

การศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา *

NUTRITION CARE KITCHEN FOR PARENTS OF EARLY CHILDHOOD,
MUEANG DISTRICT, NAKHON RATCHASIMA PROVINCE

โสภาพร ลุนสร้อง¹ และ ทศนีย์ นาคุณทรง²

Sopapron Lonsomrong¹ and Tassanee Nakunsong²

¹⁻²คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

¹⁻²Faculty of Education Rajabhat Maha Sarakham University, Thailand

Corresponding Author's Email: Sopapron31pim@gmail.com

วันที่รับบทความ : 1 พฤษภาคม 2568; วันที่แก้ไขบทความ 25 พฤษภาคม 2568; วันที่ตอบรับบทความ : 26 พฤษภาคม 2568

Received 1 May 2025; Revised 25 May 2025; Accepted 26 May 2025

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1)ศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา 2)เสนอแนวทางการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ประชากรในการศึกษาค้นนี้ ได้แก่ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก จำนวน 3 แห่งในเขตอำเภอเมืองนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ได้แก่ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลบ้านใหม่ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลโคกกรวด ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสวนหม่อน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 200 ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจงประชากรทั้งหมด (Total Population Sampling) โดยเก็บข้อมูลจากผู้ปกครองทุกคน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

Citation:



* โสภาพร ลุนสร้อง และ ทศนีย์ นาคุณทรง. (2568). การศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. วารสารสหศาสตร์การพัฒนาสังคม, 3(3), 1014-1026.

Sopapron Lonsomrong and Tassanee Nakunsong. (2025). Nutrition Care Kitchen For Parents Of Early Childhood, Mueang District, Nakhon Ratchasima Province. Journal of Interdisciplinary Social Development, 3(3), 1014-1026.;

DOI: <https://doi.org/10.>

Website: <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/JISDIADP/>

คือแบบสอบถามและค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์อยู่ระหว่าง 0.80-1.00 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้ปกครองมีพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการอยู่ในระดับมาก โดยมีพฤติกรรมการเลือกอาหารที่ดี การควบคุมสุขอนามัยก่อนการบริโภค และมีความพยายามสร้างนิสัยการบริโภคที่ดีแก่เด็ก อย่างไรก็ตามยังพบข้อจำกัดด้านการบริโภคผักและผลไม้ และการเลือกอาหารสำเร็จรูป

2. ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยมีแนวทางดูแลโภชนาการโดยเน้นการเลือกอาหารครบ 5 หมู่ สดใหม่ และปลอดภัย ส่งเสริมสุขอนามัย เช่น การล้างมือและภาชนะสะอาด รวมถึงสร้างนิสัยการกินที่ดีผ่านการเป็นแบบอย่างและจัดสภาพแวดล้อมในบ้านให้เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์

คำสำคัญ: พฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการ, ผู้ปกครองเด็กปฐมวัย

Abstract

This research aimed to 1) study the nutrition care behavior of parents of young children in Mueang District, Nakhon Ratchasima Province, and 2) propose guidelines for nutrition care for parents of young children in Mueang District, Nakhon Ratchasima Province. The population in this study consisted of parents of young children studying in 3 child development centers in Mueang District, Nakhon Ratchasima Province, namely, Ban Mai Municipal Child Development Center, Khok Kruat Municipal Child Development Center, and Suan Mon Child Development Center in the first semester of the 2024 academic year, totaling 200 people. The researcher used the total population sampling method by collecting data from all parents. The research instrument was a questionnaire. The consistency between the questions and the objectives was between 0.80-1.00. The statistics used for data analysis were percentage, mean, and standard deviation. Statistics used in this study were percentages, means ($\bar{X}$), and standard deviations (SD).

The results showed that:

1. Parents have moderate to good nutrition care habits with good food selection habits. Efforts are made to create good consumption habits for children. However, there are still restrictions on the consumption of fruits and vegetables and the choice of ready-to-eat foods.

2. Parents of early childhood children have a nutritional approach by focusing on choosing all 5 food groups, fresh and safe, promoting hygiene such as washing hands and clean utensils, as well as creating good eating habits through setting an example and providing a home environment that is conducive to the consumption of healthy food.

Keywords: Nutrition Care Behavior, Early Childhood Parents

บทนำ

เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่า “เด็กวันนี้คือผู้ใหญ่ในวันหน้า” เพราะเด็กเป็นตัวแทนของเยาวชน และจะเป็นกำลังสำคัญในอนาคต ดังนั้นการเลี้ยงดูเด็กในช่วงปฐมวัยจึงเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญของการพัฒนาคุณภาพมนุษย์ (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2560) ทั้งนี้ ฟรอยด์ (Freud) และ อิริคสัน (Erikson) ต่างเน้นย้ำว่าพัฒนาการในช่วง 6 ปีแรกของชีวิตมีอิทธิพลอย่างมากต่อการสร้างบุคลิกภาพในอนาคต โดยเฉพาะสิ่งแวดล้อมและความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาในเชิงบวกหรือลบของเด็ก (ธนัชชา แสงทองสุข, 2562)

จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566-2570) ได้กำหนดให้การพัฒนาศักยภาพประชากรในทุกช่วงวัยเป็นประเด็นหลัก โดยเฉพาะการพัฒนาเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ให้มีสุขภาพที่ดี ด้วยโภชนาการที่เหมาะสม ซึ่งเป็นช่วงที่สมองเจริญเติบโตเร็วที่สุด อย่างไรก็ตามพบว่าเด็กปฐมวัยจำนวนมากยังมีพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม เช่น การกินอาหารขยะ การขาดวินัยในการกิน การบริโภคตามสื่อ โดยผู้ปกครองมีบทบาทสำคัญในการจัดเตรียมอาหารและสร้างนิสัยการบริโภคที่เหมาะสม

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ได้กำหนดให้เด็กมีสุขภาพแข็งแรง น้ำหนักและส่วนสูงตามเกณฑ์ มีพฤติกรรมรับประทานอาหารที่ดี โดยให้ความสำคัญกับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และการมีสุขนิสัยที่ดี ทั้งนี้พบว่า เด็กในบางพื้นที่มีภาวะ

โภชนาการที่ไม่สมดุล ทั้งผอม เตี้ย หรืออ้วน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการศึกษาพฤติกรรมของผู้ปกครองในการดูแลโภชนาการ

จากข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุข (2561) พบว่า เด็กก่อนวัยเรียนในหลายจังหวัดมีแนวโน้มภาวะทุพโภชนาการและภาวะโภชนาการเกินเพิ่มขึ้น โดยมีปัจจัยจากครอบครัวและวิถีชีวิตของผู้ปกครอง เช่น ขาดความรู้ด้านโภชนาการ การตามใจเด็ก หรือมีทัศนคติผิดเกี่ยวกับการบริโภค ส่งผลให้เด็กไม่ได้รับสารอาหารครบถ้วนตามวัย

จากความสำคัญและปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สามารถนำไปสู่การพัฒนาแนวทางการดูแลเด็กในด้านโภชนาการอย่างเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา
2. เพื่อเสนอแนวทางการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

การทบทวนวรรณกรรม

ในการศึกษารั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ณ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการดูแลโภชนาการของเด็กในช่วงวัยสำคัญนี้ ซึ่งถือเป็นช่วงวัยแห่งการวางรากฐานทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาอย่างต่อเนื่อง โดยเนื้อหาที่ศึกษาและนำมาวิเคราะห์ครอบคลุมทั้งด้านแนวคิดหลักสูตร การดูแลโภชนาการ และบทบาทของผู้ปกครอง รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ และศึกษาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 เป็นกรอบแนวทางสำคัญในการส่งเสริมการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 6 ปี โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาเด็กอย่างเป็นองค์รวมในด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้เด็กมีสุขภาพแข็งแรง มีความสุข มีทักษะชีวิต และสามารถเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต รวมถึง

การดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะผู้ปกครองเป็นผู้ที่ใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด โดยเฉพาะในช่วงก่อนวัยเรียน พฤติกรรมการเลือกอาหาร การจัดเตรียมอาหาร และการปลูกฝังพฤติกรรมการกินของผู้ปกครองจึงมีอิทธิพลโดยตรงต่อสุขภาพของเด็ก ปัจจัยภายในครอบครัว เช่น ระดับการศึกษา รายได้ ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ และค่านิยมของผู้ปกครอง ล้วนเป็นตัวแปรที่ส่งผลต่อการดูแลด้านโภชนาการของเด็ก หากผู้ปกครองมีความรู้และตระหนักถึงความสำคัญของอาหาร จะสามารถเลือกซื้อวัตถุดิบที่มีคุณภาพ ปรุงอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ และหลีกเลี่ยงการใช้น้ำตาลหรือสารปรุงแต่งเกินความจำเป็น พฤติกรรมการดูแลที่ดี เช่น การล้างมือก่อนเตรียมอาหาร การเก็บรักษาอาหารในภาชนะสะอาด และการส่งเสริมให้เด็กกินผักหรือผลไม้เป็นประจำ ถือเป็นการวางรากฐานสุขภาพที่ดีให้กับเด็กในระยะยาว

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยยังได้วิเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อสนับสนุนแนวคิดว่า วิชาการ โดยพบว่างานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศต่างยืนยันถึงความสำคัญของบทบาทผู้ปกครองในการดูแลด้านโภชนาการของเด็ก งานวิจัยในประเทศหลายฉบับชี้ว่าเด็กที่ได้รับการดูแลด้านโภชนาการอย่างเหมาะสมจากครอบครัวมีพัฒนาการทางร่างกายและสมองที่ดีกว่า ขณะที่งานวิจัยในต่างประเทศพบว่าเด็กที่เติบโตในครอบครัวที่ให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการบริโภคที่ถูกต้อง มีแนวโน้มเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพแข็งแรง และลดความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในอนาคต เช่น โรคอ้วน เบาหวาน และโรคหัวใจ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก จำนวน 3 แห่งในเขตอำเภอเมืองนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ได้แก่ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลบ้านใหม่ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลโคกกรวด ศูนย์พัฒนา

เด็กเล็กสวนหม่อน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 200 ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจงประชากรทั้งหมด (Total Population Sampling) โดยเก็บข้อมูลจากผู้ปกครองทุกคน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1)ด้านการเลือกอาหาร 2)ด้านการดูแลโภชนาการ 3)ด้านสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร 4)ด้านการสร้างนิสัยการบริโภคโดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คะแนน	ระดับการปฏิบัติ
5 หมายถึง	มีการปฏิบัติมากที่สุด
4 หมายถึง	มีการปฏิบัติมาก
3 หมายถึง	มีการปฏิบัติปานกลาง
2 หมายถึง	มีการปฏิบัติน้อย
1 หมายถึง	มีการปฏิบัติน้อยที่สุด

3. การสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้รับการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน และมีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC) อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยการแจกแบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่าง โดยมีการอธิบายวัตถุประสงค์การวิจัย ก่อนการตอบแบบสอบถามโดย

1. ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลจากคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ถึงนายกเทศมนตรี ทั้ง 3 แห่ง
- 2.ติดต่อประสานงานกับเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง ประสานงานกับครูประจำศูนย์เด็กเล็กทั้ง 3 แห่ง เพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมแบบสอบถามทั้งหมด 200 ชุด และตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล ก่อนนำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิธีการสุ่มแบบเจาะจงประชากรทั้งหมด นำเสนอในรูปแบบร้อยละ (Percentages) ค่าเฉลี่ย (Means) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviations: SD)

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลแนวทางการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) เพื่อสรุป ลักษณะและแนวทางการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย โดยอาศัยข้อมูลที่ได้ จากแบบสอบถามและการสังเกตพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครอง

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาพฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ศูนย์ พัฒนาเด็กเล็กทั้ง 3 แห่ง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา จากการตอบแบบสอบถามของ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัย จำนวน 200 คน ผลปรากฏดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมการดูแลโภชนาการ ของผู้ปกครองเด็กปฐมวัยโดยรวม

รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
พฤติกรรมด้านการเลือกอาหาร	4.33	0.24	มาก
พฤติกรรมด้านการดูแลด้านโภชนาการ	4.55	0.16	มากที่สุด
พฤติกรรมด้านสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร	4.51	0.28	มากที่สุด
พฤติกรรมด้านการสร้างนิสัยการบริโภค	3.01	0.30	มาก
รวม	4.10	0.98	มาก

จากตารางที่ 1 พฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ศูนย์ พัฒนาเด็กเล็กทั้ง 3 แห่ง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.1$, S.D. = 0.98) โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือด้านการดูแลโภชนาการ ($\bar{X} = 4.55$, S.D. = 0.16) รองลงมาคือด้านสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร ($\bar{X} = 4.51$, S.D. = 0.28)

รองลงมาคือด้านพฤติกรรมด้านการเลือกอาหาร ($\bar{X}$ = 4.33, S.D. = 0.24) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือด้านการสร้างนิสัยการบริโภค ($\bar{X}$ = 3.01, S.D. = 0.30)

2. ผลการศึกษาแนวทางการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมาพบว่า

2.1 พฤติกรรมด้านการเลือกอาหาร พบว่า ผู้ปกครองมีแนวทางการดูแลเลือกอาหารที่มีคุณค่าและครบ 5 หมู่, อ่านฉลากก่อนซื้ออาหารทุกครั้ง, หลีกเลี่ยงการซื้ออาหารที่มีน้ำตาล ไขมัน และโซเดียมสูง, เลือกผลไม้สดแทนขนมหรือขนมกรุบกรอบ และควรเลือกอาหารสดใหม่ ไม่ใส่สารกันบูด

2.2 พฤติกรรมด้านการดูแลด้านโภชนาการ พบว่า ผู้ปกครองมีแนวทางการดูแลด้านโภชนาการในการเตรียมอาหารให้ครบ 5 หมู่ให้เด็กรับประทานทุกวัน, ให้เด็กกินอาหารเข้าเป็นประจำ, ลดอาหารหวาน มัน เค็ม และอาหารแปรรูป, ให้เด็กดื่มนมและน้ำเปล่าแทนน้ำอัดลม, ให้เด็กเลือกอาหารที่ชอบ แต่ไม่ตามใจมากเกินไป และให้เด็กกินผัก ผลไม้ในแต่ละวัน

2.3 พฤติกรรมด้านสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร พบว่า ผู้ปกครองมีแนวทางด้านสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร โดยการดูแลล้างมือก่อนและหลังรับประทานอาหาร เป็นและแบบอย่างในการรักษาความสะอาด, การเตรียมอาหารอย่างปลอดภัย เช่น ล้างผัก ผลไม้ ปิ้งสุก, หลีกเลี่ยงการเล่นหรือหยิบสิ่งของขณะกิน, ใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกัน, ดูแลภาชนะที่เด็กใช้ เช่น จาน ช้อน แก้วน้ำ ให้สะอาดเสมอ และไม่พูดคุยขณะกินหรือมีอาหารในปาก

2.4 พฤติกรรมด้านการสร้างนิสัยการบริโภค พบว่า ผู้ปกครองมีแนวทางด้านการสร้างนิสัยการบริโภค โดยการเป็นแบบอย่างที่ดีในการเลือกอาหาร, การจัดสภาพแวดล้อมในบ้าน เช่น การมีผลไม้ไว้ในครัวประจำ, การควบคุมการเข้าถึงอาหารขยะหรือเครื่องดื่มหวาน และการส่งเสริมการกินอาหารหลากหลายครบ 5 หมู่

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาที่สรุปมาสามารถอภิปรายพฤติกรรมดังกล่าว ดังนี้

1. พฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้จากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาอยู่ในพื้นที่ชุมชน และอาจมีข้อจำกัดในการเข้าถึงแหล่งข้อมูลความรู้ด้านโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย ผู้ปกครองส่วน

ใหญ่รับรู้ข่าวสารทางโภชนาการจากคุณครูที่โรงเรียน ทำให้ผู้ปกครองรับรู้ข้อมูลในการดูแลด้านโภชนาการค่อนข้างน้อย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วนิสา อองอาจและสิริมา ภิญโญอนันตพงษ์ กล่าวถึงการศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยในโรงเรียน สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรม การบริโภคอาหาร กลุ่มขนม เครื่องดื่ม กลุ่มข้าว แป้ง กลุ่มเนื้อสัตว์ ปลา ไข่ ถั่ว กลุ่มผัก และกลุ่ม ผลไม้รวม การบริโภคอาหารโดยรวมทั้งสามระดับมีความแตกต่างกัน และการจัดการอาหารให้กับเด็ก มีผลต่อการบริโภคอาหารของเด็ก และ ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สกาวรัตน์ เทพรักษ และคณะ (2557) กล่าวถึงด้านการเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครองและการมีส่วนร่วมของชุมชนต่อการส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการเด็กปฐมวัยในพื้นที่จังหวัดกาญจนบุรีจังหวัดนครปฐม จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และจังหวัดสมุทรสงคราม กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กปฐมวัยอายุแรกเกิด-5 ปี จำนวน 1,600 คน จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัยตามดัชนีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุและตามดัชนีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงได้แก่ ผู้เลี้ยงดูเด็ก สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว และการมีส่วนร่วมของชุมชน ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพัฒนาการเด็กสมวัยด้านภาษา ด้านการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ด้านสังคม และด้านการช่วยเหลือตนเอง ได้แก่ สถานภาพสมรส การศึกษาของผู้เลี้ยงดูเด็ก อายุของผู้เลี้ยงดูเด็ก รายได้ของครอบครัว และพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็ก

2. ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา มีแนวทางดูแลโภชนาการโดยเน้นการเลือกอาหารครบ 5 หมู่ สดใหม่ และปลอดภัย ส่งเสริมสุขอนามัย เช่น การล้างมือและภาชนะสะอาด รวมถึงสร้างนิสัยการกินที่ดีผ่านการเป็นแบบอย่างและจัดสภาพแวดล้อมในบ้านให้เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิริยาภรณ์ เจริญชีพ กล่าวถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหาร ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมภายนอกที่แสดงออกให้เห็น หรือความถี่ในการบริโภคอาหารจะทำให้เด็กเกิดความคิด ความรู้สึกความเชื่อ จนพัฒนาเป็นความชอบในอาหารประเภทนั้น ๆ สิ่งสำคัญที่สุด คือผู้ปกครองควรสม่ำเสมอในการจัดอาหารที่มีประโยชน์ให้กับเด็กและยังสอดคล้องกับสถาบันพัฒนานาอนามัยเด็กแห่งชาติ และสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2562) ได้จัดให้แนวทางการจัดอาหาร สถาบันพัฒนานาอนามัยเด็กแห่งชาติ และสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2562) ได้จัดแนวทางการจัดอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยคือสถานที่เตรียมและปรุงอาหารแยกเป็นสัดส่วน มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการเตรียมปรุงอาหารอย่างเพียงพอ มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการเตรียม ปรุงอาหารอย่างเพียงพอ มีการ

ระบายอากาศดี ไม่มีกลิ่นควันรบกวนเด็ก การระบายน้ำ และความร้อน พื้น ผนัง เพดาน เตาไฟ ทำด้วยวัสดุที่แข็งแรง คงทนทำความสะอาดง่าย โต๊ะที่ใช้ประกอบอาหารแข็งแรงสภาพดี พื้นผิวเรียบ ทำด้วยวัสดุที่ทำความสะอาดง่ายสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร อุปกรณ์ และภาชนะใส่อาหารสะอาด ปลอดภัย

สรุป/ข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง พฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยสรุปได้ดังนี้

1. พฤติกรรมการดูแลด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยรวมอยู่ในระดับมาก
2. ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา มีแนวทางดูแลโภชนาการโดยเน้นการเลือกอาหารครบ 5 หมู่ สดใหม่ และปลอดภัย ส่งเสริมสุขอนามัย เช่น การล้างมือและภาชนะสะอาด รวมถึงสร้างนิสัยการกินที่ดีผ่านการเป็นแบบอย่างและจัดสภาพแวดล้อมในบ้านให้เอื้อต่อการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

- 1.1. ควรจะซักซ้อมความเข้าใจในการตอบแบบสอบถามของผู้ปกครองเพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนในเรื่องการสื่อความหมาย และอธิบายต่าง ๆ
- 1.2 ควรมีการจัดอบรมหรือจัดทำคู่มือสำหรับผู้ปกครองเกี่ยวกับโภชนาการเด็กปฐมวัย เน้นอาหารสดใหม่ ปลอดภัย และมีสารอาหารครบถ้วน
- 1.3 ควรสนับสนุนให้ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือโรงเรียนมีโครงการโภชนาการเด็กที่มีการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 2.1 ควรมีการสัมภาษณ์แบบกลุ่ม (Focus Group Discussion) ร่วมกับการทำแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์ (Interview Survey) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่มีคุณภาพและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น
- 2.2 ควรมีการศึกษาผลของการอบรมด้านโภชนาการที่มีต่อพฤติกรรมผู้ปกครองในระยะยาว

2.3 ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการดูแล และพฤติกรรมด้านอื่นของผู้ปกครองเด็กปฐมวัย เช่นการส่งเสริมการเรียนรู้ที่บ้าน หรือพฤติกรรมด้านอื่นที่มีผลต่อการพัฒนาการของเด็กปฐมวัยควรศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อวิเคราะห์เจาะลึกมุมมองของผู้ปกครองเกี่ยวกับโภชนาการเด็กอย่างละเอียด

เอกสารอ้างอิง

- จินตนา ปลัดครบุรี. (2555). การศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัยก่อนเรียนของผู้เลี้ยงเด็กในครอบครัว โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 นครราชสีมา. นครราชสีมา: ศูนย์อนามัยที่ 5 นครราชสีมา.
- จุไรรัตน์ วัชรอาสน์, และคณะ. (2560). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเด็กก่อนวัยเรียนของผู้ดูแลเด็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก จังหวัดชลบุรี. วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา, 6(2), 108–118.
- ณอมรัตน์ ประสิทธิ์เมตต์. (2557). พัฒนาการเด็กปฐมวัย เขตบริการสุขภาพที่ 4. สระบุรี: ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี.
- ทัศนพร ชูศักดิ์, และคณะ. (2560). การสำรวจพฤติกรรมด้านโภชนาการในกลุ่มพ่อแม่และผู้ปกครองของเด็กนักเรียนในเขตชนบท. วารสารนเรศวรพะเยา, 10(1), 15–16.
- ธนัชชา แสงทองสุข. (2562). จิตวิทยาพัฒนาการ: ทฤษฎีและการประยุกต์ใช้. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ, & สวิง สุวรรณ. (2556). พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ประไพพิศ สิงหเสม. (2560). การส่งเสริมโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียน. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้, (กันยายน - ธันวาคม), 226–235.
- ปราณี ทัดศรี. (2557). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียน ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ, 32(1), 69–77.
- ภรณ์ แก้วลี. (2559). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพัฒนาการเด็กปฐมวัยในเขตเทศบาลนครอุบลราชธานี. ใน การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ราชธานีวิชาการ ครั้งที่ 1 (น. 1585–1675). อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชธานี.

- บำเพ็ญ พงศ์เพชรดิถ, & บุษบา อรรถาวิรี. (2563). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพัฒนาการเด็กปฐมวัย: ศูนย์อนามัยที่ 5. วารสารก่อการณ, 27(1), 59–70.
- ไพศาล วรคำ. (2566). การวิจัยทางการศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 14). มหาสารคาม: ตักสิลาการพิมพ์.
- รัตนาวดี รอดภิรมย์. (2553). การศึกษาพฤติกรรมช่วยเหลือของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกัน. ใน วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วนิสา งามอาจ, & สิริมา ภิญโญนนตพงษ์. (2559). การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยในโรงเรียนสังกัด กรุงเทพมหานคร. วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 17(2), 13–27.
- วิริยาภรณ์ เจริญชีพ. (2565). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร. วารสารเผยแพร่ความรู้ทางวิชาการและงานวิจัย, 134–148.
- ศักรินทร์ สุวรรณเวหา, อมาวสี อัมพันศิริรัตน์, & วิภารัตน์ สุวรรณไพบพัฒน. (2562). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา, 25(2), 8–24.
- สโรชา นันทพงศ์, นฤมล ศรารพันธ์, & อภิญญา หิรัญวงษ์. (2557). ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการและพฤติกรรมการจัดอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ปกครองโรงเรียนรัฐบาลจังหวัดชุมพร. วารสารเกษตรศาสตร์ (สังคม), 35(2), 235–244.
- สำนักโภชนาการ, กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข. (2562). แนวทางการจัดอาหารและโภชนาการสำหรับเด็กวัยเรียน. สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ.
- สมสิริ รุ่งอมรรัตน์, อาภาวรรณ หนูคง, ณัฐธิดา ไกรมงคล, & รุ่งรดี พุดสีเสถียร. (2560). การนำแนวทางการส่งเสริมโภชนาการไปใช้ในเด็กก่อนวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก. วารสารสภาการพยาบาล, 32(4), 108–120.
- สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2563). กราฟมาตรฐานการเจริญเติบโตเด็กอายุ 0–5 ปี และ 1–5 ปี (2564): ตำรับอาหารสำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยอายุ 1–5 ปี. กรุงเทพมหานคร: ทำด้วยใจ.
- สกาวรัตน์ เทพรักษ, และคณะ. (2557). ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการอาหารของผู้ปกครองกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก จังหวัดนนทบุรี. ใน วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- Arif, H. S. (2017). Malnutrition trends in preschool children from a primary healthcare center in Baghdad: A comparative two-year study (2006 and 2012). *Qatar Medical Journal*, 2017(2), 5.
- Becker, M. H., & Maiman, L. A. (1975). The health belief model: Origins and correlation in psychological theory. *Health Education Monograph*, 2(Winter), 336–385.
- Best, J. W. (1997). *Research in education*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Bloom, B. S. (1968). Learning for mastery. The Evaluation Comment. In *All our children learning* (pp. 60). McGraw-Hill.
- Das, L., & Hoodbhoy, S. (2019). Nutrition for the next generation: Older children and adolescents. *Annals of Nutrition & Metabolism*, 72(3), 56–64.
- Gizaw, Z., Woldu, W., & Bitew, B. D. (2018). Acute malnutrition among children aged 6–59 months of the nomadic population in Hadaleala district, Afar region, northeast Ethiopia. *Italian Journal of Pediatrics*, 44(1), 21. <https://doi.org/10.1186/s13052-018-0457-1>
- World Health Organization (WHO). (2008). The WHO child growth standards. Retrieved from <http://www.who.int/childgrowth/en/>