

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความพึงพอใจของเด็กที่มีต่อการบริการอาหารกลางวันในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งชายและหญิง ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดสวนดอก อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 58 คน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามซึ่งได้รับคืนมาและสามารถใช้เพื่อการวิเคราะห์ได้ทั้งหมด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

#### สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษา พบว่า ประชากรเป็นเพศหญิง ร้อยละ 60.34 อายุ 12 ปี ร้อยละ 67.24 และนับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 91.38 ได้รับค่าใช้จ่ายต่อวัน ระหว่าง 21 – 30 บาท ร้อยละ 41.37 และร้อยละ 94.83 มีค่าใช้จ่ายเพียงพอ

ประชากรทั้งหมดจำนวน 58 คน เคยได้รับความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการ โดยแหล่งความรู้ คือได้จากครูในโรงเรียน

ประชากรมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ ร้อยละ 89.66 มีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ ร้อยละ 8.62 และมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 1.72

สำหรับความพึงพอใจของเด็กที่มีต่อการบริการอาหารกลางวันในโรงเรียนนั้นความพึงพอใจด้านอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คือ อาหารมีครบ 5 หมู่ มีรสชาติดี และมีรายการอาหารให้เลือกหลากหลาย มีค่าเฉลี่ย 2.10, 1.95 และ 1.91 ตามลำดับ ส่วนความพึงพอใจในระดับน้อย คือ การจัดบริการน้ำดื่มสะอาด การจัดรูปแบบอาหารสวยงามและการจัดรายการอาหารหวานและผลไม้ มีค่าเฉลี่ย 1.47, 1.41 และ 1.19 ตามลำดับ

ด้านเนื้อสัมผัสของอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คืออาหารประเภท แกงจืด อาหารประเภทผัด และอาหารประเภทข้าวและผลิตภัณฑ์จากแป้งแปรรูป มีค่าเฉลี่ย 1.97, 1.86 และ 1.84 ตามลำดับ

ด้านอุณหภูมิของอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คือ อาหารประเภทต้มยำ อาหารประเภทแกงจืดและอาหารประเภทแกงเผ็ด มีค่าเฉลี่ย 1.69, 1.60 และ 1.54 ตามลำดับ

ด้านปริมาณของอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คือ อาหารประเภทข้าวและผลิตภัณฑ์จากแป้งแปรรูป อาหารประเภทแกงเผ็ดและอาหารประเภทผัดมีค่าเฉลี่ย 1.86, 1.69 และ 1.67 ตามลำดับ ส่วนอาหารประเภททอดมีความพึงพอใจในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ย 1.41

ส่วนความพึงพอใจด้านชนิดของอาหารนั้น ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คือ ข้าวและผลิตภัณฑ์จากแป้งแปรรูป แกงเผ็ดและต้มยำ มีค่าเฉลี่ย 2.14, 2.05 และ 1.95 ตามลำดับ

สำหรับด้านภาชนะ อุปกรณ์และสถานที่นั้น ประชากรมีความพึงพอใจระดับปานกลางในหัวข้อการถ่ายเทอากาศภายในโรงอาหาร โรงอาหารมีพื้นที่และโต๊ะ เก้าอี้เพียงพอ และจำนวนภาชนะและอุปกรณ์มีหลายชนิดให้เลือกใช้ ซึ่งเท่ากับด้านแสงสว่างภายในโรงอาหาร มีค่าเฉลี่ย 1.95, 1.93 และ 1.74 ตามลำดับ ส่วนความพึงพอใจในระดับน้อย คือ จำนวนและชนิดของถังขยะที่ใช้ใส่เศษอาหาร ความสะอาดของโรงอาหาร ความสะอาดของภาชนะอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกภายในโรงอาหาร เช่น พัดลม โทรทัศน์ มีค่าเฉลี่ย 1.48, 1.47, 1.45 และ 1.40 ตามลำดับ

