

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย: กรณีศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทรา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาฉะเชิงเทราเขต 1 ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2548 มีอายุระหว่าง 15 -20 ปี จำนวน 365 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลคือแบบสอบถามซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ แบบสอบถามลักษณะพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์โดยใช้ Chi – Square (χ^2) ซึ่งกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

ลักษณะพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา

จากการศึกษาพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราจำนวน 365 คน เป็นเพศหญิง ร้อยละ 69.0 เป็นเพศชายร้อยละ 31.0 มีอายุเฉลี่ย 16.88 ปี ระดับการศึกษาของบิดาร้อยละ 49.9 มีการศึกษาระดับประถมศึกษา ระดับการศึกษาของมารดาร้อยละ 67.1 มีการศึกษาระดับประถมศึกษา อาชีพของบิดาของนักเรียนร้อยละ 52.9 มีอาชีพรับจ้าง อาชีพของมารดาของนักเรียนร้อยละ 48.5 มีอาชีพรับจ้าง รายได้ของครอบครัวของนักเรียนโดยเฉลี่ยต่อเดือน 12,835.88 บาทต่อเดือน สภาพที่อยู่อาศัยร้อยละ 78.1 อาศัยอยู่กับบิดามารดา

พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา

ความบ่อยในการรับประทานอาหาร นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา รับประทานอาหารเช้าเป็นบางวัน ร้อยละ 53.2 รับประทานอาหารกลางวันทุกวัน ร้อยละ 74.2 รับประทานอาหารเย็นทุกวันร้อยละ 68.2

แหล่งที่มาของอาหารที่รับประทานอาหาร นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรารับประทานอาหารเช้าร้อยละ 60.8 แหล่งที่มาคือ บ้าน การรับประทานอาหารกลางวัน ร้อยละ 81.9 จากร้านค้าในโรงเรียน แหล่งที่มาของอาหารมื้อเย็นร้อยละ 83.0 มาจากบ้าน แหล่งที่มาของอาหารมื้อว่างร้อยละ 45.2 มาจากร้านสะดวกซื้อ

สถานที่ที่รับประทานอาหาร นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา รับประทานอาหารเช้าที่บ้านร้อยละ 71.8 สถานที่ที่รับประทานอาหารมื้อกลางวันคือร้านค้าในโรงเรียน ร้อยละ 82.7 สถานที่ที่รับประทานอาหารมื้อเย็นเกือบทั้งหมดคือร้อยละ 92.3 รับประทานอาหารมื้อเย็นที่บ้าน สถานที่ที่รับประทานอาหารว่างคือที่บ้าน ร้อยละ 71.8

บุคคลที่นักเรียนไปรับประทานอาหารด้วย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา รับประทานอาหารมื้อเช้าคนเดียว ร้อยละ 33.4 รับประทานอาหารมื้อกลางวันกับเพื่อนร้อยละ 91.5 รับประทานอาหารมื้อเย็นกับพ่อแม่ร้อยละ 57.5 รับประทานอาหารว่างคนเดียวร้อยละ 42.2

เหตุผลในการรับประทานอาหารไทย เหตุผลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราเกี่ยวกับการรับประทานอาหารไทยคือ มีคุณค่าทางโภชนาการร้อยละ 30.1

เหตุผลที่ไม่รับประทานอาหารไทย เหตุผลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราที่ไม่รับประทานอาหารไทยคือ อยากเปลี่ยนรสชาติ ร้อยละ 56.4

ลักษณะที่น่าสนใจของอาหารไทย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา ร้อยละ 40.3 มีความเห็นว่าลักษณะที่น่าสนใจในของอาหารไทยคือ มีคุณค่าทางโภชนาการ

โอกาสในการรับประทานอาหารไทย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัด
ฉะเชิงเทรารับประทานอาหารไทยเป็นอาหารประจำวันร้อยละ 80.5

อาหารไทยที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรารับประทาน

แกงใส่กะทิ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน
คือ แกงเขียวหวานและแกงเผ็ดไก่ ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ส่วนแกงใส่กะทิที่
นักเรียนส่วนใหญ่ไม่รับประทานคือ แกงคั่วหอยขม

แกงไม่ใส่กะทิ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่
รับประทาน คือ แกงส้มผักรวมและแกงส้มดอกแค ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์
ส่วนแกงไม่ใส่กะทิที่นักเรียนส่วนใหญ่ไม่รับประทานคือ แกงบอน

แกงจืด ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน
คือ แกงจืดวุ้นเส้นและแกงจืดเต้าหู้หมูสับ ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ส่วน
แกงจืดที่นักเรียนไม่รับประทานคือ แกงจืดหน่อไม้ไก่

ต้มยำ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน
คือ ต้มยำกุ้งและต้มยำปลา ส่วนต้มยำที่นักเรียนไม่รับประทาน คือต้มโคล้ง

ต้มใส่กะทิ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่
รับประทาน คือ ต้มข่าไก่ ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ส่วนต้มใส่กะทิที่
นักเรียนไม่รับประทานคือ ต้มกะทิสายบัว

ผัดจืด/ผัดเผ็ด ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่
รับประทาน คือ ผัดกระเพราหมู/ไก่/กุ้งและ ผัดผักรวมไฟแดง ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อ
ต่อสัปดาห์ ส่วนผัดจืดผัดเผ็ดที่นักเรียนไม่รับประทานคือ ผัดกระเทียมคองใส่ไข่

ยำ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทานคือยำวุ้นเส้น และยำปลาชุกฟู ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ อาหารประเภทยำที่นักเรียนไม่รับประทานคือ ยำเนื้อย่าง

เครื่องจิ้ม ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน คือ น้ำพริกกะปิและน้ำพริกเผา ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ อาหารประเภทเครื่องจิ้มที่นักเรียนไม่รับประทานคือ หลนปลาอินทรีเค็ม

อาหารจานเดียว ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน คือ ข้าวผัดต่างๆและก๋วยเตี๋ยวราดหน้า ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ส่วนอาหารจานเดียวที่นักเรียนไม่รับประทานคือข้าวคลุกกะปิ

อาหารว่าง ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน คือ ทอดมันและขนมจีบ ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ อาหารว่างที่นักเรียนไม่รับประทานคือ ปั่นชิลิ

ขนมไทยชนิดนุ่ม ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทานคือ ขนมครกและข้าวต้มมัด ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ขนมไทยชนิดนุ่มที่นักเรียนไม่รับประทานคือ ขนมทราย

ขนมไทยชนิดกรอบ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน คือ กุ้งทอดและขนมทองม้วน ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ขนมไทยชนิดกรอบที่นักเรียนไม่รับประทานคือ ขนมดอกคำฝอย

ขนมไทยใส่กะทิ ที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทราส่วนใหญ่รับประทาน คือ ขนมบัวลอยและลอดช่องไทย ซึ่งส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 มื้อต่อสัปดาห์ ขนมไทยใส่กะทิที่นักเรียนไม่รับประทาน คือ มันแกงบวด

**ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะพื้นฐานกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรา**

ผลจากการทดสอบสมมติฐานสรุปได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 เพศมีความสัมพันธ์กับอาหารไทยบางประเภทที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรารับประทาน คือ (1) แกงไม่ใส่กะทิ (2) แกงจืด (3) ผัดจืด/ผัดเผ็ด (4) เครื่องจิ้ม (5) ขนมไทยชนิดนุ่ม (6) ขนมไทยชนิดกรอบ และ (7) ขนมไทยใส่กะทิ นอกจากนี้เพศมีความสัมพันธ์กับความบ่อยในการรับประทานอาหาร สถานที่ที่รับประทานและโอกาสในการรับประทาน

สมมติฐานที่ 2 ระดับการศึกษาของบิดาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรามีความสัมพันธ์กับอาหารไทยบางประเภทที่นักเรียนรับประทาน คือ (1) แกงใส่กะทิ (2) แกงไม่ใส่กะทิ (3) แกงจืด (4) ต้มยำ (5) ผัดจืด/ผัดเผ็ด (6) ยำ (7) เครื่องจิ้ม (8) อาหารว่าง (9) ขนมไทยชนิดนุ่ม (10) ขนมไทยชนิดกรอบ และ (11) ขนมไทยใส่กะทิ นอกจากนี้ระดับการศึกษาของบิดาของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับสถานที่ที่รับประทานอาหาร และโอกาสในการรับประทาน

สมมติฐานที่ 3 ระดับการศึกษาของมารดาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรามีความสัมพันธ์กับอาหารไทยบางประเภทที่นักเรียนรับประทาน คือ (1) แกงใส่กะทิ (2) แกงไม่ใส่กะทิ (3) แกงจืด (4) ต้มยำ (5) ต้มใส่กะทิ (6) ผัดจืด/ผัดเผ็ด (7) ยำ (8) เครื่องจิ้ม (9) อาหารว่าง (10) ขนมไทยชนิดนุ่ม และ (11) ขนมไทยชนิดกรอบ นอกจากนี้ระดับการศึกษาของมารดาของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับสถานที่ที่รับประทานอาหาร

สมมติฐานที่ 4 อาชีพของบิดาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดฉะเชิงเทรามีความสัมพันธ์กับอาหารไทยบางประเภทที่นักเรียนรับประทาน คือ (1) แกงใส่กะทิ (2) แกงไม่ใส่กะทิ (3) ต้มยำ (4) ยำ (5) เครื่องจิ้ม (6) อาหารจานเดียว (7) ขนมไทยชนิดนุ่ม และ (8) ขนมไทยชนิดกรอบ นอกจากนี้อาชีพของบิดาของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับสถานที่ที่รับประทานอาหารและโอกาสในการรับประทาน

สมมติฐานที่ 5 อาชีพของมารดาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัด
ฉะเชิงเทรามีความสัมพันธ์กับอาหารไทยบางประเภทที่นักเรียนรับประทาน คือ (1) แกงใต้
กะทิ (2) แกงไม่ใส่กะทิ (3) แกงจืด (4) ผัดจืด/ผัดเผ็ด (5) ยำ (6) อาหารว่าง นอกจากนี้
อาชีพของมารดาของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับความบ่อยในการรับประทาน และโอกาสใน
การรับประทาน

สมมติฐานที่ 6 รายได้ของครอบครัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัด
ฉะเชิงเทรามีความสัมพันธ์กับอาหารไทยบางประเภทที่นักเรียนรับประทาน คือ (1) แกงใต้
กะทิ (2) ต้มยำ (3) ต้มใส่กะทิ (4) ผัดจืด/ผัดเผ็ด (5) ยำ (6) เครื่องจิ้ม (7) อาหารว่าง (8) ขนม
ไทยชนิดนุ่ม (9) ขนมไทยชนิดกรอบ นอกจากนี้รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความ
บ่อยในการรับประทาน สถานที่ที่รับประทาน และโอกาสในการรับประทาน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. สถานศึกษาควรมีการควบคุมคุณภาพอาหารในโรงเรียนเพราะว่านักเรียนส่วนใหญ่รับประทานอาหารกลางวันที่โรงเรียน ฉะนั้นโรงเรียนควรมีการดูแลควบคุมคุณภาพอาหารให้มีคุณภาพมีประโยชน์เพื่อให้นักเรียนได้รับประทานอาหารที่ดีมีคุณภาพถูกสุขอนามัย อันจะยังประโยชน์ต่อนักเรียนทั้งในด้านสุขภาพและประโยชน์ต่อการเรียนการสอน
2. สถานศึกษาได้แก่โรงเรียน ซึ่งเป็นแหล่งสอนวิชาความรู้ควรนำไปปรับในสาระการเรียนรู้ในหลักสูตรวิชาที่เกี่ยวข้องด้านอาหารและโภชนาการ ครูผู้สอนวิชาอาหารและโภชนาการควรมีบทบาทในการให้ความรู้ ให้ความสำคัญกับอาหารไทยโดยการจัดประกวดอาหารไทย ทั้งคาวและหวาน สร้างค่านิยมให้นักเรียนตระหนักถึงวัฒนธรรมการกินแบบไทยๆ นั้นเป็นสิ่งมีค่าและมีความสำคัญต่อชีวิตและประเทศชาติ หากวัฒนธรรมของชาติขาดหายไปความเป็นชาติก็อาจสูญไปด้วย

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทย ของนักเรียนในวัยอื่นหรือศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของวัยรุ่นในภาคอื่นๆ เช่น ภาคเหนือ ภาคใต้ และภาคอีสาน เพื่อนำผลมาเปรียบเทียบ
2. ควรทำการศึกษาลักษณะของอาหารไทยที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นไทยเพื่อที่หน่วยงานต่างๆ จะได้ปรับปรุง พัฒนารูปแบบของอาหารไทยให้ทันสมัย ถูกใจวัยรุ่น เพื่อให้วัยรุ่นนิยมการบริโภคอาหารแบบไทยๆ