

ความรู้ของผู้ปกครองที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย
โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร

Parents' Knowledge Related to Food Consumption Behavior of Early
Childhood Children at Home Economics Kindergarten School

สิริภัทร วรกุลดำรง* อังคณา ขันตรีจิตรานนท์** และนฤมล ศรารพณ์**

* สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ศึกษา ภาควิชาอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

** ภาควิชาอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Siripat Voragoondumrong*, Angkhana Khantreejitranon** and Narumon Saratapan**

* Major of Home Economics Education, Department of Vocational Education, Faculty of Education, Kasetsart University

** Department of Vocational Education, Faculty of Education, Kasetsart University

Received: March 17, 2023 / Revised: May 02, 2023/ Accepted: May 23, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย และความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยโรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร จำนวน 155 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม และใช้โปรแกรมในการวิเคราะห์ข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการศึกษา พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 39.54 ปี และเกือบครึ่งจบการศึกษาในระดับปริญญาตรี ทั้งนี้ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี พฤติกรรมการบริโภคอาหารโดยรวมอยู่ในระดับดี และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย พบว่า ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารด้านภาวะโภชนาการมีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านภาวะโภชนาการ เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: ความรู้การบริโภคอาหาร พฤติกรรมการบริโภคอาหาร เด็กปฐมวัย

Abstract

This research aimed to investigate the relationships between parents' knowledge and behaviors about food consumption of early childhood. A questionnaire was employed to gather data from 155 public guardians of early childhood at Kaset Home Economics Kindergarten school. Using a accidental sampling. Data analysis showed frequency, percentage, mean, Pearson's product moment correlation coefficient.

The finding revealed that most of the guardians were female with the average age of 39.54 years and half of guardians graduated with the bachelor's degree. They had good knowledge and behaviors about food consumption. The relationships between knowledge and behaviors about food consumption of early childhood revealed that knowledge in nutritional status was positively correlated with statistically significant at the .01 level.

Keywords: knowledge food consumption, behaviors food consumption, early childhood

บทนำ

อาหารเป็นหนึ่งในปัจจัย 4 ที่ขาดไม่ได้และมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ เพราะอาหารเป็นแหล่งพลังงาน ช่วยเสริมสร้างร่างกายและช่วยบำรุงสมอง ในร่างกายมีระบบประสาทที่สื่อสารของมนุษย์เป็นตัวกระตุ้น และบังคับให้มีการรับประทานอาหาร จึงถือได้ว่ามนุษย์ขาดอาหารไม่ได้ การบริโภคอาหารเป็นสิ่งที่ทุกวัยจำเป็นต้องประพฤติปฏิบัติตาม ดังนั้นอาหารไม่เพียงช่วยกำจัดความหิวเท่านั้น แต่ยังมีผลต่อสุขภาพของผู้บริโภค โดยนักโภชนาการยืนยันว่าภาวะโภชนาการที่ดีของมนุษย์ช่วยต้านทานโรค ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่ แข็งแรง มีชีวิตยืนยาวและสุขภาพจิตที่ดี ลดการติดเชื้อ การป่วยและตาย (Chulakarangka & Utaipatanacheep, 2013)

