

บทที่ 5

บทสรุป

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสำนึกทางค่านอาหารและโภชนาการของแม่ และการเปิดรับสื่อมวลชนของแม่ที่มีอายุ การศึกษา รายได้และอาชีพต่างกัน รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสำนึกและการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ แม่ที่นำบุตรมารับบริการที่แผนกกุมารเวชศาสตร์ของโรงพยาบาลรามาริมดี โรงพยาบาลพญาไท และศูนย์บริการสาธารณสุข 2 เป็นจำนวนทั้งสิ้น 300 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถาม ซึ่งแบบสอบถามนี้ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับความสำนึกทางค่านอาหารและโภชนาการ ซึ่งประกอบไปด้วยส่วนของการสอบถามความรู้ความเข้าใจและทัศนคติทางค่านอาหารและโภชนาการ ส่วนที่ 3 เป็นคำถามเกี่ยวกับการเปิดรับสื่อมวลชน

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติร้อยละ ค่าความแปรปรวนและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่องความสำนึกจากการเปิดรับสื่อมวลชน ทางค่านอาหาร และโภชนาการของแม่ที่นำบุตรมารับบริการจากแผนกกุมาร โรงพยาบาลรามาริมดี โรงพยาบาลพญาไท และศูนย์บริการสาธารณสุข 2 ประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไป
2. ความสำคัญทางค่านอาหารและโภชนาการ
3. การเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการ
4. ความแตกต่างระหว่างตัวแปรอิสระกับความสำคัญทางค่านอาหารและโภชนาการ
5. ความแตกต่างระหว่างตัวแปรอิสระกับการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการ
6. ความสัมพันธ์ระหว่างความสำคัญกับการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการ
7. การทดสอบสมมติฐาน

1. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไป ผลจากการวิจัยสรุปได้ว่า แม่ส่วนใหญ่มีอายุที่จัดอยู่ในระหว่าง 17-25 ปีเป็นจำนวนมากที่สุด การศึกษาอยู่ในระดับต่ำ คือต่ำกว่า ป.4-ป.7 ส่วนรายได้ แม่ที่มีรายได้ต่ำกว่า 2,000 - 4,000 บาท มีจำนวนมากที่สุด อาชีพที่มีจำนวนสูงสุดคือ แม่บ้าน

2. ความสำคัญทางค่านอาหารและโภชนาการ ซึ่งสรุปจาก 2 ส่วน คือ ความรู้ ความเข้าใจ และทัศนคติทางค่านอาหารและโภชนาการ

2.1 ความรู้ ความเข้าใจทางค่านอาหารและโภชนาการ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

2.1.1 ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารทารกและเด็ก แม่ส่วนใหญ่มีความเข้าใจอย่างดียิ่ง ทั้งทางค่านคุณค่าและการให้อาหารทารกอย่างถูกต้อง ดังเช่น แม่ส่วนใหญ่ทราบและเข้าใจว่านมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารกเพราะสะอาด มีภูมิคุ้มกันโรคและมีสารอาหารครบถ้วนตามที่เด็กต้องการ สำหรับการให้อาหารเสริมแก่เด็ก ควรเริ่มให้ทีละน้อย และเพิ่มปริมาณขึ้นเรื่อย ๆ เป็นต้น

2.1.2 ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการของหญิงขณะตั้งครรภ์และหลังคลอด แม่ส่วนใหญ่ทราบว่า ขณะตั้งครรภ์หรือหลังคลอดควรงดอาหารเผ็ด ส่วนอาหารที่หญิงมีครรภ์หรือให้นมบุตรต้องการคือ อาหารจำพวกเนื้อสัตว์ นม ไข่ ถั่ว เมล็ดถั่วต่าง ๆ และจำพวกเนื้อวัว ไข่แดง คบมันช่วยสร้างเม็ดเลือดแดงแก่ร่างกาย

2.1.5 ความรู้ ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ แม่ส่วนใหญ่มีความรู้และความเข้าใจในเรื่องนี้ดี เช่น ทราบว่าการหุงข้าวด้วยวิธีหนึ่งหรือไม่ใช้น้ำ มีประโยชน์คือช่วยรักษาคูณค่าทางอาหารไว้ การรับประทานผงชูรสมากจะเป็นอันตรายต่อทารกและหญิงมีครรภ์มากที่สุด เป็นต้น

