

สถานการณ์และคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่า
ในจังหวัดนครศรีธรรมราช

Situation and Life Quality of Food Consumption of Myanmar Migrant Workers
in Nakhon Si Thammarat Province

เดโช แชน้ำแก้ว

Daycho Khanamkhaew

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช

Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University

Received: January 7, 2020

Revised: March 4, 2020

Accepted: March 4, 2020

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา (1) สถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช และ (2) คุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ศึกษาแบบผสม วิธีเชิงคุณภาพสัมภาษณ์เชิงลึกแรงงานสัญชาติพม่า เพื่อนร่วมงานคนไทย ผู้ประกอบการ และเจ้าหน้าที่ภาครัฐ รวมทั้งสิ้น 21 คน เลือกแบบเจาะจงวิเคราะห์ข้อมูลโดยพรรณนาวิเคราะห์ และเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างได้แก่ แรงงานสัญชาติพม่า จำนวน 350 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูปหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษาพบว่า (1) สถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งแรงงานสัญชาติพม่าหาซื้อผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ได้จากตลาดสด และรถฟั่งข้างขายอาหาร ทำให้ได้บริโภคอาหารที่สดใหม่และสะอาด มีการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมการบริโภคอาหารแบบผสมผสานกับคนท้องถิ่นได้ แต่ก็ยังคงรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารของแรงงานพม่าเองควบคู่กันไป และ (2) คุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.67$, $SD = 0.58$)

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหาร, แรงงานสัญชาติพม่า

Abstract

This article aims to (1) the Situation of food consumption of Myanmar migrant workers in Nakhon Si Thammarat Province (2) life Quality of food consumption of Myanmar migrant workers in Nakhon Si Thammarat Province. Mixed methods, qualitative information from in-depth interviews with 21 key purposive informants; Myanmar migrant workers, Thai friends, employers and government officers were also used to voice their views. Quantitative, Questionnaires were used to collect data from 350 Myanmar migrant workers. The data were analyzed using frequency, percentage, mean and standard deviation. The findings revealed as follows (1) the Situation of food consumption of Myanmar migrant workers in Nakhon Si Thammarat Province; Myanmar migrant workers can buy vegetables, fruits and

meat from fresh markets and food trailers. Myanmar migrant workers can eat new clean food. Able to exchange integrated food consumption culture with local, but still maintain food consumption culture of Myanmar migrant workers on themselves concurrently (2) life Quality of food consumption of Myanmar migrant workers in Nakhon Si Thammarat Province; Life Quality of food consumption in the high level ($\bar{X} = 3.67$, $SD = 0.58$)

Keywords: Life Quality of food consumption, Myanmar migrant workers.



บทนำ

แรงงานต่างด้าวเคลื่อนย้ายเพื่อเข้ามาทำงาน จากประเทศหนึ่งไปสู่อีกประเทศหนึ่งโดยเฉพาะในช่วง AEC ที่มีการเคลื่อนย้ายแรงงานต่างด้าวมาสู่ประเทศไทย ได้แก่ แรงงานลาว แรงงานกัมพูชา และแรงงานพม่า เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง มีจำนวนกว่า 3,805,827 คน แยกเป็น แรงงานประเภณีฝีมือ 165,909 คน ชนกลุ่มน้อย 58,663 คน และแรงงานประเภททั่วไป 3,581,255 คน จึงจำเป็นต้องมีการบริหารจัดการแรงงานต่างด้าวอย่างเป็นระบบ และได้ผลอย่างยั่งยืนตามมาตรการผ่อนปรนของภาครัฐที่ให้แรงงานต่างด้าวได้รับอนุญาตให้อยู่ในประเทศไทยและทำงานได้จนถึง 31 ธันวาคม 2560 ตามคำสั่ง หัวหน้า คสช. ที่ 33/2560 เรื่อง มาตรการชั่วคราวเพื่อแก้ไขข้อขัดข้องในการบริหารจัดการการทำงานของคนต่างด้าว (Petruk, S. and Sompunmak, C., 2016; Ministry of Labour, 2018)

แรงงานต่างด้าวเคลื่อนย้ายไปตามจังหวัดต่าง ๆ ของประเทศไทย แม้กระทั่งในจังหวัดนครศรีธรรมราชที่มีการเคลื่อนย้ายเข้ามาทำงานของแรงงานกัมพูชา แรงงานลาว และแรงงานพม่า โดยเฉพาะแรงงานสัญชาติพม่าที่เข้ามาอย่างถูกต้องตามกฎหมาย จำนวน 10,959 คน มีทั้งแรงงานฝีมือ มีแรงงานกึ่งฝีมือ และมีแรงงานไร้ฝีมือ เพราะแรงงานพม่ามีความอดทน ขยัน มีค่าแรงที่ต่ำเมื่อเปรียบเทียบกับแรงงานไทย ทำให้เป็นแรงงานสัญชาติพม่ากลายเป็นที่ต้องการของผู้ประกอบการในจังหวัดนครศรีธรรมราช เพราะสามารถทดแทนแรงงานไทย ที่เลือกงานได้ ทำให้เกิดการเคลื่อนย้ายของแรงงานสัญชาติพม่าเพื่อเข้ามาทำงานในจังหวัดนครศรีธรรมราชเพิ่มมากขึ้น (Samkoset, W., 2019; Provincial Employment Office of Nakhon

Si hammarat, 2018) ประกอบกับสถานการณ์การเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ทำให้ความต้องการแรงงานสัญชาติพม่าในสถานประกอบการทุกประเภททุกระดับมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้เป็นข้อมูลในการกำหนดมาตรการด้านแรงงานพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราชได้เหมาะสม พบว่าคุณภาพชีวิตเป็นเรื่องสำคัญและต้องมีความสอดคล้องกับความต้องการขั้นพื้นฐานที่ควรได้รับ คือ ปัจจัย 4 อันได้แก่ อาหาร เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ที่พัก/ที่อยู่อาศัย และสุขภาพ/ยารักษาโรค (Maslow, A. H., 1943) โดยเฉพาะด้านอาหาร คือ การซื้อและจัดหาอาหารได้สะดวกทุกสถานที่ และทุกเวลา สามารถบริโภคอาหารที่สดใหม่ สะอาด และมีประโยชน์ บริโภคอาหารที่ปรุงสุกใหม่อยู่เสมอ บริโภคอาหารได้อิ่ม และครบ 3 มื้อในแต่ละวัน หรือตามที่ต้องการได้ (Khanamkhaew, D., 2019; Petruk, S. and Sompunmak, C., 2016) เพราะเป็นปัจจัยพื้นฐานที่เอื้อต่อการพัฒนาแรงงานพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ดังงานวิจัยของ Pimonratnakan, S. and Sungrugsa, N. (2017) และงานวิจัยของ Songthap, A. and Thongsamsee, W. (2017) ที่สรุปว่า การบริโภคอาหารของแรงงานพม่าโดยส่วนใหญ่จะซื้ออาหารสดมาปรุงอาหารกันเอง เพื่อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่าย ส่วนคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งคุณภาพชีวิตของแรงงานพม่าก็ไม่ดีเท่าที่ควร หน่วยงานภาครัฐ ควรมีมาตรการตรวจสอบดูแลการจัดสวัสดิการและสิทธิประโยชน์สำหรับลูกจ้างของสถานประกอบการให้เข้าถึงระบบสวัสดิการสังคมสงเคราะห์ให้เป็นไปตามที่กฎหมายแรงงานไทยกำหนด (Pheap, V. and Sripokangkul, S., 2017)

จากความสำคัญข้างต้น จึงมีความสนใจศึกษา

เรื่อง สถานการณ์และคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ภายใต้คำถามว่า สถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นอย่างไร และคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นอย่างไร ทั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อยืนยันข้อมูลสถานการณ์ที่เกิดขึ้น กลายเป็นการศึกษาแรก ๆ หรืองานวิจัยตั้งต้นที่ศึกษาในเขตภาคใต้ เพื่อประโยชน์ในการนำผลการวิจัยไปเตรียมความพร้อมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับแรงงานสัญชาติพม่าและแรงงานต่างด้าวในจังหวัดนครศรีธรรมราชต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับแรงงานต่างด้าว ดังที่ Council of State (2008), Kumnuandat, A. (2019) และ Sonsi, P. (2019) มีการให้ความหมายของแรงงานต่างด้าว หรือก็คือแรงงานพม่า หมายถึง บุคคลธรรมดาซึ่งไม่ถือสัญชาติไทยและได้รับอนุญาตจากอธิบดีกรมการจัดหางาน หรือเจ้าพนักงาน เป็นบุคคลที่ย้ายถิ่นจากประเทศหนึ่งไปยังอีกประเทศหนึ่งเพื่อไปทำงาน เนื่องจากคนต่างด้าวมีความจำเป็นต่อระบบการผลิตของประเทศไทย มีแรงงานต่างด้าวที่เคลื่อนย้ายเข้ามา จำนวนทั้งสิ้นกว่า 3.8 ล้านคน มีมาตรการผ่อนปรนให้แรงงานต่างด้าวได้รับอนุญาตให้อยู่ในประเทศ และทำงานได้ โดยต้องพิสูจน์สัญชาติให้แล้วเสร็จตามคำสั่ง หัวหน้า คสช. เรื่อง มาตรการชั่วคราวเพื่อแก้ไขข้อขัดข้องในการบริหารจัดการการทำงานของคนต่างด้าว

2. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับแรงงานพม่า ดังที่ Wittawat K., & Prasobchai, P. (2015), Kensupo, S. (2017) และ Samkoset, W. (2019) ได้กล่าวถึงแรงงานพม่าว่า การเข้ามาทำงานของแรงงานพม่าในประเทศไทยมีเพิ่มมากขึ้น ส่วนหนึ่งถูกมองว่ามาสร้างปัญหาต่าง ๆ แต่เนื่องจากเราต้องพึ่งแรงงานพม่าจำนวนมากเพื่อทดแทน

แรงงานไทย ทำให้แรงงานพม่ามากขึ้นในภาคธุรกิจและบริการเพื่อเข้ามาทำงาน ทั้งนี้ยังมีปัจจัยอื่น ๆ เช่น ค่าแรงสูงกว่าประเทศต้นทาง มีสวัสดิการที่ดี และที่พักอาศัยมีความปลอดภัย ทำให้แรงงานข้ามชาติสัญชาติพม่าชักชวนกันมาทำงานมากขึ้น การเข้ามาจำนวนมากทำให้การควบคุมดูแลเป็นไปได้ยากและเกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา จึงต้องมีการบริหารจัดการที่ดี

3. แนวคิดเกี่ยวกับพื้นที่ทางสังคมในประเด็นสถานการณ์การบริโภคอาหาร ดังที่ Gupta, A., & Ferguson, J. (1997) Lefebvre, H. (1991) ซึ่งอธิบายเกี่ยวกับพื้นที่ทางกายภาพที่เกิดจากการเคลื่อนย้ายจากที่หนึ่งไปยังที่หนึ่ง จำเป็นต้องมีการปรับตัวให้สามารถอยู่ได้ท่ามกลางพหุวัฒนธรรม เพราะสังคมแห่งใหม่ที่มีความสัมพันธ์และเป็นส่วนหนึ่งของระบบเศรษฐกิจสังคมและแบบแผนในการดำรงชีวิตของคนในพื้นที่ที่ก่อเกิดระบบความสัมพันธ์และการพึ่งพากันของการย้ายถิ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานที่ย้ายถิ่น หรือสัญชาติพม่า รวมถึงการย้ายถิ่นที่นำพาวัฒนธรรมเพื่อความมั่นคงทางด้านอาหาร ดังที่ Khanamkhaew, D. (2018) ที่สรุปว่าการเพิ่มขึ้นของผลิตผลที่มีมากขึ้นเพื่อประชาชน มีรายได้เพื่อซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ปลอดภัย มีสารอาหารครบถ้วน สอดคล้องกับวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่นในลักษณะความหลากหลายทางวัฒนธรรมของการบริโภคอาหารได้

4. ทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ดังที่ Maslow, A. H. (1943) สรุปว่า ความต้องการเป็นลำดับขั้นตอนประกอบด้วยความต้องการด้านกายภาพหรือความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ เช่น อาหาร ยา ที่อยู่อาศัย และเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม รวมถึงความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตทรัพย์สิน และหน้าที่การงาน มีความรักและการมีสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่นเมื่อมีความปลอดภัยในชีวิต ความต้องการความรักมิตรภาพและความใกล้ชิด ได้รับการยอมรับเป็นสมาชิกของสังคม โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับอาหาร เพราะเป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งของความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังที่ Khanamkhaew, D. (2019) และ Petruk, S. and Sompunmak, C. (2016) เกี่ยวกับคุณภาพชีวิต หรือเกี่ยวข้องกับความต้องการขั้นพื้นฐานที่ควรได้รับ เช่น ปัจจัย 4 ได้แก่ อาหาร เสื้อผ้า

เครื่องนุ่งห่ม ที่พัก/ที่อยู่อาศัย และสุขภาพ/การรักษาโรค โดยเฉพาะด้านการบริโภคอาหาร ได้แก่ การซื้อและจัดหาอาหารได้ การบริโภคอาหารที่สดใหม่ สะอาด การบริโภคอาหารที่ปรุงสุกใหม่ อยู่เสมอ การบริโภคอาหารได้อิ่ม หรือตามที่ต้องการได้ เพราะเป็นปัจจัยพื้นฐานที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต และ Pimonratnakan, S., & Sungrugs, N. (2017) และงานวิจัยของ Songthap, A., & Thongsamsee, W. (2017) ที่สรุปว่า การบริโภคอาหารของแรงงานพม่าโดยส่วนใหญ่จะซื้ออาหารสดมาปรุงอาหารกินเอง เพื่อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่าย ส่วนคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ในขณะที่ Pheap, V., & ripokangkul, S. (2017) มองเห็นปัญหาด้านคุณภาพชีวิต จึงให้มุมมองว่า หน่วยงานภาครัฐ ควรมีมาตรการตรวจสอบ ดูแลการจัดสวัสดิการและสิทธิประโยชน์สำหรับลูกจ้างของสถานประกอบการให้เข้าถึงระบบสวัสดิการสังคมสงเคราะห์ให้ เป็นไปตามที่กฎหมายแรงงานไทยกำหนด

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎีของ Gupta, A., & Ferguson, J. (1997) Lefebvre, H. (1991) Maslow, A. H. (1943) และ Khanamkhaew, D. (2018) สามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดได้แก่ (1) การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน (2) การรักษาวินัยธรรมการบริโภคอาหาร (3) อาหารพิเศษในวันสำคัญ และ (4) คุณภาพอาหาร และงานวิจัยของ Khanamkhaew, D. (2019) และ Petruk, S., & Sompunmak, C. (2016) เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่า

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Method) ทั้งการวิจัยเชิงคุณภาพ และการวิจัยเชิงปริมาณ ดำเนินการวิจัยระหว่างเดือนพฤษภาคม 2561 – กรกฎาคม 2562 มีพื้นที่วิจัย ได้แก่ จังหวัดนครศรีธรรมราช

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ/ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ รวมทั้งสิ้นจำนวน 21 คน ได้แก่ กลุ่มแรงงานสัญชาติพม่า กลุ่มเพื่อนแรงงานคนไทย กลุ่มผู้ประกอบการ/นายจ้าง และกลุ่มเจ้าหน้าที่ภาครัฐ ดังนี้

1.1.1 กลุ่มแรงงานสัญชาติพม่า จำนวน 7

คน เลือกแบบเจาะจงแรงงานข้ามชาติสัญชาติพม่าที่ทำงานในจังหวัดนครศรีธรรมราชมาไม่น้อยกว่า 10 ปี และเป็นแรงงานข้ามชาติสัญชาติพม่าที่เข้ามาทำงานอย่างถูกต้องตามกฎหมายและยินดีเข้าร่วมในการศึกษาวิจัย

1.1.2 กลุ่มเพื่อนแรงงานคนไทย จำนวน 3 คน เลือกแบบเจาะจงเพื่อนแรงงานคนไทยที่เป็นคนพื้นที่จังหวัดนครศรีธรรมราชและทำงานร่วมกับแรงงานข้ามชาติสัญชาติพม่ามาอย่างยาวนาน จนมีความคุ้นเคยและรักใคร่เสมือนคนในครอบครัว

1.1.3 กลุ่มผู้ประกอบการ/นายจ้างของแรงงานสัญชาติพม่า จำนวน 5 คน เลือกแบบเจาะจงผู้ประกอบการ/นายจ้างที่จ้างแรงงานสัญชาติพม่ามาทำงานในจังหวัดนครศรีธรรมราชอย่างต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 10 ปี

1.1.4 กลุ่มเจ้าหน้าที่ภาครัฐ จำนวน 6 คน เลือกแบบเจาะจงกลุ่มเจ้าหน้าที่ภาครัฐที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับ การดูแลและบริหารจัดการแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้มีประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ แรงงานสัญชาติพม่าที่เข้ามาทำงานอย่างถูกต้องตามกฎหมายในจังหวัดนครศรีธรรมราช แต่เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน ดังนั้นขนาดตัวอย่างสามารถคำนวณได้จากสูตรไม่ทราบขนาดตัวอย่างของ Cochran, W.G. โดยกำหนดระดับค่าความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และระดับค่าความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 (Cochran, W.G., 1997) คือ ใช้ขนาดตัวอย่างอย่างน้อย 323 คน จึงสามารถประมาณค่าร้อยละ โดยมีความผิดพลาดไม่เกินร้อยละ 5 ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 เพื่อความสะดวกในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงใช้ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 350 ตัวอย่าง ซึ่งถือได้ว่าผ่านเกณฑ์ตามที่เงื่อนไขกำหนด คือ ไม่น้อยกว่า 323 ตัวอย่าง สุ่มตัวอย่างโดยไม่อาศัยความน่าจะเป็น โดยการสุ่มแบบบังเอิญ เป็นการสุ่มตัวอย่างจากประชากรเป้าหมายเท่าที่จะหาได้ และสามารถให้ข้อมูลตามที่ผู้วิจัยต้องการได้ (Boonmak, S., 2017)

เครื่องมือรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ

1. แบบสัมภาษณ์ ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก

กับกลุ่มแรงงานสัญชาติพม่า กลุ่มเพื่อนแรงงานคนไทย กลุ่มผู้ประกอบการ และกลุ่มเจ้าหน้าที่ภาครัฐ (Ritchie, J., & Lewis, J. 2003) โดยการสร้างแบบสัมภาษณ์ขึ้นเพื่อสัมภาษณ์เฉพาะเกี่ยวกับสถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ได้แก่ (1) การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน (2) การรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหาร (3) อาหารพิเศษในวันสำคัญ และ (4) คุณภาพอาหาร เป็นการสัมภาษณ์ที่ผู้สัมภาษณ์จะใช้แบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นไว้แล้ว ซึ่งเป็นแบบในการถามกับผู้ให้สัมภาษณ์ โดยผู้สัมภาษณ์จะใช้คำถามจากแบบสัมภาษณ์ในลักษณะยืดหยุ่น และสะดวกในการวิเคราะห์ข้อมูล มีขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยการขอคำแนะนำจากที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่สร้างไว้ และนำแบบสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญไปตรวจสอบและนำแบบสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมเพื่อนำไปสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญต่อไป

2. การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม ได้แก่ (1) การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน (2) การรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหาร (3) อาหารพิเศษในวันสำคัญ และ (4) คุณภาพอาหาร โดยการสังเกตแบบมีส่วนร่วม คือ การสังเกตที่ผู้สังเกตเข้าไปทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มแรงงานสัญชาติพม่าที่ถูกศึกษา และขณะเดียวกันก็สังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม คือ การสังเกตที่ผู้วิจัยเฝ้าสังเกตอยู่ภายนอกไม่เข้าไปร่วมในกิจกรรมบางกิจกรรม

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาวิเคราะห์เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

4. การศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าจากหนังสือ เอกสาร ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และกำหนดเป็นกรอบแนวคิดให้ครอบคลุมกับเนื้อหาและวัตถุประสงค์

5. การสร้างแบบสอบถามตามกรอบแนวคิดและทฤษฎีที่กำหนดไว้ตามวิธีการสร้างแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ทักษะฝีมือ แรงงานประสบการณ์การทำงานในประเทศไทย รายได้ ต่อเดือน และสถานภาพการสมรส

ตอนที่ 2 เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Numerical Rating Scale) มี 5 ระดับ (Boonmak, S., 2017) ได้แก่ 5 คะแนน หมายถึง มากที่สุด, 4 คะแนน หมายถึง มาก, 3 คะแนน หมายถึง ปานกลาง, 2 คะแนน หมายถึง น้อย, 1 คะแนน หมายถึง น้อยที่สุด และมีเกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช (Boonmak, S., 2017) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00 หมายถึง มากที่สุด, ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50 หมายถึง มาก, ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50 หมายถึง ปานกลาง, ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50 หมายถึง น้อย, ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50 หมายถึง น้อยที่สุด

ตอนที่ 3 เกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะ เป็นลักษณะคำถามปลายเปิด

6. เมื่อสร้างแบบสอบถามเสร็จเรียบร้อยแล้วก็ดำเนินการเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือ โดยได้ดำเนินการนำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม จำนวน 5 ท่าน เพื่อพิจารณาการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ทั้งในด้านเนื้อหาสาระ และโครงสร้างของคำถาม เป็นการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) ได้ค่าความตรงเท่ากับ 0.80 และนำแบบสอบถามเสนอตรวจสอบอีกครั้ง และทดลองเครื่องมือ (Try-out) จำนวน 30 คน หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Alpha Cronbach Coefficient) โดยการวิจัยได้ค่าสัมประสิทธิ์เท่ากับ 0.775

7. นำแบบสอบถามที่ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งและจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้แจกจ่ายให้กลุ่มตัวอย่างจริงในการศึกษาวิจัยต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลร่วมกับกลุ่มชาวพม่าที่มีความเชี่ยวชาญในภาษาไทยเป็นผู้ช่วยแปล โดยผู้วิจัยจะติดต่อเป็นการส่วนตัวก่อนเพื่ออธิบายถึงวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการวิจัย รวมถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในการวิจัยโดยเบื้องต้นเพื่อขอความร่วมมือ พร้อมทั้งแนบเอกสาร

ข้อมูลสำหรับการเตรียมตัวก่อนสัมภาษณ์และนัดวันเวลาสถานที่ที่จะทำการสัมภาษณ์ จากนั้นผู้วิจัยได้ดำเนินการขออนุมัติหนังสือราชการเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลการศึกษาวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช และนำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลตามวันเวลาสถานที่ที่นัด โดยใช้แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับ (1) การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน (2) การรักษาวัยพัฒนธรรมการบริโภคอาหาร (3) อาหารพิเศษในวันสำคัญ และ (4) คุณภาพอาหาร กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ กลุ่มแรงงานข้ามชาติสัญชาติพม่า จำนวน 7 คน กลุ่มเพื่อนแรงงานคนไทย 3 คน กลุ่มผู้ประกอบการ/นายจ้าง จำนวน 5 คน และกลุ่มเจ้าหน้าที่ภาครัฐ จำนวน 6 คน รวมทั้งสิ้น 21 คน โดยมีขั้นตอนการดำเนินการ คือ (1) การเตรียมสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยศึกษาประเด็นคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ พร้อมทั้งเตรียมและศึกษาวิธีใช้เครื่องบันทึกเสียง เตรียมสมุดจดบันทึกและอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้พร้อมก่อนดำเนินการสัมภาษณ์ (2) การดำเนินการสัมภาษณ์ ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจะสนทนาเพื่อสร้างความคุ้นเคยกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ พร้อมทั้งแจ้งวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการวิจัยอีกครั้ง ขณะเดียวกันก็ขออนุญาตใช้เครื่องบันทึกเสียงในขณะที่สัมภาษณ์ และขออนุญาตใช้กล้องถ่ายรูปเพื่อใช้อ้างอิงภาพประกอบในขณะการสัมภาษณ์ รวมทั้งมีการแจ้งให้ผู้ให้ข้อมูลสำคัญทราบว่ามีข้อมูลต่าง ๆ ภาพประกอบและเสียงที่บันทึกไว้นั้น ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับและหากประเด็นใดที่ผู้ให้ข้อมูลสำคัญไม่ประสงค์ให้บันทึกภาพและเสียง ผู้วิจัยก็จะไม่บันทึกตามความประสงค์

