

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ตำบลบ้านสิงห์ อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี” ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุ ทั้งเพศชาย และเพศหญิง ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 250 คน หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูล และนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ (ตาราง 1)

ตอนที่ 2 ลักษณะของครอบครัวผู้สูงอายุ (ตาราง 2-4)

ตอนที่ 3 ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ (ตาราง 5-8)

ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ (ตาราง 9-13)

ตอนที่ 5 เปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ (ตาราง 14-27)

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์สถานภาพส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในตำบลบ้านสิงห์ อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี จำนวน 250 คน มีรายละเอียดดังตาราง 1

ตาราง 1

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล n = 250		
สถานภาพส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	61	24.4
หญิง	189	75.6
2. อายุ		
60-65 ปี	88	35.2
66-70 ปี	58	23.2
71 ปีขึ้นไป	104	41.6
3. ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	2	0.8
ต่ำกว่าประถมศึกษา	96	38.4
ประถมศึกษาหรือเทียบเท่า	136	54.4
มัธยมศึกษาหรือสูงกว่า	16	6.4
4. อาชีพ		
ประกอบอาชีพ	171	68.4
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	79	31.6
5. รายได้		
ไม่มีรายได้	23	9.2
ต่ำกว่า 3,000 บาท	68	27.2
3,001-6,000 บาท	131	52.4
6,001-9,000 บาท	18	7.2
มากกว่า 9,000 บาท	10	4.0
6. สถานภาพสมรส		
คู่ (คู่สมรสยังมีชีวิตอยู่และใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน)	209	83.6
เดี่ยว (โสด/หม้าย/หย่า/แยกกัน)	41	16.4

ตาราง 1 (ต่อ)

สภาพส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
7. ลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัว		
อยู่กับคู่สมรสสองคน	9	3.6
อยู่กับคู่สมรสและบุตร	195	78.0
อยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง	46	18.4
8. ครอบครัวของท่านมีสมาชิกอยู่รวมกัน		
จำนวน 1-3 คน	37	14.8
จำนวน 4-6 คน	213	77.6
มากกว่า 6 คนขึ้นไป	19	7.6

จากตาราง 1 พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 75.6 มีอายุอยู่ในช่วง 71 ปีขึ้นไปมากที่สุด ร้อยละ 41.6 รองลงมาคืออายุ 60-65 ปี ร้อยละ 35.2 และอายุ 66-70 ปี ร้อยละ 23.2 สำเร็จการศึกษาประถมศึกษาหรือเทียบเท่ามากที่สุด ร้อยละ 54.4 รองลงมา จบการศึกษาระดับต่ำกว่าประถมศึกษา ร้อยละ 38.4 มัธยมศึกษาหรือสูงกว่า ร้อยละ 6.4 และไม่ได้รับการศึกษา ร้อยละ 0.8 การประกอบอาชีพ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการประกอบอาชีพ ร้อยละ 68.4 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 31.6 ครอบครัวผู้สูงอายุมีรายได้ 3,001-6,000 บาทมากที่สุด ร้อยละ 52.4 รองลงมา มีรายได้ต่ำกว่า 3,000 บาท ร้อยละ 27.2 ไม่มีรายได้ ร้อยละ 9.2 มีรายได้ 6,001-9,000 บาท ร้อยละ 7.2 และผู้สูงอายุที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มากกว่า 9,000 บาท ร้อยละ 4.0 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสอยู่กับคู่ ร้อยละ 83.6 นอกนั้นอยู่คนเดียว ร้อยละ 16.4 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่กับคู่สมรสและบุตร ร้อยละ 78.0 รองลงมาอยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง ร้อยละ 18.4 และอยู่กับคู่สมรสสองคน ร้อยละ 3.6 มีสมาชิกในครอบครัวจำนวน 4-6 คน ร้อยละ 77.6 รองลงมา มีสมาชิกในครอบครัวจำนวน 1-3 คน ร้อยละ 14.8 และมีสมาชิกมากกว่า 6 คนขึ้นไป ร้อยละ 7.6

ตอนที่ 2 ลักษณะของครอบครัวผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ลักษณะของครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลบ้านสิงห์ อำเภอ-
โพธาราม จังหวัดราชบุรี จำแนกตามการดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวและสัมพันธภาพ
ในครอบครัว มีรายละเอียดดังตาราง 2-4

ตาราง 2

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามการดูแลของครอบครัวและสัมพันธภาพ
ในครอบครัวโดยรวม

ลักษณะของครอบครัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
การดูแลผู้สูงอายุของครอบครัว		
ปฏิบัติในระดับดี (0.8-1.0 คะแนน)	135	54.0
ปฏิบัติในระดับปานกลาง (0.4-0.7 คะแนน)	115	46.0
ปฏิบัติในระดับไม่ดี (0-0.3 คะแนน)	0	-
รวม	250	100.0
สัมพันธภาพในครอบครัว		
ปฏิบัติในระดับดี (0.8-1.0 คะแนน)	224	89.6
ปฏิบัติในระดับปานกลาง (0.4-0.7 คะแนน)	19	7.6
ปฏิบัติในระดับไม่ดี (0-0.3 คะแนน)	7	2.8
รวม	250	100.0

จากตาราง 2 พบว่า ครอบครัวดูแลผู้สูงอายุอยู่ในระดับดี ร้อยละ 54.0 และระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 46.0 และสัมพันธภาพในครอบครัวของผู้สูงอายุอยู่ในระดับดี ร้อยละ
89.6 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 7.6 และระดับไม่ดี ร้อยละ 2.8

ตาราง 3

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงมาตรฐานของผู้สูงอายุ จำแนกตามการดูแล
ผู้สูงอายุของครอบครัวเป็นรายข้อ

n = 250

การดูแลผู้สูงอายุของครอบครัว	ใช่	ไม่ใช่	\bar{X}	SD	ระดับ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
1. ท่านได้รับการช่วยเหลือดูแล และ เอาใจใส่เรื่องอาหาร การกินในกิจวัตร ประจำวัน จากสมาชิกในครอบครัว	211 (84.4)	39 (15.6)	0.84	0.36	ดี
2. สมาชิกในครอบครัวปรับสภาพที่อยู่ อาศัย สิ่งแวดล้อม เพื่อให้ท่านได้รับ ความสะดวกและปลอดภัย	175 (70.0)	75 (30.0)	0.70	0.46	ปานกลาง
3. สมาชิกในครอบครัวให้ความช่วยเหลือ ด้านการเงินแก่ท่านอย่างสม่ำเสมอ	213 (85.2)	37 (14.8)	0.85	0.36	ดี
4. สมาชิกในครอบครัวคอยดูแลเอาใจใส่ ในการป้องกันมิให้ท่านเกิดอุบัติเหตุ	239 (95.6)	11 (4.4)	0.96	0.21	ดี
5. สมาชิกในครอบครัวคอยดูแลเอาใจใส่ ในกิจกรรมที่ท่านทำอย่างใกล้ชิด	99 (39.6)	151 (60.4)	0.40	0.49	ปานกลาง
6. เมื่อท่านมีอาการไม่สบาย หรือเจ็บป่วย จะได้รับการดูแลและช่วยเหลือจาก สมาชิกในครอบครัวทันที	243 (97.2)	7 (2.8)	0.97	0.17	ดี
7. สมาชิกในครอบครัวช่วยเหลือและ อำนวยความสะดวก เรื่องพาหนะ เมื่อท่านต้องการออกไปทำกิจกรรม นอกบ้าน	242 (96.8)	8 (3.2)	0.97	0.18	ดี
รวม			0.81	0.15	ดี

จากตาราง 3 พบว่า การดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวส่วนใหญ่ได้รับการดูแลและช่วยเหลือโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงตามลำดับดังนี้ ส่วนใหญ่เมื่อมีอาการไม่สบาย หรือเจ็บป่วย จะได้รับการดูแลและช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัวทันที ร้อยละ 97.2 สมาชิกในครอบครัวช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกเรื่องพาหนะ เมื่อต้องการออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน ร้อยละ 96.8 สมาชิกในครอบครัวคอยดูแลเอาใจใส่ในการป้องกันมิให้เกิดอุบัติเหตุ ร้อยละ 95.6 สมาชิกในครอบครัวให้ความช่วยเหลือด้านการเงินอย่างสม่ำเสมอ ร้อยละ 85.2 การช่วยเหลือดูแล และเอาใจใส่เรื่องอาหาร การกินในกิจวัตรประจำวัน จากสมาชิกในครอบครัว ร้อยละ 84.4 สมาชิกในครอบครัวปรับสภาพที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม เพื่อให้ได้รับความสะดวกและปลอดภัย ร้อยละ 70.0 และสมาชิกในครอบครัวคอยดูแลเอาใจใส่ในกิจกรรมที่ทำอย่างใกล้ชิด ร้อยละ 60.4

ตาราง 4

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงมาตรฐานของผู้สูงอายุ จำแนกตามสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นรายข้อ

สัมพันธภาพในครอบครัว	n = 250		\bar{X}	SD	ระดับ
	ใช่ จำนวน (ร้อยละ)	ไม่ใช่ จำนวน (ร้อยละ)			
1. สมาชิกในครอบครัวให้ความเคารพ ยกย่องและนับถือท่าน	249 (99.6)	1 (0.4)	1.00	-	ดี
2. ท่านมีส่วนร่วมในการวางแผนการใช้จ่ายเงินของสมาชิกในครอบครัว	227 (90.8)	23 (9.2)	0.91	0.29	ดี
3. ท่านสามารถให้คำปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัวเมื่อมีปัญหาต่าง ๆ	225 (90.0)	25 (10.0)	0.90	0.30	ดี
4. ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ กับสมาชิกในครอบครัว	163 (65.2)	87 (34.8)	0.65	0.48	ปานกลาง

ตาราง 4 (ต่อ)

สัมพันธภาพในครอบครัว	ใช่	ไม่ใช่	\bar{X}	SD	ระดับ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
5. ท่านเป็นผู้ให้ความรู้และถ่ายทอด ศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี แก่สมาชิกในครอบครัว	245 (98.0)	5 (2.0)	0.98	0.14	ดี
6. เมื่อท่านมีปัญหาเกิดขึ้นกับตัวเอง ท่านจะปรึกษาหารือกับสมาชิก ในครอบครัวเสมอ	237 (94.8)	13 (5.2)	0.95	0.22	ดี
รวม			0.90	0.15	ดี

จากตาราง 4 พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวส่วนใหญ่ได้รับการดูแลและปฏิบัติ โดยรวมอยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงตามลำดับดังนี้ สมาชิกในครอบครัวให้ความเคารพยกย่องและนับถือ ร้อยละ 99.6 เป็นผู้ให้ความรู้และถ่ายทอดศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี แก่สมาชิกในครอบครัว ร้อยละ 98.0 เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นกับตัวเอง ท่านจะปรึกษาหารือกับสมาชิกในครอบครัวเสมอ ร้อยละ 94.8 มีส่วนร่วมในการวางแผนการใช้จ่ายเงินของสมาชิกในครอบครัว ร้อยละ 90.8 สามารถให้คำปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัวเมื่อมีปัญหาต่าง ๆ ร้อยละ 90.0 และมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ กับสมาชิกในครอบครัว ร้อยละ 65.2

