

นิพนธ์ต้นฉบับ

ผลของโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียน ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลไร่น้อย จังหวัดอุบลราชธานี

ทวีศักดิ์ ปิ่นทอง*✉, ภัทราพร เจริญบุตร**, นพรัตน์ ส่งเสริม**

*โรงพยาบาล ๕๐ พรรษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

**คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

✉ aewzyhihi@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลไร่น้อย อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี โดยเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนและหลังการทดลองของครูผู้ประกอบอาหารผู้ปกครองในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบและเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนหลังการทดลองของครู ผู้ประกอบอาหาร ผู้ปกครองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบโดยใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิด 2 กลุ่มวัดก่อนและหลัง (Two Group Pretest-Posttest Design) กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาได้แก่ครูผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 3-5 ปีในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายจำนวน 101 คนแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือกลุ่มทดลองจำนวน 50 คนและกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 51 คนเก็บข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคม – สิงหาคม 2562 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่แบบสอบถามสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือค่าร้อยละค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ Paired t-test Independent t-test

ผลการวิจัย

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนทดลองและหลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีมากโดยหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.15 คะแนนเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีโดยหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.13 คะแนนเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$)

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน 0.20 คะแนนและเมื่อเปรียบเทียบผลต่างระหว่างกลุ่มพบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$)

คำสำคัญ : อาหารและโภชนาการ, เด็กวัยก่อนเรียน, โปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการ

Article info:

Received: May 3, 2020

Revised: Aug 9, 2020

Accepted: Aug 19, 2020

Original article

The effect of a food and nutrition management program for preschool children at Child Development Center in Tumbol Rai Noi, Ubon Ratchathani Province

Thaweesak Pinthong*✉, Pattaraporn Charoenbut**, Nopparat Songserm**

*The 50th anniversary Mahavajiralongkorn Hospital

**Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

✉ aewzyhihi@gmail.com

Abstract

The purposes of this research were as follows: to study the effect of food and nutrition management program for preschool children at the child development center in Tumbol Rai Noi, Muang district, Ubon Ratchathani Province; to compare the average scores of nutrition promotion behaviors of preschool children before and after the experiment of food preparation among teachers, parents in experimental group, and comparison group; to compare the average scores on nutrition promotion behaviors of preschool children after the experiment of teachers, cooks, parents between the experimental group and the comparison group. Before and after the study, the researcher used the quasi-experimental research model type and Two Group Pretest-Posttest Design with two sample groups-cooking teachers and parents of preschool children aged 3-5 years attending the Child Development Center. The simple random sampling was made from 101 people. Divided into two groups, the experimental group consisted of 50 students and a comparison group of 51 people. Data were collected from May 2019 to August 2019. The research instruments consisted of tools used in the experiment and tools used to collect data questionnaires. The statistics used for data analysis were percentage, mean, standard deviation, and paired t-test independent t-test

The research findings were as follows:

1. Results of a comparison of average scores of nutrition promotion behaviors of preschool children in the experimental group and the comparison group before and after the experiment indicated that the experimental group before the experiment had the average score at a good level. After the experiment, the average score was in a very good level. After the experiment, the average score increased by 0.15 points. When comparing the average scores of nutritional promoting behavior of preschool children before the experiment and after the experiment, the researcher found that there are statistical differences ($p\text{-value} < .000$). As for the comparison group, before the experiment, the average scores were in a good level. After the experiment, the average scores were in a good level. After the experiment, an average score increased by 0.13 points. When comparing the average scores of nutritional promoting behavior of preschool children before the experiment and after the experiment, it was found that there were statistical differences.

2. Results from a comparison of average scores of nutrition promotion behaviors of preschool children between the experimental group and the comparison group after the experiment indicated that the experimental group and the comparison group had a 0.20 point difference of the average score of nutrition promotion behavior of preschool children. And when comparing the differences between the groups, it was found that the experimental group had a higher mean score than the comparison group with statistical significance ($p\text{-value} < .000$).

Keywords: food and nutrition, preschool children, food and nutrition management program

บทนำ

เด็กวัยก่อนเรียนช่วงอายุ 3-5 ปีเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าและเป็นอนาคตที่สำคัญต่อการพัฒนาประเทศหากร่างกายได้รับสารอาหารในปริมาณที่มากหรือน้อยเกินไปก็จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้หรืออาจเกิดปัญหาทุพโภชนาการที่ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้เติบโตและพัฒนาการโดยเฉพาะด้านร่างกายที่ต้องอาศัยการได้รับอาหารและการเคลื่อนไหวอย่างเหมาะสมหากเด็กขาดสารอาหารใดหรือเกิดภาวะเจ็บป่วยร่างกายจะชะลอการเรียนรู้เติบโตทำให้เจริญเติบโตช้าร่างกายแคระแกร็นภูมิคุ้มกันต่ำโรคติดเชื้อได้ง่ายและส่งผลให้สมองพัฒนาช้า (มัตสุดะ มิชิโอะ, 2551) ส่วนเด็กที่อยู่ในภาวะอ้วนเมื่อโตขึ้นก็จะเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วนและโรคเรื้อรังเช่นโรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูงโรคมะเร็งและโรคหัวใจซึ่งส่งผลกระทบต่อค่าใช้จ่ายทางสุขภาพที่สูงขึ้นเรื่อยๆ ของครอบครัวและประเทศ (สำนักงานนโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ, 2557) สำหรับสถานการณ์ด้านโภชนาการจากการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทยพ.ศ. 2555 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2555) พบว่าเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีประมาณ 1 ใน 6 คน (ร้อยละ 16.3) มีภาวะเตี้ยแคระแกร็นซึ่งภาวะเตี้ยแคระแกร็นนี้พบมากที่สุด ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือโดยเด็กเกือบ 1 ใน 5 คนเตี้ยแคระแกร็น (ร้อยละ 18.9) รองลงมาคือภาคใต้ (ร้อยละ 16.7) และกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 16.2) เด็กเตี้ยแคระแกร็นเกือบ 1 ใน 4 คน (ร้อยละ 23.1) อยู่ในกลุ่มครัวเรือนที่ยากจนมากและยังพบว่าแม่ของเด็กที่มีภาวะเตี้ยแคระแกร็นกว่า 1 ใน 3 คน (ร้อยละ 34.1) ไม่มีการศึกษาภาวะทุพโภชนาการเฉียบพลันในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีมีร้อยละ 6.7 พบมากที่สุดในภาคใต้ (ร้อยละ 8.2) และพบได้ทั่วไปในเด็กในกลุ่มครัวเรือนที่ยากจนมาก (ร้อยละ 7.7) และในกลุ่มที่แม่ไม่มีการศึกษา (ร้อยละ 9.2) นอกจากนี้ปัญหาด้านภาวะทุพโภชนาการแล้วเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีจำนวนมากกว่า 1 ใน 10 คน (ร้อยละ 10.9) มีภาวะอ้วนซึ่งพบมากในเด็กจากกลุ่มครัวเรือนที่มีฐานะร่ำรวยมาก (ร้อยละ 14.9) ในกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 13.6) และในภาคกลาง (ร้อยละ 15.4) จากสถานการณ์ดังกล่าวจะเห็นว่าเด็กวัยก่อนเรียนอายุต่ำกว่า 5 ปีในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีปัญหาทุพโภชนาการมากที่สุด

จากผลสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทยพ.ศ. 2555 พบว่ามีเด็กอายุ 3-5 ปีประมาณร้อยละ 84 กำลังเรียนในระดับก่อนวัยเรียนนอกจากนี้เด็กอายุ 3-5 ปีในกรุงเทพมหานครเพียงร้อยละ 66 ที่เข้าเรียนก่อนวัยเรียนและจากการประเมินคุณภาพศูนย์พัฒนาเด็กปฐมวัยทั้งหมดกว่า 20,000 แห่งทั่วประเทศโดยกรมอนามัยในปี 2555 พบว่ามีเพียงร้อยละ 67 เท่านั้นที่ผ่านเกณฑ์ซึ่งศูนย์พัฒนาเด็กเล็กนอกจากจะเสริมสร้างความรู้และพัฒนาการให้เด็กในด้านต่างๆแล้วสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่ต้องคำนึงถึงคือ "อาหาร" ที่จัดหาให้เด็กรับประทานจะต้องมีคุณค่าและให้สารอาหารครบทั้งสารอาหารหลัก (macronutrient) และสารจุลโภชนาการ (micronutrient) ด้วยรวมถึงอาหารที่จัดให้จำเป็นต้องมีความหลากหลายเพื่อให้เด็กได้รับอาหารเพียงพอทั้งปริมาณและคุณภาพนอกจากนี้ยังเป็นการปลูกฝังลักษณะนิสัยในการรับประทานอาหารให้กับเด็กในวัยนี้ด้วยการจัดอาหารสำหรับเด็กก่อนวัยเรียนนั้นมีความแตกต่างกันในแต่ละพื้นที่ซึ่งสำหรับการจัดเมนูอาหารส่วนใหญ่จะเป็นหน้าที่ของครูผู้ดูแลเด็กจะเข้ามารับผิดชอบในการกำหนดเมนูอาหารของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก (ร้อยละ 46.4) รองลงมาคือหัวหน้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก (ร้อยละ 38.1) และแม่ครัว (ร้อยละ 27.8) ตามลำดับจากข้อมูลการสำรวจภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กโดยมูลนิธิเพื่อการพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศพบว่าเมื่อใช้น้ำหนักเทียบกับส่วนสูงเด็กส่วนใหญ่จะมีรูปร่างสมส่วนพบเด็กที่มีปัญหาอ้วนร้อยละ 18 และเด็กที่มีปัญหาอ้วนร้อยละ 12.7 แต่หากพิจารณาน้ำหนักตามเกณฑ์อายุและส่วนสูงตามเกณฑ์อายุจะพบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีปัญหาน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์อายุร้อยละ 18.2 น้ำหนักเกินเกณฑ์อายุร้อยละ 11.6 ส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์อายุร้อยละ 18.3 จากการศึกษาจะเห็นว่าการจัดอาหารในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กยังไม่เป็นตามเกณฑ์ซึ่งส่งผลต่อทำให้เกิดภาวะทุพโภชนาการทั้งนี้อาจเป็นเพราะบุคลากรที่เกี่ยวข้องขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องโภชนาการการขาดการอบรมติดตามและประเมินผลการดำเนินงานของบุคลากรอย่างใกล้ชิดรวมถึงการมีงบประมาณที่ไม่เพียงพอที่จะนำมาใช้จ่ายในการจัดหาวัตถุดิบหรืออาหารที่เหมาะสม (สำนักงานนโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ, 2557)

จากการศึกษาเรื่องแนวทางการพัฒนางานด้านโภชนาการเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลไผ่น้อยอำเภอเมืองจังหวัดอุบลราชธานีในปี พ.ศ. 2557 (ฐิติธัญยานิธิสินพุฒิชัย, 2557) พบว่าเด็กปฐมวัยมีรูปร่างสมส่วนร้อยละ 89.80 รองลงมาอยู่ในลักษณะโภชนาการเกินประเภทเริ่มอ้วนร้อยละ 5.30 อ้วนร้อยละ 2.80 และผอมร้อยละ 2.10 จากผลการศึกษายังพบว่าครูผู้ดูแลเด็กมีการประเมินภาวะโภชนาการเด็กแต่ขาดการรายงานผลและผลการศึกษเกี่ยวกับปัญหาในการดำเนินงานคือขาดนโยบายและแนวทางการดำเนินงานด้านโภชนาการเด็กปฐมวัยที่ชัดเจนครูผู้ดูแลเด็กปฐมวัยขาดทักษะและประสบการณ์ในการส่งเสริมโภชนาการนอกจากนั้นยังพบว่าผู้ปกครองขาดความรู้ความเข้าใจในการประเมินภาวะโภชนาการของเด็กดังนั้นผู้วิจัยในฐานะบุคลากรสาธารณสุขที่เป็นส่วนหนึ่งในการให้การสนับสนุนและส่งเสริมโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียนจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนโดยการนำ 3 กลุ่มได้แก่ครูผู้ดูแลเด็กผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองมาร่วมกันศึกษาถึงผลของโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตำแยองค์การบริหารส่วนตำบลไผ่น้อยอำเภอเมืองอุบลราชธานีจังหวัดอุบลราชธานีใช้ระยะเวลา 12 สัปดาห์เพื่อให้ครูผู้ดูแลเด็กผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กได้เกิดการเรียนรู้และนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการดูแลและส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนที่อยู่ในความดูแลของตนอย่างถูกต้องเหมาะสมมีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลไผ่น้อยจังหวัดอุบลราชธานี
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนและหลังการทดลองของครูผู้ประกอบอาหารผู้ปกครองในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ
3. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนหลังการทดลองของครูผู้ประกอบอาหารผู้ปกครองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิด 2 กลุ่มวัดก่อนและหลัง (Two Group Pretest-Posttest Design) โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย 3 กิจกรรมคือ กิจกรรมการอบรมให้ความรู้ด้านอาหารโภชนาการสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนแก่ครูผู้ปกครองและผู้ประกอบอาหารกิจกรรมกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การฝึกทักษะการจัดอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียน และกิจกรรมการติดตามเยี่ยมโดยผู้วิจัยเพื่อกระตุ้นเตือนให้กำลังใจและติดตามการกิจกรรมส่งเสริมโภชนาการรวม 12 สัปดาห์และกลุ่มเปรียบเทียบได้รับความรู้ตามปกติ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือครูผู้ประกอบอาหารผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 3-5 ปีที่เรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลไผ่น้อยอำเภอเมืองอุบลราชธานีจังหวัดอุบลราชธานีปีการศึกษา 2562 จำนวน 4 แห่งดังนี้ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดบ้านไผ่ไผ่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดป่ากิตติญาณศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตำแยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดบ้านยางเทิง-ยางลุ่มจำนวน 201 คน

วิธีการเลือกตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือครูผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 3-5 ปีในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กโดยคัดเลือกพื้นที่ดำเนินการทำการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีจับสลาก 2 ครั้งในจำนวน 4 แห่งโดยที่จับสลากครั้งที่ 1 ได้พื้นที่ทดลองคือศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตำแยและจับสลากครั้งที่ 2 ได้พื้นที่เปรียบเทียบคือศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านยางเทิง-ยางลุ่มและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามลักษณะที่กำหนดไว้ดังนี้

เกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าศึกษา

(Inclusion Criteria)

1. เป็นครูผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองของเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3-5 ปีในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตำแยในช่วงที่ดำเนินการวิจัย

2. สามารถสื่อสารโดยการพูดอ่านเขียนภาษาไทยได้
3. ยินดีเข้าร่วมในกิจกรรมโดยผู้วิจัยเข้าร่วมโครงการจนเสร็จสิ้นการวิจัย

เกณฑ์การคัดกลุ่มตัวอย่างออกจากการศึกษา

(Exclusion criteria)

การวิจัยครั้งนี้กำหนดเกณฑ์ในการคัดกลุ่มตัวอย่างออกคือขอถอนตัวออกระหว่างการศึกษาวินิจฉัยย้ายที่อยู่และเข้าร่วมโปรแกรมขณะทำการวิจัยไม่ครบทุกครั้ง

กลุ่มทดลอง

ครูผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 3-5 ปี ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตำแยตำบลไร่โน้ย อำเภอมืองจังหวัดอุบลราชธานีจำนวน 50 คน

กลุ่มเปรียบเทียบ

ครูผู้ประกอบอาหารและผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 3-5 ปี ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านยางเทิง-ยางลุ่มจำนวน 51 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ประเภทคือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลไร่โน้ยจังหวัดอุบลราชธานีซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นประกอบด้วย 3 กิจกรรมคือกิจกรรมการอบรมให้ความรู้ด้านอาหารโภชนาการสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนแก่ครูผู้ปกครองและผู้ประกอบอาหารกิจกรรมกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้การฝึกทักษะการจัดอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนและกิจกรรมการติดตามเยี่ยมโดยผู้วิจัยเพื่อกระตุ้นเตือนให้กำลังใจและติดตามการกิจกรรมส่งเสริมโภชนาการรวม 12 สัปดาห์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปประกอบด้วยเพศ อายุ อาชีพ สถานภาพ การศึกษา สูงสุด รายได้ ของครอบครัว ต่อปี ความเกี่ยวข้อง/ความสัมพันธ์กับเด็ก

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนซึ่งผู้ศึกษาใช้แบบสอบถามพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน จำนวน 30 ข้อ ลักษณะ

คำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบคำถามแต่ละข้อมีทั้งหมด 4 ตัวเลือกได้แก่การปฏิบัติไม่ดี การปฏิบัติพอใช้ การปฏิบัติดี และการปฏิบัติดีมาก

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content validity) ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยที่ปรึกษาทางวิจัยและผู้เชี่ยวชาญ 5 คน นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.89

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลในครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ขออนุญาตจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานีถึงผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตำแยและผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านยางเทิง-ยางลุ่มเพื่อขออนุญาตใช้พื้นที่ในการดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล
2. จัดเตรียมเอกสารและอุปกรณ์สำหรับการดำการวิจัย
3. แจ้งวัตถุประสงค์ ขั้นตอนของการวิจัย และขอให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อในใบยินยอมการเข้าร่วมการวิจัย
4. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามเกณฑ์ที่กำหนด
5. นำแบบสอบถามที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วนของข้อมูล
6. วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ในการดำเนินการวิจัยผู้วิจัยได้เสนอเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานีและได้รับการรับรองการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี เลขที่ HE622002 เมื่อวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2562

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัยโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติซึ่งกำหนดค่าความเชื่อมั่นในการทดสอบทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญเท่ากับ 0.05

1. สถิติเชิงพรรณนาใช้วิเคราะห์ข้อมูลด้านลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย (Mean) ร้อยละ (Percentage) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation; SD)

2. สถิติเชิงอนุมานใช้เพื่อเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยก่อนและหลังทดลองภายในกลุ่มทดลองและภายในกลุ่มเปรียบเทียบโดยใช้สถิติ Paired t-test และเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบโดยใช้สถิติ Independent t - test

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. กลุ่มทดลองพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นหญิงจำนวน 35 คนคิดเป็นร้อยละ 70 เพศชายจำนวน 15 คนคิดเป็นร้อยละ 30 มีอายุระหว่าง 31-40 ปีจำนวน 20 คนคิดเป็นร้อยละ 40 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างจำนวน 24 คนคิดเป็นร้อยละ 48 มีสถานภาพสมรสจำนวน 48 คนคิดเป็นร้อยละ 96 มีการศึกษาสูงสุดระดับมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่าจำนวน 21 คนคิดเป็นร้อยละ 42 ส่วนใหญ่มีรายได้ของครอบครัวอยู่ระหว่าง 20,001 – 30,000 บาท / ปีจำนวน 21 คนคิดเป็นร้อยละ 42 ความเกี่ยวข้อง/สัมพันธ์กับเด็กส่วนใหญ่เป็นมารดาจำนวน 24 คนคิดเป็นร้อยละ 48 สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่เป็นหญิงจำนวน 36 คนคิดเป็นร้อยละ 70.60 เพศชายจำนวน 15 คนคิดเป็นร้อยละ 29.40 มีอายุระหว่าง 31-40 ปีจำนวน 18 คนคิดเป็นร้อยละ 35.30 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างจำนวน 24 คนคิดเป็นร้อยละ 47.10 มีสถานภาพสมรสจำนวน 43 คนคิดเป็นร้อยละ 84.30 ส่วนใหญ่มีการศึกษาสูงสุดระดับมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่าจำนวน 26 คนคิดเป็นร้อยละ 51 มีรายได้ของครอบครัวอยู่ระหว่าง 30,001 – 50,000 บาท / ปีจำนวน 19 คนคิดเป็นร้อยละ 37.30 ความเกี่ยวข้อง/สัมพันธ์กับเด็กส่วนใหญ่เป็นมารดาจำนวน 23 คนคิดเป็นร้อยละ 45.10

2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนทดลองและหลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติ

เท่ากับ 2.15 คะแนน (S.D. = 0.20) หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีมากเท่ากับ 2.30 คะแนน (S.D. = 0.21) โดยหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.15 คะแนนเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$) สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีเท่ากับ 1.97 คะแนน (S.D. = 0.25) หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีเท่ากับ 2.10 คะแนน (S.D. = 0.28) โดยหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.13 คะแนนเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$)

3. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนเพิ่มขึ้น 2.30 คะแนน (S.D. = 0.22) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนเพิ่มขึ้น 2.27 คะแนน (S.D. = 0.28) โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน 0.20 คะแนนและเมื่อเปรียบเทียบผลต่างระหว่างกลุ่มพบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$)

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนทดลองและหลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีเท่ากับ 2.15 คะแนนหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีมากเท่ากับ 2.30 คะแนนโดยหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.15 คะแนนเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันทางสถิติ สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีเท่ากับ 1.97 คะแนนหลังการทดลองมีคะแนน

เฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติดีเท่ากับ 2.10 คะแนนโดยหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.13 คะแนนเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันทางสถิติ)

2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนเพิ่มขึ้น 2.30 คะแนนส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนเพิ่มขึ้น 2.27 คะแนนโดยกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียน 0.03 คะแนนและเมื่อเปรียบเทียบผลต่างระหว่างกลุ่มพบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนพบว่าพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนในกลุ่มทดลองก่อนการทดลองอยู่ในระดับปฏิบัติดีและหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมแล้วกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนอยู่ในระดับปฏิบัติดีมากสำหรับกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลองมีพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนอยู่ในระดับปฏิบัติดีหลังการทดลองกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนอยู่ในระดับปฏิบัติดีซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพงษ์ราตรีหิรัญเกิด (2557) ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม: กรณีศึกษาศูนย์พัฒนาเด็กเล็กแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิผลการศึกษาพบว่าผู้ปกครองครูพี่เลี้ยงและผู้ประกอบอาหารในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีคะแนนความรู้เฉลี่ยการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการส่งเสริมโภชนาการจาก 15.3 (ร้อยละ 75.67) เพิ่มขึ้น 18.6 (ร้อยละ 93.00) และสอดคล้องกับการศึกษาของธีวรัตน์คงทน (2555) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ของเด็กวัยก่อนเรียนโดยผู้ปกครองศูนย์พัฒนาเด็กเล็กอำเภอเมืองจังหวัดสุรินทร์พบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้เพิ่มขึ้นมากกว่า

ก่อนการทดลองและเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$)

2. พฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการการเด็กวัยก่อนเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < .000$) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของธัญลักษณ์สุวรรณโณและอุทัยอารมรรค (2551) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยโรงเรียนอนุบาลจังหวัดราชบุรีมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยโรงเรียนอนุบาลจังหวัดราชบุรีเป็นการศึกษาทั้งทดลองกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นผู้ปกครองและนักเรียนชั้นอนุบาล 1 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยกลุ่มทดลองจะได้เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารซึ่งประกอบด้วยการส่งจดหมายเกี่ยวกับการบริโภคให้ผู้ปกครอง 3 ฉบับ ส่วนนักเรียนได้เรียนรู้เรื่องอาหาร 5 หมู่โดยใช้โมเดลอาหารทั้งรูปภาพและของจริงทำอาหารหมู่ต่าง ๆ รับประทานท้องคำคล้องจองเล่นิทานและการเสริมแรงการตรวจร่างกายของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองผู้ปกครองในกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องดีกว่าก่อนทดลองและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < .001$) มีการรับรู้โอกาสเสี่ยงการรับรู้ผลเสียของการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องและมีความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติดีของกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} = .018, 0.007, .001$ ตามลำดับ) และนักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องดีขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < .001$) ยังผลให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการโดยมีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นกัน ($p\text{-value} = .031$) และสอดคล้องกับการศึกษาของ M Prelip and others (2011) ได้ศึกษาเรื่องผลของการจัดโปรแกรมโภชนาการของเด็กนักเรียนในโรงเรียนเขตเมืองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมโภชนาการของเด็กนักเรียนเมืองลอสแอนเจลิสประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองมีแนวโน้มของทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการบริโภคผักและผลไม้มากกว่ากลุ่ม

ควบคุมจากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนและหลังทำแบบสอบถาม และสอดคล้องกับการศึกษาของสุกัลยาบุญนำ (2554) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลการใช้กระบวนการกลุ่มต่อพฤติกรรมของครอบครัวการป้องกันและแก้ไขภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็นครอบครัวเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 3-5 ปี น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์และค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์ต่ำบลหนองกุ้งอำเภอโนนสูงจังหวัดศรีสะเกษพบว่าภายหลังการทดลองครอบครัวกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมป้องกันและแก้ไขภาวะทุโภชนาการแตกต่างกับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญและครอบครัวกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนด้านพฤติกรรมป้องกันและแก้ไขภาวะทุโภชนาการแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ และสอดคล้องกับการศึกษาของเอกชัย อินหงษา (2559) ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเด็กที่มีความต้องการพิเศษของผู้ปกครองเด็กในจังหวัดอำนาจเจริญ เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมดูแลสุขภาพเด็กที่มีความต้องการพิเศษ ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมดูแลสุขภาพเด็กที่มีความต้องการพิเศษของผู้ปกครองเด็กในจังหวัดอำนาจเจริญอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านที่มีคะแนนมากที่สุด คือ ด้านการ ป้องกันโรค รองลงมาได้แก่ ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม ด้านโภชนาการ ด้านอารมณ์ และด้านการออกกำลังกาย ตามลำดับ และสอดคล้องกับการศึกษาของกานตมา พิมิคำ (2561) ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการเด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลภูดู่ อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่า ผู้ปกครองมีระดับความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กอยู่ในระดับดี

จากผลการศึกษาดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีส่วนช่วยให้ครูผู้ปกครองและผู้ประกอบอาหารมีพฤติกรรมด้านโภชนาการให้กับเด็กวัยก่อนเรียนซึ่งส่งผลให้เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กได้บริโภคอาหารที่ถูกสุขลักษณะตามหลักโภชนาการได้สารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ที่ส่งผลต่อการเจริญทางด้านร่างกายพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัยและนอกจากนั้นแล้วยังส่งผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ปกครองที่จะช่วยในการดูแลและจัดเตรียมอาหารที่มีความเหมาะสมขณะที่เด็กอยู่ที่บ้านซึ่งนับว่ามีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นแม้ว่าเป็นการทดลองในระยะเวลาดังกล่าวแต่มีแนวโน้มทางบวกที่จะช่วยให้ครูผู้ปกครองและผู้ประกอบอาหารพฤติกรรมส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนได้ดีขึ้นและ

ยังยืนหากมีการติดตามดูแลและใส่ใจอย่างสม่ำเสมอหลังสิ้นสุดการศึกษาต่อไป

ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา

1. จากผลการวิจัยพบว่าโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีเนื้อหาการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมซึ่งส่งผลให้ครูผู้ปกครองและผู้ประกอบอาหารสำหรับเด็กก่อนวัยเรียนมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้และการปฏิบัติตนในการเลือกและประกอบอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมมากขึ้นดังนั้นจึงควรนำกลวิธีนี้ไปประยุกต์ใช้ในกลุ่มอื่นที่มีลักษณะปัญหาคล้ายคลึงกัน
2. ในการวิจัยครั้งนี้ผลของโปรแกรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กทำให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองมีความรู้และพฤติกรรมในการเลือกซื้อและการประกอบอาหารดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มเปรียบเทียบแต่ควรจะได้มีการหาความแตกต่างว่าปัจจัยใดที่มีผลต่อพฤติกรรมการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย
ควรมีการติดตามและประเมินผลเกี่ยวกับความรู้และพฤติกรรมในการจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนอย่างต่อเนื่องทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเพราะจะช่วยให้สามารถนำข้อมูลที่ได้มาใช้ในการวางแผนส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กได้อย่างต่อเนื่อง
2. ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ
 - 1) การจัดการอาหารและโภชนาการแก่เด็กวัยก่อนเรียนควรให้ความสำคัญโดยเน้นกิจกรรมกลุ่มและการติดตามอย่างต่อเนื่อง
 - 2) บุคลากรทางด้านสาธารณสุขหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรเปลี่ยนบทบาทจากผู้สอนเป็นผู้ให้การส่งเสริมและสนับสนุนพร้อมกับการให้กำลังใจกับครูผู้ปกครองและผู้ประกอบอาหารให้กับเด็กก่อนวัยเรียน

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านตาแย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดยางเทิง-ยางลุ่ม องค์การบริหารส่วนตำบลไร่น้อย อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี และกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยจนทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

- กานนติมา พิมพ์คือ. (2561). พัฒนาการเด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลลูกใต้จ้อ อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม. **วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี**.
- ปราณี ทัดศรี. (2557). ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี. **วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ**.
- ธีรรัตน์ คงทน . (2559). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมการบริโภคผักและผลไม้สำหรับเด็กก่อนวัยเรียน: กรณีศึกษาเขตอำเภอเมืองจังหวัดเพชรบูรณ์. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จังหวัดเพชรบูรณ์..**
- พงษ์ราตรี หิรัญเกิด. (2557). การส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม: กรณีศึกษาศูนย์พัฒนาเด็กเล็กแห่งหนึ่งในจังหวัดชัยภูมิ. **พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น**.
- มัตสุดะ มิชิโอะ. (2551). **สารานุกรมการเลี้ยงดูเด็กเล่ม 1**. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน.
- สุกัลยา บุญนำ. (2554). ผลการใช้กระบวนการกลุ่มต่อพฤติกรรมของครอบครัวในการป้องกันและแก้ไขภาวะทุพโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น**.
- สำนักงานนโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ.(2557). **สุขภาพระหว่างประเทศ**.กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2555). **ครอบครัวภาวะผูกพันหรือจ่ายอม 2555**. (ออนไลน์) (สืบค้นเมื่อ 10 กันยายน 2560) จาก:
http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/citizen/news/news_family.jsp
- สำนักงานนโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ.(2557). **สุขภาพระหว่างประเทศ**.กรุงเทพมหานคร.
- เอกชัย อินหงษา. (2559) ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเด็กที่มีความต้องการพิเศษของ ผู้ปกครองเด็กในจังหวัดอำนาจเจริญ. **วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี**.



ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง n=50		กลุ่มเปรียบเทียบ n=51	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ				
1.1 ชาย	15	30.00	15	29.40
1.2 หญิง	35	70.00	36	70.60
2. อายุ (ปี)				
2.1 อายุ 20-30 ปี	11	22.00	15	29.40
2.2 อายุ 31-40 ปี	20	40.00	18	35.30
2.3 อายุ 41-50 ปี	8	16.00	8	15.70
2.4 อายุ 51-60 ปี	11	22.00	9	17.60
2.5 อายุ 61 ปี ขึ้นไป	0	0.00	1	2.00
3. อาชีพ				
3.1 เกษตรกรรม	4	8.00	8	15.70
3.2 รับราชการ	3	6.00	2	3.90
3.3 รัฐวิสาหกิจ	1	2.00	0	0.00
3.4 ค้าขาย	16	32.00	13	25.50
3.5 รับจ้าง	24	48.00	24	47.10
3.6 ธุรกิจส่วนตัว	1	2.00	2	3.90
3.7 ไม่มีอาชีพ	1	2.00	2	3.90
4. สถานภาพ				
4.1 โสด	0	0.00	1	2.00
4.2 สมรส	48	96.00	43	84.30
4.3 หม้าย	2	4.00	5	9.80
4.4 หย่าร้าง / แยกกันอยู่	0	0.00	2	3.90
5. การศึกษาสูงสุด				
5.1 ประถมศึกษา	14	28.00	13	25.50
5.2 มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	21	42.00	26	51.00
5.3 อนุปริญญา	12	24.00	9	17.60
5.4 ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	3	6.00	3	5.90
6. รายได้ของครอบครัวต่อปี				
6.1 ต่ำกว่า 20,000 บาท / ปี	14	28.00	9	17.60
6.2 20,001 – 30,000 บาท / ปี	21	42.00	11	21.60
6.3 30,001 - 50,000 บาท / ปี	12	24.00	19	37.30
6.4 มากกว่า 50,000 บาท / ปี	3	6.00	12	23.50
7. ความเกี่ยวข้อง/ความสัมพันธ์กับเด็ก				
7.1 มารดา	24	48.00	23	45.10
7.2 บิดา	7	14.00	9	17.65
7.3 ปู่/ย่า/ตา/ยาย	9	18.00	10	19.61
7.4 ครู	4	8.00	3	5.88
7.5 ผู้ประกอบอาหาร	1	2.00	1	1.96
7.6 น้ำ หรือ อา	2	4.00	3	5.88
7.7 ลุง หรือ ป้า	3	6.00	2	3.92

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ในกลุ่มทดลองก่อนทดลองและหลังการทดลอง

กลุ่มทดลอง	n	$\bar{X}$	S	t	p-value
ก่อนการทดลอง	50	2.15	.20	-8.178	.000
หลังการทดลอง	50	2.30	.21		

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ในกลุ่มเปรียบเทียบก่อนทดลองและหลังการทดลอง

กลุ่มเปรียบเทียบ	n	$\bar{X}$	S	t	p-value
ก่อนการทดลอง	51	1.97	.25	-5.612	.000
หลังการทดลอง	51	2.10	.28		

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการส่งเสริมโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ หลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	n	หลังการทดลอง			
		$\bar{X}$	S	t	p-value
กลุ่มทดลอง	50	2.30	.22	3.976	.000
กลุ่มเปรียบเทียบ	51	2.10	.28		