

การพัฒนาสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

สุมิตรา ระน้อย¹ นฤมลวรรณ สุขไมตรี² และ สาวิตรี จูเจีย³

¹สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี

²สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี

³สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี

Emails: sanooksumitra31@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อพัฒนาสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ ให้มีคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด 2) เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการใช้สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ได้แก่ ผู้ใช้บริการโรงพยาบาลพัฒนานิคม อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี จำนวน 30 คน ที่ได้จากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ แบบประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดียสำหรับผู้เชี่ยวชาญ และแบบประเมินความพึงพอใจต่อการใช้สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า ได้สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ ที่มีคุณภาพในภาพรวมอยู่ในระดับดี $\bar{x} = 3.38$, S.D. = 0.19) ความพึงพอใจของผู้ใช้ที่มีต่อสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.68$, S.D. = 1.39)

คำสำคัญ: สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ, อาหารเพื่อสุขภาพ

ABSTRACT

The objectives of this research were 1) The Development of a multimedia presentation on the topic healthy food the quality criteria. 2) a questionnaire asking user satisfaction with the developed a multimedia presentation on the topic healthy food. The sample for the study consisted of user hospital phutananichom in Lopburi of 30 grade. The instruments used in the study consisted of 1) multimedia presentation on the topic healthy food. 2) A quality assessment multimedia presentation and 3) a questionnaire asking tourist satisfaction with the developed multimedia presentation The research statistics were used mean and standard deviation.

Results of the research were as follows: The efficiency of the a multimedia presentation on the topic healthy food a 'high' level of satisfaction with the multimedia presentation ($\bar{x} = 3.88$, S.D. = 0.19) which the User showed a 'very high' level of satisfaction with the multimedia presentation ($\bar{x} = 4.63$, S.D. = 1.01).

Keyword— multimedia presentation, healthy food

1. บทนำ

อาหาร สิ่งที่เรารับประทานได้โดยปลอดภัยและให้สารอาหารต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย [1] ใช้ในการเจริญเติบโต สร้างพลังงาน และซ่อมแซมเนื้อเยื่อของร่างกายในส่วนที่สึกหรอ ถ้าร่างกายได้รับอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ คือ มีสารอาหารครบถ้วนในปริมาณเพียงพอกับความต้องการ ร่างกายก็ใช้สารอาหารเหล่านั้นในการเสริมสร้างสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ในทางกลับกันหากร่างกายได้รับสารอาหารไม่เพียงพอกับความต้องการจะส่งผลให้เกิดภาวะขาดสารอาหารหรือหากร่างกายได้รับอาหารมากเกินไปความต้องการจะส่งผลให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน เช่น ได้รับสารอาหารที่ให้พลังงานมากเกินไปจะมีการสะสมไว้ในร่างกายในสภาวะไขมันทำให้เกิดโรคอ้วน ปัจจุบันสถานการณ์การเจ็บป่วยของคนไทยได้เปลี่ยนจากปัญหาในอดีตที่การเจ็บป่วยส่วนใหญ่เกิดจากโรคติดต่อ กลายมาเป็นการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่างๆ ที่มีต้นเหตุจากพฤติกรรมและการดำรงชีวิตที่ไม่เหมาะสม รวมถึงสภาพแวดล้อมที่เป็นพิษ อันเป็นผลสืบเนื่องจากการ เปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ความเชื่อ และค่านิยมของคนในสังคม [2] ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ขึ้น ทั้งโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือดเป็นจำนวนมาก ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี หากยังไม่มีการกระตุ้นให้คนไทยหันมาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทานอาหาร ลดอาหารไขมัน เค็ม และหวาน เชื่อว่า ในอนาคตคนไทยจะเผชิญกับการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่างๆ ที่มีต้นเหตุจากพฤติกรรม เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคไตวาย มะเร็ง

โรงพยาบาลจะต้องรับภาระหนักในการรักษาผู้ป่วย ทั้งงบประมาณ และบุคลากร ในการป้องกันควบคุมโรคเรื้อรัง เป็นเรื่องที่ยาก เพราะโรคเหล่านี้ไม่มีวัคซีนป้องกันเหมือนโรค ติดเชื้อและไม่มียารักษาให้หายขาด มีแต่ยาควบคุมอาการ เป็นปัญหาใหญ่เหมือนกันทั่วโลก ทุกคนต้องลงทุนเปลี่ยน พฤติกรรมด้วยตัวเองจึงจะได้ผล

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้สนใจที่จะพัฒนาสื่อ มัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพขึ้น เพื่อการ นำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับความรู้ทางด้านอาหารเพื่อสุขภาพ วิธีการ ทำอาหารเพื่อสุขภาพ ซึ่งการนำเสนอผ่านสื่อมัลติมีเดียจะเป็น การนำเสนอที่มีความหลากหลายผู้ใช้งานสามารถ ทั้งภาพ เสียง ตัวอักษร และภาพเคลื่อนไหว ทำให้ผู้ใช้เกิดความสนใจมากขึ้น สามารถ นำสาระความรู้ที่ได้ไปปฏิบัติได้จริง บริโภคอาหาร อย่างถูกวิธี มีความรู้ทางด้านสุขภาพ การบริโภคอาหารที่มี ประโยชน์ อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์อีก ด้วย

2. วัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยประกอบด้วย

- 1) เพื่อพัฒนาสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ ให้มีคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด
- 2) เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการใช้สื่อมัลติมีเดียเพื่อ การนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

3. วิธีการวิจัย

งานวิจัยนี้มีขั้นตอนการดำเนินงานดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ ผู้ใช้บริการ โรงพยาบาลพัฒนานิคม อำเภอดอนจาน จังหวัดลพบุรี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ ได้แก่ ผู้ใช้บริการโรงพยาบาลพัฒนา นิคม อำเภอดอนจาน จังหวัดลพบุรี จำนวน 30 คน ที่ได้จาก การเลือกแบบเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อ สุขภาพ ให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความตรง ความถูกต้องของเนื้อหา ดำเนินการปรับแก้ตามข้อเสนอแนะ ก่อนนำไปใช้
2. แบบประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดียสำหรับ ผู้เชี่ยวชาญ
3. แบบทดสอบวัดความพึงพอใจของผู้ใช้งานต่อการ ใช้สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ โดย

แบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (rating scale) [3]

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนการพัฒนาและหาคุณภาพเครื่องมือ

1. การพัฒนาสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ ให้มีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตาม ขั้นตอนดังนี้
 - 1) การศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล ทำความเข้าใจ กับการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อให้ได้รู้ถึงปัญหา ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันและหาแนวทางที่จะพัฒนา
 - 2) รวบรวมข้อมูล โดยผู้ศึกษาทำการรวบรวมข้อมูล ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาหารเพื่อสุขภาพ หรือความต้องการ จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
 - 3) พิจารณา และเลือกวิธีการแก้ปัญหา การ รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ หรือสนองความต้องการ ที่เหมาะสมและสอดคล้องต่อความต้องการมากที่สุด
 - 4) ออกแบบระบบงาน ทำการออกแบบโครงสร้างสื่อ Story Board ที่ต้องการเพื่อพัฒนา และทำให้มีประสิทธิภาพ มากขึ้น และสอดคล้องกับความต้องการของผู้ใช้
 - 5) พัฒนาสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหาร เพื่อสุขภาพ โดยใช้ โปรแกรม Adobe Captivate 8
 - 6) นำสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบและประเมินสื่อมัลติมีเดียเพื่อ การนำเสนอ แล้วนำผลที่ได้ไปปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์
2. แบบประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดีย ผู้วิจัยได้สร้าง แบบประเมินเพื่อหาคุณภาพของสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ โดยมีการประเมินใน 2 ด้าน คือ ด้าน เนื้อหา และด้านเทคโนโลยี ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้
 - 1) ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการสร้างแบบประเมิน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2) พิจารณาหัวข้อ และวัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบว่ ามต้องการข้อมูลในการประเมินในส่วนใดบ้าง
 - 3) สร้างแบบประเมินใน 2 ด้าน คือ แบบประเมิน ด้านเนื้อหา และแบบประเมินด้านเทคโนโลยี โดยใช้ แบบสอบถามประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ
3. แบบประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้ที่มีต่อสื่อ มัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ
 - 1) ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการสร้างแบบสอบถาม ความพึงพอใจ
 - 2) กำหนดหัวข้อในการประเมินโดยแบ่งความ พึงพอใจออกเป็น ด้านเนื้อหาครอบคลุม ระยะเวลาในการ นำเสนอ และความน่าสนใจของสื่อ

3) สร้างแบบสอบถามความพึงพอใจ โดยใช้แบบสอบถามประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ดำเนินการเพื่อพัฒนาและหาคุณภาพสื่อมัลติมีเดีย

1) แบบประเมินให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ประเมินคุณภาพ ใน 2 ด้านทั้งด้านเนื้อหาและด้านเทคโนโลยี

2) นำผลการประเมินคุณภาพมาพิจารณา ค่าเฉลี่ย เพื่อใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินคุณภาพของสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

3) แล้วนำผลการประเมินและข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น



รูปที่ 1 สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

2. ดำเนินการเพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้ที่มีต่อสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

1) นำแบบสอบถามความพึงพอใจไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้แก่ ผู้ใช้บริการโรงพยาบาลพัฒนานิคม อำเภอดอนจาน จังหวัดลพบุรี จำนวน 30 คน ที่ได้จากการเลือกแบบเจาะจง ประเมินความพึงพอใจต่อการใช่มัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

2) การประเมินผลความพึงพอใจต่อการใช่มัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

4. ผลการวิจัยและอภิปรายผล

ผลการวิจัยสามารถแบ่งได้ดังนี้

1. จากการประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ ได้ผลการวิเคราะห์ดังนี้

ตารางที่ 1 การประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับคุณภาพ
ด้านเนื้อหา			
การลำดับเรื่องราว	4.00	0.00	ดีมาก
ภาพ เสียง การใช้ภาษา	3.66	0.57	ดีมาก
ความเหมาะสมของเนื้อหา	4.00	0.00	ดีมาก
รวมเฉลี่ยด้านเนื้อหา	3.88	0.19	ดีมาก
ด้านเทคโนโลยี			
คุณภาพของภาพเสียง ขนาดอักษร	3.00	0.00	ดีมาก
การจัดบทเรียน	3.00	0.00	ดี
ฟังก์ชันและรูปแบบการใช้งาน	2.66	0.57	ดี
รวมเฉลี่ยด้านเทคโนโลยี	2.88	0.19	ดี
รวมเฉลี่ย	3.38	0.19	ดีมาก

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมของการประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพในภาพรวมอยู่ในระดับ ดี ($\bar{X}=3.38$ S.D.= 0.19) ผลรวมเฉลี่ยด้านเนื้อหาอยู่ในระดับ ดีมาก ($\bar{X}= 3.88$ S.D. = 0.19) และผลรวมเฉลี่ยด้านเทคโนโลยีอยู่ในระดับ ดี $\bar{X}= 2.88$ S.D. = 0.19)

3. จากการประเมินผลความพึงพอใจต่อการใช่มัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ ได้ผลการวิเคราะห์ดังนี้

ตารางที่ 2 แสดงความพึงพอใจของผู้ใช้ต่อการใช่มัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

ด้าน	\bar{X}	S.D	ระดับ
เนื้อหาครอบคลุม	4.17	0.89	มาก
ระยะเวลาในการนำเสนอ	3.78	0.75	มาก
ความน่าสนใจของสื่อ	4.63	1.39	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.19	1.01	มาก

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ผู้ใช้มีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}= 4.19$, S.D =1.01) โดยมีความพึงพอใจในด้านความน่าสนใจ ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}= 4.63$, S.D =1.39)

5. บทสรุป

ผลการวิจัย สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ คุณภาพของสื่อมัลติมีเดียในภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อนำ

สื่อมัลติมีเดียไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ใช้บริการโรงพยาบาล พัฒนานิคม อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี จำนวน 30 คน พบว่า ผู้ใช้มีความพึงพอใจต่อการใช้สื่อมัลติมีเดียเพื่อการนำเสนอ เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ อยู่ในระดับมาก จึงสามารถสรุปได้ว่า สื่อมัลติมีเดียที่พัฒนาขึ้น มีประสิทธิภาพสามารถนำไปใช้ได้

เอกสารอ้างอิง

- [1] สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. อาหารและสารอาหาร. [อินเทอร์เน็ต]. 2553. [สืบค้นเมื่อ 17 ตุลาคม 2559]. จาก : http://secondsci.ipst.ac.th/index.php?option=com_content&view=article&id=104:2010-10-27-03-55-57&catid=19:2009-05-04-05-01-56&Itemid=34
- [2] สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. ประโยชน์ของอาหาร. [อินเทอร์เน็ต]. 2559. [สืบค้นเมื่อ 17 ตุลาคม 2559]. จาก: <http://cogtech.kku.ac.th/innovations/foodsynthesis/resou1.htm>
- [3] บุญชม ศรีสะอาด. การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 7 กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาสน, 2545.