

การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร สังกัดกรมทหารช่าง จังหวัดราชบุรี Consumption Behavior of Housewives in Engineering Regiment of Burachat Camp, Ratchaburi

เนนิสา ไชยบุระ^{1*}

¹นักศึกษา สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร กรุงเทพฯ 10300

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร สังกัดกรมทหารช่าง จังหวัดราชบุรี มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสภาพแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มแม่บ้านอายุระหว่าง 20-59 ปี ที่พักอาศัยในค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี จำนวน 245 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลโดยหา ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ Chi-square และการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ผลการศึกษา พบว่า แม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 31-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 52.65 ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 72.65 มีอาชีพธุรกิจส่วนตัว อาชีพอิสระคิดเป็นร้อยละ 40.82 มีจำนวนบุตร 2 คน คิดเป็นร้อยละ 64.49 และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 8,001-13,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 42.86 ด้านสภาพแวดล้อมโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 71.43 มีความรู้ทางด้านโภชนาการส่วนใหญ่อยู่ในระดับที่ดี คิดเป็นร้อยละ 34.69 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.80 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพแวดล้อมความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี พบว่า ปัจจัยสภาพแวดล้อมของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรีมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

Abstract

This research has four main purposes. The first is to explore food consumption behavior of housewives in Engineering Regiment of Burachat Camp, Ratchaburi province. The second, the third and the fourth are to study relations between basic individual factors, environmental factors, and nutritional knowledge and food consumption behaviors, respectively. A group of 245 20-59 year-old housewives living in Engineering Regiment of Burachat Camp, Ratchaburi was sampled with stratified random sampling approach. Data were gathered through questionnaire and statistically analyzed for percentage, mean, standard deviation Chi-square and Pearson Correlation Coefficient. The study found that most respondents were in the age group of 31 and 40 years old (52.65%) with lower than bachelor degree education (72.65%), two children (64.49%), and average monthly income of 8,001 to 13,000 baht (42.86%). Environmental factors were in medium level (71.43%) and nutritional knowledge were quite good at 34.69%. Finally, overall food consumption behavior was in medium level at 49.80%. According to the results of correlations between basic individual factors, environmental factors, and nutritional knowledge and food consumption behaviors, it was found that environmental factors had significant relations to food consumption behavior ($p < 0.05$).

คำสำคัญ : พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

Keywords : Food Consumption Behavior

* ผู้นิพนธ์ประสานงานไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ naenisa@hotmail.com โทร. 08 7169 7265

1. บทนำ

1.1 ความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงไปมาก ส่งผลให้ข้อมูลข่าวสารทางวัฒนธรรม วิธีการดำรงชีวิตของคนแต่ละเชื้อชาติสามารถถ่ายทอดถึงกันได้อย่างรวดเร็ว และไร้พรมแดน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างเด่นชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมเมืองทำให้ประชาชนในปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของตนเอง และครอบครัว เพื่อที่จะได้ก้าวทันเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่พัฒนาไปอย่างรวดเร็ว ทำให้ไม่มีเวลาดูแลสุขภาพตัวเอง รวมถึงมีพฤติกรรมบริโภคอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ เช่น หันมารับประทานอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น การบริโภคอาหารไม่ครบ 5 หมู่ บริโภคมาก หรือน้อยเกินไป และรับประทานอาหารไม่เป็นเวลา ทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ที่สามารถป้องกันได้ เช่น โรคกระเพาะอาหาร โรคขาดสารอาหาร โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น ในขณะเดียวกันในสังคมชนบท กลุ่มประชากรที่ยากจน มีการรับประทานอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกายไม่ครบถ้วน ทำให้เจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ที่สามารถป้องกันได้เช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคขาดสารอาหาร และการได้รับสารอาหารบางชนิดมากเกินไป (กรมอนามัย, 2548)

จากการเปลี่ยนแปลงไปค่อนข้างมาก และการเปลี่ยนแปลงเช่นนี้มีส่วนสัมพันธ์อย่างมากกับบทบาทของแม่บ้านอย่างยิ่ง การเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจทำให้แม่บ้านต้องออกทำงานนอกบ้านมากขึ้น การมีรายได้จากบุคคลเดียวมักมีรายได้

ไม่เพียงพอกับครอบครัว แม่บ้านจึงต้องออกทำงานนอกบ้านเพื่อเสริมรายได้ หรือบางคนต้องต่างช่วยกันหารายได้มาจุนเจือครอบครัวเพื่อจะได้มีชีวิตที่เป็นสุขขึ้น ด้วยเหตุของการเปลี่ยนแปลงเช่นนั้น ทำให้บทบาทของสตรีในบทบาทของแม่บ้านต้องเปลี่ยนไปมาก เวลาส่วนหนึ่งใช้ไปกับงานนอกบ้าน การหาเงินกับสามีและลูก ๆ มากขึ้น รวมทั้งปัญหาสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม เพราะแม่บ้านต้องทำงานมากขึ้นเป็นสองเท่า ต้องทำงานทั้งงานบ้านและงานนอกบ้าน ทำให้ต้องทำงานหนักเกินไป อันอาจทำให้คุณภาพของงานทั้งที่บ้านและที่ทำงานลดลงไปด้วย ด้วยเหตุนี้แม่บ้านในปัจจุบันจึงอยู่ในสภาพเสี่ยงต่อการมีอารมณ์เครียด หรือมีปัญหาสุขภาพอย่างยิ่ง

ด้วยสภาพแวดล้อมในสังคมค่ายทหารเป็นลักษณะสังคมปิดขาดการปฏิสัมพันธ์กับชุมชนภายนอก บางส่วนอาจจะมีอาชีพนอกค่าย บางส่วนมีอาชีพค้าขายและอาชีพอื่น ๆ ในค่าย และบางส่วนอาจจะได้ประกอบอาชีพ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร เพื่อให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์จึงศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพแวดล้อม และปัจจัยความรู้ด้านโภชนาการ ผลจากการศึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนป้องกันโรคที่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร และเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มอื่น ๆ

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี

1.2.2 เพื่อศึกษาสภาพแวดล้อมค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.2.3 เพื่อศึกษาความรู้ด้านโภชนาการของแม่บ้านค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.2.4 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.2.5 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม และความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

1.3 ขอบเขตของงานวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ กลุ่มแม่บ้านอายุระหว่าง 20-59 ปี ที่พักอาศัยในค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี และการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เกิดจากปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตร รายได้ ปัจจัยสภาพแวดล้อม และปัจจัยความรู้ด้านโภชนาการ

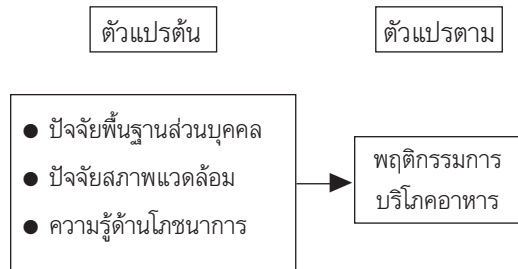
1.4 สมมติฐาน

1.4.1 ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.4.2 ปัจจัยสภาพแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.4.3 ความรู้ด้านโภชนาการมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.5 กรอบแนวคิด



1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.6.1 ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี

1.6.2 เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มอื่น ๆ

2. วิธีการศึกษา

2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มแม่บ้านในค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี ซึ่งมีประชากรจำนวนทั้งหมด 675 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มแม่บ้านในค่ายบุญตร จังหวัดราชบุรี จำนวน 245 คน โดยใช้ตาราง Determining Sample Size From a Given Population ของ Krejcie and Morgan

2.2 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ประกอบด้วย

2.1.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตร รายได้ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

2.1.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะแบบสอบถามมีตัวเลือกตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

2.1.3 แบบสอบถามวัดความรู้ด้านโภชนาการโดยลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบ (Multiple Choice)

2.1.4 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

2) ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

2.2.1 ศึกษาเนื้อหาสาระ หลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างเครื่องมือจากเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ

2.2.2 ร่างแบบสอบถามให้ครอบคลุมเนื้อหาสาระตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.2.3 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรง (Content Validity) โดยตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมด้านภาษาและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

2.2.4 ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ

2.2.5 นำข้อมูลจากการทดลองไปหาคุณภาพของแบบสอบถาม โดยคำนวณหาค่า

ความเที่ยงตรงของแบบสอบถามทั้งทางด้านความเหมาะสมของเนื้อหาได้ค่าเฉลี่ย 2.75 และความถูกต้องในสำนวนภาษาได้ค่าเฉลี่ย 2.57 จากคะแนนเฉลี่ยเต็ม 3 คะแนน ผลที่ได้หลังจากคำนวณค่าความเหมาะสมของเนื้อหา และค่าความถูกต้องของสำนวนภาษา ผู้วิจัยได้นำค่าดังกล่าวพร้อมแบบประเมินของผู้เชี่ยวชาญมาใช้เป็นแนวทางสำหรับการปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถาม

2.2.6 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้ว ไปทดลองใช้กับแม่บ้านค่ายบุรฉัตรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

2.2.7 คำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามภายหลังการนำไปทดลองใช้ (Try Out) โดยแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) คำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) ด้วยวิธีวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Alpha Coefficient) ปรากฏผลได้ค่า 0.818 และ 0.774 ในส่วนแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ (Multiple Choice) คำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) ด้วยวิธีวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของคูเดอร์-ริชาร์ดสัน 20 (KR-20) ปรากฏผลได้ค่า 0.76

2.2.8 ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามผลจากการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ก่อนนำไปใช้จริงเชื่อมั่นของแบบสอบถามก่อนนำไปใช้จริง

2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพ

แวดล้อม ความรู้ด้านโภชนาการ และพฤติกรรม การบริโภคอาหาร โดยนำแบบสอบถามเพื่อการวิจัยไปเก็บข้อมูลจากแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้เสนอ ผลการศึกษา ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับข้อมูลปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ในเชิงพรรณนาโดยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ

ส่วนที่ 2 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมของผู้ตอบแบบสอบถาม ในเชิงพรรณนาโดยหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ส่วนที่ 3 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการในเชิงพรรณนา โดยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ

ส่วนที่ 4 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับพฤติกรรม การบริโภคอาหาร แบบสอบถาม ในเชิงพรรณนาโดยหาค่าร้อยละ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ทดสอบความสัมพันธ์ด้านปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยใช้การวิเคราะห์สถิติ Chi-square

ทดสอบความสัมพันธ์ด้านปัจจัยสภาพแวดล้อม ความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)

3. ผลการศึกษาและอภิปรายผล

3.1 ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล

1) อายุ

แม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 41-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 52.65 รองลงมา มีอายุ 31-40 ปี 51 ปีขึ้นไป และ 20-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.94, 12.24 และ 8.16 ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของกลุ่มแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน (คน) (n = 245)	ร้อยละ
20-30 ปี	20	8.16
31-40 ปี	66	26.94
41-50 ปี	129	52.65
51 ปีขึ้นไป	30	12.24

2) ระดับการศึกษา

แม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 72.65 รองลงมา มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 26.94 และ 0.41 ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของกลุ่มแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน (คน) (n = 245)	ร้อยละ
ต่ำกว่าปริญญาตรี	178	72.65
ปริญญาตรี	66	26.94
สูงกว่าปริญญาตรี	1	0.41

3) อาชีพ

แม่บ้านค้าขายบุตรฉัตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่มีอาชีพธุรกิจส่วนตัว อาชีพอิสระ คิดเป็นร้อยละ 40.82 รองลงมาคืออาชีพอื่น ๆ พนักงานบริษัทเอกชน ข้าราชการ และพนักงานรัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 37.55, 10.61, 7.76 และ 3.27 ตามลำดับ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของกลุ่มแม่บ้านค้าขายบุตรฉัตร จังหวัดราชบุรี จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน (คน) (n = 245)	ร้อยละ
ข้าราชการ	19	7.76
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	8	3.27
พนักงานบริษัทเอกชน	26	10.61
ธุรกิจส่วนตัว อาชีพอิสระ	100	40.82
อื่น ๆ	92	37.55

4) จำนวนบุตร

แม่บ้านค้าขายบุตรฉัตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่มีจำนวนบุตร 2 คน คิดเป็นร้อยละ 64.49 รองลงมาคือจำนวนบุตร 1 คน ไม่มีบุตร มีจำนวนบุตร 3 คน และมีจำนวนบุตรมากกว่า 3 คน คิดเป็นร้อยละ 19.59, 8.57, 6.53 และ 0.82 ตามลำดับ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของกลุ่มแม่บ้านค้าขายบุตรฉัตร จังหวัดราชบุรี จำแนกตามจำนวนบุตร

จำนวนบุตร	จำนวน (คน) (n = 245)	ร้อยละ
ไม่มี	21	8.57
1 คน	48	19.59
2 คน	158	64.49
3 คน	16	6.53
มากกว่า 3 คนขึ้นไป	2	0.82

5) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

แม่บ้านค้าขายบุตรฉัตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 8,001-13,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 42.86 รองลงมาคือรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 8,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 26.12 ระหว่าง 13,001-18,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 21.63 มากกว่า 23,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 5.71 และ ระหว่าง 18,001-23,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 3.67 ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของกลุ่มแม่บ้านค้าขายบุตรฉัตร จังหวัดราชบุรี จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	จำนวน (คน) (n = 245)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 8,000 บาท	64	26.12
8,001-13,000 บาท	105	42.86
13,001-18,000 บาท	53	21.63
18,001-23,000 บาท	9	3.67
มากกว่า 23,000 บาทขึ้นไป	14	5.71

3.2 ปัจจัยสภาพแวดล้อม

สภาพแวดล้อมของแม่บ้านค่ายบุรีฉัตร จังหวัดราชบุรี มีสภาพแวดล้อมโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.11 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ด้านที่อยู่อาศัยอยู่ในระดับที่ดีมาก ได้แก่ มีระบบสาธารณูปโภคเพียงพอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.65 รองลงมา ได้แก่ ทำเลที่ตั้งเหมาะสมสะดวกต่อการเดินทาง และบ้านพักมีขนาดเหมาะสมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.63 และ 3.59 ตามลำดับ ส่วนข้อสภาพแวดล้อมที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ มีบริเวณห้องครัวแยกเป็นสัดส่วน,

มีเส้นทางคมนาคมสะดวก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.19 รองลงมา ได้แก่ มีความมั่นใจว่าอาหารสะอาด มีบริการรถโดยสารเพียงพอ มีอินเทอร์เน็ตบริการเพียงพอ มีการกำจัดสิ่งปฏิกูลอย่างมีระบบ มีมลพิษทางอากาศ/ฝุ่นละออง/หมอกควันน้อย และมีร้านอาหารริมบาทวิถีจำนวนมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.13, 3.11, 3.10, 3.05, 2.85 และ 2.55 ส่วนข้อสภาพแวดล้อมที่อยู่ในระดับน้อย ได้แก่ มีตลาดจำหน่ายอาหารสด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.28 ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงสภาพแวดล้อมค่ายบุรีฉัตร จังหวัดราชบุรี

สภาพแวดล้อมค่ายบุรีฉัตร	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ด้านที่อยู่อาศัย			
1. บ้านพักมีขนาดเหมาะสม	3.59	0.82	ดี
2. มีบริเวณห้องครัวแยกเป็น สัดส่วน	3.19	0.95	ปานกลาง
3. มีระบบสาธารณูปโภค ได้แก่ น้ำประปา ไฟฟ้าเพียงพอ	3.65	0.82	ดี
4. มีอินเทอร์เน็ตบริการเพียงพอ	3.10	1.07	ปานกลาง
5. ทำเลที่ตั้งเหมาะสมสะดวกการเดินทาง	3.63	0.74	ดี
ด้านสภาพสิ่งแวดล้อม			
1. มีร้านอาหารริมบาทวิถีจำนวนมาก	2.55	0.92	ปานกลาง
2. มีตลาดจำหน่ายอาหารสด	2.28	1.01	น้อย
3. มีการกำจัดสิ่งปฏิกูลอย่างมีระบบ	3.05	0.78	ปานกลาง
4. มีบริการรถโดยสารเพียงพอ	3.11	0.84	ปานกลาง
5. มีเส้นทางคมนาคมสะดวก	3.19	1.02	ปานกลาง
6. มีมลพิษทางอากาศ/ฝุ่นละออง/หมอกควันน้อย	2.85	0.94	ปานกลาง
7. มีความมั่นใจว่าอาหารสะอาด	3.13	0.73	ปานกลาง
รวม	3.11	0.89	ปานกลาง

3.3 ความรู้ด้านโภชนาการ

ความรู้ด้านโภชนาการของแม่บ้านค้าขาย บุรณิตร จังหวัดราชบุรี ส่วนใหญ่อยู่ในระดับที่ดี คิดเป็นร้อยละ 34.69 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้ด้านโภชนาการเกี่ยวกับการรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ จำนวน 3 มื้อ และออกกำลังกายสม่ำเสมอจะช่วยรักษาน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 96.73 รองลงมา คือ บุคคลวัยทำงานควรรับประทานอาหาร และผลไม้ตามฤดูกาลเป็นประจำทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 93.88 ส่วนในเรื่องการเลือกซื้ออาหารที่ใส่สีสังกะสีเป็นอาหารที่ไม่ปลอดภัยต่อการบริโภค คิดเป็นร้อยละ 93.47 ภาวะการเกิดโภชนาการเกินไม่ใช่ประโยชน์ของอาหารที่มีต่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 92.24 สำหรับบุคคลที่ต้องการแคลเซียมควรรับประทานปลาไส้ตัน และนมสดเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 91.02 นมมีแคลเซียมช่วยเสริมสร้างกระดูก คนทุกวัยจึงควรดื่มนมเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 84.08 ในการรับประทานอาหารรสจัดไม่จัดอยู่ในโภชนบัญญัติ 9 ประการ คิดเป็นร้อยละ 80.82 โรคปากนกกระจอกเกิดจากการขาดวิตามินบี 2 หรือไรโบฟลาวิน คิดเป็นร้อยละ 75.92 เครื่องดื่ม

อัดลมเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแต่ให้สารอาหารน้อย คิดเป็นร้อยละ 73.47 โภชนาการ หมายถึง การได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์จากอาหาร คิดเป็นร้อยละ 69.80 การออกกำลังกายที่เหมาะสมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 68.98 โรคเหน็บชาเกิดจากการขาดวิตามินบี คิดเป็นร้อยละ 66.53 สารอาหารที่ได้จากอาหารประกอบด้วย โปรตีน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน เกลือแร่ แร่ธาตุ ไขมัน น้ำ คิดเป็นร้อยละ 66.53 โภชนบัญญัติ คือ ข้อปฏิบัติการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย คิดเป็นร้อยละ 65.31 มะละกอสุกเป็นผลไม้ที่มีเบต้าแคโรทีนสูง ร่างกายเรานำไปสร้างวิตามินเอได้ คิดเป็นร้อยละ 64.08 ไข่แดง และผักใบเขียวเป็นอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง คิดเป็นร้อยละ 55.92 อาหารหลัก 5 หมู่ ประกอบด้วย เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง นม ข้าว แป้ง น้ำตาล ผักผลไม้ต่าง ๆ ไขมัน คิดเป็นร้อยละ 48.98 ผู้ที่ชอบรับประทานอาหารรสจัด อาจก่อให้เกิดโรคกระเพาะอาหารได้ คิดเป็นร้อยละ 46.94 วัยผู้ใหญ่ควรได้รับคาร์โบไฮเดรต ร้อยละ 50-55 ของพลังงานที่ใช้ต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 26.94 และโรคเหน็บชาเป็นปัญหาโภชนาการระดับชาติ คิดเป็นร้อยละ 11.84 ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงระดับความรู้ด้านโภชนาการของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ จังหวัดราชบุรี

ข้อ	ความรู้ด้านโภชนาการ	จำนวน (คน) (n = 245)	ร้อยละ
1.	โภชนาการ หมายถึง การได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์จากอาหาร	171	69.80
2.	วัยผู้ใหญ่ควรได้รับคาร์โบไฮเดรตร้อยละ 50-55 ของพลังงานที่ใช้ต่อวัน	66	26.94
3.	โรคเหน็บชาเกิดจากการขาดวิตามินบี	163	66.53
4.	มะละกอสุกเป็นผลไม้ที่มีเบต้าแคโรทีนสูง ร่างกายเรานำไปสร้างวิตามินเอได้	157	64.08
5.	อาหารหลัก 5 หมู่ ประกอบด้วย เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง นม ข้าว แป้ง น้ำตาล ผักผลไม้ต่าง ๆ ไขมัน	120	48.98
6.	ไข่แดง และผักใบเขียวเป็นอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง	137	55.92
7.	โรคปากนกกระจกเกิดจากการขาดวิตามินบี 2 หรือ ไรโบฟลาวิน	186	75.92
8.	ผู้ที่ชอบรับประทานอาหารรสจัด อาจก่อให้เกิดโรคกระเพาะอาหารได้	115	46.94
9.	การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ 3 มื้อ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ จะช่วยรักษาน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ	237	96.73
10.	การเกิดภาวะโภชนาการเกินไม่ใช่ประโยชน์ของอาหารที่มีต่อสุขภาพ	226	92.24
11.	ผักและผลไม้ตามฤดูกาล บุคคลวัยทำงานควรรับประทานเป็นประจำทุกวัน	230	93.88
12.	สารอาหารที่ได้จากอาหาร ประกอบด้วย โปรตีน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน เกลือแร่ แร่ธาตุ ไขมัน น้ำ	163	66.53
13.	นมมีแคลเซียมช่วยเสริมสร้างกระดูกคนทุกวัยจึงควรดื่มนมเป็นประจำ	206	84.08
14.	ถ้าต้องการแคลเซียม ควรรับประทานปลาไส้ตัน และ นมสดเป็นประจำ	223	91.02
15.	การเลือกซื้ออาหารที่โลโก้สะท้อนแสงเป็นอาหารที่ไม่ปลอดภัยต่อการบริโภค	229	93.47
16.	โภชนบัญญัติ คือ ข้อปฏิบัติในการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย	160	65.31
17.	การออกกำลังกายที่เหมาะสมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง	169	68.98
18.	น้ำอัดลมเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแต่ให้สารอาหารน้อย	180	73.47
19.	การรับประทานอาหารรสจัดไม่จัดอยู่ในโภชนบัญญัติ 9 ประการ	198	80.82
20.	โรคเหน็บชาเป็นปัญหาโภชนาการระดับชาติ	29	11.84

3.4 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมการบริโภคของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ จังหวัดราชบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.52 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พฤติกรรมที่มีระดับการปฏิบัติที่ต่ำได้แก่ ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.29 รองลงมา ได้แก่ การรับประทานอาหารเช้า 5 หมู่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ

3.26 ส่วนข้อพฤติกรรมที่มีระดับการปฏิบัติดี ได้แก่ การรับประทานอาหารเช้าที่ปรุงเสร็จใหม่ ๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.30 รองลงมา ได้แก่ การรับประทานอาหารเช้าทุกวัน การรับประทานไก่ หมู ไข่ การรับประทานผักต่าง ๆ การรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง ดื่มนมชนิดใดชนิดหนึ่ง การรับประทานเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน การรับประทานผลไม้ต่าง ๆ การรับประทานอาหารเช้าให้

แทนเนื้อสัตว์ และการรับประทานกล้วยเดี่ยว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.25, 3.16, 3.14, 2.90, 2.87, 2.81, 2.81, 2.59, 2.54 ตามลำดับ ส่วนข้อพฤติกรรมที่มีระดับการปฏิบัติปานกลาง ได้แก่ การรับประทานอาหารทะเล เช่น ปลาหมึก กุ้ง ปลาทะเล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.45 รองลงมา ได้แก่ การออกกำลังกาย การรับประทานส้มตำ การรับประทานอาหารประเภทไส้กรอก ลูกชิ้น การรับประทานสลัดผัก ต้มน้ำหวาน น้ำอัดลม ต้มน้ำผลไม้ใส่น้ำตาล เกลือ

ตม่น้ำผัก การรับประทานมะหมีกึ่งสำเร็จรูป การรับประทานขนมเค้ก ขนมปังกรอบ โดนัท คุกกี้ การรับประทานอาหารรสหวานจัด เช่น ทองหยอด และการรับประทานพืชชา โก๋หุบแบ่งทอด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.37, 2.36, 2.22, 2.16, 2.14, 2.06, 2.00, 2.00, 1.99, 1.87 และ 1.84 ตามลำดับ ส่วนข้อพฤติกรรมที่มีระดับการปฏิบัติไม่ดี ได้แก่ ตม่น้ำผลไม้ที่มีแอลกอฮอล์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.63 ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 แสดงระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ จังหวัดราชบุรี

รายการปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. รับประทานอาหารครบ 5 หมู่	3.26	0.66	ดีมาก
2. รับประทานอาหารเข้าทุกวัน	3.25	0.81	ดี
3. รับประทานอาหารประเภทเต้าหู้แทนเนื้อสัตว์	2.59	0.83	ดี
4. รับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง	2.90	0.66	ดี
5. รับประทานเนื้อสัตว์ไม่ติดมัน	2.81	0.75	ดี
6. รับประทานไก่ หมู ไข่	3.16	0.69	ดี
7. รับประทานอาหารทะเล เช่น ปลาหมึก กุ้ง ปลาทะเล	2.45	0.64	ปานกลาง
8. รับประทานอาหารประเภท ไส้กรอก ลูกชิ้น	2.22	0.65	ปานกลาง
9. ตม่นมชนิดใดชนิดหนึ่ง	2.87	0.82	ดี
10. รับประทานกล้วยเดี่ยว	2.54	0.72	ดี
11. รับประทานมะหมีกึ่งสำเร็จรูป	2.00	0.66	ปานกลาง
12. รับประทานพืชชา โก๋หุบแบ่งทอด	1.84	0.66	ปานกลาง
13. รับประทานขนมเค้ก ขนมปังกรอบ โดนัท คุกกี้	1.99	0.73	ปานกลาง
14. รับประทานอาหารรส หวานจัด เช่น ทองหยอด	1.87	0.75	ปานกลาง
15. ตม่น้ำหวาน น้ำอัดลม	2.14	0.81	ปานกลาง
16. รับประทานผักต่าง ๆ	3.14	0.78	ดี
17. รับประทานสลัดผัก	2.16	0.78	ปานกลาง
18. รับประทานส้มตำ	2.36	0.73	ปานกลาง
19. ตม่น้ำผัก	2.00	0.75	ปานกลาง
20. รับประทานผลไม้ต่าง ๆ	2.81	0.70	ดี
21. ตม่น้ำผลไม้ใส่น้ำตาล เกลือ	2.06	0.65	ปานกลาง
22. รับประทานอาหารที่ปรุงเสร็จใหม่ ๆ	3.30	0.62	ดี
23. ตม่น้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว	3.29	0.69	ดีมาก
24. การออกกำลังกาย	2.37	0.76	ปานกลาง
25. ตม่น้ำผลไม้ที่มีแอลกอฮอล์	1.63	0.74	ไม่ดี
รวม	2.52	0.72	ดี

3.5 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพแวดล้อม ความรู้ด้านโภชนาการ

กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้าน ค่ายบูรฉัตร จังหวัดราชบุรี

ตารางที่ 9 แสดงค่าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพแวดล้อม ความรู้ด้านโภชนาการ กับพฤติกรรมการบริโภค

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	χ^2	p
ปัจจัยพื้นฐาน		
- อายุ	-.028	.664
- ระดับการศึกษา	.051	.429
- อาชีพ	.107	.094
- จำนวนบุตร	.015	.820
- รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	-.055	.389
	r	Sig.
ปัจจัยสภาพแวดล้อม	.327	.000
ความรู้ด้านโภชนาการ	.072	.264

จากตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพแวดล้อม และความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร จังหวัดราชบุรี พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสภาพแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร จังหวัดราชบุรี โดยการทดสอบความสัมพันธ์ด้วย Pearson Correlation (r) พบว่า มีค่า sig เท่ากับ 0.000 ซึ่งต่ำกว่า 0.05 แสดงว่ามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนั้น ปัจจัยสภาพแวดล้อมจึงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

4. สรุป

4.1 สรุปผลและอภิปรายผล

4.1.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

จากการศึกษาครั้งนี้จะเห็นได้ว่า พฤติกรรม

การบริโภคของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร จังหวัดราชบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ คือ การรับประทานอาหารเช้าทุกวัน อาหารเช้าเป็นมื้อที่สำคัญที่สุด เพราะไม่เพียงเติมพลังงานให้แก่ร่างกายและสมองให้พร้อมที่จะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพตลอดวัน ยังป้องกันความเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้อีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ แอน (2549) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าของนิสิตนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ความสนใจต่อผลิตภัณฑ์อาหารเช้า และการสนใจในการบริโภคอาหารเช้า มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเช้าของนิสิตนักศึกษา โดยส่วนใหญ่บริโภคอาหารเช้าเพราะทำให้ไม่ต้องทรมานกับความหิว กลัว คริมหันต์ (2541) กล่าวว่า พฤติกรรมการบริโภคเป็นการปฏิบัติ หรือการแสดงออกเกี่ยวกับการกิน

ที่บุคคลกระทำเป็นประจำเป็นการแสดงทั้งทางด้านการกระทำ และความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ ต่อการบริโภคอาหาร ถ้าบุคคลได้ปฏิบัติถูกต้องตามหลักโภชนาการแล้ว ก็จะส่งผลให้บุคคลมีภาวะโภชนาการที่ดี ในทางตรงข้าม ถ้าปฏิบัติไม่ถูกต้องจะส่งผลให้เกิดปัญหาทางโภชนาการตามมา และสอดคล้องกับ อิชฎาภัทร จังศิริวิทยากร (2549) กล่าวว่า อาหารแต่ละชนิดประกอบด้วยสารอาหารหลาย ๆ ชนิดในปริมาณไม่เท่ากัน ซึ่งสารอาหารแต่ละชนิดให้ประโยชน์แก่ร่างกายต่างกัน ไม่มีอาหารชนิดใดชนิดหนึ่งที่ประกอบด้วยสารอาหารทุกอย่างตามความต้องการของร่างกายในปริมาณเพียงพอ และได้สัดส่วน ดังนั้น เราจะต้องกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่พอเหมาะ และควรเลือกกินให้หลากหลายเพื่อให้ได้พลังงานและสารอาหารต่าง ๆ ครบตามความต้องการของร่างกาย

4.1.2 ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพบว่า

อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ขึ้นอยู่กับปัจจัยในหลาย ๆ ด้าน สาเหตุหนึ่ง คือ ปัจจัยสภาพแวดล้อม เนื่องจากประชากรที่อาศัยอยู่ในค่ายเป็นลักษณะสังคมปิด ขาดการปฏิสัมพันธ์กับชุมชนภายนอก แต่เนื่องจากเป็นค่ายทหาร สถานที่ทางราชการ ผู้บังคับบัญชาจึงกำหนดนโยบายให้ค่ายบูรฉัตรมีการพัฒนาไปทางที่ดี จึงส่งผลให้อายุไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับ ปฏิมา (2549) ได้ศึกษาปัจจัยที่มี

ผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหารของบุคลากรโรงพยาบาลค่ายธนระวัธน์ อำเภอปรางบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคลากรโรงพยาบาลค่ายธนระวัธน์ เนื่องจากบุคลากรในโรงพยาบาลค่ายธนระวัธน์ มีสภาพแวดล้อมการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันภายในค่าย และทั้งนี้อาจเป็นเพราะหลาย ๆ ปัจจัยด้วยกัน รวมทั้งเป็นผู้นำทางด้านสุขภาพ จึงทำให้อายุไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร

ระดับการศึกษา ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร กล่าวคือ แม่บ้านค่ายบูรฉัตรส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ซึ่งขัดแย้งกับ Pender (1987) ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงย่อมมีโอกาสแสวงหาสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพได้ดีกว่าผู้ที่มีการศึกษาน้อย และทำให้มีโอกาสที่จะเลือกประกอบอาชีพที่มั่นคงและมีรายได้สูงอีกด้วย

อาชีพ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร ทั้งนี้อาจเนื่องจากการประกอบอาชีพมีผลต่อรายได้ของครอบครัว จึงทำให้อาชีพที่แตกต่างกัน ไม่ส่งผลให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกัน และอาจขึ้นอยู่กับปัจจัยในหลาย ๆ ด้าน สาเหตุหนึ่ง คือ ปัจจัยสภาพแวดล้อม เนื่องจากประชากรพักอาศัยภายในค่าย มีการปฏิสัมพันธ์ต่อกัน อาจทำให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในแนวทางเดียวกัน

จำนวนบุตร ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรฉัตร ทั้งนี้อาจเนื่องจากแม่บ้านค่ายบูรฉัตรส่วนใหญ่ต้องพึ่งพา

ตนเองมากขึ้น มีการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น จึงทำให้มีพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่แตกต่างกัน ถึงแม้ว่าจะมีสถานภาพในการมีบุตรที่แตกต่างกัน

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ กล่าวคือ แม่บ้านค่ายบูรณัตร์ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จึงส่งผลให้การประกอบอาชีพของแม่บ้านมีอาชีพธุรกิจส่วนตัว อาชีพอิสระเป็นจำนวนมาก และทำให้มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 8,001-13,000 บาท ซึ่งไม่สอดคล้องกับ Pender (1987) ที่กล่าวว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจเป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการมีศักยภาพในการดูแลตนเองของบุคคล โดยผู้ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจสูงรายได้สูงซึ่งเอื้อประโยชน์ให้บุคคลสามารถดูแลตนเองให้ได้รับอาหารเพียงพอ ตลอดจนเข้าถึงบริการได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสามารถจัดหาเครื่องใช้ต่าง ๆ เพื่ออำนวยความสะดวกและส่งเสริมการดูแลสุขภาพตนเอง และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของปฏิกิมา (2549) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคอาหารของบุคลากรโรงพยาบาลค่ายธนะรัชต์ อำเภอบางสะพานบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคลากรโรงพยาบาลค่ายธนะรัชต์

สรุป จากการศึกษาครั้งนี้ ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ จังหวัดราชบุรี เนื่องจากสภาพแวดล้อมในค่ายบูรณัตร์เป็นลักษณะสังคมแบบปิด กล่าวคือ ไม่มีการปฏิสัมพันธ์กับชุมชนภายนอก มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันภายในค่าย และมีร้านค้าสวัสดิการอำนวยความสะดวก

จึงทำให้ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล เช่น อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตร รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์

4.1.3 ปัจจัยสภาพแวดล้อม

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสภาพแวดล้อมกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพบว่า ปัจจัยสภาพแวดล้อมค่ายบูรณัตร์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ กล่าวคือ ค่ายบูรณัตร์มีการจัดการระบบน้ำประปาเป็นของตนเอง ซึ่งแตกต่างจากค่ายพักอื่น ๆ ที่ต้องได้รับน้ำมาจากการประปาส่วนท้องถิ่น มีทำเลที่ตั้งเหมาะสมสะดวกต่อการเดินทาง อีกทั้งยังมีร้านค้าตามบ้านพักมากมาย เพื่อเพิ่มความสะดวกแก่ประชากรในค่ายและบ้านพักมีขนาดเหมาะสม ซึ่งขัดแย้งกับ ชนะชัย (2541) ศึกษาเรื่อง การศึกษาความพึงพอใจของทหารต่อการจัดสภาพแวดล้อมในค่ายทหาร: กรณีศึกษาค่ายกาวิละ มณฑลทหารบกที่ 33 จังหวัดเชียงใหม่ โดยพบว่า ด้านที่อยู่อาศัยมีความพึงพอใจปานกลาง เนื่องจากเกิดปัญหาสภาพบ้านที่เก่าและชำรุด สภาพแออัดของครอบครัว เป็นต้น แต่ค่ายบูรณัตร์ได้กำหนดกรอบนโยบายในการพัฒนาเป็นยุทธศาสตร์ 5 ด้าน ดังนี้ 1. ด้านเศรษฐกิจพอเพียง 2. ด้านความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน 3. ด้านการเสริมสร้างชุมชนต่อต้านยาเสพติด 4. ด้านวิสาหกิจชุมชน 5. ด้านสวัสดิการชุมชน และสุขภาพชุมชน จึงทำให้ค่ายมีการพัฒนาไปในทางที่ดียิ่งขึ้น

4.1.4 ความรู้ด้านโภชนาการ

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านโภชนาการกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

พบว่า ความรู้ทางด้านโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ ซึ่งขัดแย้งกับแนวความคิดของ Bloom (1975) ที่อธิบายไว้ว่า องค์ประกอบหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้พฤติกรรมการปฏิบัติปรากฏขึ้นคือ องค์ประกอบด้านความรู้ เนื่องจากการที่บุคคลมีความรู้ในเรื่องสุขภาพอนามัยที่ดีและถูกต้อง ย่อมมีแนวโน้มว่าบุคคลนั้นจะมีพฤติกรรมหรือสามารถนำไปสู่การปฏิบัติในการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องเช่นกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ขึ้นอยู่กับปัจจัยในหลาย ๆ ด้าน สาเหตุหนึ่งคือ ปัจจัยสภาพแวดล้อมเนื่องจากประชากรที่อาศัยอยู่ในค่ายเป็นลักษณะสังคมปิด ขาดการปฏิสัมพันธ์กับชุมชนภายนอก แต่เนื่องจากเป็นค่ายทหาร สถานที่ทางราชการผู้บังคับบัญชาจึงกำหนดนโยบายให้ค่ายบูรณัตร์มีการพัฒนาไปทางที่ดี โดยจัดให้มีอาสาสมัครชุมชน เพื่อดูแลสุขภาพอนามัยร้านอาหาร จึงส่งผลให้พฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี

4.1.5 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

จากการวิจัยครั้งนี้จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมการบริโภคของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ จังหวัดราชบุรี มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ คือ การรับประทานอาหารเช้าทุกวัน อาหารเช้าเป็นมื้อที่สำคัญที่สุด เพราะไม่เพียงเติมพลังงานให้แก่ร่างกายและสมองให้พร้อมที่จะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพตลอดวัน ยังป้องกันความเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้อีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ กัลยา ศรีมพันธ์ (2541) ได้กล่าวว่า พฤติกรรมการบริโภคเป็นการปฏิบัติ หรือการแสดงออกเกี่ยวกับการกินที่บุคคลกระทำเป็นประจำ

เป็นการแสดงทั้งทางด้านการกระทำ และความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ ต่อการบริโภคอาหาร ถ้าบุคคลได้ปฏิบัติถูกต้องตามหลักโภชนาการแล้วก็จะส่งผลให้บุคคลมีภาวะโภชนาการที่ดี ในทางตรงข้าม ถ้าปฏิบัติไม่ถูกต้อง จะส่งผลให้เกิดปัญหาทางโภชนาการตามมา อิชฎาภัทร จังศิริวิทยากร (2549) กล่าวว่า อาหารแต่ละอย่าง ประกอบด้วยสารอาหารหลาย ๆ ชนิดในปริมาณไม่เท่ากัน ซึ่งสารอาหารแต่ละชนิดให้ประโยชน์แก่ร่างกายต่างกัน ไม่มีอาหารชนิดใดชนิดหนึ่งที่ประกอบด้วยสารอาหารทุกอย่างตามความต้องการของร่างกายในปริมาณเพียงพอและได้สัดส่วน ดังนั้น เราจะต้องกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่พอเหมาะ และควรเลือกกินให้หลากหลายเพื่อให้ได้พลังงานและสารอาหารต่าง ๆ ครบตามความต้องการของร่างกาย

4.1.6 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล สภาพแวดล้อมค่ายบูรณัตร์ ความรู้ด้านโภชนาการ กับพฤติกรรมของแม่บ้านค่ายบูรณัตร์ จังหวัดราชบุรี

ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผลการทดสอบปฏิเสธสมมติฐาน กล่าวคือ ปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยสภาพแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผลการทดสอบยอมรับสมมติฐาน กล่าวคือ ปัจจัยสภาพแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ความรู้ด้านโภชนาการมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผลการทดสอบปฏิเสธสมมติฐาน กล่าวคือ ความรู้ด้านโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

4.2 ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษา พฤติกรรมการบริโภคอาหารของแม่บ้านค่ายบุรฉัตร จังหวัดราชบุรี ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

4.2.1 รณรงค์ให้ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ โดยการจัดนิทรรศการ หรืออบรมให้คำแนะนำและให้ความรู้แก่แม่บ้านโดยเน้นเนื้อหาเกี่ยวกับ หลักการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง หลักสุขภาพ การเลือกรับประทานอาหาร เพื่อให้แม่บ้านมีความรู้ด้านโภชนาการมากขึ้นและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

4.2.2 ควรเผยแพร่ความรู้ด้านโภชนาการ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทหวานจัด มันจัด เค็มจัด เพื่อลดความเสี่ยงในการเป็นโรคเบาหวาน ความดันในเลือดสูง ไขมันในเลือดสูง และโรคหัวใจ

4.2.3 ควรมีการเผยแพร่ข้อมูลทางด้านโภชนาการและการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่หน่วยงานอื่น ๆ และบุคคลทั่วไป

4.2.4 ควรตรวจร่างกายประเมินภาวะโภชนาการ ดัชนีในการประเมินภาวะโภชนาการ (Indicator for Nutrition) BMI เป็นดัชนีวัดที่ใช้ประเมินภาวะโภชนาการ

4.2.5 ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบภาวะโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่ามีความสัมพันธ์กันหรือไม่ และมีปัจจัยใดที่สัมพันธ์

4.2.6 ควรทำการศึกษาในเรื่องเดียวกันนี้ โดยการสัมภาษณ์และทำการบันทึกอาหารที่บริโภคภายใน 24 ชั่วโมง (Food Record and 24-hours Recall) ตลอดจนบันทึกความถี่ของอาหารที่บริโภค

(Food Frequency) และบันทึกกิจกรรมที่ทำใน 24 ชั่วโมง อย่างละเอียด เพื่อการวิจัยได้ผลดียิ่งขึ้น

5. กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดวงสุดา เตโชติรส ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ และอาจารย์ สุพรรณิการ์ โกสม ที่ปรึกษาร่วม ที่ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็นเพิ่มเติม เพื่อให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

6. เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย. 2548. การดำเนินงานโภชนาการในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กัลยา ศรีมหันต์. 2541. ศึกษาภาวะโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. คณะพยาบาลศาสตร์. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- คณะทำงานจัดทำข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย. 2542. คู่มือกินพอดี สุขชีทั่วไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การส่งเสริมการค้าผ่านศึก,
- เฉลิมพล ต้นสกุล. 2543. พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนสามัญนิติบุคคล สหประชา-พาณิชย์.
- ดวงพร สุตสุนทร. 2546. ปัจจัยที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพในด้านการบริโภคของบุคลากรทางการแพทย์ โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- ธนากร ทองประยูร. 2546. **พฤติกรรมกรรมการบริโภคของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยของรัฐ: ศึกษาเฉพาะในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. ภาควิชาคหกรรมศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ธานินทร์ ศิลป์จารุ. 2551. **การวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS**. ม.ป.ท: เอส.อาร์. พรินติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด.
- พจนีย์ บุญนา. 2549. **เอกสารประกอบการสอนวิชาโภชนาการบุคคล**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543. **วิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์. 2541. **พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร**. นนทบุรี: กองโภชนาการ กระทรวงสาธารณสุข.
- สุภาพ ฉัตรภรณ์. 2550. **เอกสารประกอบการสอนวิชาการระเบียบวิธีวิจัยทางคหกรรมศาสตร์ศึกษา**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อมรศรี ตันพิพัฒน์, ศิริจรรยา เครือวิริยะพันธ์ และสมใจ ธนปัญญากุล. 2544. **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร**. **วารสารเกษตร-พระจอมเกล้า**. 19, 3 (กันยายน-ธันวาคม): 23-36.
- อบเชย วงศ์ทอง. 2551. **โภชนศาสตร์ครอบครัว**. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- อิฐภาภัทร จังศิริวิทยากร. 2549. **เคล็ดลับสุขภาพ กินอยู่เพื่อชีวิตที่ดีกว่า**. กรุงเทพฯ: โอเดียนดีพับลิชชิง.
- Wardle J., Parmenter K. and Waller J. 2002. Nutrition knowledge and food intake. [online] Available: <http://www.sciencedirect.com>, September 28, 2012.
- Best and Kahn James V. 1993. **Research in Education**. 7th ed. Boston: Allyn and Bacon.