สุดท้ายด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่ ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คือ ไม่มีอาการของโรคติดต่อซึ่งเท่ากับไม่มีอาการของโรคผิวหนังและจัดอาหารบริการได้ตรงต่อเวลา มีค่าเฉลี่ย 2.12 และ 1.86 ตามลำดับ ส่วนความพึงพอใจในระดับน้อย คือ ความสุภาพในการให้บริการ มีค่าเฉลี่ย 1.45

### อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้ทำให้ทราบถึงความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการบริการอาหารกลางวันของโรงเรียน ดังประเด็นที่น่าสนใจนำมาอภิปรายดังนี้

จากการศึกษาพบว่า ประชากรเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับงานฝ่ายการจัดระบบข้อมูลและสารสนเทศ สำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐานเชียงใหม่ เขต 1 (2547) พบว่า จำนวนนักเรียนเพศหญิงมีมากกว่าเพศชายเช่นกัน ในด้านศาสนาส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ

ประชากรเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ โดยมีโรงเรียนเป็นแหล่งความรู้ซึ่งแสดงว่าโรงเรียนมีบทบาทในการให้ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการแก่นักเรียน สอดคล้องกับข้อมูลของ ขวลิขิต รัตนกุลและคณะ (2541) ซึ่งสรุปไว้ว่า เด็กในวัยเรียนสามารถรับประทานอาหารต่างๆ ได้เหมือนผู้ใหญ่จึงเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมที่โรงเรียนจะสอดแทรก

ความรู้ให้กับเด็ก พ่อ แม่ ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องควรฝึกนิสัยการรับประทานอาหารของเด็กให้รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกาย ซึ่งจะช่วยให้เด็กได้รับประโยชน์จากอาหารที่ดีมีคุณค่าทางโภชนาการ มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็ก ส่วนในด้านภาวะโภชนาการพบว่า ประชากรมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ และมีส่วนน้อยที่มีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์และต่ำกว่าเกณฑ์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า เด็กในวัยเรียนส่วนใหญ่สามารถเลือกรับประทานอาหารที่ดี มีประโยชน์ได้ด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับที่ ออบเชย วงศ์ทอง (2546) ได้สรุปไว้ว่า เด็กในวัยเรียนสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองว่าจะเลือกซื้ออาหารชนิดใดมารับประทาน นอกเหนือจากอาหารหลัก 2 มื้อ ซึ่งรับประทานที่บ้านแล้ว พฤติกรรมการตัดสินใจซื้ออาหารหรือขนมของเด็กที่โรงเรียนหรือสังคมนอกบ้านอีก 1 มื้อ ก็มีส่วนเกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนเช่นกัน ดังนั้นโรงเรียนจะต้องคำนึงถึงความพึงพอใจในการบริการอาหารกลางวันในโรงเรียนให้แก่เด็ก ให้เด็กได้รับอาหารที่มีคุณค่า สอดคล้องกับที่ ประหยัด สายวิเชียร (2547) ได้สรุปไว้ว่า ทางบ้านซึ่งผู้ปกครองมีส่วนในการจัดอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการให้เพียงพอกับความต้องการของเด็กวัยเรียน โดยจัดอาหารครบทั้ง 3 มื้อ ในวันหยุดและมือเช้ากับมือเย็นในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ ต้องคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่เพียงพอ ประกอบด้วยอาหารหลัก 5 หมู่ แต่ละหมู่ให้หลากหลาย มีคุณค่าสารอาหารครบถ้วน เมื่อร่างกายเด็กได้รับอาหารดี จะส่งผลให้มีสุขภาพดี แข็งแรงเจริญเติบโตตามวัย มีภูมิคุ้มกันโรค ทำให้เป็นเด็กที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพในการเรียนดี

จากการศึกษา พบว่า ความพึงพอใจของประชากรในด้านอาหารโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง คือ อาหารมีครบ 5 หมู่ มีรสชาติดี มีอาหารให้เลือกอย่างหลากหลาย ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การบริการอาหารกลางวันของโรงเรียนยังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควรจะต้องจัดอาหารให้หลากหลายและมีสารอาหารครบถ้วน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บุษรา เงินอำนวย (2546) เรื่องความพึงพอใจของนักเรียนต่อโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่พบว่า นักเรียนพึงพอใจที่โรงเรียนจัดอาหารมีครบ 5 หมู่รวมทั้งจำนวนภาชนะอุปกรณ์เพียงพอด้วย และยังสอดคล้องกับความเห็นของ ขวลิต รัตนกุลและคณะ (2541) ที่ได้สรุปไว้ว่า เด็กวัยเรียนควรได้รับอาหารครบทั้ง 5 หมู่ให้เพียงพอทุกมื้อ เพื่อเสริมสร้างร่างกายให้ เจริญเติบโต ความต้องการสารอาหารที่จำเป็นคือ สารอาหารโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน เกลือแร่และน้ำสำหรับเด็กวัยเรียน ควรได้รับให้เพียงพอกับการเจริญเติบโตของร่างกายในแต่ละวัน ตามข้อเสนอแนะของ ออบเชย วงศ์ทอง (2546) นอกจากนี้ ด้านการจัดบริการน้ำดื่มที่สะอาด ซึ่งนักเรียนมีความพึงพอใจในระดับน้อย โรงเรียนควรต้องให้ความสำคัญกับเรื่องนี้ เฉพาะน้ำเป็นสารอาหารที่สำคัญมากและเด็กต้องการน้ำตลอดเวลาที่อยู่โรงเรียน เนื่องจากเสียเหงื่อกับ

กิจกรรมต่างๆ ทั้งวัน น้ำเป็นสารอาหารที่มีมากที่สุดในร่างกายคน ร่างกายคนมีน้ำปริมาณ 1 ใน 2 ถึง 3 ของน้ำหนักตัว น้ำเป็นส่วนประกอบสำคัญภายในเซลล์ และของเหลวต่างๆ ทั้งร่างกาย เป็นตัวทำละลายสารอาหาร อีกทั้งยังช่วยควบคุมอุณหภูมิของร่างกายให้คงที่ รวมถึงช่วยในการย่อย การดูดซึมและการนำสารอาหารไปยังเซลล์ต่างๆ ทั้งร่างกาย ช่วยในการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย ดังนั้นเด็กวัยเรียนจึงควรได้รับน้ำที่สะอาดเพียงพอกับความต้องการของร่างกายคือ ประมาณ 6-8 แก้วต่อวัน ดังที่ วิมล วิโรจน์พันธุ์และประชิด สกฤษณ์พัฒน์ (2547) ได้สรุปไว้ว่า ด้านอาหารควรจัดให้มีสารอาหารครบถ้วนและยังต้องคำนึงถึงการปรับปรุง ด้านการจัดอาหารในรูปแบบที่หลากหลาย มีรสชาติ มีสีกลิ่น มีกลิ่นหอม เพื่อดึงดูดความสนใจให้เด็กรับประทานอาหารและพึงพอใจในด้านอาหารยิ่งขึ้น ดังที่ สุวิธนา เลียบวัน (2544) และศิริลักษณ์ สิทธิวาลัย (2542) ได้สรุปไว้ว่า ด้านรสชาติของอาหาร ผู้ที่รับประทานอาหารรับรู้ได้ทีละลิ้น มีมาตรฐานอยู่ 4 รส คือ หวาน เค็ม เปรี้ยวและขม ที่จะช่วยเพิ่มรสชาติ และความอร่อยให้กับผู้รับประทานอาหารมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ด้านรสชาติแล้ว ผู้จัดอาหารกลางวันบริการให้กับเด็กต้องปรับปรุงด้านอาหาร ให้มีสีกลิ่นสวยงาม มีกลิ่นหอมชวนให้รับประทาน สอดคล้องกับ อมรรัตน์ เจริญชัย (2541) ที่ให้ข้อเสนอแนะว่า กลิ่นอาหารมีความสำคัญมาก อาหารที่สวยงามมีกลิ่นหอมเป็นสิ่งเชิญชวนให้หิวและอยากรับประทานอาหาร

ด้านเนื้อสัมผัสของอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลางทุกรายการดังนั้นในอาหารแต่ละมื้อควรมีอาหารที่มีเนื้อสัมผัสที่ตรงตามชนิดของอาหาร ดังที่ ศิริลักษณ์ สิทธิวาลัย (2542) พบว่า อาหารมีเนื้อสัมผัส อ่อน นุ่ม นุ่ม กรอบ เหนียว เปื่อย ยุ่ย แข็ง ร่วน และ และ ลื่น คละกัน ไปขึ้นอยู่กับชนิดของอาหารนั้นๆ เพื่อให้เด็กมีความพึงพอใจในการบริการอาหารกลางวันมากยิ่งขึ้น โดยผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องในการจัดบริการอาหารกลางวันควรปรับปรุงให้ดีขึ้น ให้เด็กพึงพอใจมากที่สุด

ส่วนในด้านอุณหภูมิของอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลางทุกรายการ อุณหภูมิมีความสำคัญในการจัดอาหารดังที่ อมรรัตน์ เจริญชัย (2541) ให้ข้อเสนอแนะว่า ทุกครั้งควรมีอุณหภูมิทั้งร้อนและเย็นแล้วแต่ชนิดของอาหาร ด้านปริมาณของอาหารและชนิดของอาหาร ประชากรมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง ซึ่งจะต้องปรับปรุงทั้งปริมาณและชนิดของอาหารให้ดีขึ้น

ด้านความสะอาดของอาหารต้องมีความสะอาดและปลอดภัยจากสารพิษปนเปื้อนและเชื้อโรคเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทุกฝ่ายควรตระหนักในการจัดบริการอาหารกลางวัน ดังที่ กองสุขภาพิบาล กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2544) ได้กำหนดข้อปฏิบัติตามมาตรฐานการสุขภาพิบาลไว้ว่า การสุขภาพิบาลอาหารคือ การจัดและควบคุมอาหารให้สะอาดปลอดภัยจากเชื้อโรคพยาธิและสารเคมีที่มีพิษต่างๆ จะต้องดำเนินการตามข้อปฏิบัติตามมาตรฐานการสุขภาพิบาลอาหารสำหรับ

โรงอาหารในโรงเรียน อาหารปรุงสำเร็จแล้วเก็บในภาชนะที่สะอาดมีการปกปิด วางสูงจากพื้น อย่างน้อย 60 เซนติเมตร

สำหรับความพึงพอใจในด้านภาชนะ อุปกรณ์และสถานที่ของประชากรอยู่ในระดับปานกลาง จาก 9 ใน 11 รายการ ภาชนะ อุปกรณ์และสถานที่สะอาดก็ส่งผลดีต่อ สุขภาพ ดังที่ กองสุขาภิบาล กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2544) ให้ข้อแนะนำว่า สถานที่รับประทานอาหาร การเตรียม การปรุงต้องสะอาด ไม่เตรียมอาหารและปรุงอาหารบนพื้นบริเวณหน้าห้องน้ำ ห้องส้วม ล้างภาชนะด้วยน้ำยาล้างจานให้สะอาด เชียงและมีดต้องมีสภาพดีสะอาด จาน ชาม ช้อน ส้อม หม้อ กระทะ ฯลฯ ต้องทำด้วยวัสดุที่ไม่เป็นอันตราย ล้างให้สะอาด ขยะและน้ำเสีย ทุกชนิดต้องกำจัดด้วยวิธีถูกหลักสุขาภิบาล ทั้งนี้ผู้บริหาร ครูโภชนาการและเจ้าหน้าที่ ควรเพิ่ม การดูแลเอาใจใส่ การติดตามและประเมินผลให้มากยิ่งขึ้น

ด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่พบว่า ประชากรมีความพึงพอใจด้านการให้บริการ ของเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางและพึงพอใจน้อยในด้านความสุภาพในการให้บริการ ของเจ้าหน้าที่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พาณี จินดาวงศ์ (2541) เรื่องการประเมินโครงการ อาหารกลางวันของโรงเรียนสามัคคีวิทยาคม 2 อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย และได้ระบุว่า ปัญหา ที่พบคือ จำนวนบุคลากรไม่เพียงพอ ผู้ให้บริการพูดจาไม่สุภาพ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า โรงเรียนควรให้ ความสำคัญกับการให้บริการของเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการอาหารกลางวัน ควรฝึกอบรมเรื่องมารยาทใน การให้บริการที่ถูกต้องและ ปฏิบัติงานที่ดีให้กับเจ้าหน้าที่ในการให้บริการแก่ผู้มารับบริการและ ตระหนักในความรับผิดชอบในการบริการด้วยความเต็มใจและรวดเร็ว

### ข้อเสนอแนะ

#### การนำผลศึกษาไปใช้

โรงเรียนและผู้บริหารควรนำผลการศึกษา มาใช้เป็นแนวทางในการวางแผนพัฒนา แก้ไข ปรับปรุงการบริการอาหารกลางวันให้ดียิ่งขึ้นดังนี้

1. จัด โครงการให้คำแนะนำผู้ประกอบการเกี่ยวกับด้านสุขลักษณะในการ ประกอบอาหาร สุขลักษณะของสถานที่ตั้งและอาคาร โรงอาหาร การควบคุมกระบวนการผลิต การสุขาภิบาลอาหาร การบำรุงรักษาและการทำความสะอาดภาชนะอุปกรณ์
2. จัด โครงการอบรมเจ้าหน้าที่ ที่เกี่ยวข้องกับบริการอาหารกลางวัน โดยเน้น ความสุภาพในการให้บริการ การรักษาความสะอาด ปรับปรุงคุณภาพการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ บริการ

3. ปรับปรุงบรรยากาศ สถานที่ ซึ่งนักเรียนใช้เป็นที่พักรับประทานอาหาร ให้มีความเพลิดเพลินและมีความสุข ด้วยเสียงเพลง หรือภาพจากโทรทัศน์ เพิ่มพุดลมาให้มากขึ้น
4. จัดให้มีการรับฟังข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะให้มากยิ่งขึ้นในด้านอาหาร การเลือกรายการอาหาร รสชาติของอาหาร เนื้อสัมผัสของอาหาร กลิ่น สี อุณหภูมิของอาหาร ชนิด และปริมาณของอาหาร ซึ่งจะเป็นความพอใจของทั้งผู้จัดและผู้ให้บริการ
5. ปรับปรุงการจัดรายการอาหาร บริการน้ำดื่มสะอาด จัดรูปแบบอาหารให้สวยงาม ปริมาณของอาหาร ความสะอาดและคุณภาพของอาหาร เนื่องจากเป็นสิ่งที่ประชากรมีความพึงพอใจน้อย
6. จัดให้ความรู้ ข่าวสาร ทางด้านอาหารและโภชนาการเพิ่มมากขึ้นโดยการจัดป้ายนิเทศ สอดแทรกความรู้ในการเรียนการสอนหรือการเชิญวิทยากรมาบรรยาย

### การศึกษาครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับ

1. ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการบริการอาหารกลางวันในโรงเรียนระดับต่างๆ ทั้งในเมืองและในชนบท
2. คุณภาพอาหารกลางวันในโรงเรียนเพื่อส่งเสริมให้เด็กได้รับสารอาหารที่มีคุณค่าครบถ้วน
3. ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริการอาหารกลางวันของสถานศึกษาทั้งในเมืองและในชนบท