

ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า
อำเภอบุญทริก จังหวัดอุบลราชธานี

Knowledge attitude and food consumption behavior of age range 60 - 70 years old of elderly
huai kha subdistrict buntharik district Ubon Ratchathani province.

นารฤดี จันทปสาร^{1*} ศิริรัตน์ หาบุตร¹พีระพล พลค์อักษร²

¹คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเฉลิมกาญจนา 333 หมู่ 8 ถนน คชเสนีย์ ตำบล บ้านโตก อำเภอเมืองเพชรบูรณ์
จังหวัดเพชรบูรณ์ 67000

²คณะนิติศาสตร์ วิทยาลัยเฉลิมกาญจนา 333/3 ถ. สุขุมวิท ตำบล วังหว่า อำเภอแก่ง ระยอง 21110

Email: sirirat.4548 @ gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอ
บุญทริก จังหวัดอุบลราชธานี เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน
สิงหาคม พ.ศ. 2562 ถึง มิถุนายน พ.ศ. 2564 เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 195 คน โดยคำนวณกลุ่มตัวอย่างจากสูตรของ แด
เนียล (Daniel)

ผลการศึกษา พบว่า ความรู้ อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 42.05 ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี ร้อย
ละ 53.85 และร้อยละ 68.21 ด้านความสัมพันธ์ พบว่า อาชีพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ โดยมีค่า
($X^2 = 5.13$), (P -value = 0.02) ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ
ผู้สูงอายุ

คำสำคัญ : ความรู้, ทักษะ, พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ

Abstracts

The study is Knowledge attitude and food consumption behavior of age range 60 - 70 years old of elderly
huai kha subdistrict buntharik district Ubon Ratchathani province This is a descriptive research study. Data were
collected between August 2019 and June 2021. Data were collected from a sample of 195 people by calculating
the sample from Daniel's formula.

The results of the study revealed that knowledge was at a low level, 42.05%, attitudes and food consumption
behaviors. At a good level, 53.85% and 68.21%. In relation to the relationship, it was found that the occupation
was related to the food consumption behavior of the elderly with a value ($X^2 = 5.13$), (P -value = 0.02). know
Attitude did not correlate with food consumption behavior of the elderly.

Keywords : knowledge, attitude, food consumption behavior of the elderly.

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศไทยเป็นไปอย่างรวดเร็วทำให้วิถีชีวิตโดยเฉพาะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย เช่น การไม่บริโภคอาหารเช้า และการนิยมดื่มเครื่องดื่มเพิ่มขึ้น ซึ่งมีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของประชาชน อาจก่อให้เกิดภาวะทุพโภชนาการในกลุ่มคนวัยต่าง ๆ ที่ไม่เพียงแต่เป็นโรคขาดสารอาหารเท่านั้น แต่อาจมีภาวะโภชนาการเกินร่วมด้วย การเปลี่ยนแปลง และผลกระทบดังกล่าวนี้ จำเป็นต้องมีข้อมูลโภชนาการที่เป็นปัจจุบันมากที่สุดเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการวางแผน และกำหนดกลยุทธ์เพื่อแก้ไขปัญหาโภชนาการตลอดจนใช้ในการควบคุม และกำกับงานด้านโภชนาการ ของประเทศไทย (สุจิตต์ สาลีพันธ์, 2560)

ซึ่งปัจจุบันนี้ประเทศไทย มีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร วัยผู้สูงอายุมีจำนวน และสัดส่วนเพิ่มขึ้นทุก ๆ ปี การคาดประมาณประชากรประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2557-2583 ข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ พบว่าในปี พ.ศ. 2557 ประเทศไทย มีผู้สูงอายุวัยต้น (อายุช่วง 60 -69 ปี) จำนวน 5.60 ล้านคน (ร้อยละ 8.60 ของประชากรทั้งหมด) และมีผู้สูงอายุวัยกลาง (อายุช่วง 71-79 ปี) จำนวน 3.00 ล้านคน (ร้อยละ 4.60 ของประชากรทั้งหมด) และผู้สูงอายุวัยปลาย (อายุช่วง 80 ปีขึ้นไป) จำนวน 1.40 ล้านคน (ร้อยละ 2.10 ของประชากรทั้งหมด) ในปี พ.ศ. 2583 ประมาณว่าจะมีประชากรผู้สูงอายุวัยปลาย หรือ ผู้มีอายุ 80 ปีขึ้นไป จำนวนเพิ่มขึ้นเกือบเท่าตัว ซึ่งจะเพิ่มรวดเร็วกว่าผู้สูงอายุวัยอื่น ๆ ด้วยคนยิ่งอายุมากขึ้นก็มีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย และพิการหรือช่วยเหลือตนเองไม่ได้เพิ่มมากขึ้น ซึ่งพอจะเห็นว่าในอนาคตสังคมไทยสูงวัยมากขึ้น ความต้องการการดูแล

ระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุสำหรับผู้สูงอายุจะเพิ่มสูงขึ้น อันเป็นผลมาจากวิทยาการทางการแพทย์มีความก้าวหน้าทันสมัยสามารถตรวจวินิจฉัยและบำบัดรักษาโรคได้สารพัดโรค มีความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการปฏิบัติตนต่อโรคภัยไข้เจ็บ นานาชนิด รู้จักการดูแลสุขภาพร่างกายของตนเองด้วยวิธีการบริโภคอาหารหรือการเลือกรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกาย จะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี ไม่เจ็บป่วยได้ง่าย การได้รับอาหารบริโภคที่ถูกต้องเหมาะสมจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อจะช่วยให้ส่งเสริมให้มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี

สถิติ ผู้สูงอายุ ของประเทศไทย พ.ศ. 2560 พบว่า ผู้สูงอายุที่มีมากที่สุด ใน 5 จังหวัด คือ จังหวัด กรุงเทพมหานคร จังหวัดนครราชสีมา จังหวัดเชียงใหม่ จังหวัดขอนแก่น และจังหวัดอุบลราชธานี มีจำนวนผู้สูงอายุ 254,377 คน คิดเป็นร้อยละ 13.61 ของจำนวนประชากรทั้งหมดสูงเป็นลำดับ 3 ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2560) จากข้อมูลภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตตำบลห้วยป่าพบว่า ปี พ.ศ. 2560 มีผู้สูงอายุนี้ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง เป็นจำนวน 186 คน คิดเป็น 33.88 และปี พ.ศ. 2561 มีผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคดังกล่าวเพิ่มขึ้นเป็น 209 คน คิดเป็น 37.80 และในปี พ.ศ. 2562 เดือนตุลาคม มีผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นเป็น 216 คน คิดเป็น 38.23 ซึ่งมีจำนวนผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคดังกล่าวเพิ่มขึ้นทุกปี

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยป่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการบริโภค และภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุ หรือวางนโยบายในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และสร้างเสริม

พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเพื่อให้ผู้สูงอายุมีภาวะโภชนาการที่ดีต่อไป เนื่องจากประชากรทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือส่วนใหญ่นิยมรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ ประเภท ลาบ ก้อย ดังนั้นจึงทำให้เกิดโรคได้หากประชากรตระหนักถึงการบริโภคอาหารก็จะทำให้เกิดสุขภาพดีตามมาด้วยต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

2. วัตถุประสงค์เฉพาะ

2.1 เพื่อศึกษาความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

2.2 เพื่อศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

2.3 เพื่อศึกษาพฤติกรรมเกี่ยวกับบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

2.4 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคล ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษา ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี กลุ่มตัวอย่าง คือผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่สามารถตอบคำถามได้ จำนวน 195 คน ผู้ศึกษาวิจัยได้กำหนดขนาดตัวอย่าง ซึ่งได้คำนวณจากสูตรของแดเนียล (Daniel, 1995) อ้างถึง บุญธรรมกิจปริดาภิสุทธิ, 2551) ใช้

วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากชื่อผู้สูงอายุ ได้จากการแบ่งชั้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลโดยต้องการทราบถึงคุณลักษณะส่วนบุคคลได้แก่ เพศ อายุ ระดับศึกษา รายได้ ต่อเดือน ที่มาของรายได้ สถานภาพ อาชีพโรคประจำตัว และการได้รับข้อมูลข่าวสารจาก ข้อคำถามซึ่งเป็นคำถามแบบเลือกคำตอบ (Checklist) และคำถามแบบปลายเปิด จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 ความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี มีลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบ ถูก ผิด จำนวน 20 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนแบบทดสอบความรู้ ดังนี้

ตอบ ถูก ให้คะแนน เท่ากับ 1 คะแนน

ตอบ ผิด ให้คะแนน เท่ากับ 0 คะแนน

เกณฑ์ในการประเมินความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพได้ใช้เกณฑ์การแปลผลการให้คะแนนโดยวิธีการกำหนดเกณฑ์ตามช่วงคะแนนตามแนวคิดของ (Bloom, 1986) ด้านความรู้ ดังนี้

ค่าเฉลี่ยคะแนน	ช่วงคะแนน	ระดับความรู้
ตั้งแต่ร้อยละ 80 ขึ้นไป	16-20 คะแนน	ระดับดี
ร้อยละ 60-79	12-15 คะแนน	ระดับปานกลาง
น้อยกว่าร้อยละ 60	0-11 คะแนน	ระดับต่ำ

ส่วนที่ 3 ทัศนคติการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบล ห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ มีลักษณะคำถามเป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มี 3 ระดับของลิเคิร์ต (Likert, 2547) คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย โดยจะมีแบบสอบถามทั้งเชิงบวก และเชิงลบ

ค่าเฉลี่ยคะแนน	ระดับทัศนคติ
2.34 - 3.00	ระดับดี
1.67 - 2.33	ระดับปานกลาง
1.00 - 1.66	ระดับน้อย

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติเลย จำนวน 20 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน 3 ระดับของลิเคิร์ต (Likert, 2547) ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ปฏิบัติ 4 – 7 ครั้ง / สัปดาห์ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง ปฏิบัติ 1 – 3 ครั้ง / สัปดาห์ ไม่เคยปฏิบัติเลย หมายถึง ปฏิบัติ 0 ครั้ง / สัปดาห์

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอนต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนที่มหาวิทยาลัยกำหนดไว้โดยดำเนินการตามขั้นตอนจริยธรรมวิจัยในมนุษย์
2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผ่านการพัฒนาปรับปรุงจนมีคุณภาพในระดับที่ยอมรับได้พร้อมนำหนังสือขออนุญาตในการเข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มประชากรด้วยตัวเอง การเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างเก็บในหมู่บ้านจนครบจำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้กรอกแบบสอบถามสามารถพูด และตอบได้ให้ข้อมูลได้
3. ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ รูปแบบการนำข้อมูลไปใช้ สิทธิของผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยสามารถบอกยกเลิก หรือหยุดให้ข้อมูลได้ตลอดเวลาการไม่เปิดเผยชื่อและตัวตนของผู้ให้ข้อมูล และให้ผู้ให้ข้อมูลลงชื่อยินยอมตามขั้นตอนของกระบวนการวิจัย โดยคำนึงถึงจริยธรรมการวิจัย
4. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถามได้จากการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างแล้วทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามโดยใช้เฉพาะแบบสอบถามที่มีข้อมูลครบถ้วนสมบูรณ์
5. นำแบบสอบถามทั้งหมดมาจัดระเบียบข้อมูลลงรหัสแล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ประมวลผลแบบสอบถาม และการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลโดยใช้สถิติความถี่ ร้อยละค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด
2. การวิเคราะห์ความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี โดยใช้สถิติความถี่ และร้อยละในการวิเคราะห์ข้อมูล
3. การวิเคราะห์ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี โดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล
4. การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลกับพฤติกรรมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี ใช้สถิติไคสแควร์ (Chi-square Test)
6. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation)

ผลการศึกษา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลโดยการทราบถึงคุณลักษณะส่วนบุคคลได้แก่ เพศ อายุ ระดับศึกษา รายได้ ต่อเดือน ที่มาของรายได้ สถานภาพ อาชีพโรคประจำตัว และการได้รับข้อมูลข่าวสารจาก

การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่า เพศ ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 68.21 อายุ ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 60-63 ปี จำนวน 134 คน คิดเป็นร้อยละ 68.72 ระดับการศึกษา ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา จำนวน 187 คน คิดเป็น ร้อยละ 95.90 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้ระหว่าง 501-1,000 บาท จำนวน 162 คน คิด

เป็นร้อยละ 83.08 ที่มาของรายได้ ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่รายได้มาจากลูกหลานสงฆ์ จำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 65.64 สถานภาพ ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่สถานภาพอยู่ร่วมกัน จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 90.26 อาชีพ ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ จำนวน 183 คน โรคประจำตัว ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 153 คน คิดเป็นร้อยละ 78.46 และการได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งใด ผลการวิเคราะห์ พบว่า ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 55.38

ส่วนที่ 2 ความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

การวิเคราะห์ ความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี จากข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ ผลการวิเคราะห์สามารถเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้, ผู้สูงอายุควรบริโภคผลไม้รสหวานจัดทำให้ร่างกายแข็งแรง ตอบถูกร้อยละ 78.46 , ผู้สูงอายุควรใช้น้ำมันพืชปรุงอาหารมากกว่าน้ำมันหมู น้ำมันปาล์ม หรือน้ำมันพืช ตอบถูก ร้อยละ 76.41 , ผู้สูงอายุควรบริโภคอาหารซ้ำ ๆ เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารครบถ้วน ตอบถูกร้อยละ 72.82 , การรับประทานอาหารเมื่อหิวจัดจะทำให้รับประทานอาหารได้มาก และได้รับสารอาหารมากตามไปด้วย, ควรเลือกซื้ออาหารที่สด และสะอาด ตอบถูกร้อยละ 67.69 , โดยปกติควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว, ผู้สูงอายุควรบริโภคเนื้อสัตว์ติดมัน เช่น หมูสามชั้น ขาหมูเพราะนุ่ม เคี้ยวง่าย ตอบถูกร้อยละ 67.18 , การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ และมีปริมาณที่เหมาะสม ตอบถูกร้อยละ 66.67 , การรับประทานผัก และผลไม้เป็นประจำจะไม่ทำให้เกิดอาการท้องผูก ตอบถูกร้อยละ 65.13, การรับประทานอาหารสะอาด และสุกใหม่ ๆ สามารถ ป้องกันโรคพยาธิได้, ผู้สูงอายุควรดื่มนมทุกวันทำให้กระดูกแข็งแรงดี ตอบถูกร้อยละ 64.10 , การรับประทานอาหารรสจัดจะมีผลต่อไต, 4. การดื่มของมีแอลกอฮอล์จะทำให้เสียสุขภาพ ตอบถูกร้อยละ 60.51 ร.8. การดื่มกาแฟ

เป็นประจำทำให้ไม่เมื่อยนอนสามารถทำงานได้มากขึ้น ตอบถูกร้อยละ 60.00 , โรคกระเพาะอาหารเกิดจากการรับประทานอาหารไม่ตรงเวลา ตอบถูกร้อยละ 58.46 , อาหารที่มีแมลงวันตอมเป็นที่มาของโรคท้องร่วง ตอบถูกร้อยละ 49.74 , เนื้อดิบมีคุณค่าทางอาหาร และปลอดภัยมากกว่าเนื้อสุก ตอบถูกร้อยละ 41.03, การรับประทานอาหารที่มีรสเค็มทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง ตอบถูกร้อยละ 40.51 , เกลือไอโอดีนสามารถป้องกันโรคคอพอกได้ ตอบถูกร้อยละ 37.44 และ, ก่อนปรุงอาหารจะต้องล้างผักให้สะอาดก่อน ตอบถูกร้อยละ 32.31 ตามลำดับ และการวิเคราะห์ระดับความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปีพบว่า ส่วนใหญ่มีระดับความรู้ อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 42.05 , อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 35.90 และอยู่ในระดับดี จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 22.05 ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 ทักษะการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบล ห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี

วิเคราะห์ทักษะการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ค่าเฉลี่ยของทักษะการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.34 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46 หากพิจารณาเรียงลำดับรายข้อ ได้ดังนี้ , ท่านคิดว่าการชอบรับประทานปลาดีกว่าเนื้อวัวเพราะคิดว่า ปลาดีประโยชน์ อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.60 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49, ท่านคิดว่าการจะรับประทานอาหารรสหวานมาก ๆ เมื่อรู้สึกเครียดจะทำให้ท่านคลายเครียดอยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.55 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านคิดว่าการบริโภคข้าวเจ้าหรือข้าวกล้องทำให้ไม่อยู่ท้อง อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.42 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านคิดว่าการจะใส่น้ำตาลในอาหารมาก ๆ เพราะคิดว่าน้ำตาลทำให้ รู้สึกสดชื่น อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.39 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49, ท่านคิดว่าการเลือกซื้ออาหารตามที่ท่านชอบ อยู่ใน

ระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.38 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49, ท่านคิดว่าการบริโภคเนื้อสัตว์ติดมันทำให้รับประทานอาหารได้มากขึ้น อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.36 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48, ท่านคิดว่าการอุ่นอาหารจะทำให้อาหารเสียรสชาติและไม่อร่อย อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.35 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48, ท่านคิดว่าการบริโภคไข่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.34 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48, ท่านคิดว่าการเลือกรับประทานอาหารในร้านที่ไม่มีแมลงวัน, ท่านคิดว่าการจะดื่มน้ำอัดลมเมื่อรู้สึกเหนื่อยเพราะจะทำให้รู้สึกสดชื่น, ท่านคิดว่าการรับประทานผักผลไม้เป็นประจำเพราะทำให้ผิวพรรณดี และไม่ทำให้ท้องผูก อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.31 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49, 0.49 และ 0.46, ท่านคิดว่าการจะรับประทานอาหารเวลาที่รู้สึกหิวเท่านั้น อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.30 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46, ท่านคิดว่าการชอบใช้ผงชูรสปรุงแต่งอาหารที่บ้านเพราะจะทำให้ อาหารอร่อยยิ่งขึ้น, ท่านคิดว่าการจะดื่มน้ำกาแฟทุกเช้าเพราะทำให้รู้สึกกระฉับกระเฉง และสดชื่น อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.29 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46 และ 0.45, ท่านคิดว่ากินของดิบ ทำให้เกิด โรคพยาธิใบไม้ในตับ, ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารประเภทน้ำ ทำให้กลิ่นอาหารสะดวก อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.28 และ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45 และ 0.45 ท่านคิดว่าการบริโภคผักผลไม้ทำให้ขับถ่ายสะดวก อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.27 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45, ท่านคิดว่าการชอบรับประทานอาหารรสจัดเพราะทำให้รู้สึกว่าการอาหารอร่อย และมีรสชาติ อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.25 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.43, ท่านคิดว่าการชอบรับประทานขนมขบเคี้ยวระหว่างมื้ออาหาร อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.23 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.42 และ 1.0. ท่านคิดว่าการไม่รับประทานอาหารค้างคืนเพราะจะทำให้ท้องเสีย อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.19 และค่าส่วน

เบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.40 ตามลำดับ และการวิเคราะห์ทัศนคติการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับทัศนคติ อยู่ในระดับดี จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 53.85 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 46.15 และอยู่ในระดับน้อย จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 0.00 ตามลำดับ

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอ बुณทริก จังหวัดอุบลราชธานี

การวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอ बुณทริก จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.35 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.47 หากพิจารณาเรียงลำดับรายชื่อ ได้ดังนี้ , ท่านมักจะรับประทานผักผลไม้ที่ปลูกเอง เช่น ผักสวนครัว กลั้วๆ ฯลฯ อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.52 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านรับประทานผัก และผลไม้ทุกวัน อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.50 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านจะอุ่นอาหารทุกครั้งก่อนรับประทาน อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.47 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.44 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านดื่มน้ำอัดลมในขณะที่รับประทานอาหาร อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.43 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50, ท่านรับประทานอาหารที่มีรสเผ็ดจัด อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.41 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49, ท่านรับประทานขนมหรือของกินเล่นแทนข้าวในอาหารมื้อหลัก อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.38 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49, ท่านใช้ผงชูรสในการปรุงอาหาร, ท่านจะรับประทานของหวานจัดเมื่อรู้สึกเหนื่อยจากการทำงาน อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.36 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48, ท่านจะซื้ออาหารกระป๋องที่มีเครื่องหมาย อ.ย. อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.35 และค่าส่วน

เบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48, ท่านเลือกรับประทานอาหารโดยคำนึงถึงรสชาติอาหารเป็นหลัก, ท่านชอบรับประทานอาหารที่มีรสเปรี้ยว, ท่านชอบรับประทานอาหารที่มีรสมัน อยู่ในระดับดี โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.34 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.47, 0.48 และ 0.47, ท่านชอบรับประทานอาหารที่มีรสหวาน อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.28 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45, ท่านรับประทานอาหารครบ 3 มื้อในแต่ละวัน, ท่านชอบรับประทานอาหาร ประเภทปิ้งย่าง, ท่านชอบรับประทานอาหาร ประเภทปิ้งย่าง อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.27 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45, ท่านจะพิจารณาความสด และสีของอาหาร

ก่อนซื้อ, ท่านรับประทานอาหารประเภทปลามากกว่าเนื้อวัว อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.25 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.44 และ, ท่านรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น แกงกะทิต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.23 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.42 ตามลำดับ และการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรม อยู่ในระดับดี จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 68.21 ,อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 31.79 และอยู่ในระดับน้อย จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 0.00 ตามลำดับ

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล แสดงจำนวน และร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล (n=195)

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=195)	ร้อยละ (100.00)
1. เพศ		
ชาย	133	68.21
หญิง	62	31.79
รวม	195	100.00
2. อายุ (ปี)		
60 - 63 ปี	134	68.72
64 - 66 ปี	32	16.41
67 -70 ปี	29	14.87
รวม	195	100.00
(Min = 60: Max =70), (Mean = 63.47: S.D.= 2.61)		
3. ระดับการศึกษา		
ไม่ได้รับการศึกษา	8	4.10
ประถมศึกษา	187	95.90
รวม	195	100.00
4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
501 – 1,000 บาท	162	83.08
1,001- 1,500 บาท	0	0.00
1,501 – 2,000 บาท	13	6.67
2,001 – 2,500 บาท	0	0.00
2,501 – 3,000 บาท	17	8.72
มากกว่า 3,000 บาท	3	1.54



รวม	195	100.00
(Min = 600 : Max = 5,000), (Mean = 1,156.92 : S.D.= 1,156.92)		
5. ที่มาของรายได้		
เบี้ยยังชีพ	67	34.36
ลูกหลานส่งให้	128	65.64
รวม	195	100.00
6. สถานภาพ		
อยู่ด้วยกัน	176	90.26
หย่าร้าง	4	2.05
แยกกันอยู่	15	7.69
รวม	195	100.00

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล แสดงจำนวน และร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล (ต่อ)

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=217)	ร้อยละ (100.00)
7. อาชีพ		
เกษตรกร	12	6.15
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	183	93.85
รวม	195	100.00
8. โรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	153	78.46
มีโรคประจำตัว	42	21.54
รวม	195	100.00
9. การได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งใด		
โทรทัศน์	68	34.87
เพื่อนบ้าน	19	9.74
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	108	55.38
รวม	195	100.00

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ระดับความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี (n =195)

ระดับประเมินค่าความรู้	ช่วงคะแนน	จำนวน (n=195)	ร้อยละ (100.00)	แปลผล
ร้อยละ 80 – 100	16 – 20 คะแนน	43	22.05	ระดับดี
ร้อยละ 60 – 79	12 – 15 คะแนน	70	35.90	ระดับปานกลาง
ร้อยละ 0 – 59	0 – 11 คะแนน	82	42.05	ระดับต่ำ
รวม		195	100.00	

\bar{X} = 11.98 คะแนน ร้อยละ 59.90 S.D. = 3.97

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ระดับความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี (n =195)

ระดับประเมินค่าทัศนคติ	ช่วงคะแนน	จำนวน (n=195)	ร้อยละ (100.00)	แปลผล
2.34 – 3.00	47 – 60 คะแนน	105	53.85	ระดับดี
1.67 – 2.33	34 – 46 คะแนน	90	46.15	ระดับปานกลาง
1.00 – 1.66	20 – 33 คะแนน	0	0.00	ระดับน้อย
รวม		195	100.00	

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ระดับทัศนคติการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60 - 70 ปี (n =195)

ระดับประเมินค่าทัศนคติ	ช่วงคะแนน	จำนวน (n=195)	ร้อยละ (100.00)	แปลผล
2.34 – 3.00	47 – 60 คะแนน	105	53.85	ระดับดี
1.67 – 2.33	34 – 46 คะแนน	90	46.15	ระดับปานกลาง
1.00 – 1.66	20 – 33 คะแนน	0	0.00	ระดับน้อย
รวม		195	100.00	

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลกับพฤติกรรม (n =195)

ข้อมูลส่วนบุคคล	ระดับประเมินพฤติกรรม			รวม	χ^2	df	P – value	แปลผล
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย					
1. เพศ					0.38	1	0.54	ไม่มีความสัมพันธ์
ชาย	77	56	0	133				
หญิง	33	29	0	62				
2. อายุ (ปี)					2.13	2	0.35	ไม่มีความสัมพันธ์
60 – 63	77	57	0	134				
64 – 66	20	12	0	32				
67 – 70	13	16	0	29				
3. ระดับการศึกษา					0.14	1	0.71	ไม่มีความสัมพันธ์
ไม่ได้ศึกษา	4	4	0	8				
ประถมศึกษา	106	81	0	187				
4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (บาท)					6.20	3	0.10	ไม่มีความสัมพันธ์
501 – 1,000	90	72	0	162				
1,001 - 1,500	0	0	0	0				
1,501 - 2,000	10	3	0	13				
2,001 - 2,500	0	0	0	0				
2,501 - 3,000	10	7	0	17				



5. ที่มาของรายได้					1.33	1	0.25	ไม่มีความสัมพันธ์
เบี่ยยังชีพ	35	33	0	67				
ลูกหลานส่งให้	76	52	0	128				
6. สถานภาพ					1.15	2	0.56	ไม่มีความสัมพันธ์
บริเวณสถานศึกษา	100	76	0	176				
บ้าน	3	1	0	4				
พิตเนส	7	8	0	15				
7. อาชีพ					5.13	1	0.02*	มีความสัมพันธ์
เกษตรกร	3	9	0	12				
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	107	76	0	183				
8. โรคประจำตัว					0.06	1	0.81	ไม่มีความสัมพันธ์
ไม่มี	87	66	0	153				
มี	23	19	0	42				
9. การได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งใด					1.19	2	0.55	ไม่มีความสัมพันธ์
โทรทัศน์	35	33	0	68				
เพื่อนบ้าน	12	7	0	19				
จนท. สาธารณสุข	63	45	0	108				

* ระดับนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 ำพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะคิด กับพฤติกรรม (n =195)

ตัวแปร	พฤติกรรมการบริโภคอาหารของ		ความรู้การบริโภคอาหารของ		ทัศนคติการบริโภคอาหารของ	
	ผู้สูงอายุ	ช่วงอายุระหว่าง	ผู้สูงอายุ	ช่วงอายุระหว่าง	ผู้สูงอายุ	ช่วงอายุระหว่าง
	60-70 ปี		60-70 ปี		60-70 ปี	
	(Y)		(X ₁)		(X ₂)	
Y	1		0.090		- 0.029	
X ₁			1		- 0.014	
X ₂					1	

* ระดับนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

อภิปรายผล

1. ความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปีพบว่า ส่วนใหญ่มีระดับความรู้ อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 42.05 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 35.90 และอยู่ในระดับดี จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 22.05 ตามลำดับ ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กฤติน ชุมแก้ว และชีพสมุน รัชสยาธร (2557) ได้ทำการศึกษาระดับความรู้ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุใน

จังหวัดสงขลา และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับดี

2. ระดับทัศนคติอยู่ในระดับดี จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 53.85 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 46.15และอยู่ในระดับน้อยจำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 0.00 ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กฤติน ชุมแก้ว และชีพสมุน รัชสยาธร

(2557) ได้ทำการศึกษาระดับความรู้ ทักษะ และ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทัศนคติ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในระดับดี

3. ระดับพฤติกรรม อยู่ในระดับดี จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 68.21 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 31.79 และอยู่ในระดับน้อย จำนวน 0 คน คิดเป็น ร้อยละ 0.00 ตามลำดับ ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กามีละห์ ยะโกะ (2561) ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ในเขตตำบลมะขามเตี้ย อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 72.52

4. ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ย ต่อเดือน ที่มาของรายได้ สถานภาพ โรคประจำตัว และการได้รับข้อมูลข่าวสารไม่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี โดยมีค่า ($X^2 = 0.38, 2.13, 0.14, 6.20, 1.33, 1.15, 0.06$ และ 1.19), (P -value = $0.54, 0.35, 0.71, 0.10, 0.25, 0.56, 0.81$ และ 0.55) และ ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อาชีพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี โดยมีค่า ($X^2 = 5.13$), (P -value = 0.02) ตามลำดับ ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กามีละห์ ยะโกะ (2561) ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ในเขตตำบลมะขามเตี้ย อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา การพักอาศัย อาชีพ แหล่งที่มาของรายได้ รายได้ความ เพียงพอของรายได้ โรคประจำตัว และสภาพปากและฟัน ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ

5. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี

ตำบลห้วยข่า อำเภอบุณฑริก จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี โดยไม่ค่า ($r = 0.090$), (P -value = 0.211), ทักษะการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี โดยมีค่า ($r = -0.029$), (P -value = 0.689) และความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี ไม่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี โดยไม่ค่า ($r = -0.014$), (P -value = 0.849) ตามลำดับซึ่งไม่สอดคล้องกับผลงานวิจัยของพัชรภรณ์ ไชยสังข์ และคณะ (2560) ได้ศึกษา ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ในชุมชน พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและปัจจัยเอื้อ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($r = 0.563$ และ 0.685 ตามลำดับ) และสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ได้ร้อยละ 53.30

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษา พบว่า ระดับความรู้การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปีพบว่า ส่วนใหญ่มีระดับความรู้ อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 42.05 ระดับทัศนคติ อยู่ในระดับดี จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 53.85 และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุช่วงอายุระหว่าง 60-70 ปี พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมอยู่ในระดับดี จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 68.21 ตามลำดับ

เอกสารอ้างอิง

1. กามี ละห์ยะโกะ. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุในเขตตำบลมะขามเตี้ย อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี. ปรินญา

- หลักสูตรสาขาวิชาเศรษฐศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ
มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ธานี.
2. กามี ละครยะโกะ. (2561). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรม
บริโภคอาหารของผู้สูงอายุในเขตตำบลมะขามเตี้ย
อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ธานี.** ปริญา
หลักสูตรสาขาวิชาเศรษฐศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ
มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ธานี.
 3. กฤติน ชุมแก้ว และชีพสมน รังสยาธร. (2557). **ระดับ
ความรู้ ทักษะและพฤติกรรมบริโภคอาหาร
ของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา.** วารสารวิทยาศาสตร์
เกษตรศาสตร์ สาขาสังคมศาสตร์ ปีที่ 35 ฉบับที่ 1.
 4. กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2560). **สถิติผู้สูงอายุ.** [ออนไลน์].
สืบค้นวันที่ 28 สิงหาคม 2562 จาก
<https://www.dop.go.th/th/know/1>
 5. พัชรภรณ์ ไซยสังข์ และคณะ. (2560). **ปัจจัยทำนาย
พฤติกรรมบริโภคอาหารของผู้สูงอายุที่มี
น้ำหนักเกินเกณฑ์ในชุมชน.** วารสารวิจัยทาง
วิทยาศาสตร์สุขภาพ.
 6. สุจิตต์ สาลีพันธ์. (2560). **พฤติกรรมบริโภค
อาหารของวัยรุ่นไทย ผลกระทบ และแนวทาง
แก้ไข.** วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า
จันทบุรี ปีที่ 28 ฉบับที่ 1.