อาหารยังมีความสำคัญในการเจริญเติบโตแต่ละช่วงวัย โดยเฉพาะในช่วงเด็กปฐมวัย ต้องการสารอาหารในการเจริญเติบโต เพื่อใช้ในการเสริมสร้างเซลล์และการแบ่งเซลล์ซึ่งจะช่วยให้กิจกรรมของสิ่งมีชีวิตดำเนินการต่อไปอย่างต่อเนื่อง (Chulakarangka & Utaipatanacheep, 2013) เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่มีอัตราการเจริญเติบโตทางร่างกายที่รวดเร็ว ส่วนสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้นช้า ๆ อย่างสม่ำเสมอ จึงจำเป็นต้องได้รับอาหารที่เพียงพอและสารอาหารที่ครบถ้วน (Kasemsuk, 2004) ซึ่งการศึกษาปัญหาภาวะทุพโภชนาการในเด็กปฐมวัย มีอยู่ 2 ประเภท คือมีเด็กปฐมวัยเกิดภาวะโภชนาการเกินหรือภาวะโภชนาการขาด Department of Health (2017) จากรายงานของสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ พ.ศ.2559 พบว่า เด็กปฐมวัยมีส่วนสูงอยู่ในระดับที่ดีและรูปร่างสมส่วนเพียงร้อยละ 64.2 และเริ่มมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 9.1 และพบภาวะโภชนาการขาด ซึ่งพบเด็กวัยเรียนที่เตี้ย ร้อยละ 10.6 และจากการสำรวจพบปัญหาด้านพฤติกรรมกรบริโภค พบว่า ร้อยละ 69.9 ได้บริโภคขนม เครื่องดื่มและลูกอม ร้อยละ 38.9 บริโภคน้ำหวานมากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 26.6 ดื่มน้ำอัดลมมากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 76.9 บริโภคขนมกรุบกรอบ และจากการศึกษาจากคลินิกต่อมไร้ท่อเด็กปฐมวัยของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พบว่าสัดส่วนของโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 13 และในปีพ.ศ. 2551-2562 มีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ 27 (Webmaster, 2019) นอกจากนี้การสำรวจของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสร้างสุขภาพในปีพ.ศ. 2557 ยังพบว่าเด็กปฐมวัยบริโภคผักและผลไม้ ร้อยละ 27.60 ในเพศหญิง และร้อยละ 24.10 ในเพศชาย โดยบริโภคผักและผลไม้รวมในปริมาณเฉลี่ย 3.7 ส่วนต่อวัน ซึ่งต่ำกว่าปริมาณที่มาตรฐานกำหนดให้บริโภคส่วนต่อวัน (Thaipost, 2019) เนื่องมาจากเด็กปฐมวัยมักมีพฤติกรรมเลือกบริโภคอาหาร บริโภคน้อยเพราะติดเล่น และติดขนม รสหวาน อีกทั้งเป็นวัยที่ใช้พลังงานอยู่ตลอดเวลา ร่างกายจึงต้องการสารอาหารต่าง ๆ ครบ 5 หมู่ และในปริมาณที่เพียงพอ (ThaiHealth Promotion Foundation, 2018)

ในการปลูกฝังการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย จึงควรเริ่มจากภายในครอบครัวโดยมีผู้ปกครองเป็นต้นแบบในการบริโภค เพราะการที่เด็กจะมีพัฒนาการขึ้นอยู่กับ การดูแลจากคนรอบข้างหรือผู้ปกครอง ทั้งนี้ครอบครัวยังเป็นสถาบันที่สำคัญในการถ่ายทอดความรู้ และแนวทางให้เด็กในการดำเนินชีวิตได้ในอนาคต (Sirinam, 2018) ครอบครัว

ยังมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก เพราะการที่เด็กจะแสดงพฤติกรรมการเลียนแบบนั้นจะยึดตามครอบครัวเป็นแบบอย่าง ดังนั้นครอบครัวจึงควรเป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่เด็กในการบริโภคอาหาร และในปัจจุบันสังคมมีการเปลี่ยนแปลงไปซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก ภาวะโภชนาการของเด็กขึ้นอยู่ปัจจัยหลายด้าน แต่ที่สำคัญคือ ปัจจัยด้านสังคม ที่มีองค์ประกอบในเรื่องของ ปัจจัยส่วนบุคคล และความรู้ด้านโภชนาการ (Muktabant, 1999) การส่งเสริมเด็กให้มีการบริโภคอาหารที่ถูกต้องนอกจากครอบครัวแล้ว โรงเรียนเป็นอีกสถานที่หนึ่งที่มีความสำคัญเช่นกันเพราะเด็กใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ที่โรงเรียนซึ่งในแต่ละวันเด็กจะได้รับการเรียนรู้ทางตรงจากหลักสูตร และเรียนรู้ทางอ้อมจากสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ผ่านตัวบุคคลสถานที่และกิจกรรมต่าง ๆ ที่โรงเรียนจัดให้ โรงเรียนจึงมีอิทธิพลอย่างยิ่งที่จะพัฒนาเด็กให้เติบโตอย่างเต็มที่รวมถึงพฤติกรรมสุขภาพในเรื่องของการบริโภคอาหารโดยภายในโรงเรียนควรมีการส่งเสริมการบริโภคอาหารให้กับเด็กปฐมวัย โรงเรียนยังมีการประเมินภาวะโภชนาการและเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของเด็กรวมทั้งแจ้งผลของภาวะโภชนาการและข้อเสนอแนะให้กับผู้ปกครอง มาตรการเหล่านี้สามารถพัฒนาให้เด็กมีการบริโภคอาหารที่ถูกต้องและส่งผลให้เด็กมีภาวะโภชนาการที่ดีได้ (Mo-suwan, 2004)

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาว่าผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยหรือไม่ และเด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นเช่นไร ซึ่งผลการวิจัยนี้จะเป็นแนวทางส่งเสริม และให้ความรู้การบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยแก่ผู้ปกครอง เพื่อนำไปใช้ในการบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย รวมทั้งครูสถานศึกษา นำข้อมูลที่ได้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กปฐมวัย

วัตถุประสงค์

1. ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร
2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร
3. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. แนวทางส่งเสริม และให้ความรู้การบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยแก่ผู้ปกครองเพื่อนำไปใช้ในการบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย
2. ครู สถานศึกษา นำข้อมูลที่ได้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กปฐมวัย

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตเชิงเนื้อหา

การศึกษาความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านภาวะโภชนาการ ด้านการบริโภคอาหารและผัก และด้านสุขลักษณะในการบริโภคอาหาร

ขอบเขตเชิงประชากร

การวิจัยครั้งนี้ศึกษากับผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 3-5 ปี และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาล 1-3 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร

สมมติฐานการวิจัย

ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา

ตรวจสอบเอกสารที่เกี่ยวข้อง

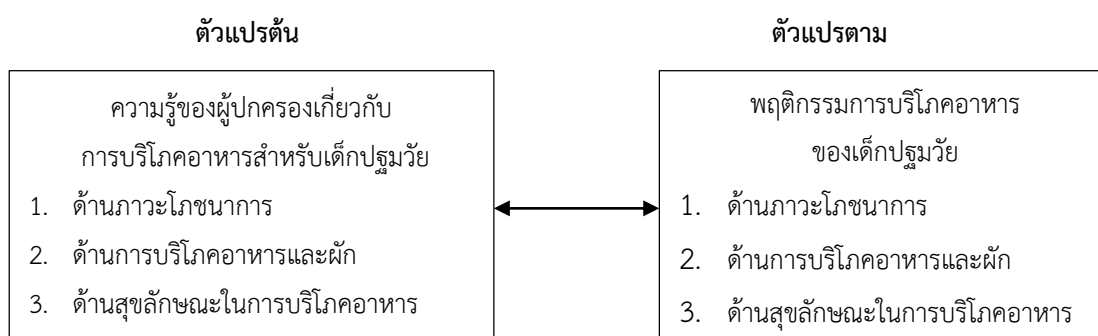
จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย พบว่า

เด็กปฐมวัยเป็นช่วงที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโตและต้องใช้พลังงานมาก การได้รับสารอาหารที่เพียงพอครบตามหลักโภชนาการ จะทำให้ร่างกายเจริญเติบโต มีพัฒนาการตามที่ควรจะเป็น (Sirikulchayanonta, 2011) แต่ถ้าได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ เช่น ขาดโปรตีน จะทำให้เด็กปฐมวัยหยุดการเจริญเติบโต มีรูปร่างเล็ก เจ็บป่วยง่าย (Nima & Nima, 2009) แต่ถ้าได้รับสารอาหารมากเกินไปจะทำให้เด็กปฐมวัยมีภาวะโรคอ้วน ซึ่งจะทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมาได้ในอนาคต ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยมีทั้งหมด 3 ประเด็น คือ ด้านภาวะโภชนาการ การบริโภคอาหารและผัก และสุขลักษณะในการบริโภคอาหาร มีรายละเอียดดังนี้

ปัญหาโภชนาการในประเทศไทยมีเด็กที่เป็นภาวะขาดสารอาหารและภาวะโภชนาการเกิน ที่เกิดจากการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม (Hongchai, 2006) การบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยมักขึ้นอยู่กับเลี้ยงดูของผู้ปกครองและบริบทโดยรอบ อาจส่งผลต่อพัฒนาการของเด็กปฐมวัยในหลาย ๆ ด้าน (Khantreejitranon, 2020) โดยปัญหาที่พบเห็นมากในปัจจุบันคือ เด็กปฐมวัยไม่บริโภคผัก

สุขลักษณะในการบริโภคอาหาร คือ การทำตามหลักเกณฑ์ หรือกฎเกณฑ์ที่กำหนด คือ ความสะอาด ความมีระเบียบ และความปลอดภัยเพื่อให้ปราศจากเชื้อโรค และโรคภัยต่าง ๆ ซึ่งการที่คนเราจะมีสุขภาพที่ดีได้นั้นจะต้องขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการปฏิบัติตั้งแต่เด็กปฐมวัย และได้รับการฝึกฝน เป็นประจำ (Department of Health, 2009) ตามที่กระทรวงได้รณรงค์ให้รู้จักการ กินร้อน ช้อนกลาง และล้างมือ

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาความรู้ของผู้ปกครองที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา ประชากร คือ เป็นผู้ปกครองของเด็กปฐมวัย ที่อยู่ระดับชั้นอนุบาล 1-3 ปีการศึกษา 2564 ของโรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา จำนวน 9 ห้องเรียน จำนวน 260 คน กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัย ที่อยู่ระดับชั้นอนุบาล 1-3 ปีการศึกษา 2564 ของโรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา จำนวน 9 ห้องเรียน จำนวน 155 คน ซึ่งถือว่าเพียงพอที่เป็นตัวแทน

ประชากรโดยใช้ตาราง Determining Sample Size From a Given Population ของ Krejcie and Morgan (1970) กลุ่มตัวอย่างเหล่านี้ได้จากการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถาม (Questionnaire) จำนวน 1 ชุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ปกครองของเด็กปฐมวัย ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ผู้ปกครอง และ ศาสนา เป็นคำถามแบบเลือกตอบ

ตอนที่ 2 ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย โดยเป็นแบบสอบถามปรนัย แบบถูกผิด (True/False) มี 2 ตัวเลือก ใช่และไม่ใช่ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 พฤติกรรมบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ

แบบประเมินนี้ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item-Objective Congruence Index : IOC) และได้ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาและรายละเอียดต่าง ๆ ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน แบบสอบถามฉบับนี้เมื่อนำไปทดลอง (Try out) กับผู้ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งหมดเท่ากับ 0.77 ความเชื่อมั่นรายด้าน ตอนที่ 2 เท่ากับ 0.70 และตอนที่ 3 เท่ากับ 0.83 แสดงว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความเชื่อมั่นที่ใช้ได้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลการทำวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามโดยแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่าง คือผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยในแต่ละระดับชั้นโดยการสุ่มแบบบังเอิญ ด้วยวิธีการใช้โปรแกรม Google Form โดยมีครูประจำชั้นในแต่ละระดับเป็นตัวกลางในการส่งเอกสารให้ ผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดและทำความเข้าใจเกี่ยวกับเป้าหมายงานวิจัย รวมถึงรายละเอียดของแบบสอบถาม เพื่อให้เข้าใจตรงกัน และสามารถเก็บข้อมูลได้ตรงตามเป้าหมายของงานวิจัย ผู้วิจัยใช้เวลาในการรวบรวมข้อมูล ตั้งแต่วันที่ 26 สิงหาคม พ.ศ. 2565 ถึง 16 กันยายน พ.ศ. 2565 จำนวน 155 ฉบับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยในโรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตรใช้การวิเคราะห์ หาค่าเฉลี่ย ค่าความถี่ และค่าร้อยละ
2. ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย โดยนำข้อมูลมาแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ และจัดกลุ่มระดับความรู้

กำหนดการให้คะแนนความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย ดังนี้

เชิงบวก			เชิงลบ		
ถูก ให้คะแนน	1	คะแนน	ถูก ให้คะแนน	0	คะแนน
ผิด ให้คะแนน	0	คะแนน	ผิด ให้คะแนน	1	คะแนน

3. ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และจัดกลุ่มระดับพฤติกรรม กำหนดการให้คะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำ 3 คะแนน ปฏิบัติบ่อยครั้ง 2 คะแนน ปฏิบัติบางครั้ง 1 คะแนน ไม่เคยปฏิบัติ 0 คะแนน

4. วิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านภาวะโภชนาการ ด้านการบริโภคอาหารและผัก และด้านสุขลักษณะในการบริโภคอาหาร โดยทำการทดสอบด้วย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation coefficient) และในการพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์โดยใช้เกณฑ์ของ Borg's Descriptors (Traimongkolkul & Chattraporn, 2012)

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	คำบรรยาย
สูงกว่า 0.85	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก
0.65-0.85	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูง
0.35-0.64	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง
0.20-0.34	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ
ต่ำกว่า 0.20	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำมาก

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ปกครอง

จากการศึกษา พบว่าผู้ปกครองของเด็กปฐมวัย ร้อยละ 84.5 เป็นเพศหญิง รองลงมาเป็นเพศชาย ร้อยละ 14.8 และเพศทางเลือกร้อยละ 0.7 มีอายุระหว่าง 31-40 ปี ร้อยละ 57.4 และน้อยที่สุดมีช่วงอายุระหว่าง 51-60 ปี ร้อยละ 2.6 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 49.0 น้อยที่สุดจบต่ำกว่าอนุปริญญา ร้อยละ 1.3 อาชีพของบิดาของเด็กปฐมวัย ร้อยละ 30.4 มีอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน น้อยที่สุดอาชีพอื่น ๆ ได้แก่ พนักงานรัฐวิสาหกิจ เล่นดนตรี อาชีพแม่บ้าน และค้าขาย ร้อยละ 4.3 อาชีพของมารดาของเด็กปฐมวัย ร้อยละ มีอาชีพข้าราชการ และน้อยที่สุดอาชีพค้าขาย ร้อยละ 0.8 มีรายได้มากกว่า 25,000 บาท/เดือน ร้อยละ 88.4 และน้อยที่สุดมีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท/เดือน ร้อยละ 0.6 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 97.4 และมีเพียงส่วนน้อยที่นับถือศาสนาคริสต์และศาสนาอิสลามในสัดส่วนที่เท่ากัน ร้อยละ 1.3

ตอนที่ 2 ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย

ผลการวิเคราะห์ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยโดยรวม มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยอยู่ในระดับดี ร้อยละ 72.9 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า **ความรู้ด้านภาวะโภชนาการ** ผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 91.0 และผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 7.1 **ความรู้ด้านการบริโภคอาหารและผัก** ผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 62.6 และผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.4 **ความรู้ด้านสุขลักษณะในการบริโภคอาหาร** ผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 64.5 และผู้ปกครองมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 33.5

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 71.6 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านภาวะโภชนาการ มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 75.5 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 23.9 ด้านการบริโภคอาหารและผัก มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 52.3 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.5 ด้านสุขลักษณะในการบริโภคอาหาร มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 93.5 และมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 5.8

ตอนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครอง และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย พบว่า ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยด้านภาวะโภชนาการมีความสัมพันธ์ในเชิงบวก หรือในทิศทางเดียวกันกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารด้านภาวะโภชนาการ เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ($r = .29$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ของผู้ปกครอง และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย

(n = 155)

ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ด้านภาวะโภชนาการ
ด้านภาวะโภชนาการ	.29**
ด้านการบริโภคอาหารและผัก	-
ด้านสุขลักษณะในการบริโภคอาหาร	-

**p < .01

อภิปรายผล

ความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัย พบว่า ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา ภาพรวมและรายด้านทั้ง 3 ด้าน มีความรู้ในระดับดี แสดงถึงความตระหนัก และให้ความสำคัญเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย เพราะในปัจจุบันเด็กได้รับสารอาหารไม่เพียงพอต่อการเจริญเติบโต และมีการบริโภคอาหารพวกขนมหวาน น้ำอัดลมมากกว่าการบริโภคอาหาร สอดคล้องกับ Tipakron (2012) กล่าวว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะโภชนาการจะเริ่มตั้งแต่การบริโภคอาหาร สภาพของร่างกายได้รับผลมาจากการบริโภคอาหารและกระบวนการเปลี่ยนแปลงของสารอาหารต่าง ๆ โภชนาการดี จะส่งผลให้สุขภาพดีตามมา ซึ่งสาเหตุของการเกิดโภชนาการเกิน และโภชนาการขาดนั้นขึ้นอยู่กับกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่นิยมบริโภคอาหารประเภทไขมันและคาร์โบไฮเดรตโดยเฉพาะอย่างยิ่งพวกขนมหวาน และน้ำอัดลม ประกอบกับขาดการออกกำลังกาย และการทำกิจกรรมที่ต้องมีการเคลื่อนไหวน้อยลง

จากการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา โดย ภาพรวม พบว่าเด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ทั้งในภาพรวมและรายด้าน ทั้งนี้เนื่องมาจาก

การการดูแลปลูกฝังของครอบครัว โรงเรียน ได้รับการส่งเสริมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารในแต่ละด้านต่าง ๆ และได้ลงมือปฏิบัติจึงทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ สอดคล้องกับ Lamontien (2022) ที่ได้พบว่าพฤติกรรมการสร้างเสริมการบริโภคอาหารของเด็กเล็กจะต้องขึ้นอยู่กับเลี้ยงดูของผู้ที่ดูแลเด็ก แล้วยังสอดคล้องกับ Wongschan (2011) กล่าวถึง พฤติกรรมการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยต้องได้รับการส่งเสริมจากบ้าน ครอบครัว และโรงเรียน โดยผู้ปกครองผู้ปกครอง และคุณครูต้องมีส่วนในการช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคผัก โดยการให้เด็กได้เรียนรู้ ได้ลงมือทดลอง

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. จากการศึกษาความรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยโดยภาพรวม พบว่าผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยมีความรู้ในระดับดี แต่ยังมีบางประเด็นที่ผู้ปกครองเข้าใจผิด เช่น 1) การทำอาหารให้เด็กปฐมวัยควรใช้ไขมันจากสัตว์มากกว่าไขมันจากพืช ซึ่งความจริงเด็กควรได้รับไขมันจากพืช ซึ่งเป็นสารอาหารที่ได้พลังงาน และเป็นกรดไขมันชนิดที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโต ดังนั้น ผู้ปกครองควรใช้ไขมันที่ถูกต้องในการประกอบอาหารให้กับเด็กปฐมวัย 2) เด็กที่ไม่ยอมบริโภคผัก สาเหตุหนึ่งอาจเกิดจากสีสันทนของผักที่ไม่สวยงาม และการบริโภคผักควรบริโภคอย่างน้อยวันละ 3 สี ดังนั้น ผู้ปกครองควรเลือกผักที่มีสีสันทนสวยงาม เลือกชนิดของผักโดยควรสลับผักให้ครบทั้ง 5 สี และมีการดัดแปลงอาหารจากผักให้มีความหลากหลาย และค่อย ๆ ปรับให้เด็กลองบริโภคผักที่มีกลิ่นฉุนไปตามลำดับ และในประเด็น การทำให้อาหารสุกจะทำให้อาหารอร่อยมากยิ่งขึ้น ซึ่งความเป็นจริง การทำให้อาหารสุกนั้นเป็นการทำลายเชื้อโรคที่อยู่ในอาหาร ดังนั้น ควรมีการส่งเสริมให้ความรู้ที่ถูกต้องในเรื่องการทำให้อาหารสุก และสวดคุณค่า

2. จากผลการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยโดยภาพรวม พบว่า ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ทั้ง 3 ด้าน แต่มีบางประเด็นที่ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยอาจจะมีพฤติกรรมการบริโภคที่ปฏิบัติเป็นบางครั้งหรือไม่ปฏิบัติเลย เช่น 1) เด็กบริโภคผักวันละ 3 ทับพี 2) เด็กมีการบริโภคผักที่ช่วยในการควบคุมการทำงานของสมอง เช่น กะหล่ำปลี มะเขือเทศ และผักใบเขียว 3) การบริโภคผักของเด็กควรมีความหลากหลายในเรื่องของสี เช่น สีเขียว-คะน้า สีเหลือง-ฟักทอง และ 4) ผู้ปกครองให้เด็กมีส่วนร่วมในการเตรียมอาหาร ดังนั้นในด้านผู้ปกครองควรประกอบอาหารด้วยผักที่หลากหลายสี โดยให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการเตรียมอาหาร และทำอาหาร เพื่อให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้ และมีทัศนคติที่ดีต่อการบริโภคผักมากขึ้น สำหรับสถานศึกษาควรเป็นสื่อกลางในการส่งเสริมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องด้วยการให้ความรู้ และจัดกิจกรรมให้เด็กและผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการประกอบอาหารเพื่อสอดแทรกประโยชน์ของอาหาร และสุลักษณะที่ดีในระหว่างการจัดกิจกรรม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ เช่น การสัมภาษณ์หรือการสังเกต เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก ที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยให้ตรงประเด็นมากขึ้น
2. การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยในแต่ละด้าน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความชัดเจน ตรงประเด็น เพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการส่งเสริมความรู้และพฤติกรรมอย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น
3. การศึกษาความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย ในโรงเรียนหรือสถานศึกษาพื้นที่อื่น ๆ เช่น โรงเรียนรัฐบาลหรือโรงเรียนเอกชน เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงกว้างมากยิ่งขึ้น

References

- Chulakarangka, S. & Utaipatanacheep, A. (2013). *Food for Mankind*. Kasetsart University. [In Thai]
- Department of Health. (2017). *In response to the netrition promotion policy to create tall and well-balanced Thai childen*. www.thaihealth.or.th/Content. [In Thai]
- Department of Health. (2009). *Eat well as age*. Bangkok: The War Veterans Organization Of Thailand. [In Thai]
- Hongchai, P. (2006). *Family Nutrition*. Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University. [In Thai]
- Kasemsuk, S. (2004). *child education*. Srinakharinwirot University. [In Thai]
- Khantreejitranon, A. (2020). *Food and nutrition for early childhood*. Hispeed Laserprint Company Limited. [In Thai]
- Krejcie, R. V. & D. W. Morgan. (1970). Table for Determining Sample Size from a Given Population. *Educational and Psychological Measurement*. 30
- Lamontien, W. (2022). Knowledge, Attitude, Nutritional Promotion Behavior of Caregivers and Nutritional Status of Preschool Children. *VAJIRA NURSING JOURNAL*, 1(24). [In Thai]
- Mo-suwan, L. (2004). *Book series of holistic Development Projects for Thai children, Volume 6*. Songkhla: Hat Tai Publishing. [In Thai]
- Muktabhant, B. (1999). *Nutrition for different ages*. Khon Kaen University. [In Thai]
- Nima, S. & Nima, Y. (2009). *Food and Nutrition*. Thai Islamic Medical Association. [In Thai]
- Sirikulchayanonta, C. (2011). *Childhood Obesity*. Mahidol University. [In Thai]
- Sirinam, W. (2018). *Factors influencing nutritional status of Children development centers in Banklang Subdistrict Municipality Sanpatong District*. Faculty of Public Health. Chiang Mai Rajabhat University. [In Thai]
- ThaiHealth Promotion Foundation. (2018). *Food nutrition for school-aged children*. www.thaihealth.or.th. [In Thai]
- Thaipost. (2019). *Thailand's fruit and vegetable consumption trend continues to increase*. www.thaipost.net/main/detail/25506. [In Thai]
- Tipakron, N. (2012). *Kwonledge and Consumption Behavior on Deep Fried Food Related to Nutritional Status of Housewives in Bueng Kum District*. Department of Home economics. Home economics. Kasetsart University. [In Thai]
- Traimongkolkul, P. & Chattraporn, S. (2012). *Research design*. Kasetsart University. [In Thai]

Webmaster. (2019). *The number of diabetes cases among school-aged children jumped 27%, prompting the school to refrain from selling soft drinks.*

www.tnnthailand.com/content/22293. [In Thai]

Wongchan, A. (2011). *The study of Preschool Children Vegetable Consuming Behaviors by Using Storytelling while Vegetable Cooking Activities, Watchaloo School*, Department of Education. Early Childhood Education. Kaset University. [In Thai]