

บทที่ 4

ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive research) เพื่อศึกษาเจตคติ การคล้อยตาม กลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ และศึกษาอำนาจในการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุอำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ รวมถึงศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 160 ราย เก็บข้อมูลระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2548 ถึง เดือนธันวาคม 2548 ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้นำเสนอโดยการบรรยายประกอบตาราง ตามลำดับดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป
2. เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ
3. ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา
4. อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ
5. อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

จากการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 160 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงมากที่สุด (ร้อยละ 56.90) มีอายุเฉลี่ย 68.80 ปี (SD = 7.03) เป็นผู้สูงอายุตอนต้น (60 – 74 ปี) (ร้อยละ 76.87) มีสถานภาพสมรสกลุ่มมากที่สุด (ร้อยละ 66.87) รองลงมาคือ โสด หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่ (ร้อยละ 4.38

และ 28.75 ตามลำดับ) มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษามากที่สุด (ร้อยละ 32.50) รองลงมาระดับมัธยมศึกษา (ร้อยละ 26.87) และไม่ได้รับการศึกษา (ร้อยละ 11.88) นับถือศาสนาพุทธมากที่สุด (ร้อยละ 90.00) รองลงมานับถือศาสนาอิสลาม (ร้อยละ 10.00) กลุ่มตัวอย่างไม่ได้ประกอบอาชีพมากที่สุด (ร้อยละ 35.00) รองลงมาเป็นข้าราชการบำนาญ (ร้อยละ 32.50) และประกอบอาชีพค้าขาย/ทำธุรกิจส่วนตัว รับจ้าง/ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ (ร้อยละ 20.00 และ 10.62 ตามลำดับ) มีรายได้เฉลี่ยพบมากที่สุดในช่วงมากกว่า 5,000 บาท/เดือน (ร้อยละ 55.00) กลุ่มตัวอย่างมีรายได้เพียงพอใช้จ่าย (ร้อยละ 65.00) โดยแหล่งของรายได้ได้มาจากบุตรหลานมากที่สุด (ร้อยละ 38.75) สำหรับลักษณะการอยู่อาศัยในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่กับคู่สมรมากที่สุด (ร้อยละ 58.75) รองลงมาอาศัยอยู่กับบุตรหลาน (ร้อยละ 36.25 ตามลำดับ) (ตาราง 2)

ตาราง 2

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง ($N = 160$)

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	69	43.10
หญิง	91	56.90
อายุ ($\bar{X} = 68.80$, $SD = 7.03$)		
60 – 74 ปี	123	76.87
75 – 84 ปี	35	21.87
85 ปี ขึ้นไป	2	1.25
สถานภาพสมรส		
โสด	7	4.38
คู่	107	66.87
หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่	46	28.75
ระดับการศึกษาสูงสุด		
ไม่ได้รับการศึกษา	19	11.88
ประถมศึกษา	52	32.50
มัธยมศึกษา	43	26.87
อนุปริญญา	22	13.75
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	23	14.37

สูงกว่าปริญญาตรี	1	0.63
ตาราง 2 (ต่อ)		
ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ศาสนา		
พุทธ	144	90.00
อิสลาม	16	10.00
อาชีพในปัจจุบัน		
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	56	35.00
ข้าราชการบำนาญ	52	32.50
เกษตรกร	3	1.88
ค้าขาย/ทำธุรกิจ	32	20.00
รับจ้าง/ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	17	10.62
รายได้		
น้อยกว่า 1,000 บาท	18	11.25
1,001 – 3,000 บาท	36	22.50
3,001 – 5,000 บาท	18	11.25
มากกว่า 5,000 บาท	88	55.00
ความเพียงพอของรายได้		
พอใช้จ่าย	104	65.00
ไม่พอใช้จ่าย	10	6.25
เหลือใช้มีไว้เก็บ	46	28.75
แหล่งของรายได้		
จากอาชีพ	48	30.00
จากบุตรหลาน	62	38.75
จากบำนาญ	50	31.25
ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร		
อยู่คนเดียว	8	5.00
อยู่กับบุตร/หลาน	58	36.25
อยู่กับคู่สมรส	94	58.75

เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในช่วง 114 – 275 (คะแนนเต็ม 275) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 195.28 คะแนน (SD = 40.19) มีคะแนนการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในช่วง 51 – 125 (คะแนนเต็ม 125) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 94.29 คะแนน (SD = 17.30) มีคะแนนการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในช่วง 112 – 275 (คะแนนเต็ม 275) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 210.38 คะแนน (SD = 38.36) มีคะแนนความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในช่วง 1 – 5 (คะแนนเต็ม 5) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.33 คะแนน (SD = 0.78) และมีคะแนนพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในช่วง 19 – 45 (คะแนนเต็ม 50) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 33.36 คะแนน (SD = 5.28) เมื่อนำคะแนนของกลุ่มตัวอย่างมาแบ่งช่วงคะแนนออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับสูง ปานกลาง ต่ำ แล้วนับความถี่ หากำร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละระดับพบว่า ค่าคะแนนเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจในการมีพฤติกรรม และพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในระดับสูง (ตาราง 3)

ตาราง 3

ค่าต่ำสุด – สูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำดื่มและผลไม้ ($N = 160$)

คะแนน	ค่าต่ำสุด – สูงสุด		ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	จำนวน (ร้อยละ) กลุ่มตัวอย่าง		
	แบบสอบถาม	กลุ่มตัวอย่าง			สูง	ปานกลาง	ต่ำ
1) เจตคติต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำดื่มและผลไม้ ($\sum b_i, e_i$)	11 - 275	114 - 275	195.28	40.19	82 (51.25)	78 (48.75)	-
2) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรม กรรมการบริโภคน้ำดื่มและผลไม้ ($\sum n_i, m_i$)	5 - 125	51 - 125	94.29	17.30	106 (66.25)	54 (33.75)	-
3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำดื่มและผลไม้ ($\sum c_i, p_i$)	11 - 275	112 - 275	210.38	38.36	113 (70.63)	47 (29.37)	-
4) ความตั้งใจในการมีพฤติกรรม (I)	1 - 5	1 - 5	4.33	0.78	156 (97.50)	2 (1.25)	2 (1.25)
5) พฤติกรรมการบริโภคน้ำดื่มและผลไม้ (B)	10 - 50	19 - 45	33.36	5.28	83 (51.88)	71 (44.37)	6 (3.75)

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา

ผลจากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาพบว่า ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับเจตคติ ($r = 0.28, p < 0.01$) ส่วนการรับรู้ความสามารถในการควบคุม และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r = 0.43, p < 0.01$; $r = 0.42, p < 0.01$) และการรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ ($r = 0.20, p < 0.05$; $r = 0.18, p < 0.05$) (ตาราง 4)

นอกจากนี้ยังพบว่า ตัวแปรอิสระทุกตัวมีความสัมพันธ์ต่อกันในระดับต่ำถึงปานกลางแต่ไม่พบความสัมพันธ์ต่อกันในระดับที่สูงกว่า 0.65 ขึ้นไป ($r > 0.65$) (Burns & Grove, 2001) ที่จะทำให้เกิดความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระสูง (Multicollinearity) ดังข้อมูลแสดงในตาราง 4

ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความเป็นอิสระของตัวแปรต้นในการทำนายค่าความแปรปรวนของความตั้งใจในการมีพฤติกรรม และพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ (Multicollinearity Test) พบว่า ตัวแปรต้นทุกตัวเป็นอิสระต่อกัน โดยได้ค่า Tolerance อยู่ระหว่าง 0.59 – 0.81 ซึ่งค่าปกติไม่ควรเข้าใกล้ 0 (Pedhazur, 1997 อ้างตาม เพชรน้อย, 2546) และค่า Variance Inflation Factor (VIF) อยู่ระหว่าง 1.22 – 1.73 ซึ่งค่าปกติไม่ควรมากกว่า 10 (Stevens, 1992; Pedhazur, 1997 อ้างตาม เพชรน้อย, 2546) ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำตัวแปรดังกล่าวทุกตัวเข้าไปวิเคราะห์ในสมการทำนายต่อไป

ตาราง 4

ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจ และพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ของผู้สูงอายุ (N = 160)

ตัวแปร	1	2	3	4	5
1) เจตคติต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ ($\sum b_i e_i$)	1.00				
2) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ ($\sum n_i m_i$)	.50**	1.00			
3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ ($\sum c_i p_i$)	.64**	.62**	1.00		
4) ความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรม (I)	.28**	.07 ^{NS}	.20*	1.00	
5) พฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ (B)	.20*	.42**	.43**	.18*	1.00

* = $p < 0.05$, ** = $p < 0.01$, NS = non-significant

อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression) โดยนำค่าคะแนนของตัวแปรในการทำนายทั้ง 3 คือ เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ของผู้สูงอายุ เข้าในการคำนวณพบว่า มีตัวแปรเพียง 2 ตัวที่สามารถทำนายความแปรปรวนของค่าคะแนนความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ของผู้สูงอายุได้ คือ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุม โดยสามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 22 ($R^2 = 0.22$, $p < 0.01$) โดยที่การรับรู้ความสามารถในการควบคุมเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำและผลไม้ของผู้สูงอายุได้สูงสุด ($\beta = 0.27$, $p < 0.01$) รองลงมาคือการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ($\beta = 0.26$, $p < 0.01$) (ตาราง 5)

ตาราง 5

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ($N = 160$)

ตัวทำนาย	ความตั้งใจในการมีพฤติกรรม (I)				
	B	S.E.	Beta	t	sig
ค่าคงที่	2.08	0.34		6.14	0.00
1) การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ($\sum c_i p_i$)	0.01	0.00	0.27	3.01	0.00
2) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ($\sum n_i m_i$)	0.01	0.00	0.26	2.86	0.00

$R = 0.47, R^2 = 0.22, R^2_{adj} = 0.21, df = 157, p < 0.01$

จากตาราง 5 สามารถเขียนสมการของการวิเคราะห์ถดถอยพหุเชิงเส้นโดยที่กำหนดให้

I หมายถึง ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้

$\sum n_i m_i$ หมายถึง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

$\sum c_i p_i$ หมายถึง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม

สมการของการวิเคราะห์ถดถอยพหุเชิงเส้นในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน สามารถเขียนได้ดังนี้

$$I = 0.27 \sum c_i p_i + 0.26 \sum n_i m_i$$

จากสมการข้างต้นสามารถแปลความหมายได้ว่า เมื่อการรับรู้ความสามารถในการควบคุมเปลี่ยนไปหนึ่งหน่วย ทำให้ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้เปลี่ยนไป 0.27 หน่วย และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงเปลี่ยนไปหนึ่งหน่วยทำให้ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้เปลี่ยนไป 0.26 หน่วย และตัวแปรการรับรู้ความสามารถในการควบคุมมีความสัมพันธ์มากที่สุดและเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้

อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression) โดยนำค่าคะแนนของตัวแปรในการทำนายทั้ง 2 คือ การรับรู้ความสามารถในการควบคุม

คุม ความตั้งใจในการมีพฤติกรรม และพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ เข้าในการคำนวณพบว่า ตัวแปรที่สามารถทำนายความแปรปรวนของค่าคะแนนพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุได้ คือ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมโดยสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 4 ($R^2 = 0.04$, $p < 0.01$) และยังเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุได้สูงสุด ($\beta = 0.20$, $p < 0.01$) (ตาราง 6)

ตาราง 6

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นต้นของการรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ ($N = 160$)

ตัวทำนาย	พฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ (B)				
	B	S.E.	Beta	t	sig
ค่าคงที่	27.62	2.30		12.01	0.00
การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ($\sum c_i p_i$)	0.03	0.01	0.20	2.54	0.01

$R = 0.20$, $R^2 = 0.04$, $R^2_{adj} = 0.03$, $df = 158$, $p < 0.01$

จากตาราง 6 สามารถเขียนสมการของการวิเคราะห์ถดถอยพหุเชิงเส้นโดยที่กำหนดให้

B หมายถึง พฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้

$\sum c_i p_i$ หมายถึง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม

สมการของการวิเคราะห์ถดถอยพหุเชิงเส้นในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน สามารถเขียนได้ดังนี้

$$B = 0.20 \sum c_i p_i$$

จากสมการข้างต้นสามารถแปลความหมายได้ว่า เมื่อการรับรู้ความสามารถในการควบคุมเปลี่ยนแปลงไปหนึ่งหน่วย ทำให้พฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้เปลี่ยนแปลงไป 0.20 หน่วย และตัวแปรการรับรู้ความสามารถในการควบคุมมีความสัมพันธ์เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้

การอภิปรายผล

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยนำมาประกอบการอภิปรายผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่ตั้งไว้ตามลำดับดังนี้

1. เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ
2. ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ
3. อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ
4. อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

โดยจะอภิปรายผลลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเป็นลำดับแรก

ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงมากที่สุด (ร้อยละ 56.90) มีอายุเฉลี่ย 68.80 ปี เป็นผู้สูงอายุตอนต้น (60 – 74 ปี) (ร้อยละ 76.87) ซึ่งเป็นไปตามโครงสร้างอายุ และเพศของประชากรผู้สูงอายุที่พบว่าประมาณร้อยละ 55 – 60 ของประชากรผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 60 – 70 ปี และมีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย (ปราโมทย์ และปัทมา, 2547) มีสถานภาพสมรสสูงที่สุด (ร้อยละ 66.87) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้สูงอายุตอนต้น โอกาสที่จะสูญเสียชีวิตคู่สมรสน้อย สอดคล้องกับภาพรวมของประเทศและโดยเฉพาะผู้สูงอายุในภาคใต้ ที่พบว่ามีสถานภาพสมรสสูงที่สุดร้อยละ 68.80 (บรรลุ, 2542) ส่วนระดับการศึกษากลุ่มตัวอย่างได้รับการศึกษาในระดับประถมศึกษามากที่สุด (ร้อยละ 32.50) เนื่องจากในอดีตระบบการศึกษายังไม่ครอบคลุมประชากรทั้งประเทศและมีการศึกษาภาคบังคับถึงระดับประถมศึกษาปีที่ 4 ตามพระราชบัญญัติการศึกษา พ.ศ. 2478 สอดคล้องกับข้อมูลของประชากรผู้สูงอายุส่วนใหญ่ซึ่งรายงานว่าร้อยละ 61 มีการศึกษาระดับประถมศึกษา (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2543) และสอดคล้องกับลักษณะกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในงานวิจัยที่ผ่านมา (ชนัญญา, 2548; นงเยาว์, 2548; นภาพร, 2548)

ในส่วนของการนับถือศาสนาพบว่า กลุ่มตัวอย่างนับถือศาสนาพุทธมากที่สุด (ร้อยละ 90.00) ส่วนของอาชีพพบว่ากลุ่มตัวอย่างไม่ได้ประกอบอาชีพ (ร้อยละ 35.00) โดยมีรายได้เฉลี่ยอยู่ในช่วง 5,000 บาท/เดือน (ร้อยละ 55.0) มีความเพียงพอของรายได้ในการใช้จ่าย (ร้อยละ 65.00) โดยแหล่งที่มาของรายได้ได้มาจากบุตรหลานมากที่สุดร้อยละ 38.75 สอดคล้องกับข้อมูลผู้สูงอายุไทยที่พบว่า แหล่งที่มา

ของรายได้ส่วนมากได้รับมาจากบุตรธิดา หรือญาติ และมีรายได้เพียงพอในการใช้จ่าย (สาธารณสุข, 2540) เช่นเดียวกับการศึกษาที่ผ่านมา (ชนัญญา, 2548; นางเยาว์, 2548; นภาพร, 2548) ที่พบว่าส่วนใหญ่ บุตรหลานให้การช่วยเหลือเกื้อหนุนแก่ผู้สูงอายุ นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ร่วมกับคู่ สมรสมากที่สุด (ร้อยละ 58.75) และรองลงมาอาศัยอยู่ร่วมกับบุตรหลาน (ร้อยละ 36.25) ทั้งนี้อาจเนื่อง มาจากลักษณะของครอบครัวเปลี่ยนแปลงเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงอาศัยอยู่กับคู่ สมรส ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของครอบครัวในปัจจุบันที่มีขนาดเล็กลง (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2543)

เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและ พฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

เจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 51.30) มีเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับสูง ($\bar{X} = 195.28$, $SD = 40.19$) (ตาราง 3) อธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 76.90) เป็นผู้สูงอายุตอนต้น ซึ่งในวัยสูงอายุตอนต้น ยังคงความสามารถในการเรียนรู้ต่างๆ ได้ดี (Elopoulos, 2001) ประกอบกับผู้สูงอายุกลุ่มนี้ (ร้อยละ 32.50) มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา และ (ร้อยละ 26.87) มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยม ศึกษา ซึ่งผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงมีระยะเวลาการศึกษามากจะมีโอกาสได้รับข่าวสารต่างๆ เข้าใจกับสิ่งที่เรียนรู้ได้มากและสะดวก จะช่วยให้มีแนวทางการปฏิบัติตนเกี่ยวกับพฤติ กรรมการบริโภคอาหารให้เหมาะสมได้ (รุจิรา, 2543) นอกจากนี้ความรู้ของผู้สูงอายุยังเกิดจาก ประสบการณ์เดิมที่ถ่ายทอดกันมา ผู้สูงอายุจะมีความรู้ว่าผักพื้นบ้านมีสรรพคุณเป็นยา สมุนไพร ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเขาวภา (2540) ที่พบว่า ผู้สูงอายุจะมีความรู้ว่าผักพื้น บ้านมีสรรพคุณทางยาสมุนไพร และผักจะให้วิตามิน เกลือแร่ รวมถึงกากใยอาหารที่ให้ ประโยชน์ต่อร่างกายในด้านการขับถ่าย และการป้องกันโรค ความรู้ที่บุคคลได้รับเมื่อผ่านการคิด วิเคราะห์ และพิจารณาจะทำให้เกิดค่านิยม ความคิดเห็นหรือทัศนคติต่อเรื่องนั้นๆ (เฉลิมพล, 2543) อย่างไรก็ตามการที่บุคคลจะมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ที่ถูกต้องนั้น ขึ้นอยู่กับ ความเชื่อของบุคคลที่เชื่อว่าเมื่อปฏิบัติแล้วจะเกิดผลดีต่อตนเอง ดังนั้นความเชื่อจึงเป็นความรู้สึกรู้สึก คิด ความเข้าใจของบุคคลเกี่ยวกับพฤติกรรม ซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจกระทำพฤติกรรมของบุคคล (สมพันธ์, 2540) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของธัญพร (2544) ที่พบว่าผู้สูงอายุมีความเชื่อว่าการ บริโภคผักและผลไม้ทำให้ได้รับวิตามิน เกลือแร่ ผิวพรรณแจ่มใส บำรุงสายตา ทั้งยังมีเส้นใยอาหาร ที่เป็นกากช่วยในการขับถ่าย ประกอบกับการศึกษาในครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุมีความเชื่อและการ ประเมินผลความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคผักและผลไม้ว่าเมื่อบริโภคผักและผลไม้แล้วทำให้ขับถ่ายดี

และมีสุขภาพดีอยู่ในระดับสูง (ภาคผนวก ก ตาราง 7) จากเหตุผลดังกล่าวจึงส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในระดับสูง

การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 66.30) ระบุว่ากลุ่มอ้างอิงมีความคาดหวังให้ตนมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 94.29$, $SD = 17.30$) (ตาราง 3) อธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 58.80) อาศัยอยู่กับคู่สมรสเป็นส่วนใหญ่ และ (ร้อยละ 36.25) อาศัยอยู่กับบุตร หลาน ซึ่งในสังคมไทยครอบครัวมีลักษณะเป็นระบบเครือญาติ สมาชิกในครอบครัวมีความใกล้ชิดสนิทสนมให้ความสำคัญกับญาติพี่น้องและผู้ใกล้ชิด การได้รับคำแนะนำหรือสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว และผู้ใกล้ชิดจึงมีอิทธิพลต่อการกระทำพฤติกรรมอย่างมากทั้งในทางที่ดีและไม่ดี (กัลยาณี, 2541) โดยเฉพาะคู่สมรสซึ่งเป็นแหล่งสนับสนุนที่ดีของกลุ่มตัวอย่างที่ช่วยเสริมแรงเพิ่มแรงจูงใจ และให้การสนับสนุนในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ที่ดี ซึ่งอิทธิพลระหว่างบุคคลผู้ใกล้ชิดจะเป็นในลักษณะของบรรทัดฐาน ความคาดหวังของบุคคล และการสนับสนุนทางสังคม (Pender, 1996) สอดคล้องกับการศึกษาของรุ่งทิพย์ (2542) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีคู่สมรสจะได้รับการสนับสนุนในเรื่องของข้อมูลข่าวสาร ดังนั้นผู้สูงอายุที่มีคู่สมรสจึงมีโอกาสรับรู้ว่าคุณสมรสมีความคาดหวัง และสนับสนุนให้เขามีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการบริโภคผักและผลไม้ได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีคู่สมรส นอกจากนี้จากการศึกษาในครั้งนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุมีความเชื่อเกี่ยวกับความคาดหวัง และมีแรงจูงใจที่จะปฏิบัติตามความคาดหวังของบุคลากรทางด้านสาธารณสุข (แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่อนามัย) อยู่ในระดับสูง (ภาคผนวก ก ตาราง 8) อาจเนื่องมาจากบุคลากรทางด้านสาธารณสุขเป็นกลุ่มที่มีลักษณะการปฏิบัติงานที่ใกล้ชิดกับกลุ่มตัวอย่าง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความไว้วางใจและเชื่อถือในคำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภคผักและผลไม้ที่ถูกต้องเหมาะสมกับผู้สูงอายุ (บุญศรี และศิริพร, 2538) ร่วมกับลักษณะความเป็นเจ้านายของบุคลากรทางด้านสาธารณสุข เป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเชื่อและการปฏิบัติตามคำแนะนำของกลุ่มตัวอย่าง (ประภาเพ็ญ และสวิง, 2536) จากเหตุผลดังกล่าวจึงส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในระดับสูง

การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 70.60) มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 210.38$, $SD = 38.36$) (ตาราง 3) อธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 76.90) เป็นผู้สูงอายุตอนต้น ซึ่งในวัยสูงอายุตอนต้นยังคงมีการรับรู้ความสามารถของตนต่อการกระทำพฤติกรรมได้ดี (Wold, 1993) และเมื่อบุคคลมีการรับรู้ว่าคุณเองสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมที่กำหนดได้ดีนั้น บุคคลนั้นมีแนวโน้มจะใช้ความพยายาม

ในการกระทำพฤติกรรมให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ หากบุคคลประเมินว่าพฤติกรรมนั้นไม่ยากเกินไป และบุคคลมีความสามารถ มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นเพียงพอจะส่งผลให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นในระดับสูง (Bandura, 1997) สอดคล้องกับการศึกษาของนันทิยา (2540) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ความสามารถในตนเองสูงสามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการบริโภคผักและผลไม้ได้ในระดับดี รวมทั้งถ้าพฤติกรรมนั้นเป็นสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างเคยปฏิบัติและประสบผลสำเร็จมาก่อน (Bandura, 1997) ทั้งนี้ในการบริโภคผักและผลไม้ที่มีกากใยเป็นสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างอาจปฏิบัติอยู่แล้วในชีวิตประจำวัน ดังเช่นการศึกษาของนันทิยา (2540), บุญชู (2545) และศิริมา (2542) ที่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะรับประทานอาหารจำพวกผักและผลไม้เกือบทุกวัน ประกอบกับการศึกษาในครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ปัจจัยที่สนับสนุนการบริโภคผักและผลไม้ คือ ฤดูกาลที่มีผักและผลไม้อุดมสมบูรณ์ ความชอบผักและผลไม้ ความสดใหม่ของผักและผลไม้ การรับรู้คุณค่าประโยชน์ของการบริโภคผักและผลไม้ และความต้องการมีสุขภาพดีอยู่ในระดับสูง (ภาคผนวก ก ตาราง 9) จึงส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ในระดับสูง

ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 97.50) มีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ในระดับสูง ($\bar{X} = 4.33$, $SD = 0.78$) (ตาราง 3) อธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 32.50) มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา และ (ร้อยละ 26.87) มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งผู้ที่มีการศึกษาย่อมมีโอกาสแสวงหาความรู้ รับรู้ข่าวสารต่างๆ ที่ทำให้ตนเองมีสุขภาพดีได้ (เกษมและกุลยา, 2528) ประกอบกับผู้สูงอายุกลุ่มนี้ (ร้อยละ 76.90) ยังเป็นผู้สูงอายุตอนต้น ซึ่งในวัยสูงอายุตอนต้นยังคงความสามารถในการเรียนรู้ต่างๆ ได้ดี (Elopoulos, 2001) การที่ผู้สูงอายุมีความรู้ว่าผักพื้นบ้านมีสรรพคุณทางยาสมุนไพร และผักจะให้วิตามิน แร่ธาตุ รวมถึงกากใยอาหารที่ให้ประโยชน์ต่อร่างกายในด้านการขับถ่าย และการป้องกันโรค (เขาวภา, 2540) ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของบุญชู (2545) ที่ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีว่า ผักผักและผลไม้เป็นแหล่งอาหารที่ให้สารอาหารวิตามิน แร่ธาตุ และสารอาหารอื่นๆ ที่มีความสำคัญและจำเป็นต่อร่างกาย การได้รับความรู้ ข้อมูล ข่าวสารที่เป็นประโยชน์จากบุคลากรทางด้านสาธารณสุข ตลอดจนสื่อโฆษณา และสื่อมวลชนในรูปแบบต่างๆ (นิตยา, 2547) ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความไว้วางใจและเชื่อถือในคำแนะนำเกี่ยวกับการบริโภคผักและผลไม้ที่ถูกต้องเหมาะสมกับผู้สูงอายุ (บุญศรี และศิริพร, 2538) ซึ่งการได้รับความรู้ ข้อมูล ข่าวสารต่างๆ เกี่ยวกับการบริโภคผักและผลไม้ที่ถูกต้องเหมาะสม ทำให้ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นในทางที่ดีต่อการบริโภคผักและผลไม้จึงส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้เพื่อให้ตนเองมีสุขภาพที่ดี

จากเหตุผลดังกล่าวทำให้กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับสูง

พฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 51.90) มีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับสูง ($\bar{X} = 33.36$, $SD = 5.28$) (ตาราง 3) อธิบายได้ว่าการศึกษานี้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดอาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมือง ซึ่งผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองจะมีการเดินทางเข้าถึงแหล่งอาหารได้ดี มีโอกาสเลือกอาหารได้หลายชนิด (Jelliffe & Jelliffe, 1989) ประกอบกับลักษณะเด่นในเรื่องอาหารของประชาชนในภาคใต้ที่แตกต่างจากภาคอื่นๆ ที่เด่นชัด คือ นิยมรับประทานผักเหนาะ (ผักจิ้ม ผักแก้ม) มีทั้งผักดิบและผักสุก จัดเป็นอาหารที่จำเป็นที่ ต้องมีอยู่คู่กับสำหรับไม่ว่าจะเป็นชาวหรือชนมจีน ส่วนผลไม้มักรับประทานผลไม้ตามฤดูกาล (ทุเรียน เงาะ ฝรั่ง มังคุด มะม่วงหิมพานต์ ลูกหิ ข่าป่าคะ) (อารยา, 2542) นอกจากนี้จากการศึกษาส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุจะมีปัญหาในการเคี้ยวและย่อยอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ และผลไม้ที่มีลักษณะเหนียว แข็ง เคี้ยวยาก สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา (วรรณิ, 2534; อำไพ, ยูยงค์ และวันทนิย์, 2535) ทำให้ผู้สูงอายุต้องรับประทานผักและผลไม้ที่มีลักษณะอ่อนนุ่ม ผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาของ นันทิยา (2540), บุญชูบ (2545) และศิริมา (2542) ที่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบรับประทานอาหารจำพวกผักและผลไม้มากกว่าอาหารในหมวดอื่นๆ ประกอบกับการศึกษาในครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่รับประทานผักและผลไม้แช่อิ่ม ผลไม้ดอง ผลไม้กวน อยู่ในระดับสูง (ตาราง 4 ภาคผนวก ก) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุของชลอศรี และชรินทร์ (2536) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุไม่รับประทานผลไม้แช่อิ่ม ผลไม้ดอง และผลไม้กวน แต่จะรับประทานผักชนิดสีเขียว (คะน้า กระถิน ตำลึง ผักบุ้ง ผักเขียว แดง กวา ผักกาด ถั่วฝักยาว ถั่วอก ต้อนหอม ผักชี) และผลไม้รสไม่หวานจัด (ส้มเขียวหวาน ชมพู ส้มโอ มะละกอ กล้วยน้ำว้า) อยู่ในระดับสูง (ภาคผนวก ก ตาราง 10) จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับสูง

ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($r = 0.18$, $p < 0.05$) แสดงว่า เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมในระดับต่ำ จะทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับต่ำเช่นกัน อธิบายได้ว่า บุคคลจะกระทำพฤติกรรมที่สนใจ โดยมีการวางแผนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ และพิจารณาผลที่คิดว่าจะเกิดจากการกระทำก่อนที่จะตัด

สิ้นใจกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรม พฤติกรรมที่บุคคลกระทำสำเร็จเกิดจากความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรม ดังนั้นความตั้งใจที่จะกระทำจึงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม (Ajzen, 1991)

อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าตัวแปรทั้งสองจะมีความสัมพันธ์กันแต่เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำ อาจเนื่องมาจากความตั้งใจในการมีพฤติกรรม ไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ มากพอ เนื่องจากมีปัจจัยอื่น เช่น ลักษณะประชากร (เพศ อายุ ลักษณะการอยู่อาศัย ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม การเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ) (Sara et al., 2004) ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมากกว่า และการบริโภคผักและผลไม้ที่มีกากใยเป็นสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติอยู่แล้วในชีวิตประจำวัน ดังเช่นการศึกษาของนันท์ทิยา (2540), บุญชูบ (2545) และศิริมา (2542) ที่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะรับประทานอาหารจำพวกผักและผลไม้เกือบทุกวัน ประกอบกับเครื่องมือที่ใช้วัดความตั้งใจในการมีพฤติกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองอาจจะยังไม่ครอบคลุม และอาจจะไม่เหมาะสมกับสถานการณ์จริงในปัจจุบันของผู้สูงอายุกลุ่มนี้ จึงส่งผลให้ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในระดับต่ำ

ซึ่งจากการศึกษาในครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย และสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา ซึ่งศึกษาในพฤติกรรมที่แตกต่างกัน เช่นการศึกษาของไลต์แมน และคณะ (Lieman et al., 1990) พบว่า ความตั้งใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรีสูงอายุในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.25$) เช่นเดียวกับการศึกษาพฤติกรรมการป้องกันการติดเชื้อแบบครอบจักรวาลในคลินิกทันตกรรมของนักศึกษาทันตภิบาลปี 2 ของจิระนันท์ (2540) ที่พบว่า เจตนาของนักศึกษาที่จะใช้ปากคีบสวมปลอกเข็มทุกครั้งหลังฉีดยาชา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการใช้คีบสวมปลอกเข็มทุกครั้งหลังฉีดยาชาของนักศึกษาในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.29$) และเจตนาของนักศึกษาที่จะทำความสะอาดด้ามกรอฟันอย่างถูกวิธีทุกครั้งก่อนเปลี่ยนผู้ป่วย มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมทำความสะอาดด้ามกรอฟันอย่างถูกวิธีทุกครั้งก่อนเปลี่ยนผู้ป่วยได้ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.27$) นอกจากนี้ยังแตกต่างกับผลการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในผู้สูงอายุของซารา และคณะ (Sara et al., 2004) ที่พบว่า ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในผู้สูงอายุในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.39$) เช่นเดียวกับการศึกษาของคยองวอน และคณะ (Kyungwon et al., 2003) ที่พบว่า ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนย ในผู้สูงอายุในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.55, p < 0.01$) และการศึกษาของวินเกลสไตน์ และเฟลด์แมน (Winkelstein & Feldman, 1993) พบว่า ความตั้งใจในการมีพฤติกรรม

มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมบริโภคนมหวานในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.57$)

อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษานี้พบว่า มีตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ 2 ตัวแปร คือการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุม โดยสามารถร่วมกันทำนายได้ร้อยละ 22 ($R^2 = 0.22$, $p < 0.01$) โดยที่การรับรู้ความสามารถในการควบคุมสามารถทำนายได้สูงสุด ($\beta = 0.27$, $p < 0.01$) รองลงมาคือ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ($\beta = 0.26$, $p < 0.01$) แสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมีแนวโน้มที่จะตั้งใจกระทำพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ เนื่องจากถ้าบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนที่จะกระทำพฤติกรรม และมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงจะส่งผลให้เกิดความพยายามที่จะกระทำพฤติกรรม ให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ สอดคล้องกับแนวคิดของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเองให้กระทำพฤติกรรม และมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง บุคคลนั้นก็จะมีความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุตอนต้นซึ่งยังคงมีการรับรู้ความสามารถของตนต่อการกระทำพฤติกรรมได้ดี (Wlod, 1993) ประกอบกับในการศึกษาในครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงอยู่ในระดับสูง (ตาราง 3) จึงส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้การรับรู้ความสามารถในการควบคุมและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงสามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ได้

จากการศึกษานี้จะเห็นได้ว่าการรับรู้ความสามารถในการควบคุมเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ได้มากที่สุด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานเท่ากับ 0.27 ในขณะที่การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานเท่ากับ 0.26 ทั้งนี้เนื่องจากการรับรู้ความสามารถในการควบคุมเป็นปัจจัยควบคุม ซึ่งเป็นการรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเองเพื่อให้เกิดความตั้งใจในการมีพฤติกรรม อีกทั้งการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมยังเป็นสิ่งจูงใจและมีผลโดยตรงต่อความตั้งใจได้อย่างอิสระ (Ajzen, 1991) และประกอบกับจากผลการศึกษาในครั้งนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเองอยู่ในระดับสูง (ตาราง 3) และมีค่าความสัมพันธ์สูงกว่าการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

(ตาราง 4) จึงส่งผลให้ตัวแปรด้านการรับรู้ความสามารถในการควบคุมมีอำนาจในการทำนายได้สูงกว่าการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

ส่วนเจตคติที่ศึกษาในครั้งนี้ถึงแม้จะมีระดับคะแนนเฉลี่ยสูง (ตาราง 3) แต่ไม่สามารถทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างได้ และการที่เจตคติไม่มีอำนาจในการทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมได้นั้น อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างรับรู้และมีความเชื่อว่าพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ นอกจากจะมีประโยชน์แล้วยังเกิดผลเสียที่จะตามมาจากการบริโภคผักและผลไม้ เช่น ผักและผลไม้ที่มีนอกฤดูกาลและไม่ได้ปลูกไว้เองว่าส่วนใหญ่จะมีสารพิษปลอมปน เมื่อบริโภคผักและผลไม้แล้วจะทำให้ร่างกายได้รับสารพิษ

ซึ่งผลในการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของโบเจอร์ และคณะ (Bogers et al., 2004) ที่ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในเด็กอายุ 7 – 10 ปี และมารดา พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมสามารถทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ได้ร้อยละ 45, 39 ($R^2 = 0.45$, $R^2 = 0.39$, $p < 0.05$) ทั้งนี้เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างอยู่ในวัยเด็กและวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้ และพัฒนาความคิด ทำให้มีความคิดเป็นของตนเองและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองสูง (Bogers et al., 2004) ประกอบกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้เป็นพฤติกรรมที่สามารถควบคุมให้เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง และนอกจากนี้การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมยังมีผลโดยตรงต่อความตั้งใจได้อย่างอิสระ ดังนั้นการรับรู้ความสามารถในการควบคุมจึงสามารถทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในเด็กอายุ 7 – 10 ปี และมารดาได้

การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของคยองวอน และคณะ (Kyungwon et al., 2003) ที่ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนยในผู้สูงอายุ พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมสามารถทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมได้ร้อยละ 42 ($R^2 = 0.42$, $p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างรับรู้ปัจจัยสนับสนุนการกระทำพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนยว่าสามารถป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุนได้ทั้งในผู้หญิงและผู้ชาย (Kyungwon et al., 2003 cited by Melton, 1997) เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถของตนที่จะกระทำพฤติกรรมจะส่งผลให้เกิดความพยายามที่จะกระทำพฤติกรรมให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ ดังนั้นพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนยในผู้สูงอายุจึงเป็นพฤติกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถควบคุมให้เกิดขึ้นได้ตามความตั้งใจของตนเอง

อย่างไรก็ตามการศึกษานี้แตกต่างจากผลการศึกษาของซารา และคณะ (Sara et al., 2004) ที่ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในผู้สูงอายุ พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมและเจตคติสามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรมได้ร้อยละ 40 ($R^2 = 0.40$, $p < 0.01$)

ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่เพียงลำพัง และต้องพึ่งพาตนเองเป็นส่วนใหญ่ ทำให้ผู้สูงอายุมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองสูง ประกอบกับการเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุซึ่งได้รับความรู้และข่าวสารที่เป็นประโยชน์อย่างสม่ำเสมอ ส่งผลให้ผู้สูงอายุเชื่อว่าการบริโภคผักและผลไม้เป็นสิ่งที่ดี (Sara et al., 2004 cited by de Castro, 1989) ดังนั้นเมื่อผู้สูงอายุ มีความเชื่อว่าการบริโภคผักและผลไม้ให้ผลในทางบวกพร้อมกับมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองสูงจึงทำให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้

อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาค้นพบว่า มีตัวแปรทำนายที่สามารถทำนายพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ 1 ตัวแปร คือ การรับรู้ความสามารถในการควบคุม โดยสามารถทำนายพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ได้ร้อยละ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($R^2 = 0.04$, $p < 0.01$) แสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ สอดคล้องกับแนวคิดของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่กล่าวว่าถ้าบุคคลมีการรับรู้ว่าตนเองสามารถควบคุมการกระทำพฤติกรรมนั้นได้ ภายใต้ปัจจัยสนับสนุนต่อการกระทำพฤติกรรมนั้น และสามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมได้ บุคคลนั้นก็จะสามารถควบคุมตนเองให้กระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ และยังคงสอดคล้องกับแนวคิดของเพนเดอร์ และคณะ (Pender et al., 2002) ที่กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของตนมีผลโดยตรงต่อการกระทำพฤติกรรมของบุคคล จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้การรับรู้ความสามารถในการควบคุมสามารถทำนายพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ได้

ส่วนความตั้งใจในการมีพฤติกรรมที่ศึกษาในครั้งนี้ถึงแม้จะมีระดับคะแนนเฉลี่ยสูง (ตาราง 3) แต่ก็ไม่สามารถทำนายพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ของกลุ่มตัวอย่างได้ อาจเนื่องมาจากพฤติกรรมบริโภคผักและผลไม้ที่มีกากใยเป็นสิ่งทีกลุ่มตัวอย่างปฏิบัติเป็นประจำอยู่แล้วในชีวิตประจำวัน ดังเช่นการศึกษาของนันทยา (2540), บุญชูบ (2545) และศิริมา (2542) ที่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะรับประทานอาหารจำพวกผักและผลไม้เกือบทุกวัน ประกอบกับเครื่องมือที่ใช้วัดความตั้งใจในการมีพฤติกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองอาจจะยังไม่ครอบคลุมและอาจจะไม่เหมาะสมกับสถานการณ์จริงในปัจจุบันของผู้สูงอายุกลุ่มนี้ สอดคล้องกับเกณฑ์การวัดความตั้งใจของบุคคลของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่กล่าวว่าในการวัดความตั้งใจของบุคคลขึ้นอยู่กับปัจจัยเหล่านี้คือ เป้าหมายของการกระทำ เวลาที่ศึกษาพฤติกรรม และสถานการณ์

หรือสิ่งแวดล้อมที่พฤติกรรมที่สนใจศึกษาเกิดขึ้น และระดับความมั่นคงของความตั้งใจ จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมไม่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ได้

ซึ่งผลการศึกษาในครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของโบเจอร์ และคณะ (Bogers et al., 2004) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในเด็กอายุ 7 – 10 ปี และมารดา พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมสามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ได้ร้อยละ 18, 5 ($R^2 = 0.18$, $R^2 = 0.05$, $p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้อยู่ในวัยเด็กและวัยเจริญพันธุ์ซึ่งเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้ และพัฒนาความคิด ทำให้มีความคิดเป็นของตนเองและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองสูง ดังนั้นเมื่อก่อนมีกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ว่าคุณเองสามารถควบคุมการกระทำพฤติกรรมนั้นได้ ภายได้ปัจจัยสนับสนุน (ทำให้ร่างกายได้รับวิตามินและใยอาหาร) ต่อการกระทำพฤติกรรมนั้น และสามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมได้ บุคคลนั้นก็จะสามารถควบคุมตนเองให้กระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ

แต่แตกต่างจากผลการศึกษาของซารา และคณะ (Sara et al., 2004) ที่ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ในผู้สูงอายุ ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุม และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ได้ร้อยละ 18 ($R^2 = 0.18$, $p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้เป็นพฤติกรรมที่ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความตั้งใจเพียงอย่างเดียว แต่ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยสนับสนุนอื่นๆ ด้วย (ความสะดวกสบาย ความชอบ เวลา และความสามารถหาซื้อได้สะดวก) และการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนยในผู้สูงอายุของคยองวอน และคณะ (Kyungwon et al., 2003) ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุม และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนยในผู้สูงอายุได้ร้อยละ 39 ($R^2 = 0.39$, $p < 0.01$) ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้รับรู้ปัจจัยสนับสนุนการกระทำพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนยว่าสามารถป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุนได้ (Kyungwon et al., 2003 cited by Melton, 1997) ดังนั้นเมื่อก่อนมีกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมประกอบมีความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้จะส่งผลให้เกิดการกระทำพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์นมเนย

สรุปได้ว่าการศึกษานี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจในการมีพฤติกรรม และพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้อยู่ในระดับสูง ตัวแปรที่สามารถทำนายความแปรปรวนของค่าคะแนนความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ การคล้อยตามกลุ่ม

อ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุม ตัวแปรที่สามารถทำนายความแปรปรวนของค่าคะแนนพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ การรับรู้ความสามารถในการควบคุม และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำของผู้สูงอายุ จากผลการศึกษาจะเห็นว่าเจตคติไม่มีอำนาจในการทำนายความตั้งใจในการมีพฤติกรรม และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมไม่มีอำนาจในการทำนายพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำอาจเป็นเพราะมีบางปัจจัย คือ ลักษณะประชากร (เพศ อายุ ฐานะทางเศรษฐกิจ การศึกษา ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม) ที่อาจมีผลต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรม และพฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำที่ทฤษฎีนี้ยังไม่สามารถอธิบายได้ ซึ่งเป็นประเด็นที่น่าศึกษาต่อไป