ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์

Factors Related to Food Consumption Behaviors among The Elderly : Case Study of Moo 9 Ban Phuehee, Ban Yang Sub-district Phutthaisong District, Buriram Province

สุดารัตน์ ชูพันธ์
Sudarat Choopan

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นการศึกษาวิจัยแบบสำรวจ (Survey Research) มีวัตถุประสงค์ 1.) เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ 2.) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ 3.) เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ประชากรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุ จำนวน 83 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำนวน 68 คน เครื่องมือใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสัมภาษณ์ ที่มีการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและผู้เชี่ยวชาญ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นสถิติเชิงพรรณนาและอนุมาน

ผลการวิจัยพบว่า

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 57.4 มีอายุระหว่าง 60-65 จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 44.1 มีน้ำหนักอยู่ระหว่าง 46-50 และ 51-55 จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 19.1 มีส่วนสูงระหว่าง 146-150 จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 30.9 มีค่า BMI อยู่ในระดับสมส่วน จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 51.5 ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 51.5 มีสถานภาพสมรส จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 57.4 มีรายได้ 500-1,000 บาท จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 91.2 อาศัยอยู่บ้านตนเอง จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 94.1 ท่านดื่มสุรา ไม่ดื่ม จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 82.4 ท่านสูบบุหรี่ ไม่สูบ จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 89.7 การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ การบริโภคอาหาร อยู่ในระดับน้อย ($\bar{x}$= 1.45,S.D = .63) ด้านความรู้ พบว่าโดยรวมผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับความรู้มา ($\bar{x}$ = 2.36, S.D= .73) ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 2.07, S.D= .26) ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับปฏิบัติทุกครั้ง ($\bar{x}$= 2.66, S.D =.47)

คำสำคัญ : พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ/ผู้สูงอายุ/อาหาร

Abstracts

The study was a survey research. The objectives were 1) to study food consumption behaviors among the elderly, 2) to study factors that ware related between personal factors and food consumption behaviors, and 3) to study factors that ware related between knowledge, attitude and food consumption behaviors. The subjects group consisted of 68 cases. The developed questionnaires was used as a tool to collect data. The content validity was improved and adjusted by the suggestion of the experts. Statistics were descriptive statistics and inferential statistics.

The result revealed that: the majority of subjects were female 57.4%, aged between 60-65 years old were 44.1%, weight between 46-50 kg were 19.1%, height between 146-150 cm were 30.9%, BMI asymmetry were 51.5 %, history of disease were 51.5 %, married were 57.4 %, income 500-1,000 were 91.2%, Own home were 94.1%, no alcohol drinking were 82.4%, no smoking were 89.7%, having information were low level (=1.45, S.D.=.63). Knowledge factors were high level (=2.36, SD=.73) Attitude factors were moderate (=2.07, SD=.26), and food consumption behaviors were high level (=2.66, SD=.47)

Keywords: Food Consumption Behavior/ Elderly/ Food

บทนำ

ปัจจุบันคนไทยยังคงมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสมทั้งประเภท และปริมาณ จึงมีผลกระทบต่อสุขภาพและก่อให้เกิดโรคที่กำลังเป็นปัญหาสุขภาพอันดับต้น ๆ ของประเทศไม่ว่าจะเป็น โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงโรคหัวใจและหลอดเลือดเป็นต้น และพฤติกรรมการบริโภคอาหารไม่ถูกต้องที่ยังเป็นปัญหา คือการบริโภคผักและผลไม้น้อย บริโภค หวาน มัน เค็มมากเกินความต้องการของร่างกาย ซึ่งจากการศึกษาวิจัยแผนการลงทุนด้านสุขภาพ ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่10 (พ.ศ.2550-2554) โดยอายุเฉลี่ยของประชากรโลกในแต่ละประเทศต่างมีอายุเฉลี่ยเพิ่มขึ้น รวมทั้งกลุ่มประชากรผู้สูงอายุก็มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ดร.นีล บัคโฮลทซ์ แห่งสถาบันผู้สูงอายุแห่งชาติของสหรัฐ ได้กล่าวว่าประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกจะมีประชากรที่มีอายุเฉลี่ยเพิ่มมากขึ้น ควรมีการเตรียมรับมือไว้ตามรายงานขององค์การอนามัยโลก ในประเทศไทยผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.8 ในปี 2537 เป็นร้อยละ 14.9 ในปี 2557 เป็นผู้สูงอายุชายคิดเป็นร้อยละ 45.1 และผู้สูงอายุหญิงคิดเป็นร้อยละ 54.9 และดัชนีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจากร้อยละ 22.6 ในปี 2537 เป็นร้อยละ 82.6 ในปี

จากข้อมูลและปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจที่จะทำการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้อายุ พื้นที่หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ เนื่องจากในพื้นที่อำเภอพุทไธสง มีจำนวนประชากรทั้งหมด 45,339 คน มีจำนวนผู้สูงอายุทั้งหมด 5,298 คน ซึ่งในตำบล บ้านผือฮี มีประชากรทั้งหมด 647 คน จำนวนผู้สูงอายุ มีจำนวนทั้งหมด 83 คน ดังนั้นพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุจึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการประเมินภาวะโภชนาการ และเป็นตัวบ่งชี้ถึงปัญหาสุขภาพด้านต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุต้องพบเจอ พบว่าบ่อยครั้งที่ผู้สูงอายุเพียงแค่จะรับประทานอาหารเพื่อให้อิ่มท้อง หรือแค่รับประทานเข้าไปเพราะความอร่อย จะไม่ได้นึกถึงสารอาหารที่ได้รับ เข้าไปว่าจะได้ประโยชน์หรือผลเสียต่อสุขภาพ คณะผู้วิจัยจึงสนใจจะศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ และนำแนวทางการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่ถูกต้องไปเผยแพร่ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่อื่น ๆ ที่ปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารที่ผิดวิธีและยังเป็นแนวทางไปใช้ในชีวิตประจำวันต่อไปได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ รายได้ โรคประจำตัว น้ำหนัก ส่วนสูง ค่าBMI ที่อยู่อาศัย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์

3. เพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษาหมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 บ้านผือฮี ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์

สถิติเชิงพรรณนาที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการการสุ่มตัวอย่างโดยใช้หลักการความไม่น่าจะเป็นในการสุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยผู้วิจัยได้ทำการสุ่มจากข้อมูลทะเบียนราษฎร์บ้านผือฮี จำนวน 83 คน โดยใช้สูตรของ ยามาเน่ (Yamane,1973) ในการหากลุ่มตัวอย่างการลงเก็บข้อมูล จำนวน 68 คน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบไปด้วยข้อมูล เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ค่าBMI โรคประจำตัว สถานภาพ รายได้ ที่พักอาศัย การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ จำนวน 11 ข้อ

ส่วนที่ 2 การได้รับข้อมูลข่าวสารการบริโภคอาหาร ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) แบ่งเป็น 3 ระดับ มาก ปานกลาง และน้อย จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) แบ่งเป็น 2 ระดับ ประกอบด้วย ใช่ ไม่ใช่ จำนวน 15 ข้อ

เกณฑ์ในการประเมินระดับความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร โดยใช้เกณฑ์แบ่งอันตรภาคชั้น (Class Interval)

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามด้านทัศนคติการบริโภคอาหาร โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบให้เลือกตอบ (Check list) แบ่งเป็น 3 ระดับ ใช่ ไม่ใช่ ไม่แน่ใจ จำนวน 15 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยลักษณะของแบบสัมภาษณ์เป็นแบบเลือกตอบ (Check list) แบ่งเป็น 3 ระดับ ประกอบด้วย ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ จำนวน 20 ข้อ

สถิติเชิงอนุมาน ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากแบบสอบถามที่สมบูรณ์ทั้ง 5 ส่วน มาวิเคราะห์โดยใช้รูปแบบโปรแกรมทางคอมพิวเตอร์มาประมวลผล โดยกำหนดระดับมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการทดสอบสมมติฐานสำหรับการวิจัยในครั้งนี้และดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ ประกอบ เพศ สถานภาพ ที่อยู่อาศัย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา ค่า BMI กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ

2. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ รายได้ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า อายุ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันเท่ากับ -.296 มีความสัมพันธ์กันในเชิงลบ

3. ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา หมู่ 9 ตำบลบ้านยาง อำเภอพุทไธสง จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า ความรู้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันเท่ากับ .319 ทัศนคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันเท่ากับ -.275 มีความสัมพันธ์กันในเชิงลบ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

กระทรวงสาธารณสุขควรมีการกำหนดเปรียบเทียบหรือมาตรการ ในการส่งเสริมการดูแลสุขภาพทั้งในกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยง เพื่อเป็นแนวทางในการดำรงชีวิตของผู้ป่วยเบาหวานหรือให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้สนใจในการดูแลสุขภาพของตน

ข้อเสนอแนะระดับปฏิบัติ

บุคลากรสาธารณสุขหรืออาสาสมัครสาธารณสุขควรมีการให้ความรู้คำแนะนำ ในเรื่องการดูแลสุขภาพและพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การควบคุมอาหารทั้งในกลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มผู้ป่วยเบาหวานหรือกลุ่มเสี่ยง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ป่วยเบาหวานมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยเบาหวาน สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลตนเองและควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้ป่วยเบาหวาน หรือการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวาน

ควรมีการศึกษาแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยจัดโปรแกรมการให้ความรู้แก่กลุ่มผู้ป่วยเบาหวานและกลุ่มเสี่ยงในการดูแลสุขภาพหรือการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อให้มีความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมที่ดี