## 2.2 ทัศนคติทางด้านอาหารและโภชนาการ

2.2.1 ในด้านทัศนคติในเรื่องอาหารและโภชนาการของหญิงขณะตั้งครรภ์หรือหลังคลอด แม่ส่วนใหญ่มีทัศนคติในทางลบหรือไม่ดีต่อเรื่องนี้ เช่น เห็นว่ายาของเหล้า จำเป็นมากสำหรับหญิงหลังคลอด ขณะตั้งครรภ์หรือหลังคลอดไม่ควรรับประทานอาหารมากกว่าปกติและควรกินข้าวกับแกเลื้อหรือข้าวกับปลาแห้งเท่านั้น

2.2.2 ทัศนคติเรื่องอาหารและเด็ก ทัศนคติในเรื่องนี้ของแม่ส่วนใหญ่เป็นไปในทางบวกหรือไม่แย่งดี เช่น เห็นว่าแม่ทุกคนควรเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อยเป็นเวลา 3 เดือนหลังคลอด กลุ่มโศสไม่ใช่อาหารที่จำเป็นมากสำหรับทารกหรือเด็ก เป็นต้น

2.2.3 ทัศนคติ นิสัยการบริโภคอาหารและความเชื่อต่าง ๆ ในเรื่องของการรับประทานอาหาร ยังอยู่ในระดับกลาง ๆ ไม่แสดงชัดถึงความเห็นท้วงหรือไม่เห็นท้วง

### 3. การเปิดรับสื่อมวลชนทางคานอาหารและโภชนาการ

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า วิทยูเป็นสื่อที่แม่เป็นจำนวนมากเป็นเจ้าของ และส่วนใหญ่แม่ฟังวิทยู ดูโทรทัศน์ และอ่านหนังสือพิมพ์หรืออย่างสม่ำเสมอหรือทุกวัน แต่ไม่เคยอ่านนิตยสารหรือภาพยนตร์เลย ในรายการหรือข่าวสารคานอาหารและโภชนาการ แม่ส่วนใหญ่สนใจและติดตามเป็นเวลานาน ๆ ครั้งเท่านั้น และเป็นจำนวนมากที่ไม่เคยติดตามหรือสนใจจากโทรทัศน์หรือภาพยนตร์เลย รวมทั้งแม่เป็นจำนวนมากไม่เคยนำข่าวสารต่าง ๆ ทางคานอาหารและโภชนาการที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันเลย ไม่เคยพูดคุยหรืออภิปรายเรื่องอาหารและโภชนาการกับคนในบ้านและคนอื่นด้วย

### 4. ความแตกต่างระหว่าง(ตัวแปรอิสระ)กับความสำนึกทางคานอาหารและโภชนาการ

ผลจากการวิจัยสรุปได้ว่า

- 4.1 แม่ที่มีอายุต่างกัน มีความรู้ ความเข้าใจ ทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.2 แม่ที่มีการศึกษาต่างกันมีความรู้ ความเข้าใจ ทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.3 แม่ที่มีรายได้ต่างกัน มีความรู้ ความเข้าใจทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.4 แม่ที่มีอาชีพต่างกันมีความรู้ ความเข้าใจ ทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.5 แม่ที่มีอายุแตกต่างกัน มีทัศนคติทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.6 แม่ที่มีการศึกษาแตกต่างกัน มีทัศนคติทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.7 แม่ที่มีรายได้แตกต่างกัน มีทัศนคติทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน
- 4.8 แม่ที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีทัศนคติทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

ดังกดแล้ว แม่ที่มีอายุ การศึกษา รายได้ และอาชีพต่างก็มีความรู้ ความเข้าใจ และทัศนคติทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกันจึงกล่าวสรุปได้ว่า แม่ที่มีอายุ การศึกษา รายได้ และอาชีพต่างก็มีความสำนึกทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกันด้วย

5. สรุปความแตกต่างระหว่าง(ตัวแปรอิสระ)กับการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหาร และโภชนาการ ผลการวิจัยปรากฏว่า ✓

5.1 แม่ที่มีอายุต่างกัน มีการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

5.2 แม่ที่มีการศึกษาต่างกัน มีการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

5.3 แม่ที่มีรายได้ต่างกัน มีการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

5.4 แม่ที่มีอาชีพต่างกัน มีการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

6. สรุปความสัมพันธ์ระหว่างความสำนึกกับการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหาร และโภชนาการ ผลการวิจัยปรากฏว่า ✓

ความสำนึกของแม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเปิดรับสื่อมวลชนทางค่านอาหารและโภชนาการ ในระดับปานกลาง

7. การทดสอบสมมติฐาน จากการทดสอบสมมติฐานสรุปได้ว่า สมมติฐานทุกข้อ เป็นที่ยอมรับ ( $P < .05$  และ  $r = .62$  ) ซึ่งหมายความว่า

7.1 แม่ที่มีระดับอายุ การศึกษา รายได้และอาชีพต่างกัน มีความสำนึกทางค่านอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

7.2 แม่ที่มีระดับอายุ การศึกษา ร่ำรวยได้และอาชีพต่างกัน มีการเปิดรับ  
สื่อมวลชนทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกัน

7.3 ความสำคัญของแม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการ เปิดรับสื่อมวลชนทาง  
คานอาหารและโภชนาการ

#### ขอเสนอแนะ

จากผลการวิจัยทำให้ผู้วิจัยได้แนวความคิดขึ้นเกี่ยวกับการศึกษาทางคานความสำคัญ  
และการ เปิดรับสื่อมวลชนทางคานอาหารและโภชนาการ ดังนี้คือ

1. เนื่องจากการศึกษาวิจัยในเรื่องความสำคัญทางคานอาหารและโภชนาการ  
ครั้งนี้ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ดังนั้นหากได้มีการศึกษาอีกครั้งในพื้นที่การวิจัยที่กว้าง-  
ขวางกว่าโรงพยาบาลรามธิบดี โรงพยาบาลพญาไท และศูนย์บริการสาธารณสุข 2 จะทำ  
ให้ผลการศึกษาที่ได้มีประโยชน์มากขึ้น

2. ควรจะได้มีการศึกษาในเรื่องเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการในแง่มุม  
ต่าง ๆ อีก นอกเหนือจากความรู้และความเข้าใจ ทักษะคิด หรือความสำคัญแล้ว เช่น การ  
ศึกษาในแง่พฤติกรรม การปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการของแม่บ้าน เรื่องการ  
เลี้ยงและให้อาหารทารกตั้งแต่แรกเกิดของแม่ โดยเฉพาะในแหล่งเสื่อมโทรม หรือในชนบท  
เป็นคน

3. กลุ่มอาชีพ ที่ควรได้รับความสนใจและศึกษาเพื่อทราบความรู้ ความเข้าใจ  
ทักษะคิด หรือความสำคัญ คือ กรรมกร เกษตรกรหรือชาวไร่ ชาวนา ที่ส่วนใหญ่มีการศึกษาคำ  
โดยเฉพาะอาชีพเกษตรกร ประชากรส่วนใหญ่จะอยู่ในชนบทและมีปัญหาทางคานภาวะ  
โภชนาการเป็นอย่างมาก

4. จากผลการวิจัย แม่ส่วนใหญ่ยังมีการเปิดรับสื่อมวลชนทางคานอาหาร และโภชนาการเพียงร้อยละ 41.7 เท่านั้น ซึ่งนับว่าน้อยมาก ดังนั้นหากมีการเผยแพร่ความรู้หรือข่าวสารผ่านสื่อมวลชนควรใช้จัดให้มีการนำเสนอที่น่าสนใจและดึงดูดประชาชนให้มาก

5. จากผลการวิจัย วิถีเป็นสื่อที่แม่มีความเป็นเจ้าของมากที่สุด (ร้อยละ 93.3) ดังนั้น วิถีจึงควรเป็นสื่อที่น่าจะนำมาใช้ประโยชน์ในการเผยแพร่ข่าวสารทางคานอาหารและโภชนาการมากที่สุด

6. จากผลการวิจัยพบว่า แม่ที่มีอายุ การศึกษา รายได้ และอาชีพต่างกัน มีความสำคัญและการเปิดรับสื่อมวลชนทางคานอาหารและโภชนาการแตกต่างกันนั้น ทำให้สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการวางแผนการเผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานทางคานอาหารและโภชนาการได้อย่างเหมาะสมและได้ผลตามเป้าหมายที่วางไว้ จากการสามารถกำหนดกลุ่มเป้าหมายที่มีความแตกต่างกันนั้น ๆ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย