

สรุปผลการวิจัย การอภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8 วัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และ เปรียบเทียบ ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยจำแนกตาม เพศ และสถานที่ตั้งของโรงเรียน

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยสร้างแบบสอบถาม ซึ่งใช้ เป็น เครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วย ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของนักเรียน ตอนที่ 2 ความเชื่อที่ผิดทางด้าน โภชนาการ กลุ่มตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8 จำนวน 753 คน ซึ่งเป็นนักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล 353 คน แยก เป็นนักเรียนชาย 179 คน นักเรียนหญิง 174 คน และเป็นนักเรียนในโรงเรียนนอกเขต เทศบาล 400 คน แยกเป็นนักเรียนชาย 208 คน นักเรียนหญิง 192 คน ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และได้ นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป เอส ที เอส เอส เอกซ์ (SPSSX) ของสถาบันคอมพิวเตอร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย โดยแจกแจงความถี่หาค่าร้อยละ ค่ามัธยฐาน เลขคณิต ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน และ เปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียน โดยจำแนกตาม เพศและ สถานที่ตั้งของโรงเรียนโดยการทดสอบค่า "ที" (t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

1. สถานภาพทั่วไปของนักเรียน

ตัวอย่างประชากรที่ศึกษาเป็นนักเรียนจากโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8 จำนวน 753 คน เป็น

เพศชาย 386 คน และเพศหญิง 367 คน นักเรียนชายและนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 10-13 ปี นับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่ บิดาประกอบอาชีพรับราชการ เป็นส่วนใหญ่ รองลงมาคือ ค้าขาย มารดาประกอบอาชีพค้าขายเป็นส่วนใหญ่ รองลงมาคือ แม่บ้าน การศึกษาของบิดามารดา ส่วนใหญ่จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 รองลงมาคือ จบมัธยมศึกษาตอนปลาย มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวระหว่าง 2-4 คนเป็นส่วนใหญ่ รองลงมาจำนวนสมาชิกในครอบครัวระหว่าง 5-7 คน

2. ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 77.3 ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 80 ซึ่งถือว่ามีความเชื่อที่ผิดอยู่ในระดับควรปรับปรุง และเมื่อแยกตามประเภทของอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนมีความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารโปรตีน ด้านผักผลไม้ ด้านข้าว แป้ง น้ำตาล ด้านอาหารทั่วไป ด้านการเป็นยาของอาหาร และด้านอาหารหญิงแม่ลูกอ่อนและหญิงมีครรภ์ อยู่ในระดับควรปรับปรุง และเมื่อแยกเป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่ร้อยละ 78.5 และ 76.0 ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 80 ซึ่งถือว่ามีความเชื่อที่ผิดอยู่ในระดับควรปรับปรุง และเมื่อแยกเป็นนักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล และนักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาล พบว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล และนักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาล ส่วนใหญ่ร้อยละ 78.5 และ 76.0 ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 80 ซึ่งถือว่ามีความเชื่อที่ผิด อยู่ในระดับควรปรับปรุง

3. การเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยจำแนกตามเพศ

3.1 นักเรียนชายกับนักเรียนหญิง มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ แยกตามประเภทของอาหาร ได้แก่ อาหารโปรตีน ผักผลไม้ ข้าว แป้ง น้ำตาล อาหารทั่วไป การเป็นยาของอาหาร และอาหารหญิงแม่ลูกอ่อนและหญิงมีครรภ์ โดยส่วนรวมพบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อเปรียบเทียบเป็นรายชื่อแยกตามประเภทของอาหาร นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับข้อความที่แตกต่างกันมีดังนี้

3.2.1 ข้อคำถามที่นักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ
มากกว่านักเรียนชาย ได้แก่

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารโปรตีน

- (1) เด็กกินดินไก่ เวลาเรียนหนังสือจะทำให้ลายมือเหมือน -
ไก่เขี่ย
- (2) เป็นผี กินไขไก่จะทำให้แผลง่าเกลียด ลูกกลม เป็นแผล เป็น
ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับ ข้าว แป้ง น้ำตาล

- (1) นอนกินข้าว ชาติหน้าจะเกิดเป็นงู

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารทั่วไป

- (1) ดื่มน้ำจากแก้วเดียวกับคนอื่นที่เพิ่งใช้ โดยไม่ล้างให้สะอาด
เสียก่อน เป็นการกระทำที่สะดวกและประหยัด เวลา

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการเป็นยาของอาหาร

ขณะมีไข้ห้ามกินน้ำแข็ง

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารถึงแม่ลูกอ่อนและหญิงมีครรภ์

- (1) หญิงแม่ลูกอ่อนระยะเจ็บป่วยควรงดกินอาหารจำพวก เนื้อวัว
เนื้อควาย เพราะจะทำให้หนาวสั่น

3.2.2 ข้อคำถามที่นักเรียนชายมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนหญิง
ได้แก่

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารโปรตีน

- (1) เด็กอายุ 1-6 ขวบ ห้ามกินไข่และเนื้อสัตว์เพราะจะทำให้
เป็นโรคพยาธิ
- (2) กินดาปลาขูดิบ ๆ จะทำให้มีพยาธิ

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารหญิงแม่มลูกอ่อนและหญิงมีครรภ์

- (1) หญิงมีครรภ์ควรกินอาหารและน้ำแต่น้อย ไม่ควรกินกล้วย-
น้ำว่า ขนมหวาน และนม เพราะจะทำให้เด็กอ้วน และ
คลอดยาก
- (2) หญิงมีครรภ์ห้ามกินไขมันจากสัตว์ เพราะจะทำให้เด็กมีกลิ่น-
ตัวแรง

4. การเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษา
ปีที่ 6 โดยจำแนกตามสถานที่ตั้งของโรงเรียน

4.1 นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล กับนักเรียนในโรงเรียนนอกเขต
เทศบาล มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการโดยส่วนรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนนอกเขตเทศบาลมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนใน
โรงเรียนในเขตเทศบาล

4.2 นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาลกับนักเรียนในโรงเรียนนอกเขต
เทศบาล มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการแยกตามประเภทของอาหาร ได้แก่ อาหาร
โปรตีน ผักผลไม้ อาหารข้าว แป้ง น้ำตาล อาหารทั่วไป และอาหารหญิงแม่มลูกอ่อนและหญิง
มีครรภ์ โดยส่วนรวมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียน
ในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล ส่วน
ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการเป็นยาของอาหารโดยส่วนรวมพบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาลกับ
นักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
สำหรับข้อที่แตกต่างกันมีดังนี้

4.2.1 นักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลมีความเชื่อที่ผิดทางด้าน
โภชนาการ แยกตามประเภทของอาหารมากกว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล ได้แก่

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารโปรตีน

- (1) เด็กกินดินไก่ เวลาเขียนหนังสือจะทำให้ลายมือเหมือนไก่เขียน
- (2) กินเนื้อสุนัขดำในฤดูหนาว จะทำให้ร่างกายอบอุ่นและบำรุง
กำลัง

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับผัก ผลไม้

- (1) คนเราไม่จำเป็นต้องกินอาหารที่มีประโยชน์ เพราะสามารถซื้อวิตามินกินเองได้
- (2) ห้ามเด็กกินผลไม้จำพวกละมุด น้อยหน่า ข้าวโหด จะทำให้มีอาการไอ
- (3) เด็กไม่ควรกินมะนาว เพราะจะทำให้กระดูกเปราะ
- (4) กินแดงกว่าทำลายธาตุเสียได้
- (5) คนที่เป็นแผล กินผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวจะทำให้แผลเป็นหนองและหายช้า
- (6) หญิงคลอดบุตรใหม่ กินผักชะอม ตำลึง จะทำให้เวียนศีรษะ ชัก และทำให้ถึงตายได้

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับ ข้าว แป้ง น้ำตาล

- (1) ข้าวแดงหรือข้าวซ้อมมือเป็นอาหารของคนจน เพราะราคาถูกและคุณภาพสู้ข้าวขาวไม่ได้
- (2) ทารกแรกเกิดควรกินข้าวหรือข้าวกับกล้วย เพราะจะทำให้ไม่ร้องกวน
- (3) นอนกินข้าว ซาดิหน้าจะเกิดเป็นงู
- (4) ข้าวเหนียวมีประโยชน์มากกว่าข้าวเจ้า เพราะทำให้อ้วนทน

