

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความรู้พื้นฐานด้านโภชนาการของครูในจังหวัดเชียงใหม่กับการเลือกซื้ออาหาร เพื่อเปรียบเทียบการเลือกซื้ออาหารของครู ตามตัวแปรด้านเพศ อายุ และรายได้ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 181 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการศึกษา สรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 83.4 และเพศชาย ร้อยละ 16.6 ส่วนใหญ่อายุระหว่าง 35-49 ปี รายได้เฉลี่ยระหว่าง 10,001 – 30,000 บาทต่อเดือน มีสมาชิกในบ้านระหว่าง 3-4 คน อายุของสมาชิกระหว่าง 21-49 ปี กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ทางด้านสารอาหารสูงสุด รองลงมาคือ ความรู้ในเรื่องโภชนาการ การเลือกซื้อและการหุงต้มตามลำดับ ความถี่ในการซื้ออาหารพร้อมบริโภคระหว่าง 1-3 และ 5-7 ครั้งต่อสัปดาห์ โดยใช้เงินต่ำกว่า 100 บาทต่อครั้ง แหล่งที่ซื้อเป็นประจำคือตลาดทั่ว ๆ ไป เนื่องจากสะดวก ใกล้บ้าน และแหล่งขายสะดวก มีอาหารให้เลือกหลายชนิด

ตัวเลือกที่ตัดสินใจซื้อ 5 อันดับแรก คือ รสชาติอาหารอร่อย สมาชิกในบ้านชอบ สะดวก ใกล้บ้าน มีที่จอดรถสะดวก คนขายแต่งตัวสะอาด และประเภทอาหารที่ปรุงไม่ซ้ำกัน ส่วนการเลือกอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียน เด็กวัยรุ่น วัยทำงานและวัยผู้สูงอายุนั้น กลุ่มตัวอย่างเลือกได้เหมาะสม

ด้านพฤติกรรมของผู้ปรุงที่กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่า มีส่วนทำให้อาหารสกปรก 3 อันดับแรก คือไม่ปิดปิดอาหารทำให้มีแมลงวันตอม ใช้มือหยิบจับอาหารและไม่ปิดปาก จมูก เวลาไอหรือจาม ด้านความสำคัญในการเลือกซื้ออาหารนั้นกลุ่มตัวอย่างคำนึงถึงความสะอาดและคุณค่าอาหาร

เมื่อเปรียบเทียบตามเพศกับการเลือกซื้ออาหารพบว่าไม่แตกต่างกัน ส่วนการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มอายุ รายได้และระดับการศึกษาพบว่าให้ความสำคัญเหมือนกันคือ ด้านความสะอาดและคุณค่าอาหาร

จากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้พื้นฐานด้านโภชนาการของครูในจังหวัดเชียงใหม่กับการเลือกซื้ออาหาร พบว่าความรู้ในด้านสารอาหาร การเลือกซื้อ และการหุงต้มและโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับการเลือกซื้ออาหารพร้อมบริโภค

อภิปรายผล

ตัวเลือกที่ตัดสินใจซื้อที่กลุ่มตัวอย่างเลือกมากที่สุด คือรสชาติอร่อย สมาชิกในบ้านชอบ รongลงมา คือ มีที่จอดรถสะดวก ตามลำดับ แสดงว่าปัจจัยด้านความอร่อย สมาชิกในบ้านชอบเป็น ปัจจัยสำคัญที่สุด สำหรับการตัดสินใจเลือกซื้อ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสละ ชูจกกล (อ้าง แล้ว) คือ สังคมไทยให้ความสำคัญในแง่ความอร่อย ควบคู่กับความปลอดภัยของอาหาร

พฤติกรรมของผู้ปรุงอาหาร ที่คิดว่าทำให้อาหารสกปรก ส่วนใหญ่จะเป็นพฤติกรรมที่แสดง ออกในระหว่างจำหน่ายอาหาร และให้ความสำคัญมากสำหรับพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่มี ผลกระทบต่อความสะอาดและความปลอดภัยของอาหารระหว่างการจำหน่ายอาหาร อันได้แก่ ไม่ปกปิดอาหาร ทำให้มีแมลงวันตอมใช้มือหยิบจับอาหารและไม่ปิดปาก จมูกเวลาไอหรือจามตาม ลำดับ

แหล่งซื้อประจำ คือตลาดทั่ว ๆ ไป ซูเปอร์มาร์เก็ตขนาดใหญ่และซูเปอร์มาร์เก็ตขนาด เล็กตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับสมศรี สุกุมลนันทน์ (อ้างแล้ว) ที่กล่าวว่าชีวิตคนไทยผูกพันกับ ตลาดมายาวนาน ซึ่งเป็นวัฒนธรรมไทยที่ไม่มีวันลบเลือนไปจากชีวิตประจำวัน จะเห็นได้ว่า การ เลือกซื้ออาหารพร้อมบริโภค มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ โดยไม่อาจจะแยกออกจากกันได้ คือความสะอาดใกล้บ้าน รสชาติอร่อย สมาชิกในบ้านชอบ สะอาด เป็นสิ่งจูงใจในการตัดสินใจ ส่วนความสำคัญในการเลือกซื้ออาหารกับเพศ อายุ รายได้และระดับการศึกษา คือ ความสะอาด และคุณค่าอาหาร

จากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้พื้นฐานด้านโภชนาการกับการเลือกซื้อ อาหารของครูจังหวัดเชียงใหม่ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กัน อาจเนื่องมาจากการพิจารณาในด้าน ความสะอาด คุณค่าอาหาร รสชาติ ราคาและวัยของผู้รับประทาน แต่มีได้นำความรู้ที่มีอยู่มาใช้ ประโยชน์ในการเลือกซื้อ

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ส่วนส่งเสริมการศึกษาและวัฒนธรรมของเทศบาลนครเชียงใหม่

ควรมีการจัดนิทรรศการวิชาการให้ความรู้แก่ผู้บริโภค ผู้ประกอบการค้าอาหาร นักศึกษา พนักงาน ผู้สนใจทั่วไปโดยมีหน่วยงานที่เข้าร่วมเผยแพร่คือ

1. กองสุขภาพิบาลอาหาร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ให้ความรู้เรื่องสุขภาพิบาล อาหาร การประกอบอาหารให้ถูกหลักอนามัย เพื่อสุขภาพของผู้บริโภค

2. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เผยแพร่ความรู้เรื่องการเลือกซื้ออาหาร การดูแลโภชนาการ

3. กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ให้ความรู้เรื่องพิษภัยในอาหาร โดยการทดลองเพาะเชื้ออาหารที่บริโภคในชีวิตประจำวัน และคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้บริโภค

ผู้ประกอบการ

ควรตระหนักต่อหน้าที่และมีความรับผิดชอบต่อความสะอาด ปลอดภัย หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสอาหารโดยตรง และมีอุปกรณ์ช่วยในการหยิบอาหาร

ครูผู้สอน

ควรเผยแพร่ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ แก่นักเรียน รวมทั้งข้อแนะนำการบริโภค และการเลือกซื้ออาหารที่ถูกต้องเพื่อสุขภาพที่ดีของผู้บริโภค แนะนำหลักการทดสอบอาหารง่ายๆ เพื่อความปลอดภัยในการบริโภค

สถาบันการศึกษา

ควรร่วมมือกันเผยแพร่ความรู้ในด้านอาหารและโภชนาการ ต่อสาธารณชนโดยอาจจะมีการจัดนิทรรศการเผยแพร่ในงานเทศกาลประจำปีของจังหวัด สนับสนุนเลือกรับประทานอาหารที่ได้มาตรฐาน และเมื่อพบเห็นร้านอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ท้องถิ่นให้ทราบเพื่อดำเนินการปรับปรุงให้ได้มาตรฐานและเป็นประโยชน์ต่อผู้บริโภค

เจ้าของตลาด

ควรปรับปรุงสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับอาหาร เช่น สถานที่ ระบบสุขาภิบาล และสาธารณูปโภค การกำจัดสิ่งโสโครกและน้ำเสียโดยเน้นความสะอาดและถูกสุขลักษณะ

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบกับกลุ่มอาชีพและพื้นที่ต่าง ๆ เพื่อจะได้ทราบถึงพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารได้อย่างทั่วถึงและครอบคลุมทั้งหมด
2. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ระดับการศึกษา ความสะอาด และสารปนเปื้อน เพื่อจะได้มีข้อมูลพื้นฐานในการวางนโยบายสนับสนุน/ส่งเสริม และหามาตรการต่าง ๆ ให้ผู้บริโภค ผู้ผลิต และผู้จำหน่าย ได้ตระหนักถึงปัญหาหรืออันตรายและผลกระทบจากการเลือกซื้ออาหาร