

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

ปัญหาโภชนาการ เป็นปัญหาสำคัญปัญหาหนึ่งของประเทศไทยซึ่งต้องได้รับการแก้ไขอย่างรีบด่วนเพื่อสร้างรากฐานที่มั่นคงในการพัฒนาประเทศ ทั้งนี้ เพราะโภชนาการเป็นพื้นฐานของสุขภาพที่ดีของประชาชน ได้มีการพยายามแก้ปัญหาโภชนาการในปัจจุบันทั้งในระยะสั้นและระยะยาวในรูปแบบต่าง ๆ การให้โภชนศึกษาเพื่อให้ประชาชนมีความรู้ หัดคนคิด และพฤติกรรมทางโภชนาการที่ถูกต้องจึงเป็นงานสำคัญในอันที่จะช่วยแก้ไขและป้องกันปัญหานี้ แต่การให้โภชนศึกษาจะมีผลต่อการแก้ไขและป้องกันปัญหาเพียงใดย่อมขึ้นกับประสิทธิภาพของวิธีการให้โภชนศึกษาด้วยเป็นสำคัญ ดังนั้นผู้วิจัยจึงวางแผนการวิจัยนี้ขึ้น เพื่อที่จะหารูปแบบในการให้โภชนศึกษาที่มีประสิทธิภาพสำหรับมารดาในเขตชนบทของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งเป็นเขตที่กำลังประสบปัญหาโภชนาการเป็นอันดับแรกของประเทศไทย ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้เครื่องบันทึกเสียงเป็นสื่อ เนื่องจาก เป็นสื่อที่มีราคาถูก, จัดทำรายการได้ง่าย, การใช้งานง่ายและสามารถใช้ได้ในเขตที่ไม่มีกระแสไฟฟ้า เพื่อที่จะวัดการเปลี่ยนแปลงความรู้ หัดคนคิด และพฤติกรรมทางโภชนาการหลังจากเปิดเครื่องบันทึกเสียงเกี่ยวกับบทเรียนทางโภชนาการ ๖ บท โดยใช้เวลา ๖ สัปดาห์ใน ๕ หมู่บ้านของอำเภอตระการพืชผล จังหวัดอุบลราชธานี ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์ก่อนและหลังการให้โภชนศึกษาโดยให้หมู่บ้านอีกหมู่บ้านหนึ่งเป็นหมู่บ้านควบคุม หลังจากวิเคราะห์ผลโดยเครื่องคอมพิวเตอร์แล้ว ปรากฏผลดังต่อไปนี้คือ

๑. มารดาที่ได้รับโภชนศึกษาผ่านเครื่องบันทึกเสียงมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ และทัศนคติทางโภชนาการ โดยมีความรู้เพิ่มขึ้นและมีทัศนคติที่ดีขึ้นเกี่ยวกับโภชนาการ แต่บทบาทของเครื่องบันทึกเสียงในระยะเวลาที่ใช้ ๖ อาทิตย์ ไม่สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมด้านโภชนาการของมารดาเหล่านี้

๒. ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมด้านโภชนาการ โดยผ่านเครื่องบันทึกเสียงกับลักษณะของหมู่บ้านพบว่า หมู่บ้านที่มีครัวชุมชนมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้มากกว่าหมู่บ้านที่ไม่มีครัวชุมชน แต่ไม่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และพฤติกรรมด้านโภชนาการ และหมู่บ้านที่สมาชิกมีความกระตือรือร้นต่อกิจกรรมของหมู่บ้านและหมู่บ้านที่สมาชิกไม่มีความกระตือรือร้นต่อกิจกรรมของหมู่บ้าน ไม่มีความแตกต่างกันในด้านความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมด้านโภชนาการ หลังจากได้รับโภชนศึกษาผ่านเครื่องบันทึกเสียง

๓. การให้โภชนศึกษาผ่านเครื่องบันทึกเสียงในหมู่บ้านที่ผู้วิจัยกำหนดวิธีการใช้สื่อกับหมู่บ้านที่ชาวบ้านดำเนินการใช้สื่อเอง ไม่มีความแตกต่างกันในการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมด้านโภชนาการ

๔. ลักษณะการกระจายของข่าวสารด้านโภชนาการ ซึ่งให้ผ่านเครื่องบันทึกเสียง พบว่ามีการถ่ายทอดข่าวสารต่อกันทั้งระหว่างกลุ่ม, ภายในกลุ่ม และภายนอกกลุ่มโดยสมาชิกถ่ายทอดข่าวสารไปยังบุคคลใกล้ชิด เช่น สมาชิกในครอบครัวและเพื่อนบ้านด้วย

๕. หลังจากการฟังบทเรียนทางโภชนาการผ่านเครื่องบันทึกเสียงแล้วเกิดการกระจายข่าวสารขึ้นในกลุ่มมารดาที่ได้รับโภชนศึกษาโดยถ่ายทอดข่าวสารต่อกันทั้งระหว่างกลุ่ม, ภายในกลุ่ม และภายนอกกลุ่ม โดยถ่ายทอดไปยังสมาชิกในครอบครัวและเพื่อนบ้านด้วย และในกลุ่มมารดาที่มีการนำเรื่องที่ได้รับฟังไปพูดคุยปรึกษากันนี้มีการเปลี่ยนแปลงความรู้ และทัศนคติทางโภชนาการมากกว่ามารดาที่ไม่ได้นำเรื่องที่ได้รับมาพูดคุยปรึกษากัน ส่วนด้านพฤติกรรมทางโภชนาการไม่แตกต่างกัน และสำหรับวิธีการจัดกลุ่มและเยี่ยมบ้านนั้นไม่มีความแตกต่างกันทั้งด้านความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมทางโภชนาการ

การวิจัยนี้มุ่งที่จะศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมของมารดาก่อนและหลังการได้รับโภชนศึกษาผ่านเครื่องบันทึกเสียง จากผลการวิจัยจะเห็นว่าโภชนศึกษาที่ให้ผลต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้ และทัศนคติทางโภชนาการอย่างชัดเจน แต่สำหรับพฤติกรรมทางโภชนาการซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดนั้น บทบาทของเครื่องบันทึกเสียงในการให้โภชนศึกษาในระยะเวลา ๖ สัปดาห์ ยังไม่อาจเปลี่ยนแปลงมันได้ ที่เป็นเช่นนี้ผู้วิจัยเห็นว่าการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมจะเกิดขึ้นได้จำเป็นต้องอาศัยระยะเวลาที่นานกว่าระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัยนี้ เพราะพฤติกรรมไม่ใช่สิ่งที่เปลี่ยนแปลง

ได้ง่าย ต้องอาศัยความรู้และแรงจูงใจให้มีทัศนคติทางด้านโภชนาการมากยิ่งขึ้นจนกว่าจะเห็นแนวโน้มนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรม นอกจากนี้ยังจะต้องสร้างสภาวะที่เป็นไปได้ให้เกิดขึ้นทั้งทางด้าน เศรษฐกิจและการกระจายของอาหารไปยังประชากรให้ทั่วถึงมากขึ้นด้วย

ส่วนในด้านวิธีการและลักษณะของหมู่บ้านที่จะนำเครื่องบันทึกเสียงไปใช้นี้จะเห็นได้ว่าเราสามารถนำไปใช้กับหมู่บ้านในทุกลักษณะ โดยอาจจัดเป็นวิธีเยี่ยมบ้านหรือจัดกลุ่มก็ได้ขึ้นอยู่กับการศึกษาที่จะนำไปประยุกต์ใช้ การนำไปใช้อาจต้องการเพียงเจ้าหน้าที่แนะนำสนับสนุนในด้านกำลังใจและติดตามผลเป็นระยะ ไม่จำเป็นที่เจ้าหน้าที่จะต้องจัดการดำเนินงานและติดตามผลตลอดเวลา เจ้าหน้าที่ในชุมชนหรือชาวบ้านที่มีลักษณะเป็นผู้นำ และมีความรับผิดชอบอาจเป็นผู้ดำเนินงานเองได้ภายในหมู่บ้าน สำหรับหมู่บ้านที่จัดให้มีครัวชุมชนมีผลต่อการให้โภชนศึกษาอย่างมาก ทั้งนี้ เพราะเป็นแหล่งที่ชาวบ้านได้เห็นการปฏิบัติและพิสูจน์ให้เห็นจริงถึงความสำคัญของอาหารที่มีต่อสุขภาพ กล่าวได้ว่าครัวชุมชนเป็นแนวทางหนึ่งที่จะทำให้โภชนศึกษาไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมนอกเหนือจากด้านความรู้ และทัศนคติทางโภชนาการ นอกจากนั้นเราควรจะอาศัยสภาพสังคมไทยที่ยังมีความสนิทสนมกันในหมู่เครือญาติและเพื่อนบ้าน เพื่อให้การให้โภชนศึกษาเป็นไปอย่างได้ผลยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นจึงควรนำเอาเทคนิคของกลุ่มและการสื่อสารระหว่างบุคคลมาประกอบเข้ากับการใช้เครื่องมือสื่อสารด้วย

สำหรับลักษณะรายการในฉบับแรกที่ทดลองใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพยายามใช้ทั้งการบรรยาย, สัมภาษณ์, ละครสั้น และเพลง เพื่อให้เกิดความหลากหลาย แต่จากการสังเกตของผู้วิจัยเห็นว่าในการให้โภชนศึกษานี้มารดาให้ความสนใจในด้านเนื้อหาสาระอย่างมาก จนทำให้เพลงที่ผู้วิจัยคาดว่าจะ เป็นสิ่งช่วยผ่อนคลายกลายเป็นสิ่งที่จำเป็นน้อย ผู้วิจัยคิดว่าในการให้โภชนศึกษาสามารถต้องการทั้งเพื่อเนื้อหาสาระมากกว่าการฟังเพื่อการบันเทิง การจัดรายการเนื้อหาสาระให้ไม่น่าเบื่อโดยการใช้นิทานบรรยายบ้าง, สัมภาษณ์บ้าง และละครสั้นบ้าง ส่วนเพลงควรใช้ประกอบแต่พอสมควร น่าจะเป็นวิธีการที่ดีที่สุด

ข้อเสนอแนะ

เพื่อที่จะนำประโยชน์จากการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ในงานอื่น ๆ ต่อไป ผู้วิจัยใคร่ขอเสนอแนะบางประการ ดังนี้

๑. ในด้านการวัดความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมด้านโภชนาการ โดยการใช้แบบสัมภาษณ์นี้จำเป็นที่ผู้วิจัยจะต้องทำการศึกษาในเนื้อหาทางด้านโภชนาการ ปัญหา ความเชื่อ และพฤติกรรมทางโภชนาการของกลุ่มประชากรเป้าหมายอย่างคร่าว ๆ ก่อนที่จะจัดทำแบบสัมภาษณ์ เนื่องจากมีความแตกต่างกันอาจเนื่องมาจากถิ่นที่อยู่ ความเชื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับอาหารตลอดจนฤดูกาล ฯลฯ ซึ่งอาจมีผลต่อภาวะโภชนาการได้

๒. ในด้านการจัดทำรายการสำหรับเครื่องบันทึกเสียง ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการรับฟังของประชากรเป้าหมาย และสภาพชีวิตทั่ว ๆ ไปในแถบนั้นพอสมควรเพื่อให้รายการเข้ากับแบบแผนชีวิตของประชากรอย่างแท้จริง

๓. ในการนำเครื่องบันทึกเสียงไปใช้ควรที่จะประยุกต์ให้เข้ากับวัฒนธรรมและภาษาที่ใช้ควรเป็นภาษาท้องถิ่น การนำไปใช้อาจใช้ได้ในทุกหมู่บ้านทั่ว ๆ ไป ความสำคัญขึ้นอยู่กับผู้นำไปใช้จะศึกษาปัญหาเฉพาะท้องถิ่น แล้วประยุกต์ใช้วิธีการที่เหมาะสมกับสภาพนั้น ๆ นอกจากนี้ผู้นำไปใช้จะต้องมีความสามารถในการจูงใจผู้นำหมู่บ้านให้เห็นถึงความสำคัญของการให้การศึกษา สามารถจัดหาผู้ดำเนินการซึ่งเป็นผู้ที่ชาวบ้าน (ที่ต้องการให้การศึกษา) ยอมรับและบุคคลนั้นจะต้องเป็นผู้ที่รู้ถึงคุณประโยชน์ของการให้การศึกษาและเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบพอสมควร

๔. บทบาทของเครื่องบันทึกเสียงสามารถนำไปใช้กับงานในด้านอื่น ๆ นอกเหนือจากด้านโภชนาการ ซึ่งขึ้นอยู่กับให้นำไปประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงขอบเขตจำกัดของสื่อชนิดนี้ว่าเป็นสื่อทางเสียงเท่านั้น

๕. การให้การศึกษาใด ๆ ที่จะสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการได้ จำเป็นจะต้องอาศัยปัจจัยหลาย ๆ ด้าน นอกเหนือจากการให้การศึกษา ซึ่งจะต้องทำการศึกษาปัญหานั้น ๆ อย่างถ่องแท้และสร้างภาวะที่เอื้อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นด้วย เพราะไม่เช่นนั้นการให้การศึกษาจะเปลี่ยนแปลงได้เพียงความรู้ และทัศนคติเท่านั้น