

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาความรู้เรื่องฉลากโภชนาการของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในการศึกษาครั้งนี้ได้ใช้แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบทดสอบสำหรับวัดความรู้เรื่องฉลากโภชนาการซึ่งรวมอยู่ในฉบับเดียวกัน เก็บรวบรวมข้อมูลที่คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาทั้งหมด 208 คน ผลของการศึกษาแบ่งออกเป็นสามส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ประกอบด้วยข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ รายได้ของกลุ่มตัวอย่างต่อเดือน สถานภาพครอบครัว ผู้มีหน้าที่ซื้ออาหาร ความถี่ในการซื้ออาหาร สถานที่ซื้ออาหาร นอกจากนั้นยังมีผลของการปฏิบัติตนในการซื้ออาหารของกลุ่มตัวอย่าง การอ่านรายละเอียดของสินค้า ผลดีของการเปรียบเทียบฉลากโภชนาการสินค้าชนิดเดียวกันแต่ต่างยี่ห้อ ก่อนตัดสินใจซื้อ การอ่านฉลากโภชนาการ การปฏิบัติเมื่อพบว่าสินค้าที่ซื้อหมดอายุ ความน่าเชื่อถือของข้อมูลในฉลากโภชนาการ

ส่วนที่ 2 ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ

ส่วนที่ 3 ความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ และ รายได้

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	59	28.37
หญิง	149	71.63
อายุ		
น้อยกว่า 30 ปี	107	51.44
30 – 39 ปี	52	25.00
40 – 49 ปี	45	21.64
50 ปีขึ้นไป	4	1.92
อาชีพ		
รับราชการ	122	58.65
อาชีพอิสระ	13	6.25
ฝ่ายบริหาร หัวหน้างาน ผู้จัดการ	6	2.89
อื่น ๆ	67	32.21
รายได้		
น้อยกว่า 10,000 บาท	104	50.00
10,000 – 19,999 บาท	88	42.31
20,000 – 29,999 บาท	15	7.21
ตั้งแต่ 30,000 บาทขึ้นไป	1	0.48

จากตาราง 4.1 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุต่ำกว่า 30 ปี อาชีพรับราชการและเป็นกลุ่มที่มีรายได้น้อยกว่า 10,000 บาท

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามสถานภาพ

สถานภาพ	จำนวน	ร้อยละ
โสด	130	62.50
สมรส (จดทะเบียน)	66	31.73
หม้าย	5	2.40
หย่า	4	1.93
อยู่ด้วยกันเฉย ๆ	2	0.96
แยกกันอยู่	1	0.48

จากตาราง 4.2 แสดงให้เห็นว่าในด้านสถานภาพครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่
มีสถานภาพโสด

ตาราง 4.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามผู้ที่ทำหน้าที่ซื้ออาหาร ความถี่ในการซื้ออาหาร และสถานที่ซื้ออาหาร

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ที่มีหน้าที่ซื้ออาหาร		
ตัวท่านเอง	142	68.27
คู่สมรส	22	10.58
บุตรหลาน	2	0.96
แม่บ้าน	8	3.85
อื่น ๆ	34	16.34
ความถี่ในการซื้ออาหาร		
ทุกวัน	150	72.12
วันเว้นวัน	30	14.42
อาทิตย์ละครั้ง	21	10.10
อื่น ๆ	7	10.10
สถานที่ซื้ออาหาร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ตลาดทั่วไป	183	88.00
ซูเปอร์มาร์เก็ต	88	42.30
ร้านขายของชำ	62	29.80
อื่น ๆ	11	5.30

จากตาราง 4.3 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นผู้ซื้ออาหารด้วยตัวเอง ซื้ออาหารทุกวัน และซื้ออาหารที่ตลาดทั่วไป

ตาราง 4.4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามการปฏิบัติในการซื้ออาหาร การอ่านรายละเอียดของสินค้า การอ่านฉลากโภชนาการก่อนซื้อสินค้า ผลดีของการเปรียบเทียบฉลากโภชนาการ

