

บทที่ 1

บทนำ



## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คุณภาพของประชากรเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ ปัจจัยสำคัญที่ช่วยส่งเสริมคุณภาพของประชากร คือการมีโภชนาการที่ดีซึ่งควรเริ่มตั้งแต่วัยทารก เพราะช่วงที่สำคัญที่สุดในชีวิตอยู่ระหว่างแรกเกิดถึงระยะก่อนวัยเรียน ถ้าช่วงนี้ได้รับการเลี้ยงดูอย่างดี โดยได้รับการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานก็จะช่วยส่งเสริมให้เด็กได้รับการพัฒนาให้บรรลุถึงศักยภาพ

ในความต้องการพื้นฐานของเด็กนั้น หมายถึง การที่เด็กต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากบิดามารดาบุคคลหรือครอบครัวที่ให้ความรักและความเข้าใจ เพื่อเป็นฐานในการสร้างเสริมพัฒนาการทุกด้าน อันได้แก่การพัฒนาทางกาย จิตใจ สติปัญญา สังคม อารมณ์และค่านิยม (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2533) โดยเฉพาะในระยะตั้งแต่อายุในครรภ์จนถึงอายุ 6 ปีแรกของชีวิต ซึ่งเป็นระยะที่สำคัญที่สุดในการวางรากฐานและสร้างเสริมคุณภาพของคน ดังนั้นเด็กต้องได้รับสารอาหารอย่างน้อยที่สุดตามความต้องการของร่างกายที่ได้กำหนดไว้ตามวัยเริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงในช่วงอายุต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่และแข็งแรงสมบูรณ์ตามปกติในวัยของตน

ส่วนความต้องการด้านชีวภาพคือการจัดหาพลังงาน ซึ่งหมายถึงอาหารสำหรับบริโภคที่เหมาะสมทั้งในปริมาณและคุณภาพ (ทูลย์ส จัปาทะศ, 2528) เป็นที่ยอมรับกันมาแต่ก่อนพุทธกาลแล้วว่าอาหารเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิต เพราะได้ถูกจัดให้เป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ และนับได้ว่าเป็นองค์ประกอบความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์โลก ผู้ที่มีสุขภาพดีนั้นหมายถึงผู้ที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งมีโภชนาการที่ถูกต้องเป็นรากฐานที่สำคัญ (ปาหั่น บุญ-หลง, 2532) แต่ปัญหาสำคัญที่ทำให้สุขภาพของเด็กไม่ดี คือการขาดสารอาหารเพราะทำให้การเจริญเติบโตของสมอง

หยุดชะงัก ซึ่งจะส่งผลถึงสภาพร่างกายและสติปัญญาในเด็กปฐมวัยที่กำลังเจริญเติบโต (ทวี ฤกษ์สำราญ, ม.ป.ป.) จากการสำรวจภาวะโภชนาการของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขพบว่าใน พ.ศ. 2528 เด็กไทยตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ปี จำนวน 1,752,658 คน เป็นโรคขาดอาหารถึง 404,513 คน คิดเป็นร้อยละ 26.7 ของเด็กวัยนี้ทั้งหมด แม้ว่าการดำเนินงานตามนโยบายในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2525-2529) จะกำหนดนโยบายการแก้ปัญหา โดยเน้นให้ประชากรมีส่วนร่วมในการดำเนินงานโดยอาศัยหลักการของสาธารณสุขมูลฐาน ระบุให้งานโภชนาการเป็นส่วนหนึ่งของบริการสาธารณสุขและการดำเนินงาน มุ่งเน้นการลดปัญหาภาวะโภชนาการที่เกิดขึ้นกับเด็กแรกเกิดจนถึงอายุ 5 ปี เป็นเป้าหมายสำคัญ (คุณณี สุทธิปริยาศรี, 2526) และพบว่าหลังจากสิ้นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 แล้ว สามารถลดจำนวนเด็กขาดสารอาหารลงมาเหลือร้อยละ 2.7 ก็ตาม แต่การดำเนินงานตามแผนนั้น สามารถครอบคลุมพื้นที่ได้เพียงร้อยละ 40 (คณะกรรมการอาหารและโภชนาการแห่งชาติ, 2529) ในช่วงแผนพัฒนา ฯ ฉบับที่ 6 (2530-2534) ได้มีการปรับนโยบายเกี่ยวกับภาวะโภชนาการใหม่ มาเน้นการป้องกันการเกิดภาวะขาดสารอาหารในเด็ก ดังนั้นจึงจำเป็นต้องปรับปรุงระบบการเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการในเด็กที่มีแนวโน้มลดลงให้หมดไป และป้องกันการเกิดปัญหาในอนาคต สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ โดยการสนับสนุนขององค์การยูนิเซฟได้ดำเนินการโครงการเพิ่มประสิทธิภาพของระบบข้อมูลข่าวสาร การเฝ้าระวังทางอาหารและโภชนาการ (สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2534) และสำหรับแผนอาหารและโภชนาการในแผนพัฒนา ฯ ฉบับที่ 7 มีวัตถุประสงค์ดังนี้ (ไกรสิทธิ์ ดันติศิรินทร์, 2534)