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารทั่วไป

- (1) การอดอาหารเป็นวิธีลดน้ำหนักตัวที่วิธีหนึ่ง

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารหญิงแม่ลูกอ่อน และหญิงมีครรภ์

- (1) หญิงแม่ลูกอ่อนต้องกินข้าวกับเกลือ ห้ามกินเนื้อสัตว์และผักบางชนิด เช่น ตำลึง พริกเขียว ผักชี เพราะจะทำให้อ่อนเพลีย
- (2) หญิงมีครรภ์ควรกินอาหารและน้ำแต่น้อย ไม่ควรกินกล้วยน้ำว้า ขนมหวาน และนม เพราะจะทำให้เด็กอ้วนและคลอดยาก

- (3) หญิงแม่มดอ่อนกินผักตำลึง ยอดผักทอง จะทำให้ปวดเมื่อย
- (4) หญิงแม่มดอ่อนห้ามกินผักเถาไม้เลื้อย เช่น ตำลึง ผักทอง เพราะจะทำให้มดลูกไม่เข้าอู่
- (5) หญิงแม่มดอ่อนระยะ เจ็บป่วยควรงดกินจำพวกเนื้อวัว เนื้อควาย เพราะจะทำให้หนาวสั่น

4.2.2 นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการแยกตามประเภทของอาหาร มากกว่านักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาล ได้แก่

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการเป็นยาของอาหาร

- (1) กินแกงพริกจะทำให้ตัวเย็น หรือแก้ร้อนในได้
- (2) กินถั่วคัมน์้ำตาล แก้ร้อนในได้
- (3) ดื่มน้ำใบยวบยก แก้โรคช้ำใน

การอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการวิจัยเรื่อง "ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8" ผู้วิจัยอภิปรายเฉพาะประเด็นที่สำคัญต่อไปนี้

1. ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการโดยส่วนรวมอยู่ในระดับควรปรับปรุง ดังจะเห็นได้ว่าโรงเรียนประถมศึกษา ส่วนใหญ่จะอยู่ในโครงการสุขศึกษาสายการศึกษา และยังมีโครงการที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนในโรงเรียนประถมศึกษาอีกเช่น โครงการสุขภาพในโรงเรียน โครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน และโครงการโภชนศึกษาในโรงเรียนพร้อมทั้งกิจกรรมของการสาธารณสุขมูลฐานก็เข้ามาเกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนในโรงเรียนเช่นเดียวกัน แต่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก็ยังมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ อยู่ในระดับควรปรับปรุง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากครูในโรงเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ มีวุฒิต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ดังที่พบในการวิจัยของสันทัก อินทริกานนท์ (2527 : 139-141) ที่พบว่า ครูประถมศึกษาส่วนใหญ่มีวุฒิในระดับ

ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูง หรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 49.37 และมีเพียงร้อยละ 2.03 ที่ทำหน้าที่สอนวิชาสุขศึกษา ซึ่งเคยเข้ารับการอบรมวิธีสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต คิดเป็นร้อยละ 49.54 แต่ไม่เคยเข้ารับการอบรมการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 ถึงร้อยละ 28.78 อีกทั้งโรงเรียนประถมศึกษายังขาดแบบเรียนและสื่อการเรียนการสอน ทั้งนี้อาจจะมีสาเหตุจากการขาดงบประมาณจัดทำ หรือจัดซื้อ ประกอบกับครูผู้สอนขาดความรู้ ความเข้าใจในการจัด จึงทำให้ครูจัดการเรียนการสอนโดยการบรรยายมากกว่าการใช้อุปกรณ์ โดยเฉพาะเนื้อหาในเรื่อง อาหารและโภชนาการนั้น ได้บรรจุอยู่ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต โดยกำหนดให้นักเรียนเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1-6 นั้น ครูผู้สอนส่วนใหญ่มักจะมุ่งแต่สอนในเนื้อหาเพื่อให้ได้ความรู้เพียงอย่างเดียว เพื่อให้จบตามหลักสูตรที่กำหนดไว้ ซึ่งในการสอนนั้นครูควรเน้นในเรื่อง เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหารการกินควบคู่ไปด้วย เพื่อให้ได้ช่วยแก้ความเชื่อที่ผิดที่นักเรียนได้รับมาจากครอบครัว ซึ่งบิดามารดาอาจจะปลูกฝังนิสัยในเรื่องอาหารการกิน หรือมีข้อห้ามบางอย่างเกี่ยวกับอาหาร เช่น ห้ามรับประทานเนื้อสัตว์ ห้ามรับประทานผัก หรือให้รับประทานอาหารดิบ ๆ สุก ๆ จากอิทธิพลของการชักจูงแนะนำ และการปฏิบัติตนของบิดามารดา และสมาชิกในครอบครัว มีผลอย่างมากต่อความเชื่อในเรื่องอาหารและโภชนาการของเด็ก อีกทั้งการศึกษาของบิดามารดา มีความสำคัญต่อความเชื่อทางด้านอาหารของบุตรเช่นกัน จากผลการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า การศึกษาของบิดามารดาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 4 ดังจะเห็นได้ว่าการศึกษาของบิดามารดามีอิทธิพลต่อความเชื่อในเรื่องอาหารการกินของบุตรเช่นเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วิณี ชิดเชิดวงศ์ (2521 : 125) พบว่า บิดามารดามีการศึกษาสูงมากขึ้นเท่าใด บุตรก็จะมีบริโภคนิสัยที่ดีมากขึ้นเท่านั้น อีกทั้งวัฒนธรรมประเพณีทางด้านอาหารของสังคมก็มีผลต่อความเชื่อเกี่ยวกับอาหารได้หลายประการ เช่น การงดอาหารแสลง การงดอาหารปกติทุกชนิดในคนป่วย หรือ หลีกเลี่ยงคลอดบุตรใหม่ ๆ ซึ่งข้อห้ามเหล่านี้มีผลทำให้นักเรียนมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการอยู่มาก ด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการอยู่ในระดับควรปรับปรุง

2. เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการโดยส่วนรวมระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทั้งนี้อาจ เนื่องจากนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีโอกาสได้ศึกษาเล่าเรียน และได้รับความรู้จากสื่อมวลชนไม่แตกต่างกัน จึงทำให้ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่แตกต่างกัน และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนชาย ในข้อที่ว่า "หญิงแม่ลูกอ่อนระยะเจ็บบ่วย ควรดกกินจำพวกเนื้อวัว เนื้อควาย เพราะจะทำให้หนาวสั่น" ทั้งนี้ เนื่องจากนักเรียนหญิงเห็นประโยชน์ของเนื้อ เรื่องเหล่านี้ เพราะ เป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับตนเอง อีกทั้งนักเรียนหญิงมีความใกล้ชิดกับมารดามากกว่านักเรียนชาย จึงได้รับการอบรมเพื่อเตรียมตัวในการจะเป็นแม่บ้าน แต่ในการอบรมของมารดานั้นมักจะมีความเชื่อ และข้อห้ามเกี่ยวกับอาหารการกินในระยะต่าง ๆ และในขณะที่เดียวกันนักเรียนหญิงมักจะเห็นการปฏิบัติตนของมารดาเกี่ยวกับข้อห้ามในอาหารการกินในภาวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น เจ็บบ่วย การตั้งครรภ์ และการคลอด จึงทำให้นักเรียนหญิงมีความเชื่อในเรื่องนี้มากกว่านักเรียนชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วิชัย จุฬาโรจน์มนตรี (2514 : 102-104) ที่พบว่า แม่บ้านส่วนใหญ่มีความเชื่อในเรื่องอาหารแสลงต่าง ๆ เช่น เชื่อว่าควรงดอาหารแสลงต่อหญิงแม่ลูกอ่อนในระยะเจ็บบ่วย ส่วนในข้อที่พบในการวิจัยครั้งนี้อีกข้อหนึ่ง " เป็นที่กินไข่ไก่ จะทำให้แผลน้ำเกลี้ยดลุลลามเป็นแผลเป็น" ทั้งนี้อาจ เนื่องจากนักเรียนหญิงมักจะได้รับการอบรมเลี้ยงดูให้เป็นคนว่านอนสอนง่าย เชื่อฟังและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของผู้ใหญ่และมีอิสระน้อยกว่านักเรียนชาย ประกอบกับนักเรียนชายอาจมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องอาหารและโภชนาการตามหลักวิทยาศาสตร์ เพราะเด็กชายวัยนี้สนใจ เรียนวิทยาศาสตร์มากกว่านักเรียนหญิง (สุพล บุญทรง 2523 : 17) และเนื่องจากลักษณะของวิทยาศาสตร์สอนให้คนเชื่อในสิ่งที่เป็นจริง มองเห็นและพิสูจน์ได้ ไม่หลงงมงาย มีเหตุมีผล และรู้จักแก้ปัญหาโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ จึงอาจทำให้นักเรียนชายมีความเข้าใจตามหลักทางวิทยาศาสตร์ดีกว่านักเรียนหญิง ด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชูเกียรติ มณีธร และพรรณเพ็ญ คานจร ฅออุทยา (2523 : 379) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง มีความเชื่อเกี่ยวกับการปลูกฝีใหม่ ๆ ห้ามกินไข่เบ็ด ไข่ไก่ เพราะจะทำให้แผลน้ำเกลี้ยดลุลมากกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชาย

3. การเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยจำแนกตามสถานที่ตั้งของโรงเรียน

3.1 นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล กับนักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาล มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการโดยส่วนรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล ทั้งนี้เนื่องจากการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนอาหารและโภชนาการของครูในโรงเรียนทั้งสองประเภท ส่วนใหญ่ดำเนินแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ซึ่งกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการจัดทำขึ้น เพื่อให้เป็นแนวทางสำหรับครูในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และในแผนการสอนอาหารและโภชนาการในคู่มือสำหรับครูเพื่อให้ครูได้ปฏิบัติโครงการอาหารและโภชนาการในโรงเรียนประถมศึกษา แต่ในการจัดการเรียนการสอนดังกล่าว อาจจะมีการแตกต่างกันบ้างในรายละเอียดของกิจกรรม ซึ่งโรงเรียนในเขตเทศบาลอาจสามารถจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียนได้มากกว่า ตรงกันข้ามกับโรงเรียนนอกเขตเทศบาลที่อาจจะไม่สามารถจัดการเรียนการสอนให้ได้ทุกอย่าง สาเหตุอาจเนื่องจากการขาดอุปกรณ์ ขาดสถานที่ ขาดเงิน และขาดบุคลากร อีกทั้งโรงเรียนนอกเขตเทศบาลอยู่ห่างไกลจากชุมชนและไม่มีโอกาสเลือกทางการศึกษา เพื่อค้นคว้าหาความรู้จากเอกสารสิ่งพิมพ์ นอกจากนี้ในเขตเทศบาลยังได้รับบริการในเรื่องสื่อมวลชนต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ยังได้มีการเผยแพร่ข่าวสารในเรื่องอาหารและโภชนาการพร้อมทั้งมีหน่วยบริการจัดนิทรรศการ หรือมีโอกาสได้รับเข้าการอบรมพ่อบ้าน แม่บ้าน จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชนเพิ่มมากขึ้น การเผยแพร่ความรู้จากสื่อมวลชนดังกล่าว มีส่วนช่วยให้นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาล ได้ตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องของอาหารและโภชนาการ และช่วยเสริมสร้างทัศนคติที่ดีให้แก่เด็กนักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาลได้ ดังที่ นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2525 : 2527) กล่าวว่า “โทรทัศน์เป็นสื่อมวลชนเข้ามามีอิทธิพลกับทัศนคติของเด็กมากที่สุด” ประกอบกับชุมชนที่นักเรียนอยู่อาศัยก็ตั้งอยู่ในเขตเทศบาล ซึ่งมีความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยี และการสื่อสารมวลชน การรับรู้ข่าวสารความรู้อย่างรวดเร็วและสม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พัทธรา กาญจนารัตน์ (2520 : 157) ที่พบว่า นักเรียนชาย และนักเรียนหญิงในเขตเทศบาลมีทัศนคติทางด้านสุขภาพดีกว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงนอกเขตเทศบาล ทั้งนี้อาจเนื่องจากนักเรียนนอกเขตเทศบาลได้รับวัฒนธรรมทางสังคมมาตั้งแต่เกิด ด้วยการถ่ายทอดจากบิดามารดา ญาติ พี่น้องและบุคคลอื่น ๆ ในลักษณะของขนบธรรมเนียมที่สืบทอดต่อ ๆ กันมาหลายชั่วอายุคน ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารของวัฒนธรรมหนึ่งก็แตกต่างไปจากอีกวัฒนธรรมหนึ่ง จึงทำให้ความเชื่อ

