



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานของการวิจัยไว้ดังนี้คือ

1. ผู้เข้ารับการอบรมที่รับประทานอาหารมังสวิรัต เป็นประจำ และเป็นครั้งคราวจะมีความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับ " เหม เป้ " ดีขึ้น ภายหลังจากการเข้ารับการอบรม หรือได้รับข่าวสารเรื่อง " เหม เป้ " จากสื่อต่าง ๆ
2. ผู้เข้ารับการอบรมซึ่งรับประทานอาหารมังสวิรัต เป็นประจำ จะมีการเปลี่ยนแปลงความรู้และทัศนคติคิดว่าผู้รับประทานอาหารมังสวิรัต เป็นครั้งคราวหลังการอบรม
3. ปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจสังคม มีความสัมพันธ์กับการเพิ่มความรู้ และการเปลี่ยนแปลงทัศนคติในการอบรม เรื่อง " เหม เป้ "

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้คือ

ตอนที่ 1

ก. ลักษณะ เบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิจัยปรากฏว่า ในจำนวนผู้เข้ารับการอบรมจำนวน 200 คน เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีอายุเฉลี่ยระหว่าง 20-30 ปี ส่วนใหญ่ นับถือศาสนาพุทธ และไม่ได้เป็นหัวหน้าครอบครัว จบการศึกษาระดับอนุปริญาหรือเทียบเท่า มีอาชีพรับราชการ ฐานะทางเศรษฐกิจ ว่างจากระดับรายได้ หรือผลประโยชน์เฉลี่ยต่อเดือนโดยไม่หักค่าใช้จ่ายพบว่า ผู้เข้ารับการอบรม มีรายได้ระดับปานกลาง

นอกจากนี้ ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่ เคยรับประทานอาหารมังสวิรัตมาแล้ว เป็นเวลาดังแต่ 1 ปีขึ้นไป โดยรับประทานเป็นประจำ เพราะคิดว่าให้ประโยชน์เท่ากับการรับประทานอาหารปกติ ทำให้จิตใจสดชื่น ลดการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต จึงมีแนวโน้มว่าผู้เข้ารับการอบรม จะหันมาสนใจ " เหม เป้ " อาหารมังสวิรัตใหม่ด้วย

ข. การรับข่าวสารเกี่ยวกับอาหารมังสวิรัตและ เหม เป้

ผลจากการวิจัยปรากฏว่า ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่รู้เรื่องอาหารมังสวิรัตและ เหม เป้ จากการอ่านหนังสือพิมพ์มากที่สุด

ความสนใจที่จะรับประทานอาหารมังสวิรัต เนื่องจากตัวของผู้เข้ารับการอบรม นึกอยากรับประทานเองมากกว่าแรงจูงใจในด้านอื่น ๆ ผู้เข้ารับการอบรมได้รับข่าวสารเกี่ยวกับ เหม เป้จากชมรมมังสวิรัตแห่งประเทศไทยน้อยมาก และจำนวนผู้ที่ได้รับข่าวสารนั้นส่วนใหญ่ได้รับ รู้มาจากสื่อบุคคล

ค. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเผยแพร่ความรู้เรื่อง " เหม เป้"

ผลการวิจัยปรากฏว่า ผู้มารับการอบรมครั้งนี้ ต้องการมีความรู้เรื่อง " เหม เป้" อาหารมังสวิรัตใหม่

ภาษาที่ใช้ในการบรรยายครั้งนี้เข้าใจได้ดี เช่นเดียวกับภาษาที่ใช้ในเอกสาร แผ่นพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ บอร์ดนิทรรศการ

ภาพที่ใช้ประกอบการบรรยาย ภายในเอกสาร วิทยุ โทรทัศน์ บอร์ดนิทรรศการ และภาพติดบอร์ดนิทรรศการ ดูง่ายเข้าใจได้ดี

หลังการอบรมผู้เข้ารับการอบรมมีความเห็นว่า ตนเองมีความรู้เรื่อง " เหม เป้" อาหารมังสวิรัตใหม่ดีขึ้น และอยากทดลองรับประทาน เหม เป้ นอกจากนี้แล้ว ยัง อยากให้เพื่อน ๆ มาเข้ารับการอบรมเรื่อง เหม เป้อีกด้วย

ประโยชน์ที่ได้รับจากการอบรมครั้งนี้ มากที่สุดคือได้รู้เรื่องประโยชน์และคุณค่าของ อาหารมังสวิรัต นอกจากนี้แล้วผู้เข้ารับการอบรมยังอยากให้มี การเผยแพร่ความรู้ เรื่องนี้ทาง สื่อมวลชน ต่างๆ อาทิเช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และหากจะมีการอบรมครั้งต่อไป ต้องการให้ใช้วิธี บรรยายพร้อมทั้งสาธิตการทำอาหารรวมทั้งได้มีการฝึกทำ เหม เป้ด้วยตนเอง

การทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 1 การวิเคราะห์เปลี่ยนแปลงระดับความรู้ และทัศนคติเกี่ยวกับ " เหม เป้" ก่อนและหลังการอบรมพบว่า ผู้เข้ารับการอบรมมีการเปลี่ยนแปลงในระดับความรู้ เรื่อง เหม เป้เพิ่มมากขึ้น และมีการ เปลี่ยนแปลงทัศนคติที่มีต่อ เหม เป้ไปในทางที่ดีขึ้นภายหลังการอบรม จึงเป็นการยืนยันสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 2 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงระดับความรู้และทัศนคติ เกี่ยวกับ " เหม เป้" ของผู้เข้ารับการอบรมที่รับประทานอาหารมังสวิรัต เป็นประจำ และที่รับประทาน เป็นครั้งคราวก่อนและหลังการอบรมพบว่า ก่อนการอบรมผู้เข้ารับการอบรมที่รับประทานอาหาร มังสวิรัต เป็นประจำมีความรู้และทัศนคติต่อ เหม เป้ดีกว่าผู้ที่รับประทาน เป็นครั้งคราว แต่หลังจาก การอบรมแล้วไม่มีความแตกต่างกันในเรื่องของความรู้และทัศนคติ ระหว่างผู้ที่รับประทาน เป็น ประจำและผู้รับประทาน เป็นครั้งคราว เป็นการไม่ยืนยันสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 3 ปัจจัยทางด้าน เศรษฐสังคมมีความสัมพันธ์กับความรู้และทัศนคติ เกี่ยว กับ " เหม เป้" หลังการอบรม ปรากฏผลการวิจัยไม่ยืนยันสมมติฐานดังนี้คือ

ความรู้เกี่ยวกับ " เหม เป้" หลังการอบรมไม่มีความสัมพันธ์กับระดับการศึกษาและ รายได้ต่อ เดือนของผู้เข้ารับการอบรมซึ่ง เป็นการไม่ยืนยันสมมติฐาน

ทัศนคติของผู้เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับเรื่อง " เหม เป้" หลังการอบรมไม่มีความสัมพันธ์ กับระดับการศึกษาและรายได้ต่อ เดือนของผู้เข้ารับการอบรม ซึ่ง เป็นการไม่ยืนยันสมมติฐาน

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยมุ่งศึกษาประสิทธิผลของการเผยแพร่ความรู้เรื่อง " เหม เป้" และความสัมพันธ์ ของตัวแปรทางด้าน เศรษฐสังคมกับความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับ " เหม เป้" ก่อนและหลังการอบรม ซึ่งปรากฏผลที่น่าสนใจดังจะนำมาอภิปรายตามลำดับดังนี้

ก. ลักษณะ เบื้องต้นของตัวแปรกลุ่มตัวอย่าง

ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 20-30 ปี ซึ่งอยู่ในวัยที่ กำลังศึกษาแสวงหาสิ่งใหม่ ๆ มีความสนใจในเรื่องของการโภชนาการและมีความตั้งใจจริงใน การที่รับประทานอาหารมังสวิรัตมากกว่าเพศชาย

ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ได้รับการอบรมสั่งสอนให้ยึดถือและ ปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า มีความเห็นว่าการรับประทานเนื้อสัตว์เป็นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต จึงได้หันมารับประทานอาหารมังสวิรัตอย่างเป็นประจำ และรับประทานมาเป็น เวลานานแล้วจึงน่า จะมีความสนใจ และมีทัศนคติต่อ " เหม เป้" อาหารมังสวิรัตใหม่ในทางที่ดีด้วย เช่นเดียวกับ อาหารมังสวิรัตที่รับประทานอยู่แล้ว

ระดับการศึกษาและรายได้ของผู้เข้ารับการอบรม ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับ
อนุปริญญา และมีรายได้โดยเฉลี่ยต่อเดือนประมาณ 3,000-6,000 บาท ซึ่งจะเป็นปัจจัยที่
เอื้ออำนวยต่อการรับประทาน " เหม เป้" ทั้งนี้เนื่องจากมีความรู้พอที่จะทำเหม เป้ได้อย่างง่าย ๆ
และยังช่วยประหยัดเงิน เรื่องของค่าใช้จ่ายได้อีกด้วย

ข. การเปิดรับสื่อ

ผู้เข้ารับการอบรมได้รับข่าวสาร เกี่ยวกับอาหารมังสวิรัตและ เหม เป้จากหนังสือพิมพ์
มากที่สุด ทั้งนี้เพราะหนังสือพิมพ์ เป็นสื่อมวลชนที่สามารถอธิบาย เรื่องราวและคุณประโยชน์ของ
อาหารมังสวิรัตและ เหม เป้ได้ดีกว่าสื่อชนิดอื่น ๆ โดยสามารถตีพิมพ์ภาพและวิธีการทำอาหารได้
มากกว่าสื่อมวลชนชนิดอื่น ทำให้ผู้อ่านเกิดความสนใจที่จะรับประทานอาหารมังสวิรัตและ เหม เป้
ด้วยตัวของตนเอง โดยไม่ต้องมีใครมาชักจูง นอกจากนี้ยังมีบุคคลตัวอย่างที่รับประทานอาหาร
ประเภทมังสวิรัต คือ พล.ต.จำลอง ศรีเมือง ตีพิมพ์ในหนังสือพิมพ์ให้พบเห็นบ่อย ๆ ยังเป็นการ
จูงใจให้ผู้เข้ารับการอบรมซึ่งอยู่ในวัยของการแสวงหาสิ่งใหม่ ๆ กระทำตามอย่างและหันมาสนใจ
อาหารประเภทมังสวิรัตมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับทฤษฎีการเผยแพร่ข่าวกรรมโดย โรเจอร์ และ
ชูเมคเกอร์ ที่กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับสารซึ่งเกิด เนื่องจากการได้รับสารจาก
แหล่งสาร ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความตั้งใจของผู้รับสารเอง

ค. ข้อมูลที่พบแสดงถึงข้อสนับสนุนและคัดค้านสมมติฐานต่าง ๆ ดังนี้

ผู้เข้ารับการอบรมมีการ เปลี่ยนแปลงในระดับความรู้ เรื่อง เหม เป้เพิ่มมากขึ้น และ
มีการ เปลี่ยนแปลงทัศนคติ เกี่ยวกับ เหม เป้ไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งเป็นการยืนยันสมมติฐานที่ตั้งไว้ และ
สอดคล้องกับที่ โรเจอร์ได้อธิบายไว้ (69: 49) คือผลของการสื่อสารนวัตกรรม ก่อให้เกิดการ
เปลี่ยนแปลงความรู้และทัศนคติของผู้รับสารที่มีต่อสิ่งที่ได้รับ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ
รุจิรารัตน์ ชูทองรัตน์ (2528: 3) ซึ่งพบว่า ประสิทธิภาพของการให้ความรู้โดยใช้สื่อบุคคลและ
ภาพลัทธิก่อให้เกิดการเพิ่มความรู้และการ เปลี่ยนแปลงทัศนคติ เรื่องการปฏิบัติตนระหว่างการ
ตั้งครรภ์ไปในทางที่ดีขึ้น และ รุ่งรัตน์ ศิริกิจวัฒนา (2529: 42) ได้ข้อสรุปไว้ว่า ประสิทธิภาพ
ของการให้ความรู้โดยการใช้อีบุคคลและสื่อสิ่งพิมพ์ สามารถ เปลี่ยนแปลงความรู้และทัศนคติ
เกี่ยวกับกฎหมายทะเบียนราษฎรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้งานวิจัยของลักขณา
มนธาดุผลิน (2528: จ) ได้พบว่าผู้ที่ได้รับแจกเอกสาร เผยแพร่ข่าวสารด้านสาธารณสุขมูลฐานมี
ความรู้เพิ่มมากขึ้นกว่าผู้ที่ไม่ได้รับแจก

ผู้ที่รับประทานอาหารมังสวิรัต เป็นประจำ ในช่วงก่อนการอบรม มีความรู้และทัศนคติต่อ เหม เบ็ดดีกว่าผู้ที่รับประทาน เป็นครั้งคราว อาจจะเป็น เพราะว่ามี ความสนใจในอาหารประเภทมังสวิรัตอยู่แล้ว แต่ภายหลังการอบรมไม่มีความแตกต่างกันระหว่าง 2 กลุ่มนี้ ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจาก การอบรมได้ก่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่มีใน เรื่อง เหม เบ้ให้กับผู้เข้ารับการอบรม ทั้งสองกลุ่มมีความรู้และทัศนคติเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตัวแปรทางด้าน เศรษฐสังคม ได้แก่ ระดับการศึกษา และรายได้ต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ของผู้เข้ารับการอบรมหลังการอบรม ซึ่งเป็นการคัดค้านสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากวิธีการอบรมที่มีการใช้สื่อบุคคล สื่อสิ่งพิมพ์ และการนำเอา วิดีโอ แสดงวิธีการทำอาหารมังสวิรัตใหม่ " เหม เบ้" อย่างง่าย ๆ ตลอดจนมีการแสดงนิทรรศการ แสดงถึงคุณค่าและคุณประโยชน์ของ เหม เบ้มาแสดงให้เห็นด้วย ทำให้ผู้ที่มีการศึกษาในระดับต่าง ๆ สามารถทำความเข้าใจได้ ไม่ว่าจะมียาอาชีพอะไร หรือรายได้มากน้อย เพียงใดก็สามารถทำความเข้าใจ เรื่อง เหม เบ้ได้ โดยไม่ต้องอาศัยทักษะ ความรู้ความชำนาญหรือพื้นฐานทางการศึกษาในระดับใด ๆ มาก่อน ก็สามารถจะทำความเข้าใจได้อย่างแจ่มแจ้ง รวมทั้งการเปิดโอกาสให้ซักถาม แนะนำ ทำให้ผู้เข้ารับการอบรมปราศจากข้อข้องใจในเรื่องนี้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ (รุ่งรัตน์ ศิริกิจวัฒนา 2528: จ) ซึ่งพบว่าตัวแปรทางด้าน เศรษฐสังคมได้แก่การศึกษา อาชีพและรายได้ ไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้และทัศนคติของผู้เข้ารับการอบรม เรื่องกฎหมาย ทะเบียนราษฎร

ตัวแปรทางด้าน เศรษฐสังคมได้แก่ ระดับการศึกษา และรายได้ ไม่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติของผู้เข้ารับการอบรมหลังการอบรม ซึ่งคัดค้านสมมติฐานที่ตั้งไว้ การที่ผู้มีรายได้แตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ เรื่อง " เหม เบ้" ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากหลังการอบรมแล้วผู้เข้ารับการอบรมทราบว่า เหม เบ้ทำจากถั่งเหลือง ซึ่งมีราคาไม่แพง และมีวิธีการทำที่ไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะ เพื่อนำมาพิจารณาใน 2 ส่วนด้วยกันคือ

ก. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการวิจัยในทำนองเดียวกัน ในวงกว้าง โดยศึกษาประชากรในเขต

อื่น ๆ เพื่อศึกษาตัวแปรที่แตกต่างกันออกไป

2. การวิจัยแบบ Quasi-Experiment มีข้อจำกัดและเงื่อนไขเกี่ยวกับผลที่เกิดจากการศึกษาทดลอง การกำหนดกลุ่มตัวแปรจึงควรมีกลุ่มควบคุมด้วย เพื่อสามารถวิเคราะห์ เปรียบเทียบผลที่ศึกษาในระหว่างกลุ่มต่าง ๆ เพราะการศึกษากลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว อาจจะไม่ให้ภาพที่ชัดเจน เท่ากับการศึกษาเปรียบเทียบ

3. ควรมีการศึกษาการใช้สื่อแต่ละประเภทที่ใช้ในการทำการวิจัยด้วย เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพิจารณาปรับปรุงคุณภาพของสื่อ ให้สอดคล้องกับเนื้อหาสาระและความสามารถในการรับรู้ของกลุ่มเป้าหมาย

4. ควรมีการติดตามผลทางด้านพฤติกรรมของผู้เข้ารับการอบรมด้วย ถ้าไม่มีข้อจำกัดงบประมาณและระยะเวลา

ข. ข้อเสนอแนะสำหรับการเผยแพร่ความรู้เรื่อง " เหม เป้ "

1. ควรนำสื่อและอุปกรณ์การสื่อสารหลายประเภทมาใช้ร่วมกัน ในการให้ความรู้ในรูปแบบของการอบรม เพื่อสร้างความสนใจและดึงดูดให้ผู้เข้ารับการอบรมเกิดความเมือหน่ายในเนื้อหาของอาหารมังสวิรัตินำใหม่ หรือ " เหม เป้ "

2. ในการอบรมความรู้เรื่อง " เหม เป้ " ใช้วิทยากรเป็นผู้บรรยายเมื่อบรรยายความรู้เรื่อง " เหม เป้ " จบแล้วมีการนำวิดีโอแสดงวิธีทำ " เหม เป้ " และมีการแบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรม เพื่อชมการสาธิตวิธีทำ " เหม เป้ " โดยมีวิทยากรประจำกลุ่ม ซึ่งในการอบรมควรเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการอบรมได้มีโอกาสซักถาม อันจะเป็นการติดต่อสื่อสารแบบ 2 ทาง ที่จะทำให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความเข้าใจในเรื่องของ " เหม เป้ " ได้ดียิ่งขึ้น สื่อบุคคลจึงนับว่าเป็นสื่อที่สำคัญในการให้ความรู้เรื่อง " เหม เป้ "

3. การสาธิตและการให้ชิมอาหารก็มีความสำคัญ ทั้งนี้เพราะการจัดการอบรมเกี่ยวกับเรื่องของอาหาร ไม่เหมือนกับการอบรมในเรื่องอื่น ๆ การสาธิตและการมีตัวอย่างให้ชิม จะช่วยทำให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความพอใจใน เหม เป้ มากยิ่งขึ้น

4. ชมรมมังสวิรัตินำใหม่แห่งประเทศไทย ควรมีการผลิตสื่อที่เกี่ยวข้องกับ เหม เป้ และทำการเผยแพร่ข่าวสารเกี่ยวกับ เหม เป้ ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้ประชาชนได้รู้จักวิธีทำอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายและประหยัดค่าใช้จ่าย

5. ควรมีการประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง เพื่อจูงใจให้คนหันมาสนใจ เหม เป้ และมีการประเมินผลในระยะยาวต่อไป