

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษา เรื่อง การรับรู้และการใช้ฉลากโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างที่พักอาศัยในหอพักของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2551 จำนวน 100 คน นำเสนอผลการศึกษาในรูปตารางประกอบคำบรรยาย ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป (ตาราง 4.1 – 4.4)

ส่วนที่ 2 การรับรู้ภาพลักษณ์ภายนอกและการรับรู้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ (ตาราง 4.5 – 4.7)

ส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากโภชนาการ (ตาราง 4.8)

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป (ตาราง 4.1 – 4.4)

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุและค่าใช้จ่ายต่อเดือน

ข้อมูล	ชาย (50 คน)		หญิง (50 คน)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ				
ต่ำกว่า 17 ปี	1	2.00	2	4.00
17-19 ปี	16	32.00	19	38.00
20 – 22 ปี	21	42.00	20	40.00
มากกว่า 22 ปี	12	24.00	9	18.00
ค่าใช้จ่ายต่อเดือน				
ไม่เกิน 3,000 บาท	4	8.00	1	2.00
3,001 - 5,000 บาท	22	44.00	9	18.00
5,001 – 8,000 บาท	15	30.00	13	26.00
8,001 - 10,000 บาท	7	14.00	20	40.00
มากกว่า 10,000 บาท	2	2.00	7	14.00

จากตาราง 4.1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิงอายุอยู่ระหว่าง 20 – 22 ปี ร้อยละ 42.00 และ 40.00 ตามลำดับ

ส่วนค่าใช้จ่ายเพศชาย อยู่ระหว่าง 3,000 - 5,000 บาท ร้อยละ 44.00 และเพศหญิง อยู่ระหว่าง 8,001 - 10,000 บาท ร้อยละ 40.00

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการตรวจสอบสุขภาพ

การตรวจสอบสุขภาพ	ชาย (50 คน)		หญิง (50 คน)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ตรวจ	38	76.00	14	28.00
ตรวจ	12	24.00	36	72.00
ผลการตรวจ				
ปกติ	11	91.67	32	88.89
ไม่ปกติ	1	8.33	4	11.11

จากตาราง 4.2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศชายส่วนใหญ่ไม่ตรวจสุขภาพประจำปี ร้อยละ 76.00 เพศหญิงส่วนใหญ่ตรวจสุขภาพประจำปี ร้อยละ 72.00

ตาราง 4.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามผลิตภัณฑ์อาหาร และสถานที่ ที่ซื้อ

ข้อมูล	ชาย (50 คน)		หญิง (50 คน)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผลิตภัณฑ์อาหารที่ซื้อบ่อย (ตอบได้มากกว่า 1)				
อาหารกึ่งสำเร็จรูป	40	80.00	33	66.00
เครื่องดื่มบรรจุกล่อง	27	54.00	42	84.00
อาหารบรรจุกระป๋อง	18	36.00	35	70.00
อาหารว่าง	24	48.00	22	44.00
สถานที่ซื้อ				
ร้านสะดวกซื้อ	17	34.00	21	42.00
สหกรณ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	16	32.00	17	34.00
ซูเปอร์มาร์เก็ต	15	30.00	12	24.00
ร้านขายของชำ	2	4.00	0	0.00

จากตาราง 4.3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศชายส่วนใหญ่ ซื้อผลิตภัณฑ์อาหารกึ่งสำเร็จรูปบ่อย ร้อยละ 80.00 ส่วนเพศหญิง ซื้อเครื่องดื่มบรรจุกล่อง ร้อยละ 84.00 สำหรับสถานที่ซื้อของกลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิง ซื้อที่ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 34.00 และ 42.00 ตามลำดับ

ตาราง 4.4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามประเภทสื่อที่รับรู้ข้อมูลเรื่องฉลากโภชนาการและบุคคลที่ให้ข้อมูล

ข้อมูล	ชาย (50 คน)		หญิง (50 คน)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ประเภทของสื่อ				
อินเทอร์เน็ต	17	34.00	16	32.00
โทรทัศน์	11	22.00	13	26.00
หนังสือเรียน	9	18.00	11	22.00
เอกสาร/แผ่นพับ	6	12.00	7	14.00
นิตยสาร	4	8.00	2	4.00
หนังสือพิมพ์	3	6.00	1	2.00
บุคคลที่ให้ข้อมูล				
ครู / อาจารย์	20	40.00	18	36.00
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	12	24.00	16	32.00
เพื่อน	12	24.00	9	18.00
มารดา	3	6.00	3	6.00
ญาติ	0	0.00	4	8.00
บิดา	3	6.00	0	0.00

จากตาราง 4.4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิงรับรู้ข้อมูลเรื่องฉลากโภชนาการจากสื่อประเภทอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 34.00 และ 32.00 ตามลำดับ ส่วนบุคคลที่ให้ข้อมูลเรื่องฉลากโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิงได้จากครู อาจารย์ ร้อยละ 40.00 และ 36.00 ตามลำดับ

ส่วนที่ 2 การรับรู้ภาพลักษณ์ภายนอกและการรับรู้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ
(ตาราง 4.5- 4.7)

ตาราง 4.5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการรับรู้ภาพลักษณ์ภายนอกของฉลากโภชนาการ

ภาพลักษณ์ภายนอก	ชาย (50 คน)			หญิง (50 คน)		
	จำนวน	ร้อยละ	ระดับการรับรู้	จำนวน	ร้อยละ	ระดับการรับรู้
1. หนึ่งหน่วยบริโภค	22	44.00	ต่ำ	46	92.00	สูง
2. จำนวนหน่วยบริโภค	30	60.00	ปานกลาง	41	82.00	สูง
3. พลังงานทั้งหมด	41	82.00	สูง	46	92.00	สูง
4. พลังงานจากไขมัน	40	80.00	สูง	46	92.00	สูง
5. น้ำหนัก ปริมาณสุทธิ	43	86.00	สูง	48	96.00	สูง
6. ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน	31	62.00	ปานกลาง	41	82.00	สูง
7. คำแนะนำในการบริโภค	40	80.00	สูง	45	90.00	สูง
8. คำแนะนำในการเก็บรักษา	41	82.00	สูง	45	90.00	สูง
9. วัน เดือน ปี ที่ผลิต	49	98.00	สูง	49	98.00	สูง
10. วัน เดือนปี ที่หมดอายุ	49	98.00	สูง	50	100.00	สูง

จากตาราง 4.5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชายมีการรับรู้ระดับสูงในเรื่อง วัน เดือน ปีที่ผลิต และวัน เดือน ปีที่หมดอายุ ร้อยละ 98.00

ส่วนเพศหญิงมีการรับรู้ระดับสูงทุกเรื่องมีคะแนนเฉลี่ยระหว่างร้อยละ 82.00 – 100.00

ตาราง 4.6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเพศชาย จำแนกตามการรับรู้ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ	รับรู้		ไม่รับรู้		ระดับการรับรู้
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
1. “ข้อมูลโภชนาการ” บนผลิตภัณฑ์อาหารเป็นการแสดงรายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลส่วนประกอบหรือส่วนผสมทุกอย่างที่มีในผลิตภัณฑ์นั้น ๆ	2	4.00	48	96.0	ต่ำ
2. “หนึ่งหน่วยบริโภค” หมายถึง “กินหรือดื่मต่อครั้ง”	3	6.00	47	94.0	ต่ำ
3. จำนวนหน่วยบริโภคต่อขวด ต่อถุง หรือต่อกล่อง หมายถึง จำนวนครั้งที่สามารถดื่ມหรือกินอาหารที่บรรจุในขวดหรือกล่องนั้น	2	4.00	48	96.0	ต่ำ
4. “Thai RDI” หมายถึง ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุ 6 ปีขึ้นไป	13	26.00	37	74.0	ต่ำ
5. ถ้ารับประทานขนมปังยี่ห้อ ก. จำนวน 2 แผ่น ท่านจะได้พลังงานทั้งหมด 120 กิโลแคลอรี	7	14.00	43	86.0	ต่ำ
6. ถ้ารับประทานขนมปังชนิด ข. จำนวน 2 แผ่น ท่านจะได้พลังงานจากไขมัน 30 กิโลแคลอรี	10	20.00	40	80.0	ต่ำ
7. ขนมปังยี่ห้อ ข. มีสารอาหารที่หลากหลยกว่าขนมปังยี่ห้อ ก.	13	26.00	37	74.0	ต่ำ
8. ขนมปังทั้งสองยี่ห้อบรรจุขนมปังทั้งหมด 10 แผ่นต่อหนึ่งถุง	23	46.00	27	54.0	ต่ำ
9. ถ้ารับประทานขนมปังยี่ห้อ ก. ท่านมีความต้องการคาร์โบไฮเดรตจากอาหารอื่นอีกใน 1 วันคิดเป็นร้อยละ 93	17	34.00	33	66.0	ต่ำ
10. ถ้ารับประทานขนมปังยี่ห้อ ข. ต้องการไขมันจากอาหารอื่นอีกใน 1 วันคิดเป็นร้อยละ 95	12	24.00	38	76.0	ต่ำ

จากตาราง 4.6 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศชายมีการรับรู้ระดับต่ำทุกเรื่อง มีคะแนนเฉลี่ยระหว่างร้อยละ 4.00 – 46.00

ตาราง 4.7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง จำแนกตามการรับรู้ข้อมูลบน
ฉลากโภชนาการ

ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ	รับรู้		ไม่รับรู้		ระดับการรับรู้
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
1. “ข้อมูลโภชนาการ” บนผลิตภัณฑ์อาหาร เป็นการแสดงรายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลส่วน ประกอบหรือส่วนผสมทุกอย่างที่มีในผลิตภัณฑ์นั้น ๆ	7	14.00	43	86.0	ต่ำ
2. “หนึ่งหน่วยบริโภค” หมายถึง “กินหรือดื่मต่อครั้ง”	11	22.00	39	78.0	ต่ำ
3. จำนวนหน่วยบริโภคต่อขวด ต่อถุง หรือต่อกล่อง หมายถึง จำนวนครั้งที่สามารถดื่ມหรือกินอาหาร ที่บรรจุในขวดหรือกล่องนั้น	14	28.00	36	72.0	ต่ำ
4. “Thai RDI” หมายถึง ปริมาณสารอาหาร ที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุ 6 ปีขึ้นไป	17	34.00	33	66.0	ต่ำ
5. ถ้ารับประทานขนมปังยี่ห้อ ก. จำนวน 2 แผ่น ท่านจะได้พลังงานทั้งหมด 120 กิโลแคลอรี	14	28.00	36	72.0	ต่ำ
6. ถ้ารับประทานขนมปังชนิด ข. จำนวน 2 แผ่น ท่านจะได้พลังงานจากไขมัน 30 กิโลแคลอรี	12	24.00	38	76.0	ต่ำ
7. ขนมปังยี่ห้อ ข. มีสารอาหารที่หลากหลายกว่า ขนมปังยี่ห้อ ก.	18	36.00	32	64.0	ต่ำ
8. ขนมปังทั้งสองยี่ห้อบรรจุขนมปัง ทั้งหมด 10 แผ่นต่อหนึ่งถุง	18	36.00	32	64.0	ต่ำ
9. ถ้ารับประทานขนมปังยี่ห้อ ก. ท่านมี ความต้องการคาร์โบไฮเดรตจากอาหารอื่น อีกใน 1 วันคิดเป็นร้อยละ 93	23	46.00	27	54.0	ต่ำ
10. ถ้ารับประทานขนมปังยี่ห้อ ข. ต้องการไขมันจากอาหารอื่นอีกใน 1 วัน คิดเป็นร้อยละ 95	26	52.00	24	48.0	ต่ำ

จากตาราง 4.7 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีการรับรู้ระดับต่ำทุกเรื่อง มีคะแนนเฉลี่ย
ระหว่าง ร้อยละ 14.00 – 52.00

ส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

ตาราง 4.8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

ข้อมูลบนฉลากโภชนาการ	ชาย (50 คน)		หญิง (50 คน)	
	ค่าเฉลี่ย	ระดับการปฏิบัติ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการปฏิบัติ
1. อ่านรายละเอียดข้อมูลจากฉลากโภชนาการ เวลาเลือกซื้ออาหารบรรจุสำเร็จ	1.06	ควรปรับปรุง	1.04	ควรปรับปรุง
2. พิจารณาข้อความกล่าวอ้างเรื่อง ไขมันต่ำหรือ แคลเซียมสูง	0.96	ควรปรับปรุง	1.00	ควรปรับปรุง
3. พิจารณาเปรียบเทียบส่วนประกอบของอาหารประเภทเดียวกันจากผู้ผลิตเป็นเกณฑ์ในการเลือกซื้อ	0.96	ควรปรับปรุง	1.02	ควรปรับปรุง
4. สังเกตเครื่องหมายของคณะกรรมการอาหารและยาที่รับรองคุณภาพ	1.12	ควรปรับปรุง	1.04	ควรปรับปรุง
5. พิจารณาการเลือกซื้ออาหารจากบรรจุภัณฑ์ที่สวยงาม	1.00	ควรปรับปรุง	1.02	ควรปรับปรุง
6. พิจารณาข้อมูลเกี่ยวกับสารเจือปน	0.78	ควรปรับปรุง	0.66	ควรปรับปรุง
7. พิจารณาจากราคาของอาหารเป็นอันดับแรก	1.42	ควรปรับปรุง	1.34	ควรปรับปรุง
8. พิจารณาฉลากโภชนาการที่มีตัวอักษรที่อ่านเข้าใจง่ายและชัดเจนในการเลือกซื้อ	1.10	ควรปรับปรุง	1.08	ควรปรับปรุง
9. พิจารณาฉลากโภชนาการเพื่อช่วยลดความเสี่ยงการเกิดโรคก่อนการเลือกซื้อ	0.82	ควรปรับปรุง	0.98	ควรปรับปรุง
10. แนะนำความรู้เกี่ยวกับข้อมูลฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ให้ผู้อื่นได้	0.56	ควรปรับปรุง	0.64	ควรปรับปรุง

จากตาราง 4.8 พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิง ใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากโภชนาการทุกรายการ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับควรปรับปรุง มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 0.56 – 1.42 และ 0.64 – 1.34 ตามลำดับ