

บทที่ 5

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เพื่อมุ่งศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น เพื่อให้ทราบถึงปัจจัยที่มีผลในการจำแนกกลุ่มระหว่างนักเรียน ที่มีภาวะโภชนาการปกติ และ ภาวะขาดสารอาหาร

5.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

5.1.1 เพื่อศึกษาคูณลักษณะส่วนบุคคล คุณลักษณะด้านครอบครัว คุณลักษณะบริโภคนิสัย สภาพแวดล้อมทางสังคม และภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา

5.1.2 เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการ ของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น

5.1.3 เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น

5.2 ระเบียบวิธีวิจัย

5.2.1 ประชากรกลุ่มเป้าหมายคือ นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในโรงเรียนที่สังกัด สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2540 จำนวน 2,948 คน

5.2.2 กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น จากการคำนวณหาขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Taro Yamane ได้จำนวนตัวอย่าง 353 คน แต่เพื่อให้การศึกษามีความน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้นผู้วิจัยจึงเพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่างเป็น 396 คน ในการคัดเลือกใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน

5.3 สรุปผลการวิจัย

5.3.1 คุณลักษณะส่วนบุคคล คุณลักษณะด้านครอบครัว คุณลักษณะสภาพแวดล้อมทางสังคม คุณลักษณะด้านบริโภคนิสัย และภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษาพบว่า

นักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง มีอายุ 12 ปี มีความรู้ด้านโภชนาการ สุขภาพดีไม่เจ็บป่วย บิดาของนักเรียนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ รับจ้าง มารดาประกอบอาชีพเกษตรกรรม รายได้ต่อคนต่อเดือน ต่ำกว่า 2,000 บาท แต่มีความเพียงพอของรายได้และผลผลิต และเป็นครอบครัวขนาดกลาง มีจำนวนสมาชิก 5-7 คน บิดามารดาของนักเรียนมีการย้ายถิ่นระยะสั้น

นักเรียนได้รับอิทธิพลเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร จากครอบครัวมากที่สุด รองลงมาคือ ครู เพื่อน และสื่อมวลชน ตามลำดับ ด้านบริโภคนิสัยของนักเรียนพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการบริโภคอาหาร มีความชอบอาหาร ครบคลุมอาหารทั้ง 5 หมู่ และมีความเชื่ออาหารที่ถูกหลักโภชนาการ รวมทั้งได้รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ

ด้านภาวะโภชนาการ ที่ประเมินโดยใช้เกณฑ์น้ำหนักต่ออายุพบว่า นักเรียนมีภาวะขาดสารอาหารร้อยละ 16.2 ภาวะโภชนาการปกติร้อยละ 83.8

5.3.2 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน พบตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษาในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้คือ ปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ ความรู้ด้านโภชนาการ ประวัติความเจ็บป่วย ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ความเพียงพอของรายได้และผลผลิต ปัจจัยด้านบริโภคนิสัย ได้แก่ การบริโภคอาหาร ความชอบอาหาร ความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร และจำนวนมื้อที่รับประทานใน 1 วัน ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลจากครอบครัว

5.3.3 ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลายตัวแปร ใช้การวิเคราะห์จำแนกประเภท (Discriminant Analysis) แบบมีขั้นตอน (Stepwise) พบว่า สามารถอธิบายความแตกต่างของเด็กที่มีภาวะโภชนาการปกติ และเด็กที่มีภาวะขาดสารอาหาร เรียงตามลำดับดังนี้ 1) ความชอบอาหาร 2) ความรู้ด้านโภชนาการ 3) ประวัติความเจ็บป่วย 4) ความเพียงพอ

ของรายได้และผลผลิต 5) อิทธิพลจากครอบครัว 6) การบริโภคอาหาร 7) รายได้ต่อคนต่อเดือน

สมการจำแนกกลุ่มประกอบด้วยตัวแปร 7 ตัวแปร อัตราความสามารถในการจำแนกได้ถูกต้องร้อยละ 89.45

