บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ความรู้และการใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของสมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปางครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการและการใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของสมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง ประชากรในการศึกษา คือ สมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง มีอายุระหว่าง 20-60 ปี ทำหน้าที่จัดซื้อและหรือประกอบอาหารให้กับสมาชิกในครอบครัว รวมทั้งสามารถอ่านและเขียนหนังสือได้ จำนวน 138 คน ผลการศึกษานำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับประชากร

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของสมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

ส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของสมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับประชากร

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามอายุ การศึกษาสูงสุด และลักษณะการอ่านฉลากโภชนาการ (N=138)

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
ต่ำกว่า 35 ปี	18	13.04
35-45 ปี	50	36.23
46-55 ปี	58	42.03
มากกว่า 55 ปี	12	8.70
การศึกษาสูงสุด		
ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3)	61	44.20
มัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3)	48	34.78
มัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.6) หรือเทียบเท่า	21	15.22
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	6	4.35
ปริญญาตรี	2	1.45
การอ่านฉลากโภชนาการก่อนตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร		
อ่านเฉพาะครั้งแรกที่ซื้อ แต่ในการซื้อครั้งต่อไปไม่อ่านอีก	80	57.97
อ่านทุกครั้งที่ซื้อ	15	10.87
ไม่เคยอ่าน	43	31.16
เหตุผลที่ไม่อ่านฉลากโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ตัวหนังสือมีขนาดเล็กเกินไป ทำให้มองเห็นไม่ชัดเจน	*40*	*93.02*
ไม่เข้าใจข้อความที่แสดงบนฉลากโภชนาการ	*29*	*67.44*
ไม่เห็นความสำคัญของฉลากโภชนาการ หรือความจำเป็นที่ต้องอ่านฉลากโภชนาการ	*21*	*48.84*

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตาราง 4.1 (ต่อ)

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
การอ่านฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ ก่อนตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร		
อ่าน	28	20.29
เพราะทำให้ทราบชนิดและปริมาณสารอาหารในผลิตภัณฑ์	*26*	*18.85*
เพราะต้องควบคุมไขมันและน้ำตาล	*1*	*0.72*
เพราะมองเห็นได้ชัดเจน	*1*	*0.72*
ไม่อ่าน	110	79.71
เพราะไม่รู้จัก	*109*	*78.99*
เพราะไม่เห็นความสำคัญของฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ	*1*	*0.72*

จากตาราง 4.1 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 78.26) มีอายุระหว่าง 35 - 55 ปี จบการศึกษาต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 44.20 ประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 57.97) อ่านฉลากโภชนาการเฉพาะครั้งแรกที่ซื้อ แต่ในครั้งต่อไปไม่อ่านอีก และพบว่า มีประชากร ร้อยละ 31.16 ไม่เคยอ่านฉลากโภชนาการก่อนตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร โดยประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 93.02) ให้เหตุผลในการที่ไม่อ่านฉลากโภชนาการว่า เนื่องจากตัวหนังสือบนฉลากโภชนาการมีขนาดเล็กเกินไป ทำให้มองเห็นไม่ชัดเจน ส่วนการอ่านฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 79.71) ไม่อ่านฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ ก่อนตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร เนื่องจากไม่รู้จักฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ (ร้อยละ 78.99)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของสมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

จากการให้ประชากรทำแบบทดสอบปรนัยชนิดเลือกตอบถูก - ผิด จำนวน 35 ข้อ ให้คะแนนข้อละ 1 คะแนน รวมคะแนนเต็ม 35 คะแนน จากนั้นนำคะแนนมาเทียบกับเกณฑ์ระดับความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ 3 ระดับ คือ ระดับมาก (คะแนน 24-35 คะแนน) ระดับปานกลาง (คะแนน 12-23 คะแนน) และระดับน้อย (คะแนน 0-11 คะแนน) ปรากฏผลดังตาราง 4.2

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของประชากร จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ (N = 138 คน)

ระดับความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ	จำนวน	ร้อยละ
มาก (คะแนน 24 - 35 คะแนน)	61	44.20
ปานกลาง (คะแนน 12 - 23 คะแนน)	72	52.17
น้อย (คะแนน 0 - 11 คะแนน)	5	3.63

จากตาราง 4.2 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 52.17) มีความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

เมื่อวิเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของประชากร จำแนกตามเนื้อหาย่อย ด้วยการนำคะแนนมาแปลงเป็นร้อยละของคะแนนเฉลี่ย ในแต่ละเนื้อหา และนำมาเทียบกับเกณฑ์ระดับความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ 3 ระดับ คือ ระดับมาก (ร้อยละ 80-100) ระดับปานกลาง (ร้อยละ 60-79) และระดับน้อย (ร้อยละ 0-59) ปรากฏผลดังตาราง 4.3

ตาราง 4.3 ระดับความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของประชากร (N = 138 คน) จำแนกตามเนื้อหาย่อย

