

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างช่องทางของสื่อโภชนศึกษา พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการของนักศึกษา และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

Comparative Studies of Types of Nutritional Education Media, Consumption Behavior and Nutritional Status in Undergraduate Students and Employees of Chaiyaphum Rajabhat University

ภัททิรา ก้านทอง* ชัยณรงค์ เลขราบ ฐิมาพร วงศ์ศิริ เพียงพัทธ์ โมกภา ทิพวารินทร์ พิมล

Pattira Kanthong* Chainarong Laklab Thimaporn Wongsiri Peangpak Mokpa Tipwarin Pimol

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ชัยภูมิ ประเทศไทย 36000

Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University Chaiyaphum Thailand 36000

บทคัดย่อ

จากการศึกษาในนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิจำนวน 215 คน ช่องทางการได้รับสื่อโภชนศึกษาสูงสุดคือ อินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 31.2 รองลงมา คือ โทรทัศน์ ป้ายประชาสัมพันธ์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร โบรชัวร์ วิทยุ สื่อบุคคล และสื่ออื่น ๆ ภาวะโภชนาการในนักศึกษามีน้ำหนักปกติร้อยละ 66.2 รองลงมา คือ เกินเกณฑ์ ผอม และผอมมากร้อยละ 16.2 13.2 และ 4.4 ตามลำดับ ส่วนในบุคลากรมีน้ำหนักปกติร้อยละ 81.5 รองลงมา คือ เกินเกณฑ์ ผอมมาก และผอมร้อยละ 7.4 7.4 และ 3.7 ตามลำดับ สื่อที่เพศชายนิยมบริโภคที่สุด คือ โทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 35.4 ในขณะที่สื่อที่เพศหญิงนิยมบริโภคที่สุด คือ ป้ายประชาสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 31.9 ค่าเฉลี่ยของช่องทางสื่อที่ได้รับระหว่างเพศชายแตกต่างจากเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) โดยค่าเฉลี่ยของช่องทางสื่อที่ได้รับ ระหว่างนักศึกษาช่วงอายุ 18-19 ปี แตกต่างกับช่วงอายุ 22-23 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ค่าเฉลี่ยของช่องทางสื่อที่ได้รับระหว่างบุคลากรแต่ละช่วงอายุไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ช่องทางของสื่อโภชนศึกษา กับระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ และระดับคะแนนภาวะโภชนาการ ไม่มีความสัมพันธ์กัน โดยค่าสัมประสิทธิ์ของเพียร์สันอยู่ที่ระดับ .000 ($p < .01$) แต่อย่างไรก็ตามพบความสัมพันธ์เชิงบวกเพียงเล็กน้อยของระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ กับระดับคะแนนภาวะโภชนาการ มีค่าสัมประสิทธิ์ของเพียร์สันอยู่ที่ระดับ .326 ($p < .01$) โดยคะแนนความแตกฉานด้านสุขภาพระดับสูงสุดในกลุ่มตัวอย่างที่บริโภคสื่อป้ายประชาสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 32.35 รองลงมา คือ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต โบรชัวร์ นิตยสาร สื่อบุคคล หนังสือพิมพ์ และวิทยุชุมชน เท่ากับ 26.47 24.51 6.37 3.43 .49 และ .49 ตามลำดับ

คำสำคัญ: การศึกษาความสัมพันธ์, ช่องทางสื่อ, พฤติกรรมการบริโภค, ภาวะโภชนาการ, มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

Abstract

From a study of 215 students and employee of Chaiyaphum Rajabhat University, the highest channel to receive nutrition education media was the Internet, accounting for 31.2 percent, followed by television, public relations boards, newspapers, magazines, brochures, radio, personal media and other media. The students had a normal weight of 66.2 percent, followed by being overweight, thin and very thin, 16.2%, 13.2%,

Corresponding Author: *Email: pattira.k@gmail.com

วันที่รับ (received) 18 ต.ค. 2562 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 26 เม.ย. 2564 วันที่ตอบรับ (accepted) 2 พ.ค. 2564

and 4.4% respectively, while the staff members had a normal weight of 81.5 percent, followed by those who were overweight, very thin and thin, 7.4%, 7.4% and 3.7% respectively. The media that is most popular among males is television, accounting for 35.4 percent, while the most popular media for female is public relations boards with mean of media channels received between males was significantly different from that of females ($p < .01$). Among students the ages range of 18-19 years was significantly different from the age range of 22-23 years. However, the median channels received between the personnel of each age group were not significantly different from each other. In addition, the channels of nutrition education media with the level of health literacy and the nutritional status score no relationship by Pearson's coefficient was at the .000 ($p < .01$), however only a slightly positive correlation was found in the health literacy level with the nutritional status score by Pearson's coefficient was at .326 ($p < .01$), with the highest health literacy score among the samples who consumed the signboard media. 32.35 percent followed by television, internet, brochures, magazines, individual media, newspapers and community radio, which were 26.47, 24.51, 6.37, 3.43, .49 and .49, respectively.

Keywords: relationship study, media channels, consumption behavior, nutritional status, Chaiyaphum Rajabhat University

บทนำ

ประเทศที่กำลังพัฒนาเช่นประเทศไทยกำลังประสบปัญหาการศึกษาและความแตกฉานทางสุขภาพที่ต่ำ ทำให้เกิดปัญหาโภชนาการขาดและภาวะโภชนาการเกิน กล่าวคือ แนวโน้มปัญหาโภชนาการไทยในสังคมชนบทไทยยังเป็นโรคขาด สารอาหารหลายชนิด ในทางตรงข้ามคนที่อาศัยอยู่ในสังคมเมืองและฐานะความเป็นอยู่ดี ประสบปัญหาโรคเรื้อรังที่เกิดจากภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่ โรคไขมันในเลือดสูง โรคอ้วน โดยเฉพาะในประชากรวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ภาวะกรดยูริกสูงในเลือด และโรคมะเร็งบางชนิด^{2,3}

นอกจากนี้ปัจจัยภายนอก เช่น ประสิทธิภาพและประสิทธิผลของสื่อโภชนาการศึกษา ความหลากหลายของปัจจัยส่วนประสมทางการตลาด รวมทั้งการสื่อสารและการโฆษณาเข้ามามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารในสังคมปัจจุบันเพิ่มขึ้นอย่างยิ่ง สังเกตจากรูปแบบและความสามารถในการเข้าถึงอาหารในสังคมและเศรษฐกิจปัจจุบันมีความหลากหลายและสะดวกยิ่งขึ้น เช่น ซื้ออาหารในตลาดผ่าน QR Code มีวัตถุดิบอาหารสดและอาหารแห้งรวดเร็วเข้าถึงหมู่บ้านทุกวัน มีธุรกิจบริการส่งอาหารถึงบ้าน มีการตลาดเนื้อหา และโฆษณาโดยนักแสดงหรือผู้ทรงอิทธิพลผ่าน social media มี digital marketing ผ่านโทรศัพท์มือถือหรือคอมพิวเตอร์แทนสื่อ

สิ่งพิมพ์ มีการวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภคผ่านการใช้โปรแกรมสำเร็จรูปออกแบบผังในการซื้อสินค้าหรือบริการหลากหลายรูปแบบ ผลที่ตามมาทำให้ผู้บริโภคปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคทั้งแง่บวกหรือแง่ลบ ซึ่งมีผลต่อภาวะโภชนาการตามมา⁴ พฤติกรรมการบริโภคสื่อโภชนาการกับภาวะโภชนาการมีความสัมพันธ์กันทั้งแง่บวกและแง่ลบหากมีผลต่อการรับประทานอาหารไม่สมดุล ดังนั้นการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคสื่อด้านอาหารและโภชนาการสามารถใช้เป็นแนวทางในการแนะนำรูปแบบและปรับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากรให้ถูกต้อง เป็นการส่งเสริมภาวะโภชนาการที่ดีและลดความเสี่ยงต่อโรคโภชนาการดังกล่าวข้างต้น ทั้งโรคโภชนาการขาด โภชนาการเกิน รวมทั้งความเสี่ยงต่อพิษภัยจากอาหาร

อีกทั้งปัจจุบันยังขาดข้อมูลรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคสื่อ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และภาวะโภชนาการในกลุ่มประชากรที่ศึกษา คือ นักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ และข้อมูลยังขาดความคงที่และน่าเชื่อถือพอที่จะอ้างอิงในกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติประชากรที่คล้ายคลึงกันโดยเฉพาะในนักศึกษาและบุคลากรด้านการพยาบาล^{5,6,7}

วัตถุประสงค์การวิจัย

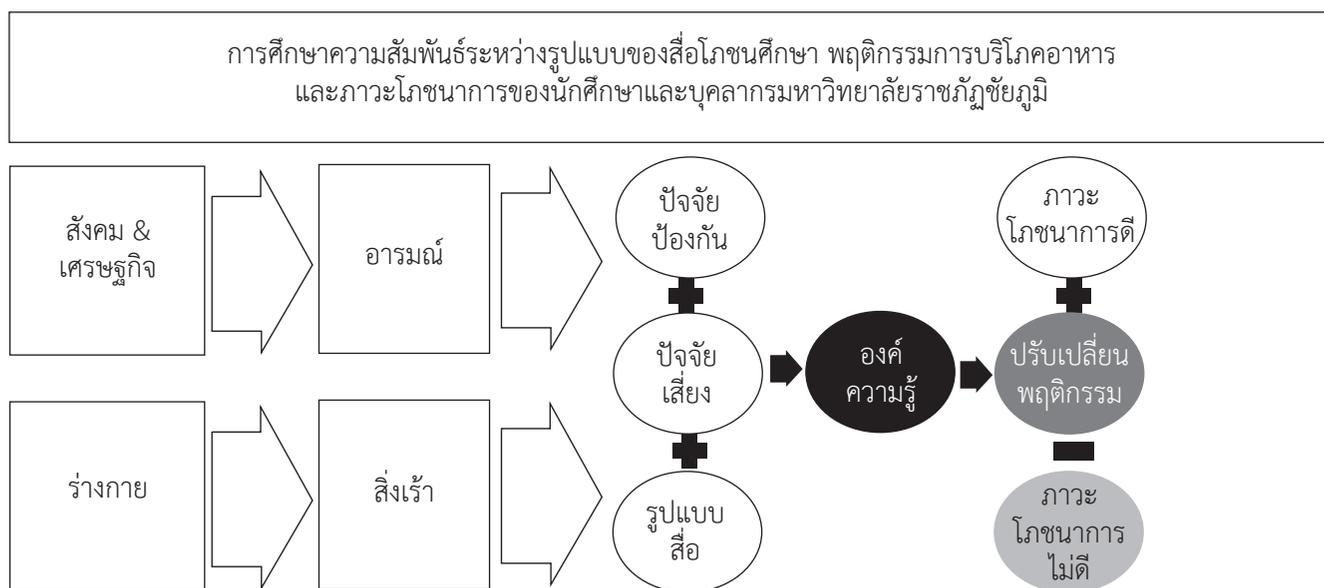
1. เพื่อสำรวจช่องทางของสื่อโภชนศึกษาของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของรูปแบบของช่องทางของสื่อโภชนศึกษา และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ตามเพศและอายุ
3. เพื่อประเมินและเปรียบเทียบภาวะโภชนาการของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิตามเพศและอายุ

4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของรูปแบบช่องทางของสื่อโภชนศึกษา กับความแตกต่างด้านสุขภาพของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

คำถามการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล มีผลต่อรูปแบบและพฤติกรรมการบริโภคสื่อ (เพศ อายุ ประเภทของผู้ร่วมโครงการ) อย่างไร
2. พฤติกรรมการบริโภคสื่อมีผลต่อเกณฑ์ชี้วัดด้านโภชนาการ (เพศ อายุ ประเภทของผู้ร่วมโครงการ) อย่างไร
3. มีความสัมพันธ์กันระหว่างช่องทางของสื่อโภชนศึกษา ระดับคะแนนภาวะโภชนาการ กับระดับคะแนนความแตกต่างด้านสุขภาพเป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรนักศึกษาและบุคลากรประกอบด้วย 8 หลักสูตร คือ ครุศาสตรบัณฑิต รัฐประศาสนศาสตรบัณฑิต บริหารธุรกิจบัณฑิต วิทยาศาสตร์บัณฑิต พยาบาลศาสตรบัณฑิต ศิลปศาสตรบัณฑิต นิติศาสตรบัณฑิต วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต เพื่อให้สามารถรายงานผลและเป็นตัวแทนที่ดีของประชากร นักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ โดยกำหนดแผนการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายให้นักศึกษา และบุคลากร เป็นอิสระต่อกัน โดยทำการคำนวณขนาดตัวอย่างที่เหมาะสม สำหรับการประมาณค่าสัดส่วนประชากร โดยใช้สูตร

การคำนวณค่าสหสัมพันธ์ขนาดตัวอย่าง ตาม effect size⁸ นักศึกษาเท่ากับ 140 คน และบุคลากรเท่ากับ 75 คน รวมเป็นจำนวน 215 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามการศึกษารูปแบบสื่อ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร กับเกณฑ์ชี้วัดด้านภาวะโภชนาการของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ
2. แบบสัมภาษณ์การบริโภคอาหารย้อนหลัง 24 ชั่วโมง

การวิเคราะห์ข้อมูล

โดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์อาหารและสารอาหารสำเร็จรูป INMUCAL VERSION 3 ของสถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล⁹

การเรียนการสอนและการจ้างงาน และโครงการวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ลงวันที่ 20 ม.ค. 57 เลขที่ 19/2557

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การมีส่วนร่วมในการศึกษาครั้งนี้คุณจะถูกขอให้ลงนามในแบบฟอร์มยินยอม บันทึกรวบรวมลายมือชื่อผู้ร่วมโครงการ และบอกกล่าวด้วยวาจาและเอกสารชี้แจงอาสาสมัครผู้ร่วมโครงการวิจัย อาสาสมัครที่ร่วมโครงการมีสิทธิ์ในการถอนตัวจากโครงการไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น โดยไม่มีผลต่อ

ผลการวิจัย

การวิเคราะห์ความเที่ยงของเครื่องมือวิจัย

ความเที่ยงของเครื่องมือวิจัยโดยสัมประสิทธิ์ Cronbach's Alpha .844

1. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับช่องทางการได้รับสื่อโภชนศึกษาด้านอาหาร

ตารางที่ 1 ช่องทางการได้รับสื่อโภชนศึกษาเกี่ยวกับอาหารในนักศึกษาและบุคลากร (n = 206)

ประเภทสื่อ	ความถี่	ร้อยละ
ป้ายประชาสัมพันธ์	66	32.0
โทรทัศน์	54	26.2
อินเทอร์เน็ต	51	24.8
แผ่นพับ	13	6.3
นิตยสาร	11	5.3
บุคคล	7	3.4
หนังสือพิมพ์	1	.5
วิทยุชุมชน	1	.5
อื่น ๆ	2	1.0
รวม	206	100.0

โดยภาพรวมช่องทางการได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อโภชนศึกษาส่วนใหญ่ คือ ป้ายประชาสัมพันธ์ รองลงมา คือ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต แผ่นพับ นิตยสาร บุคคล อื่น ๆ (ระบุ YouTube) หนังสือพิมพ์ และวิทยุชุมชน คิดเป็นร้อยละ 32.0 26.2 24.8 6.3 5.3 3.4 1 .5 และ .5 ตามลำดับ (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 2 ช่องทางการได้รับสื่อโภชนศึกษาเกี่ยวกับอาหารในนักศึกษาและบุคลากรจำแนกตามเพศ (n = 206)

ประเภทสื่อ	ชาย		หญิง	
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ
ป้ายประชาสัมพันธ์	21	32.3	45	31.9
โทรทัศน์	23	35.4	31	22.0
อินเทอร์เน็ต	15	23.1	36	25.5
แผ่นพับ	4	6.2	9	6.4
นิตยสาร	1	1.5	10	7.1
บุคคล	0	0	7	5.0
หนังสือพิมพ์	0	0	1	.7
วิทยุชุมชน	0	0	1	.7
อื่น ๆ	1	1.5	1	.7
รวม	65	100.0	141	100.0

เมื่อเปรียบเทียบช่องทางการได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อโภชนาการที่นิยมบริโภคสามลำดับแรกจําแนกตามเพศพบว่า เพศชายนิยมบริโภคสื่อโทรทัศน์ รองลงมาคือป้ายประชาสัมพันธ์ และอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 35.4 32.3 และ 23.1 ตามลำดับ ในขณะที่เพศหญิงนิยมบริโภคสื่อป้ายประชาสัมพันธ์ รองลงมาคือ อินเทอร์เน็ต และโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 31.9 25.5 และ 22.0 ตามลำดับ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบรูปแบบการบริโภคสื่อโภชนาการในเพศชาย (n = 113) และเพศหญิง (n = 176)

	N	\bar{X}	D	SD	t	p - value
ชาย	113	2.983	144	69.16	2.67*	.00
หญิง	176	19.616				

* p - value < .01

จากการศึกษาสถิติเชิงเปรียบเทียบ พบว่ารูปแบบการบริโภคสื่อโภชนาการในเพศชาย และเพศหญิง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .01) (ตารางที่ 3)

เมื่อเปรียบเทียบช่องทางการได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อโภชนาการที่นิยมบริโภคสามลำดับแรกตามช่วงอายุพบว่า อายุระหว่าง 18-22 ปี นิยมบริโภคสื่อโทรทัศน์สูงสุด รองลงมาคือ ป้ายประชาสัมพันธ์ และอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 33.1 25.4 และ 23.2 ตามลำดับ อายุระหว่าง 23-30 ปี นิยมบริโภคสื่ออินเทอร์เน็ตสูงสุด รองลงมาคือ ป้ายประชาสัมพันธ์ และโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 37.5 34.4 และ 12.5 อายุระหว่าง

31-40 ปี นิยมบริโภคสื่อป้ายประชาสัมพันธ์สูงสุด รองลงมาคือ อินเทอร์เน็ต และโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 61.3 16.1 และ 9.7 ตามลำดับ และอายุระหว่าง 41-50 ปี นิยมบริโภคสื่ออินเทอร์เน็ตสูงสุด คิดเป็นร้อยละ 100 จากการศึกษาดังกล่าวพบว่าการเปรียบเทียบ พบว่าค่าเฉลี่ยของช่องทางสื่อที่ได้รับ ระหว่างนักศึกษาช่วงอายุ 18-19 ปี แตกต่างกับช่วงอายุ 22-23 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ค่าเฉลี่ยของช่องทางสื่อที่ได้รับ ระหว่างบุคลากรแต่ละช่วงอายุไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .01)

ตารางที่ 4 ช่องทางการได้รับสื่อโภชนาการเกี่ยวกับอาหารจําแนกตามประเภทผู้ร่วมโครงการ (n = 206)

ประเภทสื่อ	ประเภทผู้ร่วมโครงการ				รวม	
	นักศึกษา		บุคลากร		รวม	ร้อยละ
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ		
โทรทัศน์	46	34.1	8	11.3	54	26.2
นิตยสาร	10	7.4	1	1.4	11	5.3
แผ่นพับ/ใบปลิว	12	8.9	1	1.4	13	6.3
ป้ายประชาสัมพันธ์	31	23.0	35	49.3	66	32.0
บุคคล	3	2.2	4	5.6	7	3.4
หนังสือพิมพ์	0	0	1	1.4	1	.5
อินเทอร์เน็ต	32	23.7	19	26.8	51	24.8
วิทยุชุมชน	1	.7	0	0	1	.5
อื่น ๆ	0	0	2	2.8	2	1.0
รวม	135	65.5	71	34.5	206	100.0

เมื่อเปรียบเทียบช่องทางการได้รับข้อมูลข่าวสารสื่อโภชนาการศึกษาที่นิยมบริโภคสามลำดับแรกตามประเภทผู้ร่วมโครงการพบว่า สำหรับนักศึกษานิยมบริโภคสื่อโทรทัศน์สูงสุด รองลงมา คือ อินเทอร์เน็ต และป้ายประชาสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 34.1 23.7 และ 23. ตามลำดับ ส่วนบุคลากรนิยมนิยมนบริโภคสื่อป้ายประชาสัมพันธ์ สูงสุด รองลงมา คือ อินเทอร์เน็ต และโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 49.3 26.8 และ 11.3 (ตารางที่ 4)

2. ผลการศึกษาเชิงบรรยายและความสัมพันธ์

2.1. สถิติเชิงบรรยายภาวะโภชนาการ

เมื่อวิเคราะห์ภาวะโภชนาการในภาพรวมทั้งนักศึกษาและบุคลากรจำนวน 65 คน พบว่า มีน้ำหนักปกติ ร้อยละ 67.7 รองลงมา คือ เกินเกณฑ์ร้อยละ 13.8 ผอมร้อยละ 12.3 และผอมมากร้อยละ 6.2 เมื่อวิเคราะห์ภาวะโภชนาการจำแนกตามเพศในนักศึกษาและบุคลากรจำนวน 65 คน พบว่า ผอมมากที่สุดเป็นเพศหญิงร้อยละ 10. ผอมส่วนใหญ่เป็น

ตารางที่ 5 สัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ของเพียร์สัน ระหว่างช่องทางสื่อโภชนาการศึกษา ระดับคะแนนภาวะโภชนาการ กับระดับคะแนนความแตกฉานด้านสุขภาพ (n = 206)

	ช่องทางสื่อโภชนาการศึกษา	คะแนนภาวะโภชนาการ	คะแนนความแตกฉานด้านสุขภาพ
ช่องทางสื่อโภชนาการศึกษา	1		
คะแนนภาวะโภชนาการ	.00*	1	
คะแนนความแตกฉานด้านสุขภาพ	.00**	.326	1

**ความสัมพันธ์มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ของช่องทางของสื่อโภชนาการศึกษา ระดับคะแนนภาวะโภชนาการ กับระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ โดยวิเคราะห์สัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ของเพียร์สัน พบความสัมพันธ์ระหว่างช่องทางของสื่อโภชนาการระดับคะแนนภาวะโภชนาการ กับระดับความแตกฉานด้านสุขภาพ เท่ากับ .00* .00** .326 (ตารางที่ 5)

ตารางที่ 6 ร้อยละของระดับความแตกฉานด้านสุขภาพจำแนกตามประเภทสื่อ (n = 204)

คะแนนความแตกฉานทางสุขภาพ	โทรทัศน์	นิตยสาร	แผ่นพับ	ป้ายประชาสัมพันธ์	บุคคล	หนังสือพิมพ์	อินเทอร์เน็ต	วิทยุชุมชน	อื่น ๆ	รวม
ระดับต่ำ (< 8)	0	0	0	0	0	0	0	0	.49	.49
ระดับปานกลาง (8-15)	0	0	0	0	0	0	.49	0	0	.49
ระดับสูง (>=16)	26.47	5.39	6.37	32.35	3.43	.49	24.51	.49	0	99.5
รวม	26.47	5.39	6.37	32.35	3.43	.49	25.0	.49	.49	10.

โดยพบว่า คะแนนความแตกฉานทางสุขภาพระดับสูงในกลุ่มตัวอย่างที่บริโภคสื่อช่องทางป้ายประชาสัมพันธ์คิดเป็นร้อยละ 32.35 รองลงมา คือ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต แผ่นพับ นิตยสารบุคคล หนังสือพิมพ์ และวิทยุชุมชน เท่ากับ 26.47 24.51 6.37 3.43 .49 และ .49 ตามลำดับ ($p < .01$) (ตารางที่ 6)

การอภิปรายผลการวิจัย

ช่องทางสื่อโภชนาการศึกษาสูงสุด คือ อินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 31.2 รองลงมา คือ โทรทัศน์ ป้ายประชาสัมพันธ์ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร แผ่นพับ วิทยุ สื่อบุคคล และสื่ออื่น ๆ

ปัจจัยส่วนบุคคล มีผลต่อรูปแบบการบริโภคสื่อโภชนาการ และเกณฑ์ชีวิตด้านโภชนาการ ในส่วนของผู้ร่วมโครงการประเภทบุคลากรปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมไม่มีผลกระทบ ในทางตรงกันข้ามผู้ร่วมโครงการประเภทนักศึกษาพบความแตกต่างของพฤติกรรมการบริโภคสื่อกับช่วงอายุที่แตกต่างกัน และส่งผลต่อภาวะโภชนาการที่ต่างกันด้วย

นอกจากนี้ พบว่า ช่องทางของสื่อโภชนาการศึกษากับระดับคะแนนความแตกฉานด้านสุขภาพ และระดับคะแนนภาวะโภชนาการ ไม่มีความสัมพันธ์กัน แต่พบความสัมพันธ์เชิงบวก เพียงเล็กน้อยของระดับความแตกฉานด้านสุขภาพกับระดับคะแนนภาวะโภชนาการ มีค่าสัมประสิทธิ์ของเพียร์สันที่ระดับ .326 ($p < .01$) กล่าวคือ คะแนนระดับความแตกฉานทางสุขภาพสูงสัมพันธ์กับคะแนนระดับภาวะโภชนาการที่สูงขึ้นตามไปด้วย สัมพันธ์กับผลการวิจัยเชิงทดลองที่ศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพต่อความฉลาดทางสุขภาพและพฤติกรรมการลดน้ำหนัก ของบุคลากรที่มีภาวะโภชนาการเกินในโรงพยาบาลร้อยเอ็ด อำเภอมือง จังหวัดร้อยเอ็ด¹⁰ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความฉลาดทางสุขภาพและพฤติกรรมการลดน้ำหนัก เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) โดยมีความฉลาดทางสุขภาพในระดับสูง ร้อยละ 94.74 พฤติกรรมการลดน้ำหนักในระดับสูง ร้อยละ 100 และ น้ำหนักหลังการทดลองลดลงมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) แสดงว่าการสร้างความฉลาดทางสุขภาพ การใช้โมเดล ปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ การใช้สื่อโซเชียลมีเดียร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นแนวทางแก้ไขปัญหได้ในระดับหนึ่งเช่นเดียวกันกับบุคลากรทางด้านการพยาบาล^{11,12}

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย ด้านการออกแบบการวิจัยเพื่อลดความลำเอียง และปัจจัยรบกวน โดยเพิ่มการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ได้แก่ ทักษะคิด และประเพณีวัฒนธรรม นอกจากนี้ควรทำนายสมการถดถอยของพฤติกรรมการบริโภคอาหาร พฤติกรรมการบริโภคสื่อ และภาวะโภชนาการ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป ควรทดสอบหาแนวทางใหม่เพื่อเพิ่มแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม รวมถึงการพิจารณาประสิทธิภาพของการนำไปใช้ในทางปฏิบัติที่ผ่านการทดสอบแล้ว เพื่อลดผลกระทบของกลุ่มที่มีความแตกฉานทางสุขภาพต่ำ และศึกษาต้นทุนของการผลิตสื่อที่มีประสิทธิผลและประสิทธิภาพ รวมถึงศึกษาประเด็นแนวโน้มในยุค 4.0 เพิ่มเติม ได้แก่ สื่อโซเชียลชนที่เกี่ยวข้องกับสื่อที่มีผลระดับสังคม เช่น โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ ศึกษาแนวโน้มมีการเปลี่ยนผ่านจากสื่อมวลชนมาสู่สื่อจุลภาค เช่น หนังสือ โซเชียลมีเดีย เป็นต้น และศึกษาแนวโน้มมีการเปลี่ยนผ่านสื่อสิ่งพิมพ์ไปเป็นสื่อออนไลน์ โดยจะเห็นได้จากการเติบโตของธุรกิจสื่อจุลภาคออนไลน์ รวมถึงโซเชียลมีเดียอย่างหลากหลายรูปแบบ (Platforms)

References

1. Aekplakorn W, Kessomboon P, Sangthong R, Charialertsak S, Putwatana P, Inthawong R, ... & Taneepanichskul S. Urban and rural variation in clustering of metabolic syndrome components in the Thai population: results from the fourth National Health Examination Survey 2009. BMC Public Health. 2011; 11(1): 1-9.
2. Alberti K. GM M, Eckel RH, Grundy SM, Zimmet PZ, Cleeman JI, Donato KA, ... & Smith JrSC. Harmonizing the metabolic syndrome: a joint interim statement of the international diabetes federation task force on epidemiology and prevention; national heart, lung, and blood institute; American heart association; world heart federation; international atherosclerosis society; and international association for the study of obesity. Circulation. 2009; 120(16): 1640-1645.

3. Heng D, Ma S, Lee JJ, Tai BC, Mak KH, Hughes K, ... & Tai ES. Modification of the NCEP ATP III definitions of the metabolic syndrome for use in Asians identifies individuals at risk of ischemic heart disease. *Atherosclerosis*. 2006; 186(2): 367-373.
4. Charoensettasilp S, & Wu C. Thai Consumers” Satisfaction after Receiving Services from Thailand’s. *Applied Mechanics and Materials*. 2014; 505: 767-777. (in Thai)
5. Matsuda-Inoguchi N, Shimbo S, Zhang ZW, Srianujata S, Banjong O, Chitchumroonchokchai C, et al. Nutrient intake of working women in Bangkok, Thailand, as studied by food duplicate method. *European journal of clinical nutrition*. 2000; 54(3): 187. (in Thai)
6. Gupta S, & Gaur S. Lifestyle Patterns, Eating Practices and Obesity among Nurses: A Review. *International Journal of Health Sciences and Research*. 2016; 6(11): 258-266.
7. Musikthong J, Sriyuktasuth A, Kongkar R, & Sangwichaipat N. Nutritional knowledge, attitude towards food, food consumption behavior, and nutritional status in nursing students, faculty of nursing, Mahidol University. *Journal of Nursing Science*. 2010; 28(3): 40-49. (in Thai)
8. Sawilowsky SS. New effect size rules of thumb. *Journal of Modern Applied Statistical Methods*. 2009; 8(2): 26.
9. Institute of Nutrition. Database on INMUCAL Nutrients V.3. Nakonpathom; Institute of Nutrition Mahidol University; 2007.
10. Buddhapanyo S, Toontam N, & Pattanachot N. Effectiveness of Health Promotion Program, Health Literacy and Weight Control in Overweight Employees of Roi-ed Hospital, Muang, Roi-ed Province. *Journal of Nursing and Education*. 2016; 9(4): 42-59. (in Thai)
11. Indhraratana A. Health literacy of Health Professionals. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2014; 15(3): 174-178. (in Thai)
12. Teachavijitjaru S. Health literacy: Key to health behavior and good health outcomes. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2018; 19 (Suppl.1): 1-11. (in Thai)