ตอนที่ 3 ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในตำบลบ้านสิงห์ อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี จำนวน 250 คน มีรายละเอียดดังตาราง 5-8

ตาราง 5

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามสุขภาพกายโดยรวม

สุขภาพกาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับดีมาก (2.25-3.00 คะแนน)	128	51.2
ระดับดี (1.50-2.24 คะแนน)	111	44.4
ระดับปานกลาง (0.75-1.49 คะแนน)	11	4.4
ระดับไม่ดี (0-0.74 คะแนน)	0	-
รวม	250	100.0

จากตาราง 5 พบว่า สุขภาพกายของผู้สูงอายุอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 51.2 รองลงมาระดับดี ร้อยละ 44.4 และระดับปานกลาง ร้อยละ 4.4

ตาราง 6

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้สูงอายุ จำแนกตามสุขภาพกาย เป็นรายข้อ

n = 250

ภาวะสุขภาพกาย	ทำเป็นประจำ	ทำ บาง ครั้ง	ทำ น้อยครั้ง	ไม่ทำ เลย	\bar{X}	SD	ระดับ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
1. ท่านช่วยสมาชิกในครอบครัว ประกอบอาหารรับประทานเอง	88 (35.2)	59 (23.6)	40 (16.0)	63 (25.2)	1.69	1.20	ดี
2. ท่านดูแลความสะอาดช่องปาก และฟันหลังรับประทาน อาหาร ด้วยการแปรงฟันและบ้วนปาก	237 (94.8)	3 (1.2)	6 (2.4)	4 (1.6)	2.89	0.49	ดีมาก
*3. ท่านมักจะมีปัญหาเกี่ยวกับ ระบบทางเดินอาหาร เช่น จุกท้อง ท้องเดิน	3 (1.2)	23 (9.2)	88 (35.2)	136 (54.4)	2.43	0.71	ดีมาก
*4. ท่านมีอาการปวดตามข้อ กระดูก เช่น หัวเข่า หัวไหล่ เอวหลัง	43 (17.2)	132 (52.8)	36 (14.4)	39 (15.6)	1.28	0.93	ปาน- กลาง
*5. ท่านมักจะเป็นหวัดและมี อาการในระบบทางเดินหายใจ เช่น ไอ เจ็บคอ	4 (1.6)	26 (10.4)	105 (42.0)	115 (46.0)	2.32	0.72	ดีมาก
*6. ท่านมีอาการชาตามปลายมือ ปลายเท้า หนัามีด เป็นลม	12 (4.8)	77 (30.8)	58 (23.2)	103 (41.2)	2.01	0.96	ดี
*7. ท่านรู้สึกปวดศีรษะ เวลาเจอ แสงแดดเป็นเวลานาน ๆ	4 (1.6)	58 (23.2)	57 (22.8)	131 (52.4)	2.26	0.87	ดีมาก
*8. ท่านมีอาการเกี่ยวกับระบบ ขับถ่าย เช่น ท้องผูก ท้องเสีย	10 (4.0)	24 (9.6)	108 (43.2)	108 (43.2)	2.26	0.79	ดีมาก
รวม					2.14	0.48	ดี

*หมายเหตุ: กลับค่าแล้ว

จากตาราง 6 พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพกายโดยรวมอยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงตามลำดับดังนี้ ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพสะอาดช่องปาก และฟันหลังรับประทานอาหาร การแปรงฟันและบ้วนปากเป็นประจำ ร้อยละ 94.8 มักจะมีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น จุกท้อง ท้องเดิน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 54.4 ไม่มีอาการ รู้สึกปวดศีรษะ เวลาเจอแสงแดดเป็นเวลานาน ๆ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 52.4 ไม่มีอาการ มักจะเป็นหวัดและมีอาการในระบบทางเดินหายใจ เช่น ไอ เจ็บคอ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 46.0 ไม่มีอาการ มีอาการเกี่ยวกับระบบขับถ่าย เช่น ท้องผูก ท้องเสีย ส่วนใหญ่ ร้อยละ 43.2 มีอาการน้อยครั้งหรือไม่เป็นเลย มีอาการชาตามปลายมือ ปลายเท้า หน้ามืด เป็นลม ส่วนใหญ่ ร้อยละ 41.2 ไม่มีอาการ ช่วยสมาชิกในครอบครัวประกอบอาหารรับประทานเอง ส่วนใหญ่ทำเป็นประจำ ร้อยละ 35.2 และมีอาการปวดตามข้อกระดูก เช่น หัวเข่า หัวไหล่ เอวหลัง ร้อยละ 52.8 มีอาการปวดเป็นบางครั้ง



ตาราง 7

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามสุขภาพจิตโดยรวม

สุขภาพจิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับดีมากที่สุด (3.20-4.00 คะแนน)	3	1.2
ระดับดีมาก (2.40-3.19 คะแนน)	100	40.0
ระดับดี (1.60-2.39 คะแนน)	143	57.2
ระดับปานกลาง (0.80-1.59 คะแนน)	4	1.6
ระดับไม่ดี (0-0.79 คะแนน)	0	-
รวม	250	100.0

จากตาราง 7 พบว่า สุขภาพจิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับดี ร้อยละ 57.2 รองลงมา ระดับดีมาก ร้อยละ 40.0 ระดับปานกลาง ร้อยละ 1.6 และระดับดีมากที่สุด ร้อยละ 1.2

ตาราง 8

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้สูงอายุ จำแนกตามสุขภาพจิต เป็นรายข้อ

ภาวะสุขภาพจิต	จริง	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย	\bar{X}	SD	ระดับ
	ที่สุด				ที่สุด			
	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน			
	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)			
*1. ท่านรู้สึกกลัว โดยไม่มีเหตุผล	7 (2.8)	69 (27.6)	6 (2.4)	13 (5.2)	155 (62.0)	2.96	1.42	ดีมาก
*2. ท่านรู้สึกหดหู เศร้าสร้อย เหงาหงอย และไม่มี ความสุข	3 (1.2)	22 (8.8)	59 (23.6)	19 (7.6)	147 (58.8)	3.14	1.13	ดีมาก
3. ท่านรู้สึกว่ามีกำลังวังชา มากเช่นเดียวกับ ปีที่แล้ว	6 (2.4)	42 (16.8)	14 (5.6)	152 (60.8)	36 (14.4)	1.32	0.99	ปาน- กลาง
*4. ท่านรู้สึกต๊ับสน และหลงลืมง่าย ย่ำคิดย่ำทำ	27 (10.8)	173 (69.2)	24 (9.6)	11 (4.4)	15 (6.0)	1.26	0.93	ปาน- กลาง
*5. ท่านรู้สึกว่ามีชีวิตของท่าน ไม่มีค่า	5 (2.0)	9 (3.6)	4 (1.6)	104 (41.6)	128 (51.2)	3.36	0.85	ดีมาก ที่สุด
*6. บางครั้งท่าน รู้สึกว่าเหน็ด เหนื่อยเมื่อยล้า	57 (22.8)	157 (62.8)	19 (7.6)	10 (4.0)	7 (2.8)	1.01	0.85	ปาน- กลาง
7. ท่านตระหนักดี เกี่ยวกับอายุ ที่มากขึ้น ของท่าน	199 (79.6)	41 (16.4)	5 (2.0)	4 (1.6)	1 (0.4)	3.73	0.62	ดีมาก ที่สุด

n = 250

ตาราง 8 (ต่อ)

ภาวะสุขภาพจิต	จริง	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย	\bar{X}	SD	ระดับ
	ที่สุด				ที่สุด			
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
8. ท่านฝึกสมาธิ								
เพื่อให้จิตใจ	121	79	12	23	15			
สงบไม่ฟุ้งซ่าน	(48.4)	(31.6)	(4.8)	(9.2)	(6.0)	3.07	1.20	ดีมาก
9. ท่านคิดว่ามีชีวิต								
อยู่เพื่อวันนี้								
ไม่ควรจะวิตก	42	182	8	8	10			
กังวลกับพรุ่งนี้	(16.8)	(72.8)	(3.2)	(3.2)	(4.0)	2.95	0.83	ดีมาก
10. ท่านคิดว่าช่วง								
วัยนี้เป็นช่วงวัย	16	13	11	121	89			ปาน-
ที่ดีที่สุด	(6.4)	(5.2)	(4.4)	(48.4)	(35.6)	0.98	1.09	กลาง
รวม						2.38	0.38	ดี

*หมายเหตุ: กลับค่าแล้ว

จากตาราง 8 พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพจิตโดยรวมอยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงตามลำดับดังนี้ ตระหนักดีเกี่ยวกับอายุที่มากขึ้น ส่วนใหญ่ ร้อยละ 79.6 มีอาการจริงที่สุด ท่านคิดว่ามีชีวิตอยู่เพื่อวันนี้ ไม่ควรจะวิตกกังวลกับพรุ่งนี้ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 72.8 มีอาการจริง รู้สึกสับสนและหลงลืมง่าย ย้ำคิดย้ำทำ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 69.2 มีอาการจริง รู้สึกกลัวโดยไม่มีเหตุผล ส่วนใหญ่ ร้อยละ 62.0 ไม่มีอาการ รู้สึกว่าเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 62.8 มีอาการจริง รู้สึกว่ามีกำลังวังชามากเช่นเดียวกับปีที่แล้ว ส่วนใหญ่ ร้อยละ 60.8 มีอาการจริงน้อย รู้สึกหุดหู่ เสร้าสร้อย เหงาหงอยและไม่มีความสุข ส่วนใหญ่ ร้อยละ 58.8 ไม่มีอาการ ส่วนใหญ่ รู้สึกว่าชีวิตไม่มีค่า ร้อยละ 51.2 ไม่มีอาการ ฝึกสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 48.4 มีอาการจริงที่สุด และคิดว่าช่วงวัยนี้เป็นช่วงวัยที่ดีที่สุด ส่วนใหญ่ ร้อยละ 48.4 ปฏิบัติจริงน้อย

ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ

จากการสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุวิเคราะห์เป็นรายข้อคำถาม โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามอาหารหลัก 5 หมู่และบริโภคนิสัย เป็น 4 ระดับ คือ พฤติกรรมถูกต้องในระดับดีมาก พฤติกรรมถูกต้องในระดับดี พฤติกรรมถูกต้องในระดับต้องปรับปรุง และพฤติกรรมถูกต้องในระดับที่ต้องปรับปรุงอย่างเร่งด่วน ปรากฏผลดังตาราง 9-13

ตาราง 9

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่และด้านบริโภคนิสัยโดยรวม

ระดับพฤติกรรมการบริโภค อาหารหลัก 5 หมู่ + บริโภคนิสัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มีพฤติกรรมในระดับดีมาก (2.25-3.00 คะแนน)	132	52.8
มีพฤติกรรมในระดับดี (1.50-2.24 คะแนน)	118	47.2
มีพฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุง (0.75-1.49 คะแนน)	0	-
มีพฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุงเร่งด่วน (0-0.74 คะแนน)	0	-
รวม	250	100.0

จากตาราง 9 พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่กับบริโภคนิสัย อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 52.8 รองลงมาในระดับดี ร้อยละ 47.2

ตาราง 10

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่โดยรวม

ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มีพฤติกรรมในระดับดีมาก (2.25-3.00 คะแนน)	28	11.2
มีพฤติกรรมในระดับดี (1.50-2.24 คะแนน)	195	78.0
มีพฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุง (0.75-1.49 คะแนน)	27	10.8
มีพฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุงเร่งด่วน (0-0.74 คะแนน)	0	-
รวม	250	100.0

จากตาราง 10 พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่อยู่ในระดับดี ร้อยละ 78.0 รองลงมาระดับดีมาก ร้อยละ 11.2 และระดับต้องปรับปรุง ร้อยละ 10.8

ตาราง 11

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงมาตรฐานของผู้สูงอายุ จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่เป็นรายข้อ

n = 250

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร ตามอาหารหลัก 5 หมู่	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อย ครั้ง	ทำนาน ๆ ครั้ง	ไม่ทำ เลย	\bar{X}	SD	ระดับ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
1. รับประทาน เนื้อปลาและ เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ที่ไม่ติดมัน	62 (24.8)	145 (58.0)	38 (15.2)	5 (2.0)	2.06	0.69	ดี
*2. รับประทาน อาหารหมักดอง	3 (1.2)	4 (1.6)	100 (40.0)	143 (57.2)	2.53	0.60	ดีมาก
3. ดื่มนมเสริมแคล- เซียมไขมันต่ำ	55 (22.0)	30 (12.0)	74 (29.6)	91 (36.4)	1.20	1.15	ต้อง ปรับปรุง
4. รับประทานผัก ใบเขียวเข้ม เช่น ผักคะน้า ตำลึง ผักบุ้ง ฯลฯ	147 (58.8)	78 (31.2)	22 (8.8)	3 (1.2)	2.48	0.71	ดีมาก
5. รับประทานผักที่มี สีเหลือง/ส้ม/แดง เช่น แครอท มะเขือเทศ ฟักทอง ฯลฯ	29 (11.6)	25 (10.0)	194 (77.6)	2 (0.8)	1.32	0.68	ต้อง ปรับปรุง
6. รับประทานผลไม้สด เช่น ส้ม กล้วย สับปะรด แตงโม ฯลฯ	137 (54.8)	88 (35.2)	21 (8.4)	4 (1.6)	2.43	0.72	ดีมาก
7. รับประทาน ข้าวกล้องหรือ ข้าวซ้อมมือ	55 (22.0)	3 (1.2)	14 (5.6)	178 (71.2)	0.74	1.24	ต้อง ปรับปรุง เร่งด่วน

ตาราง 11 (ต่อ)

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร ตามอาหารหลัก 5 หมู่	ทำเป็นประจำ จำนวน (ร้อยละ)	ทำบ่อย ครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ทำนาน ๆ ครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่ทำ เลย จำนวน (ร้อยละ)	\bar{X}	SD	ระดับ
8. รับประทานถั่ว หรือผลิตภัณฑ์ จากถั่ว เช่น ถั่วอบ ถั่วกวน น้านม- ถั่วเหลือง ฯลฯ	40 (16.0)	20 (8.0)	130 (52.0)	60 (24.0)	1.16	0.94	ต้อง ปรับปรุง
*9. รับประทานอาหาร ที่มีกะทิมาก เช่น แกงเทโพ แกงเขียวหวาน พะแนงหมู ฯลฯ	3 (1.2)	4 (1.6)	171 (68.4)	72 (28.8)	2.25	0.54	ดีมาก
*10. รับประทาน ขนมหวานใส่กะทิ เช่น บัวลอย ไข่หวาน ข้าวเหนียวน้ำกะทิ ทุเรียน แกงบวช- ฟักทอง ฯลฯ	5 (2.0)	4 (1.6)	170 (68.0)	71 (28.4)	2.23	0.57	ดี
รวม					1.84	0.34	ดี

*หมายเหตุ: กลับค่าแล้ว

จากตาราง 11 พบว่า ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารตามอาหารหลัก 5 หมู่ ในภาพรวมอยู่ในระดับดี และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงตามลำดับดังนี้ การรับประทานอาหารที่มีกะทิมาก เช่น แกงเทโพ แกงเขียวหวาน พะแนงหมู ส่วนใหญ่ ร้อยละ 68.4 มีพฤติกรรมการบริโภคนาน ๆ ครั้ง การรับประทานผักใบเขียวเข้ม เช่น ผักคะน้า ตำลึง ผักบุ้ง ฯลฯ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 58.8 มีพฤติกรรมการบริโภคเป็นประจำ การรับประทานอาหารหมักดอง ส่วนใหญ่ ร้อยละ 57.2 ไม่มีพฤติกรรมการบริโภค

การรับประทานผลไม้สด เช่น ส้ม กล้วย สับปะรด แดงโม ส่วนใหญ่ ร้อยละ 54.8 มีพฤติกรรมการบริโภคเป็นประจำ การรับประทานขนมหวานใส่กะทิ เช่น บัวลอย ไข่หวาน ข้าวเหนียวน้ำกะทิทุเรียน แกงบวคฟักทอง ส่วนใหญ่ ร้อยละ 68.0 มีพฤติกรรมการบริโภคนาน ๆ ครั้ง การรับประทานเนื้อปลาและเนื้อสัตว์ต่าง ๆ ที่ไม่ติดมัน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 58.0 มีพฤติกรรมการบริโภคบ่อยครั้งการรับประทานผักที่มีสีเหลือง/ส้ม/แดง เช่น มะเขือเทศ ฟักทอง ส่วนใหญ่ ร้อยละ 77.6 มีพฤติกรรมการบริโภคนาน ๆ ครั้ง การรับประทานข้าวกล้องหรือข้าวซ้อมมือ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 71.2 ไม่มีพฤติกรรมการบริโภคเลย การรับประทานถั่วหรือผลิตภัณฑ์จากถั่ว เช่น ถั่วอบ ถั่วกวน น้านม-ถั่วเหลือง ส่วนใหญ่ ร้อยละ 52.0 มีพฤติกรรมการบริโภคนาน ๆ ครั้ง และการดื่มนมเสริมแคลเซียมไขมันต่ำ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 36.4 ไม่มีการบริโภคเลย

ตาราง 12

จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภค นิสัย โดยรวม

ระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มีพฤติกรรมในระดับดีมาก (2.25-3.00 คะแนน)	220	88.0
มีพฤติกรรมในระดับดี (1.50-2.24 คะแนน)	30	12.0
มีพฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุง (0.75-1.49 คะแนน)	0	-
มีพฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุงเร่งด่วน (0-0.74 คะแนน)	0	-
รวม	250	100.0

จากตาราง 12 พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารตามบริโภคนิสัยของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 88.0 และระดับดี ร้อยละ 12.0

ตาราง 13

จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้สูงอายุ จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัยเป็นรายข้อ

n = 250

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร ตามบริโภคนิสัย	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อย ครั้ง	ทำนาน ๆ ครั้ง	ไม่ทำ เลย	\bar{X}	SD	ระดับ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
1. รับประทานอาหาร ครบ 3 มื้อ	245 (98.0)	3 (1.2)	2 (0.8)	-	2.97	0.21	ดีมาก
*2. รับประทานอาหาร ที่มีรสเผ็ดจัด/ เปรี้ยวจัด	1 (0.4)	2 (0.8)	17 (6.8)	230 (92.0)	2.90	0.36	ดีมาก
3. ซื้ออาหารจากร้าน ที่สะอาดมา รับประทาน	152 (60.8)	86 (34.4)	8 (3.2)	4 (1.6)	2.54	0.64	ดีมาก
4. ใช้อ่อนกลาง เมื่อรับประทาน อาหารร่วมกับผู้อื่น	141 (56.4)	6 (2.4)	40 (16.0)	63 (25.2)	1.90	1.31	ดี
*5. รับประทานอาหาร ก่อนเข้านอน	11 (4.4)	6 (2.4)	10 (4.0)	223 (89.2)	2.78	0.70	ดีมาก
6. เลือกรับประทาน อาหารที่ปรุงสุก ใหม่ ๆ และมีฝาปิด มิดชิด	209 (83.6)	41 (16.4)	-	-	2.84	0.37	ดีมาก
*7. รับประทาน ขนมหวาน เช่น ฝอยทอง ทองหยิบ ทองหยอด	-	1 (0.4)	36 (14.4)	213 (85.2)	2.85	0.37	ดีมาก
*8. เคี้ยวอาหาร ไม่ละเอียด แล้วรีบกลืน	27 (10.8)	30 (12.0)	33 (13.2)	160 (64.0)	2.30	1.05	ดีมาก



ตาราง 13 (ต่อ)

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร ตามบริโภคนิสัย	ทำเป็น	ทำบ่อย	ทำนาน ๆ	ไม่ทำ	\bar{X}	SD	ระดับ
	ประจำ	ครั้ง	ครั้ง	เลย			
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)			
*9. รับประทานอาหาร จุบจิบไม่เป็นเวลา	10 (4.0)	8 (3.2)	72 (28.8)	160 (64.0)	2.53	0.75	ดีมาก
*10. ชอบเติมน้ำปลา ในอาหาร โดยไม่ชิม รสชาติก่อน	4 (1.6)	44 (17.6)	82 (32.8)	120 (48.0)	2.27	0.81	ดีมาก
รวม					2.59	0.30	ดีมาก

*หมายเหตุ: กลับค่าแล้ว

จากตาราง 13 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เป็นบริโภค นิสัย ในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณารายข้อเรียงตามลำดับดังนี้ การรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ ส่วนใหญ่ ร้อยละ 98.0 มีการบริโภคเป็นประจำ การรับประทานอาหารที่มีรสเผ็ดจัด/เปรี้ยวจัด ส่วนใหญ่ ร้อยละ 92.0 ไม่มีการบริโภคเลย การรับประทานอาหารก่อนเข้านอน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 89.2 ไม่มีการบริโภคเลย การรับประทานขนมหวาน เช่น ฝอยทอง ทองหยิบ ทองหยอด ส่วนใหญ่ ร้อยละ 85.2 ไม่มีการบริโภคเลย การเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ และมีฝาปิดมิดชิด ส่วนใหญ่ ร้อยละ 83.6 มีพฤติกรรมการบริโภคเป็นประจำ การเคี้ยวอาหารไม่ละเอียด แล้วรีบกลืน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 64.0 ไม่มีการบริโภคเลย การรับประทานอาหารจุบจิบ ไม่เป็นเวลา ส่วนใหญ่ ร้อยละ 64.0 ไม่มีการบริโภคเลย การซื้ออาหารจากร้านที่สะอาด มารับประทาน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 60.8 มีการบริโภคเป็นประจำ การใช้ช้อนกลาง เมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น ส่วนใหญ่ ร้อยละ 56.4 มีพฤติกรรมการบริโภค เป็นประจำ และการชอบเติมน้ำปลาในอาหาร โดยไม่ชิมรสชาติก่อน ส่วนใหญ่ ร้อยละ 48.0 ไม่มีการบริโภคเลย

**ตอนที่ 5 เปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ
จำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล ลักษณะของครอบครัว
และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ**

ในการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ โดยการทดสอบค่าที่ t test แบบ independent และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเนื่องจากตัวแปรระดับการศึกษา รายได้ จำนวนสมาชิกในครอบครัว การดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัว สุขภาพกาย และสุขภาพจิต มีจำนวนตัวอย่างน้อยกว่า 20 คน จึงแบ่งกลุ่มใหม่ดังนี้

การศึกษาขุบเหลือ 2 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 1 คือ ไม่ได้รับการศึกษา มารวมกับช่วงที่ 2 คือ ต่ำกว่าประถมศึกษา เป็น ต่ำกว่าประถมศึกษา และช่วงที่ 4 คือ มัธยมศึกษา หรือสูงกว่ามารวมกับช่วงที่ 3 คือ ประถมศึกษาหรือเทียบเท่า เป็น ประถมศึกษาหรือเทียบเท่า

รายได้ขุบเหลือ 4 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 5 คือ รายได้มากกว่า 9,000 บาทมารวมกับช่วงที่ 4 คือ 6,001-9000 บาท เป็น 6,001 บาทขึ้นไป

จำนวนสมาชิกในครอบครัวขุบเหลือ 2 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 3 คือ จำนวนสมาชิกมากกว่า 6 คนขึ้นไปมารวมกับช่วงที่ 2 คือ จำนวนสมาชิก 4-6 คน เป็น จำนวนสมาชิก 4-6 คนขึ้นไป

การดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวขุบเหลือ 2 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 3 คือ ปฏิบัติในระดับไม่ดีมารวมกับช่วงที่ 2 คือ ปฏิบัติในระดับปานกลาง เป็น ปฏิบัติในระดับปานกลาง

สัมพันธภาพในครอบครัวขุบเหลือ 2 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 3 คือ ปฏิบัติในระดับไม่ดีมารวมกับช่วงที่ 2 คือ ปฏิบัติในระดับปานกลาง เป็น ปฏิบัติในระดับปานกลาง

สุขภาพกายยวบเหลือ 2 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 3 และ 4 คือ ปฏิบัติในระดับปานกลางและระดับ ไม่ดีมารวมกับช่วงที่ 2 คือ ปฏิบัติในระดับดี เป็น ปฏิบัติในระดับดีสุขภาพจิตยวบเหลือ 2 ระดับ คือ โดยนำช่วงที่ 4 และ 5 คือ ปฏิบัติในระดับปานกลางและระดับ ไม่ดีมารวมกับช่วงที่ 3 คือ ปฏิบัติในระดับดี และช่วงที่ 1 คือ ปฏิบัติในระดับดีมากที่สุดมารวมกับช่วงที่ 2 คือ ปฏิบัติในระดับดีมาก เป็น ปฏิบัติในระดับดีมาก

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล ลักษณะของครอบครัว และภาวะสุขภาพ ปรากฏดังตาราง 14-27

ตาราง 14

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	เพศ				t	Sig.
	ชาย		หญิง			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.89	0.36	1.82	0.33	1.361	0.175
ด้านบริโภคนิสัย	2.55	0.27	2.60	0.30	-1.149	0.252

จากตาราง 14 แสดงว่า ผู้สูงอายุเพศชายและหญิง มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 15

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	ระดับการศึกษา				t	Sig.
	ต่ำกว่า ประถมศึกษา		ประถมศึกษา หรือเทียบเท่า			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.93	0.23	1.78	0.38	3.316*	0.001
ด้านบริโภคนิสัย	2.75	0.24	2.48	0.28	7.880*	0.000

* $p < .05$

จากตาราง 15 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษาและประถมศึกษาหรือเทียบเท่า มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษา มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย ดีกว่าระดับประถมศึกษาหรือเทียบเท่า

ตาราง 16

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามอาชีพ

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	อาชีพ				t	Sig.
	ประกอบ อาชีพ		ไม่ได้ ประกอบอาชีพ			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.84	0.31	1.84	0.40	-0.038	0.970
ด้านบริโภคนิสัย	2.63	0.27	2.49	0.32	3.617*	0.000

* $p < .05$

จากตาราง 16 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพและไม่ได้ประกอบอาชีพ มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบริโภคนิสัยแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพมีบริโภคนิสัย ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ

ตาราง 17

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพสมรส

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	สถานภาพสมรส				t	Sig.
	คู่		เดี่ยว			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.82	0.33	1.94	0.35	-2.140*	0.033
ด้านบริโภคนิสัย	2.61	0.29	2.47	0.32	2.761*	0.006

* $p < .05$

จากตาราง 17 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ (คู่สมรสยังมีชีวิตอยู่และใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน) และสถานภาพสมรสเดี่ยว (โสด/หม้าย/หย่า/แยกกัน) มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสเดี่ยว (โสด/หม้าย/หย่า/แยกกัน) มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ ดีกว่าสถานภาพสมรสคู่ (คู่สมรสยังมีชีวิตอยู่และใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน) ส่วนผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ (คู่สมรสยังมีชีวิตอยู่และใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน) มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัยดีกว่าสถานภาพสมรสเดี่ยว (โสด/หม้าย/หย่า/แยกกัน)

ตาราง 18

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามขนาดครอบครัว

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	ขนาดของครอบครัว				<i>t</i>	Sig.
	1-3 คน		4-6 คนขึ้นไป			
	\bar{X}	<i>SD</i>	\bar{X}	<i>SD</i>		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.94	0.43	1.82	0.32	1.994*	0.010
ด้านบริโภคนิสัย	2.46	0.29	2.61	0.29	-2.848	0.191

* $p < .05$

จากตาราง 18 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีขนาดของครอบครัวจำนวน 1-3 คน และ 4-6 คนขึ้นไป มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนด้านบริโภคนิสัย ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าผู้สูงอายุที่มีขนาดของครอบครัวจำนวน 1-3 คน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ ดีกว่าขนาดของครอบครัวจำนวน 4-6 คนขึ้นไป ส่วนขนาดของครอบครัวจำนวน 4-6 คนขึ้นไป มีพฤติกรรมด้านบริโภคนิสัยดีกว่าขนาดของครอบครัวจำนวน 1-3 คน

ตาราง 19

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามด้านการดูแลผู้สูงอายุของครอบครัว

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	การดูแลผู้สูงอายุของครอบครัว				t	Sig.
	ปานกลาง		ดี			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.71	0.32	1.95	0.31	-5.949*	0.000
ด้านบริโภคนิสัย	2.51	0.25	2.66	0.32	-4.187*	0.000

* $p < .05$

จากตาราง 19 แสดงว่า ผู้สูงอายุได้รับการดูแลของครอบครัวในระดับปานกลาง และระดับดี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่าการดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวในระดับดี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ และบริโภคนิสัย ดีกว่าการดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวในระดับปานกลาง

ตาราง 20

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	สัมพันธภาพในครอบครัว				t	Sig.
	ปานกลาง		ดี			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.83	0.38	1.84	0.33	-0.196	0.845
ด้านบริโภคนิสัย	2.56	0.25	2.59	0.30	-0.563	0.574

จากตาราง 20 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวระดับปานกลาง และระดับดี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่และด้านบริโภคนิสัย ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 21

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามสุขภาพกาย

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร	สุขภาพกาย				t	Sig.
	ดี		ดีมาก			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.70	0.34	1.97	0.28	-6.714*	0.000
ด้านบริโภคนิสัย	2.44	0.25	2.74	0.26	-9.226*	0.000

* $p < .05$

จากตาราง 21 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพกายอยู่ในระดับดีและระดับดีมาก มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย แตกต่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่าผู้สูงอายุ ที่มีสุขภาพกายอยู่ในระดับดีมาก มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย ดีกว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาพกายอยู่ในระดับดี

ตาราง 22

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามสุขภาพจิต

พฤติกรรม กรรมการบริโภคอาหาร	สุขภาพจิต				t	Sig.
	ดี		ดีมาก			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	1.68	0.33	1.95	0.29	-6.965*	0.000
ด้านบริโภคนิสัย	2.36	0.22	2.75	0.23	-13.795*	0.000

* $p < .05$

จากตาราง 22 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตอยู่ในระดับดีและระดับดีมาก มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย แตกต่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตอยู่ในระดับดีมาก มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย ดีกว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตอยู่ในระดับดี

ตาราง 23

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ
จำแนกตามอายุ

พฤติกรรม กรรมการบริโภคอาหาร		SS	df	MS	F	Sig.
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	ระหว่างกลุ่ม	0.364	2	0.182	1.611	0.202
	ภายในกลุ่ม	27.912	247	0.113		
	รวม	28.276	249			
ด้านบริโภคนิสัย	ระหว่างกลุ่ม	0.137	2	6.827	0.772	0.463
	ภายในกลุ่ม	21.852	247	8.847		
	รวม	21.989	249			

จากตาราง 23 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้านอาหารหลัก 5 หมู่ และด้านบริโภคนิสัย ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 24

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้

พฤติกรรม		SS	df	MS	F	Sig.
การบริโภคอาหาร						
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	ระหว่างกลุ่ม	0.881	3	0.294	2.637	0.050
	ภายในกลุ่ม	27.395	246	0.111		
	รวม	28.276	249			
ด้านบริโภคนิสัย	ระหว่างกลุ่ม	3.464	3	1.155	15.336*	0.000
	ภายในกลุ่ม	18.524	246	7.530		
	รวม	21.989	249			

* $p < .05$

จากตาราง 24 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบริโภคนิสัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำค่าเฉลี่ยมาทำการทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffé ได้แสดงผลดังตาราง 25

ตาราง 25

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัยของผู้สูงอายุ
จำแนกตามรายได้

รายได้	\bar{X}	ไม่มี รายได้	ต่ำกว่า 3,000 บาท	3,001-6,000 บาท	6,001 บาทขึ้นไป
ไม่มีรายได้	2.26		*	*	
ต่ำกว่า 3,000 บาท	2.66				*
3,001-6,000 บาท	2.63				
6,001 บาทขึ้นไป	2.48				

* $p < .05$

จากตาราง 25 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่ำกว่า 3,000 บาท และ 3,001-6,000 บาท มีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัย สูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ และผู้สูงอายุที่มีรายได้ 6,001 บาทขึ้นไป มีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัย ต่ำกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่ำกว่า 3,000 บาท ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 26

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ จำแนกตามลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัว

พฤติกรรม การบริโภคอาหาร		SS	df	MS	F	Sig.
ด้านอาหารหลัก 5 หมู่	ระหว่างกลุ่ม	0.443	2	0.222	1.968	0.142
	ภายในกลุ่ม	27.832	247	0.113		
	รวม	28.276	249			
ด้านบริโภคนิสัย	ระหว่างกลุ่ม	0.647	2	0.324	3.745*	0.025
	ภายในกลุ่ม	21.341	247	0.086		
	รวม	21.989	249			

* $p < .05$

จากตาราง 26 พบว่า ผู้สูงอายุที่มีลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัวแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านอาหารหลัก 5 หมู่ ไม่มีความแตกต่างทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบริโภคนิสัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำค่าเฉลี่ยมาทำการทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffé ได้แสดงผลดังตาราง 27

ตาราง 27

การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัยของผู้สูงอายุ จำแนกตามลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัว

ลักษณะการอยู่อาศัย ของครอบครัว	\bar{X}	อยู่กับ คู่สมรส สองคน	อยู่กับ คู่สมรส และบุตร	อยู่กับบุตร หลานหรือ ญาติพี่น้อง
อยู่กับคู่สมรสสองคน	2.58			
อยู่กับคู่สมรสและบุตร	2.61			*
อยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง	2.48			

* $p < .05$

จากตาราง 27 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้องมีระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านบริโภคนิสัย ต่ำกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสและบุตร ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง