

บทที่ 4

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมียอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนระดับประถมศึกษาช่วงชั้นที่ 2 ในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมียอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี ประจำปีการศึกษา 2553 จำนวน 199 คน ซึ่งมีรายละเอียดในการวิจัยดังนี้

วัตถุประสงค์

1. ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมียอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี
2. เปรียบเทียบระดับความรู้และเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมียอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาโรงเรียนชุมชนบ้านกะมียอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี รวมทั้งสิ้น 170 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมียอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี โดยใช้สูตรของยามานะ (Yamane:1973) และใช้วิธีการสุ่มแบบสัดส่วน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 119 คน

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยแบบสอบถามจะมี 4 ตอน

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปจำนวน 3 ข้อ
2. แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 15 ข้อ

3. แบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารจำนวน 10 ข้อ
4. แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารจำนวน 10 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากภาคศึกษาศาสตร์ศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชนถึงคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี เพื่อขออนุญาตให้นักศึกษาทำการเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยนำหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลการศึกษาวิจัย
3. เตรียมแบบสอบถามให้ครบตามจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 199 คน
4. ดำเนินการเก็บข้อมูลตามวันและเวลาที่กำหนดจนครบตามจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 119 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลไปวิเคราะห์และประมวลผลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS เพื่อหาค่าต่างๆดังนี้

1. หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัย สามารถสรุปได้ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ส่วนใหญ่จะเป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 นักเรียนจะอาศัยอยู่กับพ่อแม่

2. ระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 43.70 รองลงมา คือ มีความรู้ในระดับมาก จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 36.14 และ มีความรู้ในระดับน้อย จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 20.16

3. ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนโดยภาพรวมแล้ว มีความรู้ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคผักทุกมื้อทำให้ร่างกายแข็งแรง นักเรียนจะมีความรู้ในเรื่องนี้มากที่สุด

4. เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

เจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนโดยภาพรวมแล้ว มีเจตคติอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเจตคติการกินผักและผลไม้มีความสำคัญและจำเป็นต่อร่างกาย นักเรียนส่วนใหญ่มีเจตคติในเรื่องนี้มากที่สุด

5. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโดยภาพรวมแล้ว มีความรู้ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารเข้าก่อนมาโรงเรียนทุกวัน ส่วนใหญ่ นักเรียนจะมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในเรื่องนี้มากที่สุด

6. การเปรียบเทียบระดับความรู้และเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

ผลการเปรียบเทียบระดับความรู้และเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิยอ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี สรุปดังนี้

1. นักเรียนระดับประถมศึกษา มีความรู้ต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนระดับประถมศึกษา มีเจตคติต่างกันส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การอภิปรายผล

ผลการวิจัย พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนชุมชนบ้านกะมิย อำเภอมือง จังหวัดปัตตานี ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิจัย ดังนี้

1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมากที่สุด คือ รับประทานอาหารเช้าก่อนมาโรงเรียนทุกวัน รองลงมาคือ นักเรียนรับประทานอาหารกลางวันที่โรงเรียนทุกครั้ง และนักเรียนรับประทานอาหารเช้าที่บ้านทุกครั้ง ตามลำดับ ทั้งนี้เป็นเพราะว่า นักเรียนได้รับการดูแลเรื่องการบริโภคอาหารทั้งจากผู้ปกครองและครู จึงเป็นไปได้ว่าเมื่อนักเรียนได้รับการดูแลเรื่องการบริโภคอาหารจากผู้ปกครองและครูแล้ว อาจทำให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับมาก ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ กุลนิตา สายนุ้ย(2552 : 81) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตอำเภอมือง จังหวัดยะลา ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง

2. นักเรียนมีระดับความรู้เกี่ยวกับบริโภคอาหารต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้ ทั้งนี้เป็นเพราะว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมีนั้น ไม่ได้เป็นปัจจัยที่ทำให้พฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของนักเรียน กล่าวคือ รู้แต่ไม่นำไปใช้ อาจเป็นเพราะว่านักเรียนยังอยู่ในวัยเด็ก ซึ่งเป็นวัยที่ยังไม่รู้จักรการเลือกบริโภคอาหาร บางคนก็เลือกบริโภคอาหารที่มีสีส้มสวยงาม บางคนก็เลือกบริโภคตามเพื่อน จึงอาจเป็นไปได้ที่นักเรียนมีความรู้มาก ความรู้ปานกลาง และความรู้น้อย มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุคนธ์ ชูแก้ว (2545 :76) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุข จังหวัดยะลา พบว่า ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการและการเลือกบริโภคอาหาร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหาร

3. นักเรียนมีระดับเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคต่างกันมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า เจตคติมีส่วนสำคัญที่จะผลักดันความรู้สึก ความเชื่อออกมา เพื่อให้แสดงเป็นพฤติกรรมในสิ่งที่ตนเองชอบหรือไม่ชอบ ดังนั้น อาจเป็นไปได้ว่า นักเรียนกลุ่มที่มีเจตคติต่างกันอาจจะมีแนวโน้มของการแสดงพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แตกต่างกันได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สนธยา มุอำหมัด (2544 : 95-96) ที่ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียน

สังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตคูสิต กรุงเทพมหานคร พบว่า เจตคติต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ควรส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของอาหารและความปลอดภัยของอาหาร โดยเน้นหรือสอดแทรกในวิชาสุขศึกษาหรือวิชาอื่นๆ อย่างเหมาะสม
2. สถาบันการศึกษาควรสร้างเจตคติที่ดีเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยการประชาสัมพันธ์ออกเสียงตามสายทุกเที่ยงวัน เพื่อตอกย้ำนักเรียน และผู้ขายอาหารหน้าโรงเรียน ให้เห็นประโยชน์และโทษของการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม
3. ควรให้นักเรียนบันทึกการรับประทานอาหารแต่ละมื้อในวันเปิดเรียนและวันหยุด เพื่อประเมินและติดตามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยให้คะแนน แก่นักเรียนที่มีพฤติกรรมการบริโภคที่เหมาะสม และอาจทำหนังสือแจ้งผู้ปกครอง
4. ผู้บริหารโรงเรียนควรแต่งตั้งคณะกรรมการเครือข่ายพัฒนาด้านโภชนาการของโรงเรียน โดยให้ผู้ปกครอง ผู้จำหน่ายอาหาร และผู้แทนนักเรียนมีส่วนร่วม เพื่อพิจารณาและควบคุมประเภทของอาหารที่จำหน่ายในโรงอาหาร

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษางานวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 2 ดังนั้นควรศึกษาการวิจัยแนวโน้มและทิศทางของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 1-4 ด้วย
2. เนื่องจากงานวิจัยครั้งนี้ ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนซึ่งอยู่ในบริบทชุมชนนอกเมืองเท่านั้น เพื่อให้ผลการวิจัยมีความครอบคลุม สอดคล้องกับบริบททางสังคม ตลอดจนสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์มากยิ่งขึ้น ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในชุมชนเมืองเพิ่มเติม
3. ผลการวิจัยครั้งนี้จะเห็นว่าเจตคติเป็นตัวแปรที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อเจตคติในการบริโภคอาหารของนักเรียน เพื่อให้ได้แนวทางการพัฒนานักเรียนให้มีเจตคติที่ดี อันจะนำไปสู่พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนที่เหมาะสมต่อไป