5.4 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากการประเมินผลภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ในเขตอำเภอพล จังหวัดขอนแก่น พบว่ายังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของจังหวัดขอนแก่น เนื่องจากยังมีตัวเลขที่สูงกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ และผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า มีปัจจัยจำนวน 7 ตัว ที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ผู้วิจัยจึงนำตัวแปรดังกล่าวมาเป็นแนวทางในการเสนอแนะเพื่อแก้ไขปัญหาดังต่อไปนี้

5.4.1 ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

ผลการวิจัยในครั้งนี้ ได้สนับสนุนแนวความคิดบริโภคนิสัยของ Sanjur ซึ่งแสดงว่า ภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษานั้น มีผลมาจากการบริโภคอาหาร ความชอบอาหาร นอกจากนี้ยังสนับสนุนแนวความคิดกลุ่มอ้างอิง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มอ้างอิงด้านโภชนาการที่สำคัญที่สุดของนักเรียน ได้แก่ ครอบครัว อีกทั้งยังสนับสนุนผลการวิจัยที่ว่าความเจ็บป่วยของร่างกาย การขาดความรู้ด้านโภชนาการ รวมทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียน ดังนั้นในการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษานั้น ตัวแปรที่ควรพิจารณา ได้แก่ 1) ความชอบอาหาร 2) ความรู้ด้านโภชนาการ 3) ประวัติความเจ็บป่วย 4) ความเพียงพอของรายได้และผลผลิต 5) อิทธิพลจากครอบครัว 6) การบริโภคอาหาร 7) รายได้ต่อคนต่อเดือน

5.4.2 ข้อเสนอแนะเชิงพัฒนา

5.4.2.1 จากผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา คือ ปัจจัยด้านบริโภคนิสัย ได้แก่ การบริโภคอาหาร ความชอบอาหาร และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ อิทธิพลจากครอบครัว ซึ่งทั้ง 3 ปัจจัยมีความเป็นเหตุเป็นผลกันดังนี้คือ การที่นักเรียนจะชอบอาหาร หรือบริโภคอาหารชนิดใดสาเหตุสำคัญประการหนึ่งเกิดจากการได้รับอิทธิพลจากครอบครัว ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู การจัดเตรียมอาหารต่าง ๆ ให้เด็กรับประทาน การปฏิบัติตามเกี่ยวกับการรับประทานอาหารชนิดต่างๆ จากครอบครัว ดังนั้นการส่งเสริมให้เด็กมีภาวะโภชนาการดี ควรส่งเสริมที่ครอบครัว อันประกอบด้วย การส่งเสริมบิดามารดาหรือผู้ปกครองเด็ก ให้มีความรู้ ความเข้าใจ และมี

ทัศนคติที่ดีด้านโภชนาการ โดยผ่านสื่อต่างๆ ในรูปแบบที่เหมาะสม เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถรับข้อมูลข่าวสารได้ดียิ่งขึ้น

5.4.2.2 ความรู้ด้านโภชนาการ จากผลการศึกษาพบว่า ความรู้ด้านโภชนาการมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียน แสดงว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปสู่การปฏิบัติตนด้านโภชนาการที่ถูกต้องเหมาะสมได้ ดังนั้น การให้ความรู้เป็นแนวทางหนึ่งในการแก้ไขปัญหาการขาดสารอาหารของเด็กนักเรียน ซึ่งการสอนโภชนาการในโรงเรียนควรใช้กลวิธีและอุปกรณ์การสอนที่เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก ตลอดจนสอดแทรกความรู้ด้านโภชนาการในทุกวิชาที่เกี่ยวข้อง เน้นตัวอย่างอาหารที่มีอยู่และหาได้ในชุมชน นอกเหนือจากการให้ความรู้เชิงวิชาการล้วนๆ

5.4.2.3 ประวัติความเจ็บป่วย จากการศึกษาพบว่า ประวัติการเจ็บป่วยมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา จึงควรเน้นให้เด็กเห็นความสำคัญ เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันโรค การดูแลตนเองขณะเจ็บป่วย รวมทั้งอาการที่ควรเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล โดยการให้ความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้องในการนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อการมีภาวะโภชนาการที่ดี ผ่านทางครู เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และการให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรค การดูแลตนเองของครอบครัว การส่งเสริมการดำเนินงานด้านสาธารณสุขมูลฐานในชุมชนให้เข้มแข็ง

5.4.2.4 รายได้ของครอบครัว จากผลการศึกษาพบว่าความเพียงพอของรายได้และผลผลิต และรายได้ต่อคนต่อเดือนของครอบครัว มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียน ดังนั้น เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องไม่ควรเน้นการส่งเสริมการผลิตเพื่อเพิ่มรายได้อย่างเดียว แต่ควรให้ความสำคัญเกี่ยวกับการส่งเสริมการผลิตอาหารที่มีคุณค่าและเหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น นอกจากนี้ยังพบว่า รายได้ต่อเดือนต่อคนของครอบครัว มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียน โดยพบว่า กลุ่มที่มีภาวะขาดสารอาหาร มีรายได้ต่อเดือนต่อคนสูงกว่ากลุ่มที่มีภาวะโภชนาการปกติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ครอบครัวของนักเรียนยังไม่ตระหนักถึงความจำเป็นในการใช้จ่ายเงินเพื่อซื้ออาหารมารับประทานอย่างเพียงพอ ดังนั้นจึงควรมีการเน้นให้ตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องดังกล่าว ซึ่งจะส่งผลให้รู้จักนำเงินที่หามาได้ ไปใช้จ่ายในเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย อาทิเช่น อาหาร และยา ให้เพียงพอก่อนที่จะนำเงินไปใช้จ่ายเพื่อซื้อหาเครื่องอำนวยความสะดวกอื่น ๆ เช่น จักรยานยนต์ โทรทัศน์ เป็นต้น

5.4.3 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

5.4.3.1 การวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นเพียงเด็กนักเรียน ควรมีการศึกษาในกลุ่มบิดามารดา หรือผู้เลี้ยงดูเด็กด้วย เพราะบุคคลดังกล่าวเป็นผู้จัดหาอาหาร ปลูกฝังอุปนิสัย และทัศนคติ ในด้านการรับประทานอาหารให้แก่เด็ก ตลอดจนเป็นกลุ่มอ้างอิงที่เด็กปฏิบัติตามด้านการรับประทานอาหาร อาทิ เกี่ยวกับรูปแบบการถ่ายทอดความรู้ และการปฏิบัติตน

เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร จากบิดามารดา หรือสมาชิกในครอบครัว ไปสู่เด็กนักเรียน เป็นต้น

5.4.3.2 ควรมีการวิจัย ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนประถมศึกษา ในเชิงคุณภาพร่วมด้วย เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่มีความละเอียดชัดเจนมากยิ่งขึ้น

5.4.3.3 การประเมินปริมาณและสารอาหารที่ร่างกายได้รับ ควรมีการประเมิน โดยวิธีที่ละเอียดเพิ่มขึ้น อาทิ การชั่งน้ำหนักอาหารที่บริโภค การทบทวนความจำเกี่ยวกับอาหารที่บริโภค เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ละเอียดมากขึ้น

5.4.3.4 การประเมินความเพียงพอของรายได้และผลผลิต ควรประเมินจาก ปริมาณของผลผลิตที่ผลิตได้จริง มากกว่าการประเมินจากความคิดเห็นของผู้ตอบ

5.4.3.5 ควรมีการทดสอบตัวแปรบางตัว ที่น่าจะมีผลต่อภาวะโภชนาการแต่ จากผลการวิจัยพบว่าไม่มี อาทิ อิทธิพลจากเพื่อน อิทธิพลจากสื่อมวลชน ในสภาพแวดล้อม ที่เป็นสังคมเมือง