

## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Study) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการรับรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่ลงทะเบียนในภาค การเรียนที่ 1 พ.ศ. 2543 ในระดับปริญญาตรีและโท จำนวน 17 คณะ รวม 419 ราย ซึ่งกลุ่ม ตัวอย่างได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบ Stratified sampling ตามคณะที่กลุ่มตัวอย่างกำลัง ศึกษา จากนั้นทำการสุ่มตัวอย่างในแต่ละคณะตามจำนวนที่คำนวณได้โดยวิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental Study) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามที่ผู้ศึกษาจัดทำขึ้น และได้ตรวจสอบคุณภาพแล้วประกอบด้วย 4 ส่วนคือ

ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

1. การรับรู้ภาพลักษณ์ภายนอกของฉลากโภชนาการผลิตภัณฑ์อาหาร
2. การรับรู้ด้านการแปลความหมายและความเข้าใจข้อมูลบนฉลากโภชนาการ
3. การรับรู้เกี่ยวกับการรับทราบประโยชน์ของข้อมูลโภชนาการของฉลากโภชนาการบน ผลิตภัณฑ์อาหาร

การวิเคราะห์ข้อมูล โดยการใช้สถิติเชิงพรรณนา โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/Pc โดยการวิเคราะห์ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า t-test วิเคราะห์ความแปรปรวน ANOVA

#### สรุปผลการศึกษา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่จำนวน 419 คน สรุปประเด็นที่สำคัญซึ่งแบ่งเป็น 5 ส่วนตามลำดับดังนี้

##### 1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

###### 1.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย 17 คณะ พบว่ามีเพศหญิงมากกว่าเพศชายคือ มี ร้อยละ 64.9 โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อายุอยู่ในช่วง 21-25 ปี โดยมีอายุเฉลี่ย 21.5 ปี ศึกษาใน กลุ่มคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมากที่สุดร้อยละ 45.6 และศึกษาในระดับปริญญาตรีเป็น

ส่วนใหญ่ร้อยละ 82.3 รายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ระหว่าง 3,001-5,000 บาทมากที่สุด และพบกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีภาวะผิดปกติทางร่างกายที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการ ร้อยละ 97.6 และไม่มีโรคติดต่อที่มีความสัมพันธ์กับอาหารร้อยละ 93.3

## 1.2 การอ่านฉลากโภชนาการ

กลุ่มตัวอย่างจะสนใจอ่านข้อมูลฉลากโภชนาการบนผลิตภัณฑ์ทุกครั้ง ร้อยละ 10.3 อ่านเกือบทุกครั้ง ร้อยละ 33.7 อ่านเป็นส่วนใหญ่,อ่านบางครั้ง, และอ่านน้อยมากร้อยละ 23.4, 26.9 และ 5.7 ตามลำดับ

## 2. ข้อมูลเกี่ยวกับสื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์และแหล่งบุคคลเกี่ยวกับฉลากโภชนาการที่กลุ่มตัวอย่างรับรู้

จากสื่อต่างๆ เช่น สื่อโทรทัศน์/วิทยุ หนังสือพิมพ์/นิตยสาร สื่อของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา และ สื่อจากแหล่งบุคคล พบว่าสื่อที่สามารถเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างมากที่สุดคือ สื่อหนังสือพิมพ์/นิตยสารความถี่ 561 ครั้ง รองลงมาคือสื่อจากโทรทัศน์/วิทยุความถี่ 505 ครั้ง จากสื่อของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาความถี่ 348 ครั้ง และจากแหล่งบุคคลความถี่ 342 ครั้ง

กลุ่มตัวอย่างรับทราบข้อมูลเกี่ยวกับฉลากโภชนาการผ่านสื่อหนังสือพิมพ์/นิตยสารมากที่สุด โดยกลุ่มตัวอย่างรับรู้จากสื่อหนังสือพิมพ์ไทยรัฐมากที่สุดความถี่ 173 คน (ร้อยละ41.3) สื่อจากโทรทัศน์/วิทยุพบว่าจำรายการไม่ได้ 157 คน (ร้อยละ 37.5) ได้รับรู้สื่อจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา จากสื่อแผ่นพับของสำนักงานอาหารและยามากที่สุด 173 คน (ร้อยละ 41.3)

สำหรับแหล่งข้อมูลบุคคล กลุ่มตัวอย่างได้รับข้อมูลเกี่ยวกับฉลากโภชนาการจากคำบอกเล่าของพี่น้อง ญาติ เพื่อนมากที่สุด ความถี่ 213 คน(ร้อยละ 50.8)

## 3. การรับรู้เกี่ยวกับภาพลักษณ์ภายนอกของฉลากโภชนาการบนผลิตภัณฑ์อาหาร

### 3.1 การรับรู้ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลทางโภชนาการบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหาร

ข้อมูลบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารที่นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่สนใจอ่านมากที่สุดคือ วันเดือนปีที่หมดอายุ พบร้อยละ 99.3 รองลงมาที่ใกล้เคียงกันคือข้อมูลผลิตภัณฑ์อาหาร พบร้อยละ 96.7 ราคา พบร้อยละ 96.2 และคำเตือน พบร้อยละ 95.7 ข้อมูลบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารนักศึกษารับรู้และสนใจอ่านอยู่ในช่วงร้อยละ 75-85 วันเดือนปีที่ผลิต ปริมาณบรรจุ

เครื่องหมายอย. และเลขทะเบียน ประโยชน์วิธีการเก็บรักษา ส่วนข้อมูลในกรอบข้อมูลโภชนาการ พบว่านักศึกษาที่มีการรับรู้และสนใจอ่านอยู่ในช่วง 55.1 - 73.7 โดยสนใจอ่านข้อมูลเกี่ยวกับการกล่าวอ้าง เช่น มีปริมาณไขมันต่ำ แคลเซียมสูง มากที่สุด ร้อยละ 73.7 รองลงมาคือจำนวนหน่วยบริโภคต่อขวดหรือต่อกล่อง พบร้อยละ 71.6 มีความสนใจข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้รับประทานต่อวันน้อยที่สุด พบร้อยละ 55.1 ส่วนข้อมูลบนฉลากผลิตภัณฑ์ที่นักศึกษารับรู้และสนใจอ่านน้อยที่สุดคือ ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ผลิตและสถานที่ผลิต พบร้อยละ 46.3

3.2 การรับรู้เกี่ยวกับรูปแบบปัจจุบันของฉลากโภชนาการบนผลิตภัณฑ์อาหารพบว่านักศึกษาสวนใหญ่ๆ มีความคิดเห็นด้วยปานกลางในเรื่องต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นความสะดุดตา กรอบโภชนาการ สัดส่วนของกรอบข้อมูลโภชนาการ, ขนาดและความชัดเจนของตัวหนังสือตัวเลข ด้วยความเพียงพอของข้อมูล, ความเหมาะสมในการจัดเรียงลำดับข้อมูล, ความน่าเชื่อถือของข้อมูลความเข้าใจยากของข้อมูล, และการเสียเวลาในการหาข้อมูล

#### 4. การรับรู้เกี่ยวกับการแปลความหมายและทำความเข้าใจข้อมูลบนฉลากโภชนาการ

เมื่อจัดระดับการรับรู้เกี่ยวกับการแปลความหมายและทำความเข้าใจข้อมูลบนฉลากโภชนาการ ออกเป็น 3 ระดับ คือ น้อย ปานกลาง มาก พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 62.8 มีระดับความรู้เกี่ยวกับการแปลความหมายและทำความเข้าใจข้อมูลฉลากโภชนาการระดับปานกลางและเมื่อพิจารณาความแตกต่างของระดับการรับรู้และความเข้าใจตามลักษณะทางชีวสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่แตกต่างกัน พบว่ามีการรับรู้เกี่ยวกับการแปลความหมายและทำความเข้าใจข้อมูลบนฉลากโภชนาการต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญ ( $P < 0.05$ ) ระหว่างระดับการศึกษาและกลุ่มคณะที่ศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง

#### 5. การรับรู้เกี่ยวกับการรับทราบประโยชน์จากข้อมูลของฉลากโภชนาการบนผลิตภัณฑ์อาหาร

จากผลการศึกษาจะแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือส่วนที่ 1จะเป็นเรื่อง การรับทราบประโยชน์ที่ได้จากข้อมูลบนฉลากโภชนาการในการเลือกซื้อหรือรับประทาน และส่วนที่ 2 จะเป็นเรื่องเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับข้อมูลโภชนาการกับภาวะโภชนาการ สามารถสรุปโดยภาพรวมได้ดังนี้

พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการรับรู้ประโยชน์ในระดับมาก ร้อยละ 82.6 และ พบว่ามีความแตกต่างของระดับการรับรู้เกี่ยวกับการรับทราบประโยชน์จากข้อมูลของฉลากโภชนาการบนผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญ ( $p < 0.05$ ) ระหว่างระดับการศึกษา

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากผลการศึกษาพบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่มีการรับรู้และสนใจอ่านข้อมูลโภชนาการน้อยที่สุดเมื่อเทียบกับข้อมูลอื่นๆบนฉลากอาหาร ทั้งๆที่ทางสำนักงานอาหารและยาได้มีการรณรงค์และประชาสัมพันธ์มาตั้งแต่ปี พ.ศ.2541 แต่อาจเนื่องมาจากที่ยังเป็นเรื่องใหม่สำหรับผู้บริโภคชาวไทยและต้องอาศัยความเข้าใจ ดังนั้นคงต้องใช้เวลาสักระยะหนึ่งกว่าที่ประชาชนจะมีความตระหนักและใช้ประโยชน์จากฉลากได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งในระหว่างนี้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องก็ควรจะมีการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่างๆอย่างต่อเนื่อง และครอบคลุม และควรทำการสำรวจปัญหาและอุปสรรคในการรับรู้อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ประชาชนได้รับความรู้เกี่ยวกับข้อมูลโภชนาการ และสามารถใช้ประโยชน์ในการเลือกซื้อเลือกบริโภคได้อย่างถูกต้อง

2. จากผลการศึกษาพบว่านักศึกษาที่มีลักษณะทางชีวสังคมแตกต่างกัน จะมีการรับรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการแตกต่างกัน โดยพบว่า นักศึกษาที่มีระดับการศึกษาระดับปริญญาโทจะมีระดับการรับรู้สูงกว่า นอกจากนี้สาขาที่เรียนก็มีผลเช่นกัน นั่นคือจะพบว่านักศึกษาสายวิทยาศาสตร์สุขภาพจะมีระดับการรับรู้มากที่สุด ทั้งนี้อาจเกิดเนื่องมาจากการที่จะอ่านและใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการจำเป็นต้องอาศัยความรู้พื้นฐานทางด้านโภชนาการพอสมควร ดังนั้นการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับข้อมูลบนฉลากโภชนาการประกอบไปด้วย และควรมุ่งไปยังกลุ่มที่มีการศึกษาหรือผู้ที่มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับโภชนาการน้อย

### ข้อเสนอแนะทางการวิจัย

1. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้เพิ่มเติม เกี่ยวกับปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางสังคม และ ปัจจัยทางด้านจิตวิทยา ที่เกี่ยวกับการรับรู้ฉลากโภชนาการ

2. การศึกษาครั้งนี้ศึกษาเฉพาะในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จึงควรขยายขอบเขตของประชากรในการศึกษาครั้งต่อไป ที่มีความหลากหลายของกลุ่มประชากร และพื้นที่ที่ศึกษา

3. ควรมีการศึกษาเรื่องการรับรู้เกี่ยวกับข้อมูลโภชนาการบนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารของประชาชนอย่างต่อเนื่อง

4. ควรมีการศึกษาเพื่อรวบรวมความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ เพื่อหาแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสม
5. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาและการดำเนินการของฉลากโภชนาการในส่วนของผู้ประกอบการหรือผู้ผลิตเพื่อให้ทราบแนวทางเพื่อตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วนของข้อมูล
6. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรดำเนินงานเกี่ยวกับการประชาสัมพันธ์และประเมินโครงการอย่างสม่ำเสมอและพิจารณาเลือกสื่อที่เข้าถึงกลุ่มผู้บริโภคกลุ่มต่างๆให้เหมาะสมเพื่อให้ประชาชนได้รับทราบและใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved