

ชื่อเรื่อง : ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการใช้ฉลากโภชนาการต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับฉลากโภชนาการของผู้ประกอบการผลิตอาหาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ผู้วิจัย : ภญ.ชมพูนุท เสียงแก้ว เกษตรกรชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงทดลองเบื้องต้น (Pre-experimental research) ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการใช้ฉลากโภชนาการต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับฉลากโภชนาการของผู้ประกอบการผลิตอาหาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ประกอบการที่ต้องจัดทำฉลากโภชนาการ ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 445 พ.ศ.2566 เรื่อง ฉลากโภชนาการ และตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 394 พ.ศ.2561 เรื่อง อาหารที่ต้องแสดงฉลากโภชนาการ และค่าพลังงาน น้ำตาล ไขมัน โซเดียม แบบจีดีเอ (13 กลุ่มอาหาร ได้แก่ อาหารขบเคี้ยว ช็อคโกแลต ผลิตภัณฑ์ขนมอบ อาหารกึ่งสำเร็จรูป อาหารมือหลักจานเดียว เครื่องดื่มในภาชนะบรรจุปิดสนิท ชาปรุงสำเร็จ กาแฟปรุงสำเร็จ นมปรุงแต่ง นมเปรี้ยว ผลิตภัณฑ์ของนม น้ำนมถั่วเหลือง ไอศกรีมพร้อมบริโภค จำนวน 30 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วยข้อมูล 4 ส่วน คือ ข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และแบบสอบถามเกี่ยวกับเจตคติต่อฉลากโภชนาการ แบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับอ่านฉลากโภชนาการ ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ และ ทดสอบความเชื่อมั่นโดยวิธีอัลฟาของครอนบาค มีค่าเท่ากับ 0.80 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง เดือน ตุลาคม 2568 และดำเนินติดตามผลการปฏิบัติ 1 สัปดาห์หลังจากใช้โปรแกรมดังกล่าว วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติอนุมานได้แก่ Wilcoxon Signed-Rank Test ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

ผู้ตอบแบบสอบถามมีความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการอยู่ในระดับดี ระดับเจตคติระดับปานกลาง และ ระดับการปฏิบัติอ่านฉลากอาหารก่อนการทดลอง มีการปฏิบัติการอ่านฉลากอาหารที่ดี ร้อยละ 26.7 หลังทดลอง เพิ่มขึ้นมาร้อยละ 33.3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และด้านสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง เมื่อทดสอบความแตกต่างทางสถิติพบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังทดลองด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และด้านสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยนี้ ได้แก่ ควรมีการรณรงค์ให้มีการสื่อสารให้ความรู้แก่ประชาชนในการใช้ฉลาก และการบริโภคอาหารและมีความสำคัญ ให้เข้าถึงการรับรู้ของผู้บริโภคมากขึ้น และควรมีการพิจารณารูปแบบตารางโภชนาการให้มีความน่าสนใจ เข้าใจได้ง่ายหรือมีการสแกน QR Code เพื่อผู้บริโภคคนที่สายตาไม่ค่อยดี สามารถอ่านได้ง่ายเนื่องจากปัจจุบัน ขนาดตัวอักษรของข้อมูลโภชนาการ ค่อนข้างเล็กมาก

คำสำคัญ: ฉลากโภชนาการ, ผู้ประกอบการอาหาร, เจตคติ, ทางเลือกสุขภาพ

ABSTRACT

Title: Effects of a Nutrition-Label Promotion Program on Knowledge, Attitudes, and Practices of Food Producers in Surat Thani Province

Researcher: Chompoonut Siangjaew Pharmacist, Professional Level, Surat Thani Provincial Public Health Office

This preliminary experimental research aimed to examine the effects of a nutrition labeling promotion program on the knowledge, attitudes, and practices regarding nutrition labeling among food manufacturers in Surat Thani Province. The sample consisted of 30 purposively selected entrepreneurs who are required to display nutrition labels in accordance with the Ministry of Public Health Notification No. 445 B.E. 2566 (2023) on Nutrition Labeling and Notification No. 394 B.E. 2561 (2018) on Foods Requiring Nutrition Labels and Guideline Daily Amounts (GDA) for energy, sugar, fat, and sodium across 13 food groups (snack foods, chocolate, bakery products, instant foods, single-dish meals, sealed beverages, instant tea, instant coffee, flavored milk, yogurt, dairy products, soy milk, and ready-to-eat ice cream).

The research instrument was a structured questionnaire comprising four parts: (1) general information, (2) knowledge about nutrition labeling, (3) attitudes toward nutrition labeling, and (4) practices in reading nutrition labels. The questionnaire was validated for content by experts and tested for reliability using Cronbach's alpha, yielding a coefficient of 0.80. Data were collected through interviews in October 2025, with follow-up assessment conducted one week after the implementation of the program. Descriptive statistics (percentage, mean, and standard deviation) and inferential statistics (Wilcoxon Signed-Rank Test) were used for data analysis.

The results revealed that the participants demonstrated good knowledge, moderate attitudes, and initially fair practices in reading nutrition labels, with 26.7% showing good label-reading behavior before the intervention, increasing to 33.3% after the program. The comparison of pre- and post-intervention mean scores showed statistically significant improvements in knowledge, attitudes, and practices regarding nutrition labeling, as well as understanding of the “Healthier Choice” symbol ($p < 0.05$).

The study recommends strengthening public campaigns and educational communication on the importance of nutrition labeling and healthy food consumption to enhance consumer awareness. Additionally, nutrition information panels should be redesigned to be more attractive, easy to understand, and accessible—for instance, by including QR codes for individuals with visual limitations, as the current text size on nutrition labels is often too small to read.

Keywords: Nutrition labeling, Food entrepreneurs, Attitude, Healthier Choice symbol