

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ความรู้ทางโภชนาการ การบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการของครูโรงเรียนเอกชน กลุ่มตัวอย่าง คือ ครูโรงเรียนเรยีนาเชลีวิทยาลัย ที่ปฏิบัติงานทางด้านการสอน ด้านสนับสนุนการสอน และผู้บริหารโรงเรียน ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 มีอายุระหว่าง 20-60 ปี และยินดีให้ความร่วมมือ จำนวน 78 คน ผลการศึกษาในครั้งนี้ได้นำเสนอข้อมูลในรูปของตารางประกอบคำบรรยาย แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ตาราง 4.1- 4.3
- ส่วนที่ 2 ข้อมูลในการบริโภคอาหาร (ชนิดของอาหารและความถี่ในการกินอาหาร) ตาราง 4.4 -4.5
- ส่วนที่ 3 ความรู้ทางโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง ตาราง 4.6
- ส่วนที่ 4 ภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง ตารางที่ 4.7
- ส่วนที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการและภาวะโภชนาการ ตารางที่ 4.8
- ส่วนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการ ตารางที่ 4.9

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ และศาสนา

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 78)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	9	11.54
หญิง	69	88.46
อายุ (ค่าเฉลี่ย = 39.61)		
20 – 29 ปี	15	19.23
30 – 39 ปี	24	30.77
40 – 49 ปี	24	30.77
50 ปีขึ้นไป	15	19.23
ศาสนา		
พุทธ	56	71.79
คริสต์	20	25.64
อิสลาม	2	2.56

จากตาราง 4.1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 88.46 อายุ 30 – 39 ปี และ 40 – 49 ปี ร้อยละ 30.77 เท่ากัน และนับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 71.79

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม สถานภาพ ระดับการศึกษา และรายได้ ต่อเดือน

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 78)	ร้อยละ
สถานภาพ		
โสด	42	53.85
สมรส	34	43.59
หม้าย	1	1.28
หย่า/แยกกันอยู่	1	1.28
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	1	1.28
ปริญญาตรี	59	75.64
สูงกว่าปริญญาตรี	18	23.08
รายได้ทั้งหมดต่อเดือน		
7,000 – 9,999 บาท	17	21.79
10,000 – 12,999 บาท	38	48.72
13,000 – 15,999 บาท	20	25.64
16,000 บาทขึ้นไป	3	3.85

จากตาราง 4.2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่สถานภาพโสด ร้อยละ 53.85 การศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 75.64 และรายได้ทั้งหมดต่อเดือนอยู่ระหว่าง 10,000 – 12,999 บาท ร้อยละ 48.72

ตาราง 4.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งความรู้

ข้อมูล	จำนวน (n = 78)	ร้อยละ
ความรู้เกี่ยวกับการกินอาหาร		
ไม่เคย	6	7.69
เคย	72	92.31
แหล่งความรู้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
1) โทรทัศน์	62	86.11
2) หนังสือพิมพ์ นิตยสาร วารสาร	40	55.56
3) ผู้ร่วมงาน	38	52.78
4) เอกสารเผยแพร่ความรู้ เช่น แผ่นพับ ฯลฯ	22	32.56
5) บุคคลในครอบครัว	17	23.61
6) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เช่น แพทย์ พยาบาล ฯลฯ	17	23.61
7) วิทยุ	11	15.28
8) อินเทอร์เน็ต	10	13.89

จากตาราง 4.3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการกินอาหาร ร้อยละ 92.31 แหล่งความรู้ส่วนใหญ่ได้จากโทรทัศน์ ร้อยละ 86.11

ส่วนที่ 2 ข้อมูลในการบริโภคอาหาร (ชนิดและความถี่ในการกินอาหาร)

ตาราง 4.4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามชนิดและความถี่ในการกินอาหาร
แต่ละประเภทต่อสัปดาห์ (n=78)

อาหารและวิธีปรุง	ความถี่ในการกินอาหารต่อสัปดาห์							
	มากกว่า 3 ครั้ง		1-2 ครั้ง		นาน ๆ ครั้ง		ไม่กินเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ข้าว	65	83.33	9	11.54	4	5.13	0	0.00
แกง	3	3.85	20	25.64	55	70.51	0	0.00
ต้มจืด	10	12.82	36	46.15	32	41.03	0	0.00
ต้มยำ	4	5.13	30	38.46	44	56.41	0	0.00
ผัด	25	32.05	36	46.15	17	21.79	0	0.00
ปิ้ง/ย่าง	12	15.38	27	34.62	39	50.00	0	0.00
อบ	2	2.56	9	11.54	47	60.26	20	25.64
นึ่ง/ลวก	5	6.41	23	29.49	46	58.97	4	5.13
ทอด	16	20.51	41	52.56	20	25.64	1	1.28
ยำ/ลาบ	7	8.97	25	32.05	43	55.13	3	3.85
น้ำพริก	10	12.82	32	41.03	33	42.31	3	3.85
หลน	0	0.00	3	3.85	51	65.38	24	30.77
อาหารจานเดียว	11	14.10	23	29.49	44	56.41	0	0.00
อาหารว่าง	3	3.85	14	17.95	53	67.95	8	10.26
ถั่ว	5	6.41	20	25.64	46	58.97	7	8.97
ขนม	4	5.13	15	19.23	57	73.08	2	2.56
ผลไม้	49	62.82	23	29.49	6	7.69	0	0.00
เครื่องดื่ม	24	30.77	32	41.03	19	24.36	3	3.85
เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์	1	1.28	3	3.85	29	37.18	45	57.69
นมและผลิตภัณฑ์จากนม	32	41.03	25	32.05	18	23.08	3	3.85

จากตาราง 4.4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความถี่การกินอาหารมากกว่า 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์ คือ ข้าว ร้อยละ 83.33 จำนวน 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ คือ ต้มจืดและผัด ร้อยละ 46.15 ส่วนนาน ๆ ครั้งต่อสัปดาห์ คือ แกง ร้อยละ 70.51 และ ไม่กินเลย คือ เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ ร้อยละ 57.69

ตาราง 4.5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการดื่มน้ำเปล่าต่อวัน

จำนวนแก้ว/วัน	จำนวน (n=78)	ร้อยละ
น้อยกว่า 5 แก้ว	9	11.54
5-6 แก้ว	30	38.46
7-8 แก้ว	34	43.59
9-10 แก้ว	3	3.85
มากกว่า 10 แก้ว	2	2.56

จากตาราง 4.5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างดื่มน้ำ 7-8 แก้วต่อวัน จำนวน 34 คน ร้อยละ 43.59

ส่วนที่ 3 ความรู้ทางโภชนาการ

ตาราง 4.6 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความรู้ทาง โภชนาการ

คะแนน	จำนวน (n = 78)	ระดับความรู้	ร้อยละ
80-100	32	ดีมาก	41.03
70-79	22	ดี	28.21
60-69	16	พอใช้	20.51
50-59	7	ต่ำ	8.97
0-49	1	ควรปรับปรุง	1.28
รวม	78		100.00

จากตาราง 4.6 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ทางโภชนาการระดับดีมากและดี ร้อยละ 41.03 และ 28.21 ตามลำดับ

ส่วนที่ 4 ภาวะโภชนาการ

ตาราง 4.7 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภาวะโภชนาการ

ภาวะโภชนาการ	จำนวน (n = 78)	ร้อยละ
ผอม	10	12.82
สมส่วน	44	56.41
ท้วม	10	12.82
อ้วน	11	14.10
อ้วนอันตราย	3	3.85
รวม	78	100.00

จากตาราง 4.7 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 56.41

ส่วนที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับภาวะโภชนาการ

ตาราง 4.8 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการกับภาวะโภชนาการ

ระดับความรู้	ภาวะโภชนาการ (n = 78)					รวม	r
	ผอม	สมส่วน	ท้วม	อ้วน	อ้วนอันตราย		
ดีมาก	5	15	6	5	1	32	.517
ดี	3	15	1	3	-	22	
พอใช้	1	10	2	1	2	16	
ต่ำ	1	4	1	1	-	7	
ควรปรับปรุง	-	-	-	1	-	1	
รวม	10	44	10	11	3	78	

จากตาราง 4.8 พบว่าความรู้ทางโภชนาการกับภาวะโภชนาการมีความสัมพันธ์กันระดับปานกลางโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่ระดับ (r) = .517

ส่วนที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ

ตาราง 4.9 ความสัมพันธ์ระหว่างการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ

อาหารและวิธีปรุง	ภาวะโภชนาการ	
	r	ระดับความสัมพันธ์
ข้าว	.430	น้อย
แกง	.531	ปานกลาง
ต้มจืด	.743	มาก
ต้มยำ	.096	น้อยที่สุด
ผัด	.090	น้อยที่สุด
ปิ้ง/ย่าง	.436	น้อย
อบ	.399	น้อย
นึ่ง/ลวก	.422	น้อย
ทอด	.131	น้อยที่สุด
ยำ/ลาบ	.170	น้อยที่สุด
น้ำพริก	.438	น้อย
หลน	.738	มาก
อาหารจานเดียว	.578	ปานกลาง
อาหารว่าง	.365	น้อย
ถั่ว	.457	น้อย
ขนม	.617	ปานกลาง
ผลไม้	.444	น้อย
เครื่องดื่ม	.228	น้อยที่สุด
เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์	.335	น้อย
นมและผลิตภัณฑ์จากนม	.208	น้อยที่สุด
โดยรวม	.393	น้อย

จากตาราง 4.9 พบว่าการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง มีความสัมพันธ์กันระดับน้อยโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่ระดับ (r) = .393