

## รายงานการวิจัย

ประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร  
ของเด็กวัยก่อนเรียน ศูนย์ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน  
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ

The Effectiveness of a Food Consumption Behavior  
Program in Preschool Children of Daycare Center :  
Boromrajonani College of Nursing, Bangkok

วรางคณา อุดมทรัพย์  
วิริยา แดงวิสุทธิ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ  
สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข  
พ.ศ. 2550



### บทคัดย่อ

เด็กวัยก่อนเรียน เป็นช่วงที่สำคัญที่สุดของชีวิต เพราะเป็นวัยของการวางรากฐานและเตรียมชีวิตเป็นช่วงระยะที่เด็กเกิดการเรียนรู้มากที่สุด การดูแลให้เด็กได้รับสารอาหารที่ครบถ้วนมีคุณค่าจะช่วยให้เส้นใยสมองสมบูรณ์พร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานที่สำคัญอย่างหนึ่งของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป การวิจัยเชิงปฏิบัติการครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน ศูนย์ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี กรุงเทพมหานคร โดยจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่เด็กวัยก่อนเรียนโดยครูที่เลี้ยงจำนวน 8 ครั้ง จัดให้ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารแก่ผู้ปกครองรายบุคคล โดยมีเอกสารประกอบ จำนวน 3 ฉบับและใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูราในเรื่องการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการเสริมแรง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นกลุ่มผู้ปกครองและเด็กวัยก่อนเรียนจำนวน 23 คน ที่มารับบริการที่ศูนย์ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาในการศึกษา 8 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามผู้ปกครองและเด็กวัยก่อนเรียน คำนำนักตัวต่อส่วนสูงของเด็กวัยก่อนเรียน นำมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบโดยใช้สถิติการทดสอบแบบ Non-Parametric : Wilcoxon Signed Ranks Test

ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรม ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของผู้ปกครองในการให้อาหารเด็กเปลี่ยนแปลงดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เด็กวัยก่อนเรียนมีความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารดีขึ้นกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับผลที่ได้จากการวัดในเชิงคุณภาพ ส่วนค่าน้ำหนักต่อส่วนสูงเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมกินของเด็กวัยก่อนเรียน โดยจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ มีผลทำให้เด็กวัยก่อนเรียนมีความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารดีขึ้น และยังคงต้องได้รับการสนับสนุนจากผู้ใกล้ชิดอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เด็กวัยก่อนเรียนมีพฤติกรรมบริโภคนิสัยที่ดีซึ่งจะเป็นพื้นฐานของสุขภาพที่ดีต่อไป ดังนั้นควรนำรูปแบบการจัดโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลเด็กวัยก่อนเรียนในสถานอื่น ๆ ต่อไป



## Abstract

The effectiveness of food consumption in preschool children is very important. Preschool children's brain growth will grow normally if they consume enough vitamin and mineral. They will get quality of life in the future because they can develop their learning better. The main objective of this research was there to study the effectiveness of food consumption Behavior Program among preschool children of Daycare Centre : Boromrajonnani College of Nursing, Bangkok. This is to be achieved through the children's learning experimentation into a total concept that will foster good dietary behavior with the teacher 8 times and sent the letter about food consumption study to their parents. Also, some principles of Bandura's social Learning Theory relating to information providing, motivation and reinforcement were used. The subjects were 23 parents and 23 preschool children attending at Daycare Centre : Boromrajonnani College of Nursing, Bangkok. Data were collected by the questionnaire from the parents and their children, and physical examination of the children. Statistical analysis was performed using percentage, mean, standard deviation and Non - Parametric : Wilcoxon Signed Ranks Test.

Result from this research revealed that after the experimental, parental knowledge, attitudes and practice were significantly greater than before the experiment. Also, those results were consistent with qualitative analysis. Preschool children gained significant knowledge and food consumption behavior greater than before the experimental. And the children's post - experimental weight for height ratios were improved but without statistic significant.

By the result from this study revealed that a food consumption behavior program in preschool children by using information providing and learning's theory can improved their knowledge and food consumption. This program will provide improved children and should be continually implement so that the improvement in dietary behavior become perpetual in future and perhaps become available for use at other daycare center of preschool children.