi.org/10.3390/nu11102494>

- Choi, F. D., Sung, C. T., Juhasz, M. L., & Mesinkovsk, N. A. (2019). Oral collagen supplementation: A systematic review of dermatological applications. *Journal of Drugs in Dermatology*, 18(1), 9-16.
- García-Coronado, J. M., Martínez-Olvera, L., Elizondo-Omaña, R. E., Acosta-Olivo, C. A., Vilchez-Cavazos, F., Simental-Mendía, L. E., & Simental-Mendía, M. (2019). Effect of collagen supplementation on osteoarthritis symptoms: A meta-analysis of randomized placebo-controlled trials. *International Orthopaedics*, 43(3), 531-538. <https://doi.org/10.1007/s00264-018-4211-5>
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Orem, D. E. (2001). *Nursing: Concepts of practice* (6th ed.). Mosby.