ด้านอาหารการกินของชุมชนในชนบทไม่ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วิชัย จุฬาโรจน์มนตรี (2514 : 83) ที่พบว่า ชาวชนบทมีบริโภคนิสัยที่ผิดหลักโภชนาการ อีกทั้ง การอบรม เลี้ยงดู เศรษฐกิจ ขนาดของครอบครัว สมาชิกในครอบครัว ก็มีผลต่อนิสัยการกิน ในครอบครัว กล่าวคือ ครอบครัวที่มีสมาชิกในครอบครัวมาก ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ย่อมสูงและ คุณภาพอาหารย่อมต่ำลงด้วย (วิณี ชิดเชิดวงศ์ 2521 : 89) จึงทำให้ชุมชนในชนบทมีความ เชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารการกินอยู่มาก ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ประยงค์ ลี้มตระกูล (2520 : 38-39) ที่พบว่า ผู้ที่มีถิ่นที่อยู่อาศัยในชนบทจะมีความเชื่อเกี่ยวกับอาหารมากกว่า ผู้ที่อยู่ในเมือง และชูเกียรติ มณีธร และพรณิเพ็ญ คเนจร ณ ออยุธยา (2523 : บทคัดย่อ) พบว่ากลุ่มตัวอย่างนอกเขตเทศบาล มีความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับอาหารการกินมากกว่ากลุ่มตัวอย่าง ในเขตเทศบาล ด้วยเหตุผลนี้จึงทำให้นักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาลมีความ เชื่อที่ผิด ทางด้านโภชนาการมากกว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล

3.2 นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล กับนักเรียนในโรงเรียนนอกเขต เทศบาล มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการแยกตามประเภทของอาหาร ได้แก่ โปรตีน ผัก ผลไม้ ข้าว แป้ง น้ำตาล และอาหารหญิงแม่อุ้มอ่อนและหญิงมีครรภ์ โดยส่วนรวมพบว่า แตก ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีนักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาล มี ความเชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล ในข้อ "เด็กไม่ควรกินมะนาว เพราะจะทำให้กระดูกเปราะ" ทั้งนี้เนื่องจากวัฒนธรรมเกี่ยวกับอาหารของชาวชนบทภาค เหนือไม่นิยมปรุงอาหารรสจัด เพราะมีความ เชื่อว่าอาหารที่ประกอบด้วยมะนาวจะให้โทษแก่ ร่างกาย ซึ่งความเชื่อนี้คล้ายกับชาวชนบทภาคตะวันออกเฉียงใต้ ดังผลการวิจัยของ ชูเกียรติ มณีธร และพรณิเพ็ญ คเนจร ณ ออยุธยา (2523 : 216) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างนอกเขต เทศบาล มีความเชื่อเกี่ยวกับกินน้ำมะนาวมากทำให้กระดูกเปราะมากกว่ากลุ่มตัวอย่างใน เขตเทศบาล ในข้อ "ข้าวแดงหรือข้าวซ้อมมือ เป็นอาหารของคนจน เพราะราคาถูกและคุณภาพสู้ ข้าวขาวไม่ได้" แสดงว่านักเรียน นอกเขตเทศบาลมีความ เชื่อที่ผิดมากกว่านักเรียน ใน โรงเรียนในเขตเทศบาล ทั้งนี้อาจเนื่องจากสิ่งแวดล้อมของนักเรียนนอกเขตเทศบาล มีความ เคยชินกับการกินข้าวแดงหรือข้าวซ้อมมือ อีกทั้งรายได้ของครอบครัวมีรายได้ต่ำ (ประยงค์ ลี้มตระกูล 2522 : 103) และครอบครัวมักจะหามาให้บริโภค นักเรียนนอกเขตเทศบาลจึงมี ความ เชื่อว่าข้าวขัดสีขาว เป็นอาหารของคนรวย ราคาแพง เพราะครอบครัวไม่สามารถซื้อ มาให้บริโภคได้ นักเรียนนอกเขตเทศบาลจึงมีความ เชื่อที่ผิดว่าข้าวแดงหรือข้าวซ้อมมือ เป็น

อาหารของคนจน เพราะราคาถูกและคุณภาพสู้ข้าวขาวไม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชูเกียรติ มณีธร และพรณเพ็ญ คเนจร ณ อยุธา (2523 : 104) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่าง นอกเขตเทศบาลมีความเชื่อว่า ข้าวแดงหรือข้าวซ้อมมือเป็นอาหารของคนจน เพราะราคาถูก และคุณภาพสู้ข้าวขาวไม่ได้ ส่วนในข้อ "ทารกแรกเกิดควรกินข้าวหรือข้าวกับกล้วย เพราะ จะทำให้ไม่ร้องกวน " แสดงว่านักเรียนนอกเขตเทศบาลมีความเชื่อว่า เมื่อทารกเกิดมาควรให้ กินข้าวหรือข้าวกับกล้วย เพราะจะทำให้ไม่ร้องกวน ทั้งนี้เพราะในสังคมชนบทมักจะเลี้ยงดู บุตรด้วยการให้กินกล้วย หรือกินกล้วยผสมกับข้าวตั้งแต่อายุได้ 1 วัน (ประยงค์ สัมตระกูล 2522 : 75) วิธีดังกล่าวจะช่วยให้บุตรอึด นอนหลับสนิทและไม่ร้องกวน อีกทั้งประเพณี วัฒนธรรมการเลี้ยงดูของชุมชนชนบทจะถูกถ่ายทอดมาเหมือนกัน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักเรียนใน โรงเรียนนอกเขตเทศบาลมีความเชื่อว่า เมื่อทารกเกิดมาควรให้กินข้าวหรือข้าวกับกล้วย เพราะจะทำให้ไม่ร้องกวน มากกว่านักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล

ส่วนข้อที่นักเรียนในเขตเทศบาลมีความเชื่อมากกว่านักเรียนในโรงเรียน นอกเขต เทศบาล ในข้อ "ดื่มน้ำใบบวบก แก้วโรคข้าวใน" แสดงว่านักเรียนในโรงเรียนนอกเขต เทศบาลไม่เชื่อ แต่นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาลเชื่อ ทั้งนี้อาจเนื่องจากอิทธิพลของ สื่อมวลชน ทั้งทางเอกสารสิ่งพิมพ์ วิทยุ และโทรทัศน์ ยังมีการเผยแพร่ข่าวสารเกี่ยวกับการ รักษาตนเอง จึงทำให้นักเรียนในเขตเทศบาล มีความเชื่อว่าการดื่มน้ำใบบวบกแก้วโรค ข้าวใน ซึ่งในใบบวบกนั้นอาจจะมีสารบางอย่างที่ช่วยบำรุงกำลัง แต่ไม่มีส่วนในการแก้ข้าวใน ซึ่งการข้าวในจะต้องใช้อาหารและการพักผ่อน จึงจะหายได้ แต่ด้วยเหตุที่นักเรียนใน เขต เทศบาลได้รับคำบอกเล่าต่อ ๆ กันมาซ้ำแล้วซ้ำเล่าก็จึงเกิดความเชื่อ และเชื่อว่าดื่มน้ำใบ บวบก แก้วโรคข้าวในได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชูเกียรติ มณีธร และพรณเพ็ญ คเนจร ณ อยุธา (2523 : 120) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างในเขตเทศบาลมีความเชื่อ เกี่ยว กับกินใบบวบกแก้ข้าวในมากกว่ากลุ่มตัวอย่างนอกเขตเทศบาล

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่อง ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8 ผู้วิจัยขอ เสนอแนะดังต่อไปนี้

1. จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความ เชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการอยู่ในระดับควรปรับปรุง ในเรื่องต่อไปนี ประเภทและประโยชน์ของสารอาหาร, สารอาหารที่มีอยู่ในอาหารชนิดต่าง ๆ, ประเภทและปริมาณของอาหารที่ร่างกายต้องการ, อันตรายที่เกิดจากการขาดสารอาหาร, อาหารสำหรับคนปกติและคนเจ็บ, อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงควรสอน นั้นให้นักเรียนมีความ เชื่อที่ถูกต้องมากยิ่งขึ้นในเรื่องดังกล่าว และควรสอนความ เชื่อเกี่ยวกับอาหารของท้องถิ่นสอดแทรกไปใน เนื้อหาดังกล่าวด้วย เพื่อเป็นการแก้ความ เชื่อที่ผิดที่นักเรียนได้รับมาจากครอบครัว อีกทั้งควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงด้วยการปฏิบัติจริง

2. ในการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ในเรื่องอาหารและโภชนาการนั้นนักเรียนในโรงเรียนนอกเขตเทศบาล มีความเชื่อที่ผิดปานกลางแต่ก็ยังอยู่ในระดับควรปรับปรุง ผู้วิจัยเสนอแนะว่า ทางสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ควรจัดหาแบบเรียนคู่มือครู และวัสดุอุปกรณ์ โดยเร่งพัฒนาสื่อการเรียนการสอนเกี่ยวกับเรื่องอาหาร และโภชนาการให้เหมาะสมกับสภาพการเรียนการสอนของแต่ละท้องถิ่น เน้นการสอนด้วยการปฏิบัติจริง เพื่อสร้างเจตคติ ความรู้และทักษะ ซึ่งเป็นขั้นแรกของการให้โภชนาการศึกษาแก่ผู้เรียน นอกจากการสอนในห้องเรียนแล้วการให้ความรู้แก่ผู้ปกครองและชุมชนในชนบทเกี่ยวกับอาหาร และโภชนาการ ย่อมช่วยให้การจัดการเรียนการสอนเรื่องนี้ได้ผลดีมากยิ่งขึ้น

3. เนื่องจากวัฒนธรรมในชนบทของภาคเหนือมีความ เชื่อที่ผิดทางด้านอาหาร และโภชนาการอยู่มาก ดังนั้นศึกษานิเทศก์ ครู ควรถือเป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องให้การศึกษแก่ชาวชนบทด้วย อาจจะทำโดยการทำแจกเอกสาร ออกกระจายเสียง การอบรม และการจัดนิทรรศการ

4. โรงเรียนควรจัดกิจกรรมให้ความรู้ในเรื่องอาหารและโภชนาการแก่ผู้ปกครองนักเรียน โดยอาจทำในรูปขอความร่วมมือจากผู้ปกครองเป็นคณะกรรมการโครงการสุขภาพในโรงเรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องโครงการอาหารกลางวัน, โครงการอาหารเสริม และโครงการโภชนศึกษาในโรงเรียน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยในเรื่องเดียวกันนี้กับโรงเรียน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ทุกเขตการศึกษา และเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ระหว่างภาคต่าง ๆ เพื่อจะได้นำข้อมูลที่ได้มาเปรียบเทียบกันและนำไปใช้ประโยชน์ในการปรับปรุงการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับวัยและสภาพแวดล้อมของนักเรียน และยังเป็นประโยชน์แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงานโภชนาการในโรงเรียน
2. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจมีผลต่อความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ และภาวะโภชนาการ เช่น การอบรม เลี้ยงดู รายได้ของครอบครัว ภูมิสำเนา
3. ควรทำการศึกษาในเรื่องเดียวกันนี้กับโรงเรียน สังกัดอื่น เช่น โรงเรียนเทศบาล โรงเรียนเอกชน และโรงเรียนชาวเขา
4. เพื่อให้การศึกษาวิจัยในเรื่องความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการกว้างขวางขึ้น ควรศึกษากับนักเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ ด้วย เช่น ระดับมัธยมศึกษา ระดับอาชีวศึกษา ระดับอุดมศึกษา ฯลฯ เพราะการวิจัยในเรื่องนี้มีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันของคนทุกวัย เพื่อนำผลที่ได้ไปปรับปรุงหลักสูตรและการเรียนการสอนให้เหมาะสมตามระดับชั้น