1. มุ่งพัฒนาการผลิตอาหารเพื่อโภชนาการและกระจายอาหาร เพื่อให้คนไทยได้รับอาหาร พอเพียงกับความต้องการของร่างกาย
2. มุ่งพัฒนาให้คนไทยทุกคนทุกวัยมีภาวะโภชนาการที่ดี เพื่อให้เด็กมีการเจริญเติบโต และพัฒนาการเต็มศักยภาพ ให้ผู้ใหญ่มีคุณภาพชีวิตที่ดีและเป็นสุข
3. มุ่งแก้ไขและป้องกันปัญหาการขาดสารอาหาร อาทิ การขาดโปรตีนและพลังงาน
4. มุ่งพัฒนาให้คนไทยทุกวัยได้รับอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ปลอดภัยและคุ้มกับคุณค่า

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นว่ารัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้เห็นถึงความสำคัญของปัญหาโภชนาการเนื่องจากเป็นปัญหาสำคัญของประเทศ นอกจากนี้ยังมีโครงการที่สนับสนุนการแก้



ไขปัญหาด้านโภชนาการ อาทิโครงการเกษตรเพื่ออาหารกลางวัน ตามพระราชดำริสมเด็จพระ  
เทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ที่ดำเนินการมาเป็นระยะเวลา 11 ปี โดยสำนักพระ-  
ราชวังรับสนองพระราชดำริในการประสานงานซึ่งมีความเป็นมาดังนี้

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ได้โดยเสด็จพระราชดำเนินพระ-  
บาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ ไปทรงเยี่ยมพสกนิกรในท้อง-  
ถื่นทุรกันดารทั่วทุกภาคของประเทศ ทรงพบปัญหาความยากจนความทุกข์ยากของประชาชนด้วยพระ  
องค์เอง โดยเฉพาะเยาวชนเป็นโรคขาดสารอาหาร มีร่างกายอ่อนแอ เกิดการเจ็บป่วย จึงทรง  
ห่วงใยเด็กที่นำส่งสารเหล่านี้ ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญของชาติบ้านเมืองต่อไปในอนาคต (กิตติ ชันธ-  
มิตร, 2532)

ตั้งนั้นจึงทรงมีพระราชดำริให้ดำเนินโครงการเกษตรเพื่ออาหารกลางวัน เมื่อเดือน  
เมษายน 2523 ในโรงเรียนที่อยู่ในท้องถื่นทุรกันดารไกลคมนาคมตามชายแดน ซึ่งเป็นนักเรียน  
ระดับประถมศึกษาในความดูแลของกองบัญชาการตำรวจตระเวนชายแดน เพื่อแก้ไขปัญหาการ-  
ขาดแคลนอาหารกลางวันในโรงเรียนและให้นักเรียนมีความรู้ทางด้านการเกษตร โภชนาการและ  
สุขภาพอนามัย โดยมีการอบรมครูโรงเรียนในโครงการในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้ การทำแปลงเกษตร  
การปลูกพืช การเลี้ยงสัตว์ การเพาะเห็ด การประกอบอาหาร โภชนาการและเรื่องการดูแลสุขภาพ-  
อนามัย นอกจากนี้ยังพระราชทานวัสดุอุปกรณ์การเกษตร เครื่องครัว พร้อมทั้งเครื่องปรุงอาหาร  
ส่งเสริมให้โรงเรียนทำการเกษตร เพื่อนำผลผลิตไปประกอบเป็นอาหารกลางวันเลี้ยงเด็ก มีนัก-  
วิชาการคอยติดตามดูแลแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ นอกจากนั้นสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ  
สยามบรมราชกุมารี ยังเสด็จ ฯ ทรงเยี่ยมโครงการ ฯ เป็นประจำเสมอ ๆ การดำเนินงานของ  
โครงการ ฯ ทำให้เด็กนักเรียนมีอาหารกลางวันรับประทาน มีสุขภาพอนามัยดีขึ้น นอกจากนั้นเด็ก  
ยังได้รับความรู้ทางด้านโภชนาการ และสุขภาพอนามัยด้วย ยังผลให้เยาวชนเหล่านั้นเจริญเติบโต  
สามารถดำรงชีวิตและปรับตัวอยู่ในสังคมเป็นพลเมืองดีของชาติ ใน พ.ศ. 2534 มีจำนวนโรง-  
เรียนตำรวจตระเวนชายแดนในโครงการจำนวน 168 โรงเรียน มีนักเรียนประมาณ 20,000 คน

เมื่อ พ.ศ. 2530 สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ได้เสด็จพระ  
ราชดำเนิน ฯ ไปทรงสอนหนังสือที่โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า ฯ ตำบลเขาชะโงก อำเภอ-  
เมือง จังหวัดนครนายก เมื่อทรงว่างจากการสอนได้เสด็จ ฯ ไปทรงเยี่ยมโรงเรียนต่าง ๆ สังกัด  
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดนครนายก ที่ตั้งอยู่รอบโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอม

เกล้า ซึ่งมีเด็กนักเรียนเป็นจำนวนไม่น้อยอยู่ในสภาวะทุพโภชนาการ จึงโปรดเกล้าฯ ให้ดำเนินโครงการเกษตรเพื่ออาหาร-กลางวันในโรงเรียนเหล่านั้น จำนวน 14 โรงเรียน โดยทรงเห็นว่า

"...การดูแลนักเรียนในอารักขาให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ซึ่งถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาเช่นกัน เพราะว่าการศึกษาที่จะได้ผลดีร้อยเปอร์เซ็นต์ ผู้ที่รับการศึกษาจะต้องมีความพร้อมทั้งในด้านสติปัญญาและพร้อมในด้านสุขภาพร่างกาย ซึ่งจะเป็นส่วนให้กำลังในการศึกษาทั้งกำลังกายและสติปัญญา ครูคงจะเมตตาและช่วยเหลือลูกศิษย์ได้ในฐานะครูกับลูกศิษย์ ครูโรงเรียนทางนั้นนอกจากสอนให้ความรู้แล้ว ก็ยังช่วยเรื่องอาหารการกินของนักเรียนและประจวบกับทางสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ ได้มีโครงการในลักษณะนี้เช่นเดียวกัน เมื่อได้เห็นแล้วจึงเกิดความศรัทธาที่อยากจะร่วมในกิจกรรมอย่างนี้ด้วย..."

จากพระราชดำรัสตอนหนึ่งในงานเสด็จพระราชดำเนินปิดการประชุมสัมมนา โครงการเกษตรเพื่ออาหารกลางวัน วันที่ 23 พฤษภาคม 2533 ห้องประชุมยุทธการ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้าฯ

จะเห็นได้ว่าปัญหาโภชนาการนับเป็นปัญหาสำคัญของประเทศ ที่ควรได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน โดยความร่วมมือจากหลาย ๆ ฝ่าย เพื่อเป็นการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของประชากรในประเทศให้ดีขึ้น อันเป็นการช่วยพัฒนาประเทศโดยทางอ้อม การแก้ไขปัญหานั้นคือการให้ความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการแก่ประชาชนให้เกิดความเข้าใจ และสามารถนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ (จรรยา สุวรรณทัตและคณะ, 2529) จากงานวิจัยของ ศรัรินทร์ อุดทเกตุ (2526) พบว่าบริโภคนิสัยของเด็กปฐมวัย ขึ้นอยู่กับสภาพทางเศรษฐกิจและความเชื่อในการบริโภคของบิดามารดา และจากงานวิจัยของ จินตนา พยายาม และคณะจากสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (2529) พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการกินนั้นมี 2 ปัจจัย คือ

1. ปัจจัยทางการศึกษา คือ ขาดความรู้
2. ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมเศรษฐกิจของครอบครัว

เช่นเดียวกับ สุภางค์ จันทวานิช และคณะ (2529) พบว่าการที่เด็กจะมีภาวะโภชนาการดี ขึ้นอยู่กับว่ามารดาของเด็กมีการศึกษาเพียงใด รู้ว่าควรให้ลูกกินอะไร และยังพบว่ารายได้ของครอบครัวเป็นตัวแปรเชิงเศรษฐกิจที่มีความสำคัญต่อภาวะโภชนาการรองลงมา และจากผลงานวิจัยของ ชูเกียรติ มณีธร และคณะ (2529) ได้เสนอแนะแนวทางส่งเสริมหรือแก้ไขพฤติกรรมการกินว่าควรส่งเสริมไปพร้อม ๆ กัน โดยเฉพาะด้านการศึกษาทั้งในระบบและนอกระบบโรงเรียน เพราะ



ถ้าประชาชนมีการศึกษาดีขึ้น ก็จะมีความรู้ด้านอาหารมากขึ้นและพฤติกรรมภารกิจก็จะดีขึ้นด้วย นอกจากนี้การวิจัยของ วัฒนา ประทุมสินธุ์และคณะ (2529) ได้แนะนำเรื่องพฤติกรรมภารกิจ เพื่อให้มีภาวะโภชนาการที่ดี โดยประสานงานกับเจ้าหน้าที่ของรัฐเพื่อดำเนินการจัดโครงการต่าง ๆ ขึ้นในหมู่บ้านเป้าหมาย เช่น โครงการโภชนศึกษาแบบผสมผสาน โครงการเฝ้าระวังทางโภชนาการ เพื่อให้ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการในทางที่ดีขึ้น นอกจากนี้ยังได้เสนอแนะว่าควรมีการผลิตสื่อให้เหมาะสมกับสภาพชุมชน เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้รับการส่งเสริมพฤติกรรมภารกิจ ตลอดจนควรมีการวิจัยเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการแก้ปัญหาโภชนาการอย่างต่อเนื่อง

พ่อแม่จึงมีส่วนสำคัญในการอบรมเลี้ยงดูลูกให้เจริญเติบโตเป็นคนที่มีความสมบูรณ์ (กรมวิชาการ, ม.ป.ป) ผู้ที่เป็นพ่อแม่หรือผู้ที่กำลังจะเป็นพ่อแม่ในอนาคตนั้น อย่างน้อยควรที่จะมีความรู้เบื้องต้น ในการเลี้ยงดูและอบรมสั่งสอนลูกของตน ได้ แม้ในปัจจุบันนี้ได้มีการตื่นตัวที่จะให้พ่อแม่หันมาสนใจและเอาใจใส่ต่อลูกวัยก่อนเรียนมากขึ้น โดยให้ความรู้และคำแนะนำในด้านโภชนาการและการสาธารณสุข จากความจำเป็นที่พ่อแม่ควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยนี้เอง จึงได้มีการผลิตเอกสารและหนังสือแนะนำวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยแพร่หลายมากขึ้น แม้กระนั้นก็ตามการแพร่หลายของเอกสารและหนังสือเหล่านี้มีอยู่ในวงจำกัด เฉพาะผู้ที่อยู่ในเมืองและผู้ที่มีหนังสือเท่านั้น ยังมีได้เผยแพร่ไปสู่ประชากรทั้งประเทศ โดยเฉพาะผู้ปกครองในชนบทส่วนใหญ่จะขาดโอกาสและกำลังทางเศรษฐกิจในการแสวงหาคำแนะนำจากเอกสารและหนังสือ

ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษา เรื่องการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครองในชนบทยากจน ให้มีการเลี้ยงดูเด็กอย่างถูกต้องตามหลักโภชนาการ เพื่อช่วยแก้ปัญหาและป้องกันการเกิดภาวะทุพโภชนาการ ผู้วิจัยจึงคิดสร้างคู่มือเพื่อใช้ในโปรแกรมและศึกษาผลการใช้คู่มือเพื่อการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในโครงการตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ซึ่งเป็นการให้ความรู้ที่เน้นหนักทางด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน เพื่อให้เด็กปฐมวัยมีน้ำหนักเข้าเกณฑ์มาตรฐานโดยจะนำแนวทางและวิธีการอบรมเลี้ยงดู ที่ได้มีผู้เสนอแนะไว้มาพัฒนาปรับปรุงให้เหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่ในชุมชน รวมทั้งปรับเนื้อหาและรายละเอียดให้น่าสนใจเป็นข้อเสนอแนะที่ง่ายต่อความเข้าใจของผู้ปกครอง โดยการจัดทำเป็นคู่มือประกอบภาพความรู้เพื่อสามารถนำไปใช้ปฏิบัติเองได้



ฉะนั้น โปรแกรมดังกล่าวที่ผู้วิจัยคิดขึ้น คาดว่าจะให้ความรู้ความเข้าใจและสร้างทักษะที่จำเป็นแก่ผู้ปกครอง ในการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ ให้มีการพัฒนาตัวร่างกายอย่างเห็นได้ชัดจากการเปลี่ยนแปลงของน้ำหนักตัวเด็ก ซึ่งเป็นผลของความรู้ที่ได้รับจากการอบรมและการปฏิบัติตามคู่มือที่ใช้ประกอบ ตลอดระยะเวลาของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการในการวิจัยนี้

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในโครงการตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก

#### สมมติฐานของการวิจัย

การจัดสภาพการณ์เพื่อเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้นั้น อาจใช้เครื่องมือช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมายได้ จะเห็นว่าในปัจจุบันได้มีการพัฒนาการสอนเป็นวิธีสอนแบบหนึ่งให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง วิธีการเรียนแบบนี้ผู้เรียนจะเรียนจากวัสดุการสอนที่มีลักษณะเป็นคู่มือ และเป็นผู้ทำการศึกษาและตอบคำถามต่าง ๆ ด้วยตนเอง สำหรับวิวัฒนาการทางด้านวิธีการของการสอนจะมีหลายรูปแบบ เช่น เป็นแผ่น เป็นเล่ม ฯลฯ เพื่อสนองจุดมุ่งหมายในการเรียนการสอนที่ตั้งไว้ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพื่อให้สะดวกต่อการใช้ในการเรียนการสอน (รัตนภรณ์ กัญบำรุง, 2520)

การวิจัยของ อุไรวรรณ หงษ์เหมือน (2521) กล่าวว่า การขาดอาหารตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยก่อนเรียนมีผลโดยตรงต่อพัฒนาการทางด้านร่างกายและสติปัญญา ความล่าช้าของการเจริญเติบโตทางร่างกาย จะเห็นได้ชัดจากส่วนสูงและน้ำหนักเพราะความเจริญเติบโตในชีวิตมนุษย์ ไม่มีระยะใดที่จะมีมากและรวดเร็วเท่ากับระยะนี้ โดยเฉพาะความเจริญเติบโตทางสมอง ประกอบกับการวิจัยของสมจิตต์ นครพานิชและคณะ (2521) พบว่าผู้ที่มีบทบาทต่อการสร้างค่านิยมการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหารของเด็กได้แก่ผู้ใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา ผู้เลี้ยงดูและบุคลากรในโรงเรียน ครอบครัวและโรงเรียนเป็นแหล่งกำหนดพฤติกรรม เจตคติ ความรู้และ



ประสบการณ์ให้แก่เด็กเรียน ถ้านักเรียน ได้ฝึกบริโภคนิสัยที่ไม่ดีจะมีผลทำให้เกิดการขาดอาหารใน เวลาต่อมาได้

จากข้อมูลข้างต้นทำให้ผู้วิจัยสนใจจะพัฒนา โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้าน โภชนาการ ของผู้ประกอบการในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานขึ้น

ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานในการวิจัยว่า

1. หลังการทดลอง ผู้ประกอบการกลุ่มทดลองมีความรู้ด้าน โภชนาการสูงกว่าผู้ประกอบการ กลุ่มควบคุม
2. หลังการทดลอง เด็กปฐมวัยในกลุ่มทดลองที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานจะมี น้ำหนักตัวเพิ่มสูงขึ้นจนเข้าเกณฑ์มาตรฐาน มีจำนวนมากกว่ากลุ่มควบคุม

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่า เกณฑ์มาตรฐาน ในโครงการตามพระราชดำริ ๗ และเด็กปฐมวัยเหล่านั้นกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก จำนวน 60 คน ในปีการศึกษา 2534
2. เนื้อหาในคู่มือที่ใช้ใน โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้าน โภชนาการของผู้ประกอบการมีดังนี้
  - 2.1 การเจริญเติบโตของเด็กอายุ 3-6 ปี
  - 2.2 การขาดสารอาหารของเด็ก
  - 2.3 ความสำคัญของอาหารที่มีต่อเด็กวัยนี้
  - 2.4 อาหารหลัก 5 หมู่ และคุณค่าทางอาหาร
  - 2.5 ตารางแสดงพลังงานและคุณค่าทางอาหาร
  - 2.6 รายการอาหารพร้อมจำนวนแคลอรี
  - 2.7 ข้อเสนอแนะในการให้อาหารเด็ก
  - 2.8 อาหารที่ไม่ควรให้เด็กและความปลอดภัยในการกิน
  - 2.9 การเลือกซื้อ เตรียมปรุง และเก็บอาหาร
  - 2.10 สุขนิสัยและมารยาทในการกินอาหาร
  - 2.11 การดูแลรักษาปากและฟัน
  - 2.12 บันทึกการเจริญเติบโตของเด็กด้านน้ำหนักและส่วนสูง

- 2.13 น้ำนมมีประโยชน์
3. ตัวแปรที่จะศึกษา
  - 3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การให้ความรู้แก่ผู้ปกครองด้วยคู่มือส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ
  - 3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่
    - ก. คะแนนความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง
    - ข. น้ำหนักของเด็กปฐมวัย
4. ระยะเวลาดำเนินการของการใช้คู่มือเป็นเวลา 3 เดือน
5. ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นวิทยากรในการอบรมชี้แจงการใช้คู่มือก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม

#### ข้อตกลงเบื้องต้น

การพัฒนาด้านร่างกายของเด็กทำได้โดยการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการให้แก่ผู้ปกครอง

#### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

เด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน หมายถึง เด็กนักเรียนทั้งเพศชายหญิงที่มีอายุระหว่าง 3-6 ปี กำลังศึกษาอยู่ในชั้นเด็กเล็กหรือชั้นอนุบาลของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก ประจำปีการศึกษา 2534 เมื่อเด็กในกลุ่มดังกล่าวได้รับการชั่งน้ำหนัก แล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานของเด็กอายุเดียวกัน โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย ปี 2532 ซึ่งเรียงลำดับตา อายุเป็นรายเดือน ถ้าเด็กมีน้ำหนักไม่ถึงค่าน้ำหนักที่ปรากฏในตารางถือว่าเป็นเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน

ผู้ปกครอง หมายถึง พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่มีความสัมพันธ์กับเด็ก โดยอยู่ร่วมกันในครอบครัว และมีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรงในการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในโครงการตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก



แบบทดสอบความรู้ หมายถึง แบบทดสอบที่ใช้ประเมินความรู้ของผู้ปกครองที่ครอบคลุมเนื้อหาทางด้านโภชนาการ 13 เรื่อง

โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง หมายถึง การให้ความรู้ที่จัดขึ้นโดยเน้นหนักทางด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ให้มีน้ำหนักเพิ่มขึ้นจนเข้าเกณฑ์มาตรฐาน ภายในระยะเวลา 3 เดือน ประกอบไปด้วยองค์ประกอบดังนี้ หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์ เป้าหมาย หลักสูตร วิธีการดำเนินการ สื่อที่ใช้ประกอบ และการประเมินผล

การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง หมายถึง การนำความคิดเกี่ยวกับการให้การศึกษาสำหรับผู้ปกครองในเรื่อง โภชนาการ มาสร้างเป็นวิธีการให้ความรู้แก่ผู้ปกครอง ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน

คู่มือ หมายถึง หนังสือที่ใช้เป็นสื่อในโปรแกรมการส่งเสริมความรู้สำหรับผู้ปกครอง เป็นหนังสือที่มีแนวคิดพื้นฐานในการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการสำหรับผู้ปกครอง มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ปกครองใช้ศึกษาจนสามารถนำไปปฏิบัติได้ ลักษณะเป็นหนังสือภาพมีกิจกรรม อาทิ ระบายสี คำคล้องจอง เพลง เป็นต้น มีคำชี้แจงการใช้คู่มือและลำดับขั้นตอนของการใช้คู่มือ ภายในบรรจุเนื้อหาสาระด้านโภชนาการ จำนวน 13 เรื่อง

โครงการตามพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี หมายถึง โครงการที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มีพระราชดำริที่พระราชทานความช่วยเหลือให้แก่สถานศึกษาที่ขาดแคลน โดยพระราชทานคำแนะนำ พระราชทานอุปกรณ์การเกษตร เมล็ดพันธุ์ และพระราชทรัพย์เพื่อให้โรงเรียนจัดทำโครงการเกษตรเพื่ออาหารกลางวัน โดยมีพระราชประสงค์ ให้นำผลผลิตมาประกอบอาหารให้เด็กรับประทาน และมีเจ้าหน้าที่จากสำนักพระราชวังติดตามผลการดำเนินงานเดือนละ 1 ครั้ง

โรงเรียนในโครงการตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี หมายถึง โรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดนครนายก ที่มีโครงการเกษตรเพื่ออาหารกลางวัน ตามพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และเป็นโรงเรียนที่เคยดำเนินโครงการปรับปรุงภาวะโภชนาการ ตามพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (กรกฎาคม - ตุลาคม 2533) ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 14 โรงเรียน

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยมีวิธีดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน คือ

1. การร่างโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ
2. การทดลองใช้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ
3. การปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ

#### 1. การร่างโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ

- 1.1 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง โภชนาการ
- 1.2 สัมภาษณ์เด็กปฐมวัยทุกคน โดยการชั่งน้ำหนักแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย ปี 2532 ซึ่งเรียงลำดับอายุเป็นรายเดือน ปรากฏว่าเด็กมีน้ำหนักไม่ถึงค่าน้ำหนักที่ปรากฏในตาราง ถือว่าเป็นเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน มีจำนวนทั้งสิ้น 68 คน
- 1.3 สัมภาษณ์ความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครองเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ทั้ง 68 คน ด้วยแบบสอบถาม เพื่อศึกษาว่าผู้ปกครองไม่มีความรู้ในเรื่องใด และจะต้องให้การศึกษในเรื่องใดเป็นพิเศษ
- 1.4 นำข้อมูลที่ได้อามาสังเคราะห์ ทำให้ได้เนื้อหาสาระที่เหมาะสม จำนวน 13 เรื่อง และนำมาสร้างเป็นหนังสือภาพเพื่อใช้เป็นคู่มือสำหรับผู้ปกครอง ในการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน
- 1.5 ร่างโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย เนื้อหา การดำเนินการ สื่อการเรียนรู้ ประเมินผล



1.5 ร่างโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย เนื้อหา การดำเนินการ สื่อการเรียนรู้ ประเมินผล

## 2. การทดลองใช้โปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ

2.1 สํารวจน้ำหนักเด็กปฐมวัย โดยการชั่งน้ำหนักเด็กปฐมวัยทุกคน จำนวน 510 คน จาก 14 โรงเรียนในโครงการตามพระราชดำริ ได้เด็กที่มีต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จำนวน 68 คน

2.2 เชิญผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาเข้ารับการอบรม เพื่อชี้แจงการใช้คู่มือ ฯ โดยแบ่งตามความสมัครใจของผู้ที่มาเข้ารับการอบรม จำนวน 34 คนเป็นกลุ่มทดลอง ผู้ไม่สมัครใจเข้าอบรม จำนวน 34 คนให้เป็นกลุ่มควบคุม

2.3 ประเมินความรู้ของผู้ปกครองทั้งหมด ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ทั้งแก่ผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมและผู้ที่ไม่เข้าร่วมโปรแกรม .

2.4 ผู้ปกครองกลุ่มทดลองหรือกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรม จะได้รับคู่มือ ฯ ไปศึกษาด้วยตนเองที่บ้าน โดยศึกษาสัปดาห์ละ 1 เรื่อง เป็นเวลา 3 เดือน ทุกสัปดาห์ผู้วิจัยไปสังเกตพฤติกรรมของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กที่บ้าน เพื่อตรวจดูการปฏิบัติตามคู่มือ ฯ และช่วยสอนเสริมให้ในกรณีผู้ปกครองไม่มีเวลาศึกษา

2.5 ประเมินความรู้ของผู้ปกครองทั้งหมด หลังการเข้าร่วมโปรแกรม แก่ผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมและผู้ที่ไม่เข้าร่วมโปรแกรม

2.6 ชั่งน้ำหนักเด็กปฐมวัยทุกคนอีกครั้งหนึ่ง

2.7 วิเคราะห์ผลการทดลอง

## 3. การปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ

นำผลการทดลองตลอดจนปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการทดลองมาหาข้อบกพร่องในการจัดทำคู่มือและมาปรับปรุงให้คู่มือสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ตลอดจนปรับปรุงการดำเนินงานอื่น ๆ ทุกขั้นตอนเพื่อนำมาปรับปรุงการจัดทั้งโปรแกรม แล้วนำเสนอโปรแกรมส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการสำหรับผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อให้เด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ได้รับการพัฒนาทางด้านร่างกาย และการส่งเสริมโภชนศึกษาไปในทางที่ถูกต้อง
2. เพื่อให้สถาบันครอบครัวที่มีหน้าที่ดูแลเอาใจใส่ใกล้ชิด โดยเฉพาะในเรื่องการอบรม เลี้ยงดูเด็ก ให้มีความรู้ในเรื่องการให้อาหารที่มีประโยชน์แก่เด็กได้อย่างถูกต้อง เนื่องจากอาหารมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายและสติปัญญา
3. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้เกี่ยวข้องกับการให้การดูแลเด็ก เช่น ผู้ดูแลเด็ก ครูและ พี่เลี้ยงเด็ก สามารถให้การป้องกันการเกิดน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของเด็กที่ ให้การดูแลอยู่ ด้วยวิธีการอบรมเลี้ยงดูและการให้โภชนศึกษาแก่เด็กอย่างง่าย ๆ เหมาะสมและถูกต้อง
4. ผลของการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อการวางแผนทาง การป้องกันภาวะทุพโภชนาการด้วยการให้ความรู้แก่ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยโดยตรง
5. ผลของการศึกษาจะเป็นการกระตุ้นให้รัฐบาลเห็นความสำคัญของการพัฒนาเด็ก เพื่อ จะได้กำหนดเป็นแผนและนโยบายของชาติต่อไป

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย