

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิต กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวจิตของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ และนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยสยาม มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาการรับรู้ข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิต ทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวจิต ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ และนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยสยาม 2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตและพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวจิตระหว่างนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์กับนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2

5.1 สรุปผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 จำนวน 60 คน และนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชีชั้นปีที่ 2 จำนวน 60 คน และเป็นนักศึกษาที่สมัครใจ ซึ่งได้จากการคัดเลือกแบบบังเอิญ (Convenience sampling) ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนักศึกษาด้วยตนเอง โดยใช้แบบสอบถามของมณฑิรา รัชตะสมบุรณ์ (2544) ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ การรับรู้ข่าวสารอาหารชีวจิต แบบสอบถามทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิต และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวจิต

5.1.1 ลักษณะข้อมูลทั่วไป

5.1.1.1 อายุ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาของทั้งสองคณะมีอายุต่ำสุด 19 ปี และสูงสุด 24 ปี โดยที่กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีอายุส่วนใหญ่อยู่ที่ 20 ปี (ร้อยละ 46.67) และกลุ่มตัวอย่างคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 มีอายุส่วนใหญ่อยู่ที่ 20 ปี (ร้อยละ 60)

5.1.1.2 การได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิต

กลุ่มตัวอย่างทั้งสองคณะเคยได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิต ทั้งหมดจำนวน คณะละ 60 คน (ร้อยละ 100)

5.1.1.3 แหล่งข้อมูลได้รับข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิต

กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ได้รับข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิตส่วนใหญ่ ได้รับจากแหล่งข้อมูลด้าน นิตยสาร หนังสือ โทรทัศน์ และ นิตยสาร หนังสือ โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ มากที่สุด คือ แหล่งข้อมูลละ 5 คน (ร้อยละ 16.67) และกลุ่มตัวอย่างคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 ได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิตจากแหล่งข้อมูลด้าน นิตยสาร หนังสือ โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ มากที่สุด จำนวน 10 คน (ร้อยละ 33.34)

5.1.1.4 แหล่งข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิตที่ได้รับมากที่สุด

กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องอาหารชีวจิตจาก แหล่งข้อมูลที่ได้รับมากที่สุด คือ โทรทัศน์ จำนวน 22 คน (ร้อยละ 36.67) และกลุ่มตัวอย่าง คณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 แหล่งข้อมูลข่าวสารอาหารชีวจิตที่ได้รับมากที่สุด คือ นิตยสาร จำนวน 38 คน (ร้อยละ 63.33)

5.1.1.5 ความต้องการในการรับข้อมูลข่าวสารเรื่องชีวจิตเพิ่มมากขึ้น

กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ และกลุ่มตัวอย่างคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 มีความต้องการในการรับข้อมูลข่าวสารเรื่องชีวจิตเพิ่มมากขึ้น จำนวนคณะละ 60 คน คิดเป็น ร้อยละ 100

5.1.1.6 ต้องการให้เผยแพร่ทางสื่อ

กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 สื่อที่ต้องการให้มีการเผยแพร่มากที่สุด คือ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หนังสือ จำนวน 16 คน (ร้อยละ 26.67) และกลุ่มตัวอย่าง คณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 สื่อที่ต้องการให้เผยแพร่มากที่สุด มี 2 หมวดใหญ่ คือ นิตยสาร หนังสือ โทรทัศน์ จำนวนหมวดละ 18 คน (ร้อยละ 30)

5.1.1.7 ความต้องการทราบเรื่องเกี่ยวข้อง

กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 เรื่องที่ต้องการทราบมากที่สุด มี 2 ประเภท คือ วิธีการปรุง สูตรอาหาร ประโยชน์ของอาหารชีวจิต จำนวน 18 คน (ร้อยละ 30) ที่ต้องการทราบอีก ประเภทคือ วิธีการปรุง สูตรอาหาร ประโยชน์ของอาหารชีวจิต แหล่งจำหน่าย จำนวน 18 คน (ร้อยละ 30) และกลุ่มตัวอย่างคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 เรื่องที่ต้องการทราบมากที่สุด คือ วิธีการปรุงสูตรอาหาร ประโยชน์ของอาหารชีวจิตและแหล่งจำหน่าย จำนวน 26 คน (ร้อยละ 43.33) ที่

ต้องการทราบอีกประเภท คือ วิธีการปรุงสุตรอาหาร ประโยชน์ของอาหารชีวจิตจำนวน 20 คน (ร้อยละ 33.33)

5.1.2 ทักษะของการบริโภคอาหารชีวจิต

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์กับกลุ่มตัวอย่างคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชีชั้นปีที่ 2 ไม่มีความแตกต่างด้านทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหารชีวจิต

5.1.3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวจิต

กลุ่มตัวอย่างคณะพยาบาลศาสตร์ กับกลุ่มตัวอย่างคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 ไม่มีความแตกต่างด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวจิต

5.2 การอภิปรายผล

สมมติฐานข้อที่ 1 นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตแตกต่างกับนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 การอภิปรายผลดังนี้

ทัศนคติ ผลการศึกษาพบว่าทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปี 2 ไม่มีความแตกต่างกับทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชีชั้นปีที่ 2 ($t = -0.42, p > .05$) ซึ่งขัดแย้งกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ที่ว่าทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 มีความแตกต่างกับทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชีชั้นปีที่ 2 ใน การศึกษานี้แต่ละคณะวิชาทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตไม่แตกต่างกัน จากการพิจารณาในรายละเอียดของคะแนนของทัศนคติของการบริโภคอาหารชีวจิตของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างของคณะพยาบาลศาสตร์มีคะแนน ($\bar{X} = 3.79, SD = 5.21$) ส่วนของคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชีมีคะแนน ($\bar{X} = 3.82, SD = 6.89$) นั่นคือ ทัศนคติของการบริโภคอาหาร

ชีวจิตของคณะพยาบาลศาสตร์ที่เป็นคณะที่เรียนด้านโภชนาการไม่มีความแตกต่างกับคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชี ซึ่งจากทฤษฎีของ Vicker H. Vroom (อ้างถึงใน นริลักษ์ณ์ ปีทมะทัตต์ 2541: 1) กล่าวว่าทัศนคติเป็นความรู้สึกของบุคคลอันเป็นผลมาจากการเรียนรู้ และประสบการณ์ของบุคคลที่มีทัศนคติทางบวก จะแสดงให้เห็นถึงความพึงพอใจต่อสิ่งนั้น นั่นหมายถึงคณะพยาบาลศาสตร์และคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชีชั้นปีที่ 2 มีทัศนคติทางบวกต่อการบริโภคอาหารชีวจิตอยู่ในระดับดี โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฌฎุพรรณ ศรีมุข (2541) ศึกษาพบว่า ความรู้เรื่องชีวจิตโดยการ

เปิดรับสื่อจากหนังสือ วารสาร โทรทัศน์ นิตยสาร และบุคคลในครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับทัศนคติต่อชีวิต นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของพิมพิลาศ ดันติพงษ์ (2540) พบว่า หากบุคคลได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารใดเป็นประจำ จะเกิดการเรียนรู้โดยอัตโนมัติ ทำให้เกิดทัศนคติที่ดี ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหาร และสอดคล้องจากข้อมูลจากแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป พบว่าทั้งสองคณะมีความรู้ และรับทราบข่าวสาร ทั้งทางหนังสือ วารสาร โทรทัศน์ นิตยสาร และบุคคลในครอบครัวจึงส่งผลให้ทัศนคติที่มีต่อการบริโภคอาหารชีวิตไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 2 นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตแตกต่างกับนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 การอภิปรายผลดังนี้

พฤติกรรมบริโภค ผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปี 2 ไม่มีความแตกต่างกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชีชั้นปีที่ 2 ($t = 0.30, p > .05$) ซึ่งขัดแย้งกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ที่ว่าทัศนคติของพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 มีความแตกต่างกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ชั้นปีที่ 2 ในการศึกษาในแต่ละคณะวิชาพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตไม่แตกต่างกัน จากการพิจารณาในรายละเอียดของคะแนนของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ชีวิตของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างของคณะพยาบาลศาสตร์มีคะแนน ($\bar{X} = 3.14, SD = 4.16$) ส่วนของคณะบริหารธุรกิจสาขาการบัญชีมีคะแนน ($\bar{X} = 3.11, SD = 3.03$) นั่นคือพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตของคณะพยาบาลศาสตร์ที่เป็นคณะที่เรียนด้านโภชนาการไม่มีความแตกต่างกันคณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ซึ่งทั้งสองคณะวิชา คะแนนทัศนคติมากแต่คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตน้อยกว่า ซึ่งขัดแย้งกับทฤษฎีของ Kurt Lewin อ้างถึงใน Rosenstock, 1974) รูปแบบความเชื่อ ทัศนคติมีอิทธิพลมากกับพฤติกรรม และจากการศึกษาของ Rokeach, M., 1973; Bronner, 1995; Williams, M.H., 1996 ศึกษาพบว่า ความรู้ ทัศนคติ มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และขัดแย้งกับงานวิจัยของ พิมพิลาศ ดันติพงษ์ (2540) ที่ศึกษาพบว่า ปัจจัยที่พบว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการอุปโภคบริโภคในครัวเรือนกรณีศึกษาจังหวัดนนทบุรี ได้แก่ อายุของหัวหน้าครัวเรือนหรือคู่สมรส จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้ ความรู้ และทัศนคติ นอกจากนี้ยังขัดแย้งกับการศึกษาของ ฉวีพรรณ ศรีมุข (2541) ศึกษาพบว่า การรับสื่อจากหนังสือพิมพ์ บุคคลในครอบครัว และเพื่อนฝูง หนังสือ/วิดีโอ/แผ่นพับเกี่ยวกับชีวิต เพศ สถานภาพสมรส และรายได้ เป็นตัวแปรที่ร่วม

ทำนายพฤติกรรมกรรมการยอมรับวิถีชีวิตตามหลักชีวิตได้ร้อยละ 32.6 และผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับ กับ สุริยา สมบูรณ์บุรณะ (2542) ที่ศึกษาพบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับชีวิต การตระหนักและ เห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพตนเอง โดยใช้หลักการชีวิต และความสะดวกในการปฏิบัติ ไม่มีผลต่อ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง โดยใช้หลักการชีวิต นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการ ศึกษาวิจัยของ มนทิตรา รัชตะสมบูรณ์ (2544) ศึกษาพบว่าปัจจัยที่ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภค ได้แก่ การรับรู้ข่าวสาร รายได้ครอบครัวต่อเดือน และทัศนคติของผู้บริโภคเกี่ยวกับอาหารชีวิตและ สอดคล้องจากข้อมูลจากแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป พบว่าทั้งสองคณะมีความรู้ และรับทราบข่าวสาร ทั้งทางหนังสือ วารสาร โทรทัศน์ นิตยสาร และบุคคลในครอบครัวจึงส่งผลให้คะแนนทัศนคติที่มีต่อ การบริโภคอาหารชีวิต ทั้งสองคณะอยู่ในระดับมากแต่คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตทั้งสอง คณะคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง จากคะแนนแสดงให้เห็นว่าทั้งสองคณะมีทัศนคติที่ดีต่อการบริโภค ชีวิตแต่พฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตยังไม่ดี ซึ่งอาจเป็นผลมาจากนักศึกษาทั้งสองคณะหาอาหาร ชีวิตบริโภคได้ค่อนข้างลำบาก และส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่หอพัก ทำให้โอกาสในการบริโภคอาหาร ชีวิตลดน้อยลงไปด้วย

จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า ปัจจัย ด้านการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ทัศนคติของการบริโภค อาหารชีวิต มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิต ในรูปการวิจัยเชิงบรรยาย ซึ่งยังมีความขัดแย้ง กับแนวความคิดและผลการวิจัยที่ผ่านมาควรมีการศึกษาต่อไปในอนาคต ซึ่งจะกล่าวในข้อเสนอแนะ ต่อไป

5.3 ข้อจำกัดในการวิจัย

การศึกษานี้มีข้อจำกัดในการนำผลการวิจัยไปใช้กับประชากรทั่วไป ทั้งนี้เนื่องจากการศึกษานี้ศึกษาในนักศึกษาสองคณะวิชา ได้แก่ คณะพยาบาลศาสตร์ และคณะบริหารธุรกิจ สาขาการ บัญชี ชั้นปีที่ 2 ตามคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ และมีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงดังนั้น การเป็นตัวแทนของประชากรจึงถูกจำกัด

5.4 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

ผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ข่าวสารทั้งสองคณะวิชาไม่แตกต่างกัน ประกอบกับการสื่อสารในปัจจุบัน มีทั้ง นิตยสาร หนังสือพิมพ์ วารสาร โทรทัศน์ วิทยุ เพื่อนร่วมงาน การเข้าร่วมสัมมนา สมาชิกในครอบครัวทำให้คะแนนทัศนคติต่อการบริโภคอาหารของทั้งสองคณะวิชาไม่แตกต่างกัน คืออยู่ในระดับสูง แต่คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตทั้งสองคณะวิชาอยู่ในระดับต่ำ ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพโดยการบริโภคอาหารชีวิต อาจต้องจัดเปิดร้านอาหารชีวิตในมหาวิทยาลัย เน้นแนวความคิดการส่งเสริมสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน

ด้านการวิจัย

จากผลการวิจัยที่ผ่านมารวมทั้งผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าตัวแปรการรับรู้ข่าวสารอาหารชีวิตทัศนคติต่อการบริโภคอาหารชีวิต ยังมีความขัดแย้งกับแนวความคิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารชีวิตควรมีการศึกษาซ้ำ

ด้านการศึกษา

ผลการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับโภชนาการ โดยสอดแทรกแนวความคิด เน้นถึงประโยชน์ของการบริโภคอาหารชีวิต เพื่อให้ นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของผลกระทบต่อการบริโภคที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพและมีการรณรงค์อย่างต่อเนื่อง

สรุป จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ บุคลากรทางการพยาบาลสามารถนำผลการวิจัยที่ได้มาพัฒนาความรู้ของตัวเองและนำมาส่งเสริมรณรงค์ให้คนทั่วไปหันมาสนใจอาหารชีวิตมากขึ้น เพื่อการมีสุขภาพร่างกายที่ดี อย่างยั่งยืนและสำหรับค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับอาหารชีวิตในประเด็นอื่น ๆ ต่อไป