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ การศึกษาในครั้งนี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการขออนุมัติหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช จากนั้นนำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราชเสนอต่อผู้ประกอบการ/นายจ้างของแรงงานสัญชาติพม่าเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัย และผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยกระจายแบบสอบถามไปยังกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 350 คน และรับแบบสอบถามกลับคืนมา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ เกี่ยวกับสถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ได้แก่ (1) การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน (2) การรักษาวัยพัฒนธรรมการบริโภคอาหาร (3) อาหารพิเศษในวันสำคัญ และ (4) คุณภาพอาหาร โดยการวิเคราะห์เนื้อหาด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มแรงงานสัญชาติพม่า กลุ่มเพื่อนแรงงานคนไทย กลุ่มผู้ประกอบการ/นายจ้าง และกลุ่มเจ้าหน้าที่ภาครัฐ รวมจำนวนทั้งสิ้น 21 คน เพื่อนำสาระสำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ แล้วสรุปประเด็นปัจจัยที่สำคัญ ๆ แล้วนำเสนอโดยการพรรณนาวิเคราะห์

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

2.1 การวิเคราะห์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้จากแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ทักษะฝีมือแรงงาน ประสบการณ์การทำงานในประเทศไทย รายได้ต่อเดือน และสถานภาพการสมรส ในตอนที่ 1 ทำการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ได้แก่ จำนวน และร้อยละ โดยใช้ตารางประกอบคำอธิบาย

2.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช จากแบบสอบถามในตอนที่ 2 ทำการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้ตารางประกอบคำอธิบาย

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของแรงงานสัญชาติพม่า ผลการศึกษาพบว่า แรงงานสัญชาติพม่าส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 227 คน คิดเป็นร้อยละ 64.86 มีอายุ 36-45 ปี จำนวน 149 คน คิดเป็นร้อยละ 42.57 มีการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 345 คน คิดเป็นร้อยละ 98.57 เป็นแรงงานไร้ฝีมือ จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 56.86 มีประสบการณ์การทำงานในประเทศไทย น้อยกว่า 10 ปี จำนวน 242 คน คิดเป็นร้อยละ 69.14 มีรายได้ต่อเดือน 5,001 - 10,000 บาท จำนวน 301 คน คิดเป็นร้อยละ 86.00 และมีสถานภาพโสด จำนวน 298 คน คิดเป็นร้อยละ 85.14 ดังตารางที่ 1

ตาราง 1

ข้อมูลทั่วไปของแรงงานสัญชาติพม่า

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	227	64.86
หญิง	119	34.00
เพศที่สาม (ข้ามเพศ)	4	1.14
รวม	350	100.00
2. อายุ		
18 - 25 ปี	21	6.00
26 - 35 ปี	65	18.57
36 - 45 ปี	149	42.57
46 - 55 ปี	63	18.00
56 - 65 ปี	40	11.43
มากกว่า 66 ปี	12	3.43
รวม	350	100.00
3. การศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	345	98.57
ปริญญาตรี	5	1.43
รวม	350	100.00
4. ทักษะฝีมือ		
แรงงานฝีมือ	45	12.86
แรงงานกึ่งฝีมือ	106	30.29
แรงงานไร้ฝีมือ	199	56.86
รวม	350	100.00
5. ประสบการณ์การทำงานในประเทศไทย		
น้อยกว่า 10 ปี	242	69.14
10 ปี - 20 ปี	98	28.00
มากกว่า 20 ปีขึ้นไป	10	2.86
รวม	350	100.00
6. รายได้ต่อเดือน		
น้อยกว่า 5,001 บาท	6	1.71
5,001 - 10,000 บาท	301	86.00
10,001 - 15,000 บาท	32	9.14
15,001 บาท ขึ้นไป	11	3.14
รวม	350	100.00
7. สถานภาพการสมรส		
โสด	298	85.14
สมรส	34	9.71
หย่าร้าง	14	4.00
แยกกันอยู่	4	1.14
รวม	350	100.00

2. สถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงาน สัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษาพบว่า

2.1 การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน การบริโภคอาหารในต่างถิ่นทำให้เกิดพฤติกรรมการกินแบบผสมผสาน ก่อเกิดมิตรภาพและยังนำไปสู่มูลค่าทางการค้าที่เพิ่มขึ้น ในขณะที่การกินอาหารในบางครั้งก็เน้นความสะดวก และรวดเร็ว กินอาหารง่าย ๆ เหมือนคนไทย คือ กาแฟเข้มข้น ข้าวเหนียวไก่ทอด และขนมท้องถิ่นภาคใต้เป็นส่วนใหญ่ ทั้งนี้อาหารบางอย่างทำกินกันตามโอกาสต่าง ๆ ที่เน้นความสะดวก และรวดเร็ว กินอาหารเหมือนคนไทยท้องถิ่นภาคใต้ได้ทุกอย่าง แต่จะเน้นการทำอาหารแบบประหยัด พออี๋ และไม่เหลือทิ้ง

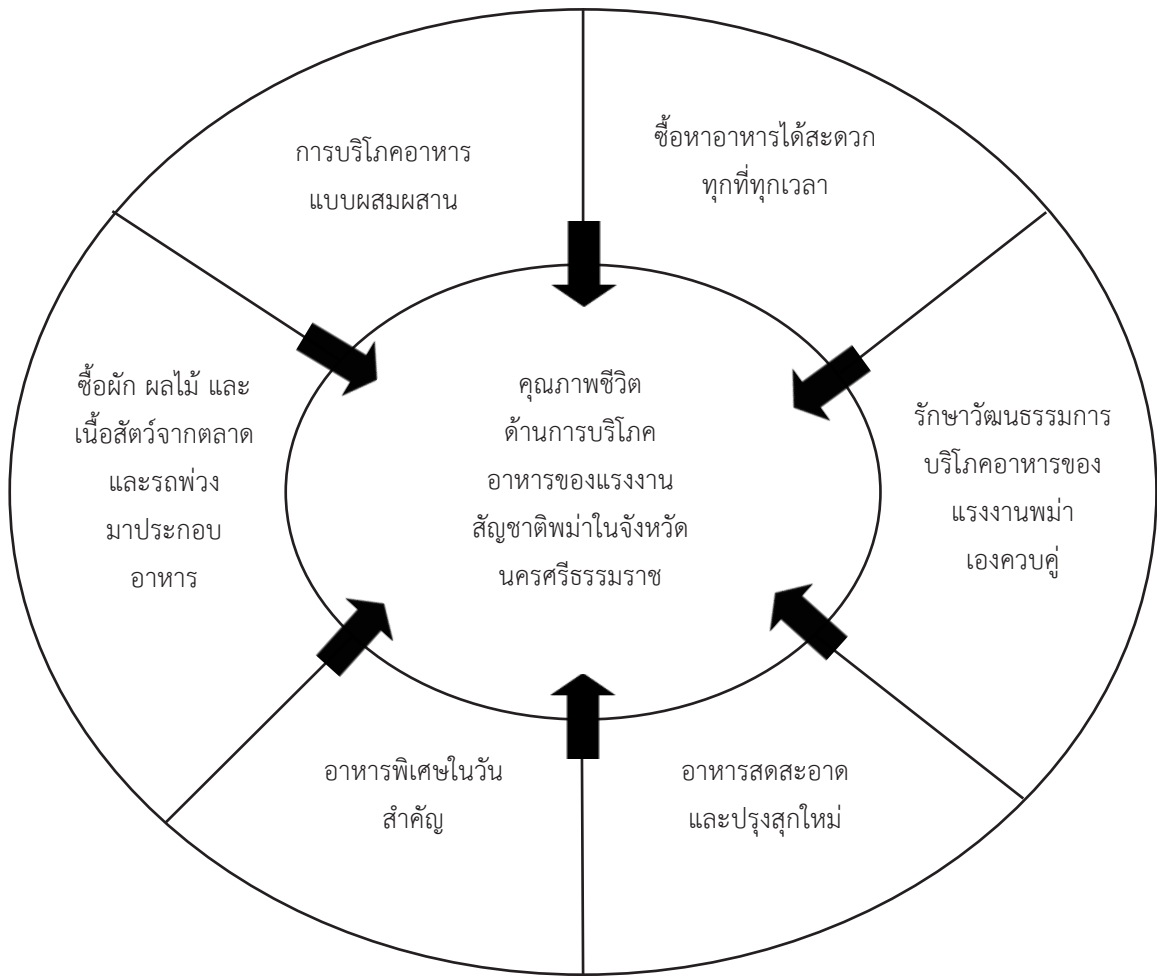
2.2 การรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหาร สะท้อนให้เห็นการเรียนรู้วัฒนธรรมของอีกฝ่ายได้เป็นอย่างดี ซึ่งยอมรับการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมการบริโภคอาหารซึ่งกันและกันได้ แต่ก็ยังคงรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารของแรงงานพม่าเองควบคู่กัน อาหารบางอย่างก็มีรสชาติที่แปลกใหม่ และหลากหลาย จนเป็นที่ชื่นชอบของแรงงานพม่า และเพื่อนแรงงานคนไทย

2.3 อาหารพิเศษในวันสำคัญ ถ้าเป็นเทศกาลหรือวันสำคัญจะทำอาหารชนิดพิเศษ เช่น ก๋วยเตี๋ยว และขนมจีนพม่า วิธีทำอาหารคล้ายคลึงกับคนไทย แต่รสชาติจะค่อนข้างจัด ยิ่งถ้าเป็นวันสำคัญ เช่น วันพระ ก็จะเป็นอาหารประจำถิ่นของแรงงานพม่า คือ ขนมจีนพม่า เพื่อไปถวายพระที่วัด และส่วนหนึ่งทำกินกันในครอบครัว ถ้าวันปกติก็สามารถกินอาหารคล้ายคลึงกัน แรงงานพม่ากินอาหารได้ทุกประเภท เช่น น้ำพริก ผัดเผ็ด หรือแกงจืด

ยกเว้นอาหารที่รสเผ็ดจัดจ้าน

2.4 คุณภาพอาหาร ส่วนใหญ่รับประทานอาหารที่ทำกันเอง ซื้อของจากตลาด หรือแม่ค้า (แม่ค้ารถพ่วงข้าง) ที่เข้ามาขายในที่พัก ทำอาหารกินลักษณะเหมือนคนไทย ในบางครั้งหาของป่าในท้องถิ่น หาปลาตามคูคลอง หรือพืชผักตามธรรมชาติ เช่น ตำลึง และผักกูด เพื่อมาประกอบอาหาร และบ่อยครั้งก็จะซื้ออาหารมาสะสมไว้ ทั้งของสดและอาหารสำเร็จรูป เช่น มาม่า (บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป) ที่สามารถเก็บไว้ได้นานเพราะจะไปตลาดเดือนละประมาณ 2-3 ครั้ง ในช่วงวันหยุดงาน และจะไปซื้อของในตลาดด้วยตนเอง ไปโดยรถสองแถว เพื่อซื้อของสด เช่น ผัก เนื้อหมู มาเก็บในตู้เย็นเพื่อไว้ทำอาหารกินกัน โดยเฉพาะช่วงฤดูฝนแรงงานพม่าจะไม่ค่อยออกไปนอกที่พักคนงาน และมักจะซื้ออาหารมากักตุนไว้ในที่พักเป็นจำนวนมาก

สรุปได้ว่า การบริโภคอาหารของแรงงานพม่าสามารถซื้อหาได้สะดวกทุกที่ทุกเวลา อาหารมีความสะอาด เนื่องจากการปรุงสุกใหม่อยู่เสมอ โดยหาซื้อผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์มาจากตลาดสดใกล้ที่พัก และรถพ่วงข้างขายอาหารที่เข้ามาขายใกล้ที่พัก เพื่อมาประกอบอาหารและบริโภคกันเอง ทำให้แรงงานพม่าสามารถแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมการบริโภคอาหารแบบผสมผสานระหว่างอาหารแบบไทยและอาหารแบบพม่าได้ แต่ก็ยังคงรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารของแรงงานพม่าเองควบคู่กันไป ซึ่งสิ่งบ่งชี้ให้เห็นสถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานพม่าได้ชัด คือ ในวันสำคัญทางพุทธศาสนา หรือวันพิเศษจะมีการประกอบอาหาร เช่น การทำก๋วยเตี๋ยวพม่า ขนมจีนพม่า หรืออาหารท้องถิ่นพม่าอื่น ๆ สามารถอธิบายถึงข้อค้นพบและสรุปองค์ความรู้ได้ดังภาพที่ 1



ภาพ 1 องค์ความรู้สถานการณ์และคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช

3. คุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษาพบว่า แรงงานสัญญาติพม่าส่วนใหญ่มีระดับคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับมาก (\bar{X} เท่ากับ 3.67, SD เท่ากับ 0.58) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ผลการศึกษาพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ บริโภคอาหารที่ปรุงสุกใหม่อยู่เสมอ อยู่ใน

ระดับมาก (\bar{X} เท่ากับ 3.91, SD เท่ากับ 1.02) รองลงมา คือ สามารถซื้อและจัดหาอาหารได้สะดวก ทุกเวลาอยู่ในระดับมาก (\bar{X} เท่ากับ 3.71, SD เท่ากับ 1.08) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ สามารถบริโภคอาหารได้อิ่ม และครบ 3 มื้อในแต่ละวัน หรือตามที่ต้องการได้ อยู่ในระดับมาก (\bar{X} เท่ากับ 3.51, SD เท่ากับ 1.04) ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

ตาราง 2

รายละเอียดค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ที่	การบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาชาติพม่า	\bar{X}	SD	แปลผล
1.	บริโภคอาหารที่ปรุงสุกใหม่อยู่เสมอ	3.91	1.02	มาก
2.	สามารถซื้อและจัดหาอาหารได้สะดวกตลอดเวลา	3.71	1.08	มาก
3.	บริโภคอาหารที่สดใหม่ สะอาด และมีประโยชน์	3.68	1.04	มาก
4.	สามารถซื้อและจัดหาอาหารได้สะดวกทุกสถานที่	3.55	1.05	มาก
5.	สามารถบริโภคอาหารได้อิ่ม และครบ 3 มื้อในแต่ละวัน หรือตามที่ต้องการได้	3.51	1.04	มาก
	รวม	3.67	0.58	มาก

การอภิปรายผล

1. สถานการณ์การบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษาพบว่า แรงงานสัญญาชาติพม่าบริโภคอาหาร เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ สอดคล้องกับทฤษฎีของ Maslow, A. H. (1943) กล่าวถึงความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ (ปัจจัย 4) ได้แก่ อาหาร ยา ที่อยู่อาศัย และเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม โดยเฉพาะเรื่องอาหาร เพราะเป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งในปัจจัย 4 ซึ่งแรงงานพม่าสามารถซื้อหาได้สะดวกทุกที่ทุกเวลา และสดสะอาด เน้นปรุงสุกใหม่อยู่เสมอ โดยหาซื้อผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์จากตลาดสด และรถพ่วงขายอาหาร มาประกอบอาหารเพื่อบริโภคกันเองในลักษณะ “อาหารที่มีประโยชน์และมีคุณภาพ” ทำให้แรงงานพม่าสามารถแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมการบริโภคอาหารทำให้เกิด “การบริโภคอาหารแบบผสมผสาน” พร้อมที่ยอมรับวัฒนธรรมการบริโภคอาหารของคนไทย หรือคนท้องถิ่นภาคใต้ได้ แต่ก็ได้ละทิ้งการบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาชาติพม่าเองในลักษณะ “รักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารตนเอง” หรือของแรงงานพม่าเองควบคู่กันไป โดยเฉพาะในวันสำคัญทางพุทธศาสนา เช่น การทำก๋วยเตี๋ยวพม่า ขนมจีนพม่า หรืออาหารท้องถิ่นพม่าอื่น ๆ ในลักษณะ “อาหารพิเศษในวันสำคัญ” สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีของ Gupta, A., & Ferguson, J. (1997) Lefebvre, H. (1991) และ Khanamkhaew, D. (2018) ซึ่งอธิบายเกี่ยวกับพื้นที่ทางสังคมท่ามกลางพหุวัฒนธรรมด้านการบริโภค

อาหารเพื่อการดำรงชีวิตของคนในพื้นที่ก่อเกิดระบบความสัมพันธ์ในแต่ละท้องถิ่นในลักษณะ “ความหลากหลายทางวัฒนธรรมของการบริโภคอาหาร” ทั้งยังสามารถ “รักษาวัฒนธรรมอาหาร” ของชนชาติของตนเองได้ รวมถึงในช่วงวันสำคัญก็จะมี “อาหารพิเศษในวันสำคัญ” โดยทุกการบริโภคอาหารนั้นต้องอยู่บนพื้นฐานของอาหารที่มี “คุณภาพ” หรือมีคุณค่าทางโภชนาการ

2. คุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญญาชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับมาก (\bar{X} เท่ากับ 3.67, SD เท่ากับ 0.58) แสดงให้เห็นว่า แรงงานสัญญาชาติพม่าสามารถซื้อหาอาหารมาบริโภคได้ อาหารสดใหม่สะอาด บริโภคอาหารได้อิ่มตามที่ต้องการได้ ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Songthap, A., & Thongsamsee, W. (2017) ที่สรุปว่า คุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากในจังหวัดนครศรีธรรมราชนั้นมีตลาดใกล้ที่พัก ทำให้การบริโภคอาหาร หรือการจัดหาแหล่งซื้อหาอาหารเพื่อมารับประทานได้สะดวกมากกว่า

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการปฏิบัติการ

1. แรงงานสัญญาชาติพม่ามีคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารโดยเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับมากควรที่จะดำเนินการต่อไปและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น
2. แรงงานสัญญาชาติพม่ามีคุณภาพชีวิตด้านการ

บริโภคอาหารเกี่ยวกับ “สามารถบริโภคอาหารได้อิ่มและครบ 3 มื้อในแต่ละวันหรือตามที่ต้องการได้” โดยเฉลี่ยต่ำสุดอยู่ในระดับมาก แม้ว่าจะอยู่ในระดับมาก แต่นายจ้างผู้ประกอบการ หรือภาคส่วนที่เกี่ยวข้องก็ควรดูแลช่วยเหลือการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดและสนับสนุนให้แรงงานสัญชาติพม่าสามารถบริโภคอาหารได้อิ่ม หรือตามที่ต้องการได้ให้มากขึ้นตามความจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์

3. จากผลการวิจัยสามารถนำผลวิจัยไปเตรียมความพร้อมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับแรงงานสัญชาติพม่าและแรงงานต่างด้าวในจังหวัดนครศรีธรรมราชได้

ข้อเสนอแนะต่อการนำไปใช้ในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบสถานการณ์และคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติ

พม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราชกับจังหวัดอื่น ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแรงงานสัญชาติพม่า

2. ควบศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการต่อคุณภาพชีวิตด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราชให้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นถึงความต้องการด้านการบริโภคอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าเอง

3. ควบศึกษาวิจัยเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารของแรงงานสัญชาติพม่าในจังหวัดนครศรีธรรมราชมากขึ้นเพื่อให้สามารถเชื่อมประสานความสัมพันธ์และสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข



References

- Boonmak, S. (2017). *Research methodology in social sciences*. Songkhla: Faculty of Humanities and Social Sciences, Thaksin University. (in Thai)
- Cochran, W. G. (1997). *Sampling techniques*. New York: John Wiley & sons.
- Council of State. (2008). *Act of alien work*. Retrived from <http://web.krisdika.go.th/data/law/law2/%A149/%A149-20-2551-a0001.pdf>. (May 3, 2019). (in Thai)
- Kensupo, S. (2017). A study of employment conditions incentive factors and processes of employment of migrant workers of industrial manufacturing and service businesses in udon thani and nong khai provinces. *Journal of Humanities and Social Sciences, Ubon Ratchathani University*, 8, 36-58. (in Thai)
- Khanamkhaew, D. (2018). *Food security and community development*. Nakhon Si Thammarat: Faculty of Humanities and Social Sciences. (in Thai)
- _____ . (2019). *Myanmar migrant workers: Quality of life and creating new meaning in Nakhon Si Thammarat Province*. Nakhon Si Thammarat: Faculty of Humanities and Social Sciences. (in Thai)
- Kumnuandat, A. (2019). *Transnational families*. Retrived from <https://www.go toknow.org/posts/569719> (in Thai)
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50(4), 370.
- Ministry of Labour. (2018). *Guidelines for Alien Labor Management 2018*. One Stop Service (OSS), Ministry of Labour. (in Thai)
- Petruk, S., & Sompunmak, C. (2016). Labor of Thailand market will in the future. *Western University Research Journal of Humanities and Social Science*, 2(3), 99-113. (in Thai)

- Pheap, V., & Sripokangkul, S. (2017). Situation of the inequality of life quality of Cambodian migrant workers in Srakhaew Province. *Veridian E-Journal, Silpakorn University, 10(2)*, 189-204. (in Thai)
- Pimonratnakan, S., & Sungrugsa, N. (2017). Model of the way of life Myanmar migrant workers In Klong Sam Waarea of Bangkok. *Veridian E-Journal, Silpakorn University, 10(3)*, 2420-2439. (in Thai)
- Provincial Employment Office of Nakhon Si Thammarat. (2018). *Executive summary of labor situation in Nakhon Si Thammarat province*. Nakhon Si Thammarat: Office of Nakhon Si Thammarat. (in Thai)
- Ritchie, J., & Lewis, J. (2003). *Qualitative Research Practice*. London: Sage.
- Samkoset, W. (2019). *Migrant workers are valuable assets*. Retrived from <http://www.aidsrightsthailand.com/look-news.php?lang=&news=800023>. (in Thai)
- Samkoset, W. (2019). *Migrant workers are valuable assets*. Retrived from <http://www.aidsrightsthailand.com/look-news.php?lang=&news=800023> (in Thai)
- Songthap, A., & Thongsamsee, W. (2017). Factors Affecting Quality of Life among Transnational Workers in Kantang District, Trang Province. *EAU Heritage Journal Science and Technology, 11(2)*, 191-206. (in Thai)
- Sonsri, P. (2019). *Foreign Workers: Importance and Management*. Retrived from <http://training.p3.police.go.th/doc/non4.pdf> (in Thai)
- Wittawat, K., & Prasobchai, P. (2015). The Affecting of Migrant Labour in Surat Thani Municipality, Thailand. *Journal of Humanities and Social Sciences, Thaksin University, 10(1)*, 75-94. (in Thai)

