

ชื่อภาคนิพนธ์ : ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีทำงานนอกบ้าน
ศึกษาเฉพาะ สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม
กระทรวงอุตสาหกรรม

ชื่อผู้เขียน : เอกอนงค์ สัตลาภินันท์

ชื่อปริญญา : ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)

ปีการศึกษา : 2544

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีทำงานนอกบ้าน สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม 2) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีทำงานนอกบ้าน ได้แก่ อายุ สถานภาพ สมรส รายได้ ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงาน ความรู้ ทัศนคติ การรับข่าวสารจากสื่อ โดยได้ทำการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย จำนวน 100 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์แมนโร สามารถสรุปผลการศึกษาดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอายุเฉลี่ย 37.15 ปี มีน้ำหนักเฉลี่ย 53.73 กก. มีส่วนสูงเฉลี่ย 154.34 ซม. มีสถานภาพโสด มีการศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นข้าราชการระดับ 1-6 มีรายได้ 10,001 - 15,000 บาท รายได้ของสมาชิกในครัวเรือน มีรายได้ ต่ำกว่า 10,000 บาท มีสมาชิกในครัวเรือนเฉลี่ย 3.59 คน ไม่มีบุตร การปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารมักปรุงอาหารเอง และใช้ความชอบของตนเองเป็นหลักในการเลือกรับประทานอาหาร

2. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร แบ่งเป็น 3 ด้าน ด้านจำนวนมื้ออาหาร พบว่า บริโภคอาหารมื้อเช้า กลางวัน เย็น ด้านลักษณะอาหารที่บริโภคประกอบด้วย รสชาติอาหาร พบว่ารับประทานอาหารรสชาติเผ็ดทุกครั้ง อาหารรสชาติมันนานๆ ครั้ง และไม่รับประทานรสชาติมันเลย ลักษณะการปรุงอาหาร พบว่า ปรุงอาหารโดยวิธีการทอด ประเภทอาหารที่เลือกรับประทาน พบว่า ประเภทโปรตีน รับประทานเนื้อสัตว์ทุกวัน รับประทานปลา 3-5 ครั้ง/สัปดาห์ และรับประทานเครื่องในสัตว์ 2 ครั้ง/สัปดาห์ หรือมักไม่รับประทานเลย ประเภทคาร์โบไฮเดรต

ประทานข้าวทุกวัน รับประทานขนมปัง 3-5 ครั้ง/สัปดาห์ และรับประทานเนื้อ 2 ครั้ง/สัปดาห์ หรือมักไม่รับประทานเลย ประเภทผักและผลไม้ รับประทานผักและผลไม้ทุกวัน ประเภทไขมัน รับประทานน้ำมันพืชทุกวัน รับประทานน้ำมันพืช 3-5 ครั้ง/สัปดาห์ และรับประทานน้ำมันสัตว์ 2 ครั้ง/สัปดาห์ หรือมักไม่รับประทานเลย ด้านปริมาณอาหารที่บริโภค ประกอบด้วยการให้ความสำคัญของมื้ออาหาร พบว่า ให้ความสำคัญกับมื้ออาหารกลางวัน ปริมาณการรับประทานอาหาร พบว่า รับประทานอาหารมื้อละหนึ่งจาน

3. ระดับความรู้เกี่ยวกับสารอาหาร พบว่า ระดับความรู้โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 61) โดยมีความรู้ในเรื่อง การบริโภคอาหารสำหรับผู้ที่มีไขมันในเลือดสูง และเรื่องอาหารที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง และในส่วนที่ไม่มีความรู้ ได้แก่ เรื่องประโยชน์ของใยอาหาร และเรื่องอาหารที่มีปริมาณน้ำตาลมากที่สุด

4. ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยรวม และรายด้านทั้ง 3 ด้าน พบว่า ทักษะโดยรวมอยู่ในระดับไม่แน่ใจ (ร้อยละ 100) สำหรับทักษะที่รายด้าน ได้แก่ ทักษะด้านความสะอาด รวดเร็วด้านความนิยม และด้านการเลือกซื้ออาหารอยู่ในระดับไม่แน่ใจทุกด้าน (ร้อยละ 84, 92 และ 58)

5. การรับข่าวสารจากสื่อประเภทโทรทัศน์มีผลต่อด้านความรู้สารอาหาร และด้านการเลือกซื้ออาหาร

6. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยรวม คือ การรับข่าวสารจากสื่อในด้านการเลือกซื้ออาหารช่วงเทศกาลจากสื่อประเภทโทรทัศน์

7. สื่อประเภทโทรทัศน์สามารถอธิบายพฤติกรรมการบริโภคอาหารในด้าน ความบ่อยในการรับประทานเนื้อสัตว์ทุกชนิดรวมทั้งปลา

8. ข้อเสนอแนะจากการศึกษา ได้แก่ 1) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจะเผยแพร่ความรู้ในเรื่องรสชาติอาหาร ที่ควรรับประทาน 2) ควรมีเอกสารให้กับสตรีในหน่วยงานได้อ่านและเห็นถึงคุณประโยชน์ของอาหารเข้า ว่ามีความสำคัญอย่างไร 3) หน่วยงานของรัฐควรมีการนำเสนออย่างชัดเจนถึงผลเสียของการรับประทานเนื้อสัตว์ในปริมาณที่มากเกินไป 4) ควรมีนโยบายจำกัดจำนวนร้านอาหารภายในหน่วยงานที่ประกอบอาหารโดยวิธีการทอด หรือวิธีการอื่นๆ ที่ใช้น้ำมันมาก