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
การปฏิบัติในการซื้ออาหาร		
อ่านรายละเอียดสินค้าก่อนตัดสินใจซื้อ	177	85.10
ดูราคาสินค้าแล้วซื้อทันที	18	8.65
ดูเฉพาะยี่ห้อสินค้าแล้วซื้อทันที	12	5.77
หยิบสินค้าแล้วไปชำระเงิน	1	0.48
การอ่านรายละเอียดของสินค้า		
อ่านทุกครั้ง	138	66.35
ไม่อ่านเลย	31	14.90
อ่านเป็นบางครั้ง	28	13.46
ไม่ค่อยอ่าน	11	5.29
อ่านฉลากโภชนาการก่อนซื้อสินค้า		
วันหมดอายุ	154	74.04
ส่วนประกอบของสินค้านั้น	33	15.87
วัน เดือน ปี ที่ผลิต	17	8.17
บริษัทผู้ผลิต	4	1.92
ผลดีของการเปรียบเทียบฉลากโภชนาการ		
ได้สินค้าราคาถูก	11	5.28
ทราบความแตกต่างของสารอาหาร	24	11.54
ได้สินค้ามีคุณภาพ	46	22.12
ถูกทุกข้อ	127	61.06

จากตาราง 4.4 แสดงให้เห็นว่า การปฏิบัติตัวในการซื้อสินค้าของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ จะอ่านรายละเอียดของสินค้าก่อนตัดสินใจซื้อและอ่านทุกครั้ง จะอ่านวันหมดอายุเป็นอันดับแรก กลุ่มตัวอย่างมองเห็นถึงประโยชน์ของการเปรียบเทียบฉลากโภชนาการของสินค้าชนิดเดียวกัน ก่อนซื้อสินค้านั้น ซึ่งจะทำให้ได้สินค้ามีคุณภาพได้สินค้าที่มีราคาถูกและทราบถึงความแตกต่างของสารอาหาร

ตาราง 4.5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามการปฏิบัติเมื่อพบว่า
สินค้าที่ซื้อหมดอายุ และความน่าเชื่อถือของข้อมูลในฉลากโภชนาการ

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
การปฏิบัติเมื่อพบว่าสินค้าที่ซื้อหมดอายุ		
คืนสินค้านั้นกับทางร้านทันที	111	53.36
ไม่ซื้อสินค้าที่ร้านนั้นอีกเลย	48	23.08
แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	25	12.02
อื่นๆ	24	11.54
ความน่าเชื่อถือของข้อมูลในฉลากโภชนาการ		
เชื่อถือได้เป็นบางครั้ง	85	40.86
ไม่แน่ใจ	73	35.10
เชื่อถือได้	46	22.12
ไม่น่าเชื่อถือ	4	1.92

จากตาราง 4.5 แสดงให้เห็นว่าเมื่อกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พบว่าสินค้าที่ซื้อหมดอายุจะคืน
สินค้าที่หมดอายุนั้นกับทางร้าน และกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 40.86 เชื่อถือข้อมูลในฉลากโภชนาการ
เป็นบางครั้ง รองลงไปเชื่อถือได้ ร้อยละ 22.12

4.2 เกณฑ์ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ

ตาราง 4.6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามเกณฑ์ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ

ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ		จำนวน	ร้อยละ
ความรู้ในเกณฑ์ต่ำ	(< 45 %)	22	10.57
ความรู้ในเกณฑ์ปานกลาง	(45 %-74 %)	73	35.10
ความรู้ในเกณฑ์สูง	(> 75 %)	113	54.33

จากตาราง 4.6 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีความรู้ในเรื่องฉลากโภชนาการในเกณฑ์สูง ร้อยละ 54.33 ในเกณฑ์ปานกลาง ร้อยละ 35.10 ในเกณฑ์ต่ำ ร้อยละ 10.57

ตาราง 4.7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามเกณฑ์ความรู้เรื่องฉลากโภชนาการและเพศ

เพศ	เกณฑ์ความรู้						รวม	ร้อยละ
	ต่ำ	ร้อยละ	ปานกลาง	ร้อยละ	สูง	ร้อยละ		
ชาย	7	11.89	16	27.12	36	61.02	59	100.00
หญิง	15	10.06	57	38.26	77	51.68	147	100.00

จากตาราง 4.7 แสดงให้เห็นว่า เพศชายมีความรู้เรื่องฉลากโภชนาการในเกณฑ์สูงกว่าเพศหญิง คือคิดเป็นร้อยละ 61.02 ในขณะที่เพศหญิงร้อยละ 51.68 เกณฑ์ความรู้ปานกลางเพศหญิงมากกว่าเพศชาย คือร้อยละ 38.26 และเกณฑ์ความรู้ต่ำเพศชายมีใกล้เคียงกับเพศหญิง คือเพศชายคิดเป็นร้อยละ 11.89 เพศหญิง ร้อยละ 10.06

ตาราง 4.8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามเกณฑ์ความรู้เรื่อง
ฉลาดโภชนาการและอายุ

อายุ	เกณฑ์ความรู้					
	ต่ำ		ปานกลาง		สูง	
	N	%	N	%	N	%
น้อยกว่า 30 ปี	13	59.09	29	39.73	65	57.52
30 ปีขึ้นไป	9	40.91	44	60.27	48	42.48
รวม	22	100.00	73	100.00	113	100.00

Likelihood Ratio = 6.230, df = 2, P = 0.044, $\infty = 0.05$

จากตาราง 4.8 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี มีความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการในเกณฑ์สูงร้อยละ 57.52 ในกลุ่มที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไป มีความรู้ในเกณฑ์ปานกลางร้อยละ 60.27 และกลุ่มที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี มีความรู้ในเกณฑ์ต่ำ ร้อยละ 59.09 เมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างเกณฑ์ความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการกับอายุ โดยใช้วิธีไค-สแควร์ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับเกณฑ์ความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = 0.044$) โดยกลุ่มที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี มีเกณฑ์ความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการสูงกว่ากลุ่มที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไป

ตาราง 4.9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 208 คน จำแนกตามเกณฑ์ความรู้เรื่อง
ฉลาดโภชนาการและสาขาวิชา

สาขาวิชา	เกณฑ์ความรู้						รวม (คน)	ร้อยละ
	ต่ำ		ปานกลาง		สูง			
	N	%	N	%	N	%		
วิชาชีพครู	2	11.11	6	33.33	10	55.56	18	100.00
การบริหารการศึกษา	1	2.33	15	34.88	27	62.79	43	100.00
ประถมศึกษา	1	4.76	8	38.10	12	57.14	21	100.00
การศึกษานอกระบบ	-	-	8	34.7/8	15	65.22	23	100.00
จิตวิทยาการศึกษาและ การแนะแนว	9	28.12	15	46.88	8	25.00	32	100.00
การสอนสังคมศึกษา	1	7.14	7	50.00	6	42.86	14	100.00
การสอนภาษาไทย	2	14.29	4	28.57	8	57.14	14	100.00
การวัดและประเมินผล การศึกษา	-	-	1	10.00	9	90.00	10	100.00
อาชีวศึกษา	-	-	2	28.57	5	71.43	7	100.00
เทคโนโลยีทางการ ศึกษา	3	20.00	2	13.33	10	66.67	15	100.00
วิทยาศาสตร์ศึกษา	3	27.27	5	45.46	3	27.27	11	100.00

Likelihood Ratio = 43.125, df = 20, P = 0.002, $\alpha = 0.05$

จากตาราง 4.9 แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการในระดับเกณฑ์ความรู้ของแต่ละสาขาวิชา ซึ่งมีสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวมีความรู้
อยู่ในเกณฑ์ต่ำร้อยละ 28.12 สาขาวิชาที่มีความรู้ในเกณฑ์ปานกลาง การสอนสังคมศึกษา ร้อยละ
50.00 และสาขาวิชาการวัดและประเมินผลการศึกษา มีความรู้ในเกณฑ์สูง ร้อยละ 90.00 เมื่อหา
ความสัมพันธ์ระหว่างเกณฑ์ความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการกับสาขาวิชาโดยใช้วิธีไค-สแควร์ พบว่า
มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (P = 0.002) โดยสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและ
การแนะแนวมีความรู้เรื่องฉลาดโภชนาการในเกณฑ์ต่ำกว่าสาขาวิชาอื่น

ตาราง 4.10 จำนวนและร้อยละของผลการทดสอบ จำแนกตามรายชื่อ

ข้อที่/คำถาม	จำนวน ที่ตอบถูก	%	จำนวน ที่ตอบผิด	%
1. ประโยชน์ที่ได้จากฉลากโภชนาการเป็นอันดับแรก	109	52.40	99	47.60
2. สิ่งสำคัญที่แสดงในฉลากโภชนาการ	100	48.08	108	52.92
3. ความหมายหนึ่งหน่วยบริโภค	105	50.48	103	49.52
4. ความสำคัญของฉลากโภชนาการ	174	83.65	34	16.35
5. ปริมาณของนมชนิด ก. จำนวน 1 กล่อง	201	96.63	7	3.37
6. พลังงานที่ได้จากนมชนิด ก.	183	87.98	25	12.02
7. พลังงานจากไขมันของนมชนิด ก.	165	79.33	43	20.67
8. พลังงานจากโปรตีนของนมชนิด ก.	190	91.35	18	8.65
9. วิตามินที่มีมากในนมชนิด ก.	184	88.46	24	11.54
10. พลังงานทั้งหมดที่ได้จากนมเปรี้ยวชนิด ก.	110	52.88	98	47.12
11. นมเปรี้ยวที่ให้พลังงานต่ำ	171	82.21	37	17.79
12. นมเปรี้ยวที่ให้พลังงานจากไขมันสูง	148	71.15	60	28.85
13. นมเปรี้ยวที่มีกรดไขมันอิ่มตัวสูง	148	71.15	60	28.85
14. นมเปรี้ยวที่เหมาะสมในการลดน้ำหนัก	140	67.31	68	32.69
15. นมเปรี้ยวที่มีปริมาณแคลเซียมสูง	160	76.92	48	23.08
16. พลังงานที่ได้จากไอศกรีมสำเร็จรูปชนิด ข.	84	40.38	124	59.62
17. ไอศกรีมสำเร็จรูปที่ให้พลังงานจากไขมันน้อย	125	60.10	83	39.90
18. อาหารที่มีไขมันสูง	162	77.88	46	22.12
19. อาหารที่มีวิตามินสูง	161	77.40	47	22.60
20. อาหารที่มีแคลเซียมสูง	137	65.87	71	34.13
21. อาหารที่มีไขมันน้อย	125	60.10	83	39.90
22. พลังงานที่ได้จากไอศกรีมสำเร็จรูปชนิด ก. 2 ของ	155	74.52	53	25.48
23. ความต้องการพลังงานของบุคคลใน 1 วัน	155	74.52	53	25.48
24. ความต้องการคาร์โบไฮเดรตจากอาหารใน 1 วัน	157	75.48	51	24.52
25. ความต้องการแคลเซียมจากอาหารใน 1 วัน	165	79.33	43	20.67

จากตาราง 4.10 แสดงให้เห็นว่า ร้อยละที่ตอบถูกและตอบผิดจำแนกตามรายชื่อของผลการทดสอบจำนวน 25 ข้อ จากตารางในข้อที่ 2 ร้อยละที่ตอบผิดมากกว่า 50% ซึ่งถามว่า ฉลากโภชนาการเป็นการแสดงถึงอะไรที่สำคัญที่สุด มีจำนวนผู้ตอบถูกเพียง 10 ร้อยละ 48.08 แต่มีจำนวนที่ตอบผิด ร้อยละ 51.92 ข้อที่ 16 ถามว่า ไข่ กึ่งสำเร็จรูปชนิด ข. จำนวน 1 ซอง ให้พลังงานทั้งหมดเท่าใด มีจำนวนที่ตอบถูกเพียง ร้อยละ 40.38 ตอบผิด ร้อยละ 59.62

4.3 ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ

ในส่วนของข้อคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับฉลากโภชนาการนั้น กลุ่มตัวอย่างได้ให้ข้อคิดเห็นสรุปได้ดังนี้

1. ควรใช้ภาษาที่เข้าใจได้ง่ายสำหรับบุคคลทั่วไป
2. ควรระบุวัตถุดิบที่เป็น พืช สัตว์ ที่มาจากการตัดแต่งพันธุกรรมหรือไม่
3. ควรมีการตรวจสอบคุณภาพของอาหารทุก ๆ ปี เนื่องจากตรา อย. ที่ให้ไว้ จะได้มาตรฐานเหมือนกับปีที่ได้รับมาหรือไม่
4. ควรมีกฎหมายควบคุมฉลากโภชนาการอย่างเข้มงวด และรณรงค์อย่างจริงจัง
5. ควรใช้ตัวอักษรที่อ่านได้ชัดเจน
6. ควรบอกส่วนประกอบอื่น ๆ ที่เป็นพิษต่อร่างกาย เช่น การใช้วัตถุกันเสีย การใช้สีผสมอาหาร ใช้สีประเภทใด
7. ควรมีการประชาสัมพันธ์หรือมีโฆษณาแนะนำให้ผู้บริโภคเห็นความสำคัญของการบริโภคอาหาร โดยดูปริมาณของสารอาหารแต่ละชนิด