เนื้อหาย่อย	**ร้อยละของคะแนนเฉลี่ย**	**ระดับความรู้**
1. ความหมายของฉลากโภชนาการ (คำถามข้อที่ 1 - 3)	63.77	ปานกลาง
2. ความสำคัญและประโยชน์ของฉลากโภชนาการ(คำถามข้อที่ 4–8)	70.58	ปานกลาง
3. การอ่านฉลากโภชนาการได้ถูกต้อง (คำถามข้อที่ 9 – 26)	61.07	ปานกลาง
4. ความสำคัญและรายละเอียดของฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ (คำถามข้อที่ 27 - 35)	61.03	ปานกลาง

จากตาราง 4.3 พบว่า ประชากรมีความรู้เกี่ยวกับความสำคัญและประโยชน์ของฉลากโภชนาการมากที่สุด รองลงมา คือ ความหมายของฉลากโภชนาการ และการอ่านฉลากโภชนาการได้ถูกต้อง โดยเนื้อหาที่ประชากรมีความรู้น้อยที่สุด คือ ความสำคัญและรายละเอียดของฉลากโภชนาการแบบจีดีเอและโดยภาพรวมประชากรมีความรู้ในทุกเนื้อหาอยู่ในระดับปานกลาง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของสมาชิกกลุ่มพัฒนาสตรีบ้านวังพร้าวพัฒนา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

การศึกษาการใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของประชากร โดยให้ประชากรตอบแบบสอบถาม จำนวน 16 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าซึ่งถามความถี่ของการปฏิบัติหรือการใช้ 3 ระดับ คือ ประจำ = 2 คะแนน บางครั้ง = 1 คะแนน และไม่เคย = 0 คะแนน จากนั้นนำคะแนนเฉลี่ยมาเทียบกับเกณฑ์ระดับการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ระดับดี (คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.00) ระดับพอใช้ (คะแนนเฉลี่ย 0.50-1.49) และระดับควรปรับปรุง (คะแนนเฉลี่ย 0-0.49) ปรากฏผลดังตาราง 4.4

ตาราง 4.4 จำนวน ค่าร้อยละ คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของประชากร (N = 138 คน) จำแนกตามการปฏิบัติและระดับการปฏิบัติ

ข้อความ	การปฏิบัติ			คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับการปฏิบัติ
	ประจำ จำนวน (ร้อยละ)	บางครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่เคย จำนวน (ร้อยละ)			
1. ท่านอ่านรายละเอียดข้อมูลบนฉลากโภชนาการ เมื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่ตรงกับความต้องการของท่าน	19 (13.77)	76 (55.07)	43 (31.16)	0.83	0.65	พอใช้
2. ท่านจะอ่านฉลากโภชนาการก่อนหากเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชนิดใหม่ที่ไม่เคยซื้อมาก่อน เพราะต้องการรู้ปริมาณของสารที่มีอยู่ในอาหารนั้น	31 (22.46)	64 (46.38)	43 (31.16)	0.91	0.73	พอใช้
3. ท่านเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่เหมาะสมกับภาวะสุขภาพของท่านและหรือสมาชิกในครอบครัว โดยพิจารณาจากข้อมูลบนฉลากโภชนาการ	18 (13.04)	77 (55.80)	43 (31.16)	0.82	0.64	พอใช้
4. ท่านได้นำข้อมูลโภชนาการที่ปรากฏบนฉลากโภชนาการ มาเปรียบเทียบกับราคาของผลิตภัณฑ์ก่อนตัดสินใจซื้อ	20 (14.49)	73 (52.90)	45 (32.61)	0.82	0.66	พอใช้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตาราง 4.4 (ต่อ)

ข้อความ	การปฏิบัติ			คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับการปฏิบัติ
	ประจำ จำนวน (ร้อยละ)	บางครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่เคย จำนวน (ร้อยละ)			
5. ท่านใช้ฉลากโภชนาการมาประกอบการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร	19 (13.77)	75 (54.35)	44 (31.88)	0.82	0.65	พอใช้
6. ท่านตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่มีการแสดงฉลากโภชนาการเท่านั้น	14 (10.14)	81 (58.70)	43 (31.16)	0.79	0.61	พอใช้
7. ในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ท่านอ่านฉลากโภชนาการที่มีตัวอักษรขนาดใหญ่ มองเห็นได้ชัดเจนเท่านั้น	14 (10.15)	78 (56.52)	46 (33.33)	0.77	0.62	พอใช้
8. หากท่านต้องการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่มีไขมันต่ำ ท่านจะอ่านฉลากโภชนาการก่อนซื้อ	24 (17.39)	64 (46.38)	50 (36.23)	0.81	0.71	พอใช้
9. หากท่านต้องการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่มีการโฆษณาอวดอ้างคุณค่าทางโภชนาการ ท่านจะดูปริมาณของสารอาหารเหล่านั้นจากฉลากโภชนาการ	20 (14.50)	72 (52.17)	46 (33.33)	0.81	0.67	พอใช้
10. ท่านอ่านฉลากโภชนาการแบบจีดีเอหากผลิตภัณฑ์อาหารนั้นได้แสดงไว้บนภาชนะบรรจุ	8 (5.80)	20 (14.49)	110 (79.71)	0.26	0.56	ควรปรับปรุง
11. เมื่อซื้อผลิตภัณฑ์อาหารชนิดเดียวกัน ที่มีหลายยี่ห้อ ท่านจะนำข้อมูลโภชนาการของแต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบกัน ก่อนตัดสินใจซื้อ	19 (13.76)	68 (49.28)	51 (36.96)	0.77	0.68	พอใช้
12.หากท่านต้องการรู้ว่า ผลิตภัณฑ์อาหารที่ท่านต้องการยี่ห้อใด ที่ให้พลังงานต่ำ ท่านจะนำข้อมูลโภชนาการของผลิตภัณฑ์แต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบกัน	15 (10.87)	71 (51.45)	52 (37.68)	0.73	0.64	พอใช้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ตาราง 4.4 (ต่อ)

ข้อความ	การปฏิบัติ			คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับการปฏิบัติ
	ประจำ จำนวน (ร้อยละ)	บางครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่เคย จำนวน (ร้อยละ)			
13. ท่านนำข้อมูลโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารแต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบปริมาณสารอาหารเพื่อช่วยในการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์	16 (11.59)	73 (52.90)	49 (35.51)	0.76	0.65	พอใช้
14. ท่านนำข้อมูลโภชนาการของผลิตภัณฑ์มาเปรียบเทียบกันโดยเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีสารอาหารตรงตามความต้องการ	17 (12.32)	73 (52.90)	48 (34.78)	0.78	0.65	พอใช้
15. หากท่านซื้อผลิตภัณฑ์ขนมมันฝรั่งทอดกรอบ ที่มีหลายยี่ห้อ ท่านจะนำข้อมูลโภชนาการจากฉลากโภชนาการแบบจีดีเอของแต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบกันก่อนตัดสินใจซื้อ	11 (7.97)	40 (28.99)	87 (63.04)	0.45	0.64	ควรปรับปรุง
16. หากท่านต้องการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารที่มีโซเดียมต่ำ ซึ่งมีหลายยี่ห้อ ท่านจะนำข้อมูลโภชนาการของผลิตภัณฑ์แต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบกัน แล้วเลือกผลิตภัณฑ์อาหารที่มีปริมาณโซเดียมที่ต่ำกว่า	12 (8.70)	42 (30.43)	84 (60.87)	0.48	0.65	ควรปรับปรุง
โดยรวม				**0.73**		**พอใช้**

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

จากตาราง 4.4 พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 51-59) มีการปฏิบัติหรือการใช้ประโยชน์ประโยชน์จากฉลากโภชนาการเป็นบางครั้ง ยกเว้นในเรื่อง การอ่านฉลากโภชนาการแบบจีดีเอและการนำข้อมูลโภชนาการของผลิตภัณฑ์แต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบกันเพื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 61-80) ไม่เคยปฏิบัติ

สำหรับการปฏิบัติพบว่า โดยภาพรวมประชากรมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการอยู่ในระดับพอใช้ ยกเว้นในเรื่อง การอ่านฉลากโภชนาการแบบจีดีเอและการนำข้อมูลโภชนาการของผลิตภัณฑ์แต่ละยี่ห้อมาเปรียบเทียบกันเพื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์มีการปฏิบัติอยู่ในระดับควรปรับปรุง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

เมื่อวิเคราะห์การใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการของประชากร จำแนกตามเนื้อหาย่อยคือ 1) การนำข้อมูลบนฉลากโภชนาการไปใช้ตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (คำถามข้อที่ 1-10) 2) การเปรียบเทียบข้อมูลโภชนาการระหว่างผลิตภัณฑ์เดียวกัน แต่ต่างยี่ห้อ (คำถามข้อที่ 11-16) นำคะแนนเฉลี่ยมาเทียบกับเกณฑ์ระดับการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ระดับดี (คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.00) ระดับพอใช้ (คะแนนเฉลี่ย 0.50-1.49) และระดับควรปรับปรุง (คะแนนเฉลี่ย 0-0.49) ปรากฏผลดังตาราง 4.5

ตาราง 4.5 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติ จำแนกตามเนื้อหาย่อย (N = 138 คน)

เนื้อหาย่อย	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับการปฏิบัติ
1. การนำข้อมูลบนฉลากโภชนาการไปใช้ตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร (คำถามข้อที่ 1-10)	0.76	0.58	พอใช้
2. การเปรียบเทียบข้อมูลโภชนาการระหว่างผลิตภัณฑ์เดียวกัน แต่ต่างยี่ห้อ (คำถามข้อที่ 11-16)	0.66	0.58	พอใช้

จากตาราง 4.5 พบว่า ประชากรมีการใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการในทุกเนื้อหาอยู่ในระดับพอใช้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved