

แนวทางการส่งเสริมภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก  
ขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม อำเภอบ้านลาด จังหวัดเพชรบุรี

Guidelines to promote children's nutritional status in child development centers  
of Raimakham Sub-District Administrative Organization

Ban Lat District Phetchaburi Province

รัชดาวัลย์ จิตรพรกุลวศิน<sup>1</sup> บุญตา กลิ่นมาลี<sup>1</sup> บวรจิต เมธาทิ<sup>1</sup> อรรวรรณ ม่วงวงษา<sup>1</sup>

E-mail: kate\_nu071@yahoo.com

โทรศัพท์ 0819399115

**บทคัดย่อ**

การศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวางในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม 2) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม และ 3) ศึกษาแนวทางการส่งเสริมภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ เด็กอายุ 2-4 ปี ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม อ.บ้านลาด จ.เพชรบุรี ระหว่างเดือนตุลาคม 2560 – กันยายน 2561 จำนวน 35 คน และผู้เลี้ยงดูหลัก จำนวน 35 คน ครูหรือผู้ดูแลเด็กในศูนย์เด็กเล็ก จำนวน 2 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการศึกษาพบว่า เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ ร้อยละ 85.70 มีภาวะโภชนาการค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 8.60 มีภาวะโภชนาการมากกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 5.70 ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองอยู่ในระดับปานกลาง ( $\mu = 19.91$ ,  $\sigma = 4.28$ ) ทักษะคิดเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครองอยู่ในระดับสูง ( $\mu = 3.84$ ,  $\sigma = 0.41$ ) การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของครอบครัวอยู่ในระดับดีมาก ( $\mu = 3.38$ ,  $\sigma = 0.26$ ) ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครอง ( $r = 0.623$ ) และมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับส่วนสูงของเด็กเล็ก ( $r = 0.439$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แนวทางการส่งเสริมภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คือ ให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในด้านต่าง ๆ อบรมครูผู้ดูแลเด็ก แม่ครัว และจัดหางบประมาณเพิ่มเติม

**คำสำคัญ:** ภาวะโภชนาการ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

**Abstract**

This cross-sectional study aimed to 1) study children's nutritional status in child development centers of Raimakham Sub-District Administrative Organization 2) investigate factors related to children's nutritional status in child development centers 3) guidelines to promote children's nutritional status in child development centers. The population was 35 children aged 2-4 years in child development centers between October 2017 - September 2018, 35 parent and 2 teacher or caretaker. Data were collected by interview and questionnaires. Data were analyzed by using percentage, mean, standard deviation and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient. The result

<sup>1</sup> อาจารย์ประจำ สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

showed that children's nutritional status in child development centers 85.70 % normal, 8.60 % Lower than normal and 5.70% higher than normal. The knowledge of food and nutrition of parents was at a moderate level ( $\mu=19.91$ ,  $\sigma= 4.28$ ). The attitude of parents' diet was high level ( $\mu= 3.84$ ,  $\sigma= 0.41$ ). The practice of family food consumption is very good ( $\mu= 3.38$ ,  $\sigma= 0.26$ ). The knowledge of food and nutrition of parents was related to attitude of parents' diet ( $r = 0.623$ ) and related to The height of young children ( $r = 0.439$ ) ( $p < .05$ ). The guidelines to promote children's nutritional status in child development centers were allowing parents to participate in various aspects, educate teachers, childcare, cooks and supply additional budget

**Keywords:** nutritional status, child development centers

## ความเป็นมาของปัญหา

อาหารมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย และสติปัญญา อาหารและโภชนาการในช่วงวัยทารกและเด็ก เป็นพื้นฐานสำคัญของการมีสุขภาพและสติปัญญาที่ดีในระยะยาว (อุไรพร จิตต์แจ้ง และประไพศรี ศิริจักรวาล, 2556) จากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552 พบว่าพฤติกรรมกรกินของเด็ก คือ กินอาหารไม่ครบ 3 มื้อต่อวัน ไม่กินอาหารมื้อเช้า ไม่กินผัก และผลไม้ทุกวัน และไม่ดื่มนมทุกวัน และยังกินอาหารว่างที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ เช่น ขนมและเครื่องดื่มที่มีรสหวานจัด ขนมขบเคี้ยว เป็นต้น ปริมาณอาหารที่เด็กได้รับไม่เพียงพอ ได้แก่ กลุ่มผัก กลุ่มผลไม้ และกลุ่มนม เป็นผลให้เด็กบางคนได้รับพลังงานไม่เพียงพอ บางคนได้รับพลังงานมากเกินไป แต่ขาดแคลเซียม เหล็ก วิตามินเอ และวิตามินซี จึงมีผลต่อการเจริญเติบโตเต็มศักยภาพ (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2552 :69-77) นอกจากนี้ปัญหาภาวะโภชนาการในเด็กปฐมวัยจะเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญในประเทศไทยแล้วยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญทั่วโลก โดยเฉพาะปัญหาภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ (WHO, 2016) ดังนั้น การส่งเสริมและพัฒนาพฤติกรรมด้านโภชนาการที่พึงประสงค์ให้กับเด็กปฐมวัย การบริหารจัดการด้านอาหารและโภชนาการในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กจึงเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมภาวะโภชนาการเด็ก

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กนับเป็นสถานที่ที่ทำหน้าที่เลี้ยงดูเด็กแห่งที่สองรองจากพ่อแม่และญาติ ดังจะเห็นได้ว่ามีเด็กปฐมวัยที่ได้รับการเลี้ยงดูในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเป็นจำนวนมาก ข้อมูลจากกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่นพบว่า มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่สังกัดหน่วยงานภาครัฐ รวมทั้งสิ้น 14,326 แห่ง (มาตรฐานการดำเนินงานศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น, 2559) อาหารเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กให้มีพัฒนาการและการเจริญเติบโตสมวัย การจัดหาอาหารจะต้องคำนึงถึงคุณค่าทางสารอาหารเพื่อให้เด็กได้รับอาหารที่เพียงพอทั้งปริมาณและคุณภาพ นอกจากนี้ยังเป็นการปลูกฝังลักษณะนิสัยในการรับประทานให้กับเด็กด้วย จากรายงาน

การสำรวจการจัดอาหารและโภชนาการในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ปี 2557 ของสำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ(สสส) (แผนงานวิจัยนโยบายอาหารและโภชนาการเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ, 2557: 1-2) เก็บรวบรวมข้อมูลจากศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และกรุงเทพมหานคร จำนวน 500 แห่ง จาก 6 จังหวัดทั่วประเทศ พบว่า เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีปัญหาน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์อายุ ร้อยละ 18.2 น้ำหนักเกินเกณฑ์อายุ ร้อยละ 11.2 ส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์อายุ ร้อยละ 18.3 ซึ่งแสดงให้เห็นถึงภาวะขาดสารอาหารเป็นระยะเวลานาน สำหรับการจัดการอาหารพบปัญหาและอุปสรรค คือ การขาดความช่วยเหลือ และร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารและโภชนาการ (ร้อยละ 47.1) รองลงมา คือ การขาดอุปกรณ์หรือเครื่องอำนวยความสะดวกต่อการจัดเตรียมอาหารหรือเก็บรักษาอาหาร (ร้อยละ 45.83) และลำดับ 3 คือ การขาดแหล่งความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ (ร้อยละ 41.4)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะสำรวจภาวะโภชนาการเด็ก ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ เพื่อจะได้ทราบสถานการณ์ของภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัยที่เป็นปัจจุบัน ทราบแนวทางในการพัฒนาเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลภาวะโภชนาการเด็ก และสามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพอนามัยเด็กให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม
- 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม
- 3) เพื่อศึกษาแนวทางการส่งเสริมภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ประเภทของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวาง(Cross-sectional analytic studies)โดยเน้นศึกษาภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม

### 2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือเป็นเด็กอายุ 2-4 ปี ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม อ.บ้านลาด จ.เพชรบุรี ระหว่างเดือนตุลาคม 2560 – กันยายน 2561 จำนวน 35 คน และประชากรผู้ให้ข้อมูลโดยการตอบแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์คือผู้เลี้ยงดูหลักหรือผู้ดูแลจำนวน 35 คน ครูหรือผู้ดูแลเด็กในศูนย์เด็กเล็ก จำนวน 2 คน

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้เป็นแบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม ตรวจสอบความถูกต้องตรงตามเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน และหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายกันจำนวน 30 คน ด้วยวิธีของ Cronbach Alpha Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้ ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครอง (0.807)ทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครอง (0.875) และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของครอบครัว (0.807)

### 4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1) ประสานงานกับองค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขามเพื่อขออนุญาตเข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูล

2) ผู้วิจัยออกแบบสอบถามตามกรอบแนวคิดที่ได้กำหนดไว้

3) แจกแบบสอบถามไปยังผู้ปกครองของเด็กซึ่งในกลุ่มประชากร พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการศึกษา การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างและทำความเข้าใจในแบบสอบถาม และเก็บแบบสอบถามกลับคืน

4) ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของแบบสอบถาม เพื่อคัดเลือกแบบสอบถามที่ไม่ครบถ้วนออก

5) ลงรหัสแบบสอบถาม

### 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาโดยใช้ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### 6. การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ผ่านการเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจัดสรรทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และผู้วิจัยได้ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงสิทธิการตัดสินใจเข้าร่วมและปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยไม่ส่งผลใดๆ ต่อสุขภาพและสิทธิประโยชน์ กลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยมีอิสระในการออกจากโครงการวิจัยทันทีที่มีความต้องการโดยไม่เสียผลประโยชน์ใดๆ และผู้วิจัยเคารพในบุคคลกลุ่มตัวอย่าง เคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ นำเสนอข้อมูลผลการวิจัยในภาพรวม ไม่ส่งผลเสียหายต่อบุคคล

## ผลการวิจัย

1.ภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขามส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 85.70 มีภาวะโภชนาการค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 8.60 และมีภาวะโภชนาการมากกว่าเกณฑ์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 5.70

2. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัว ผู้ปกครองที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นมารดา ร้อยละ 85.7 ผู้จัดเตรียมอาหารของครอบครัว เป็นมารดา ร้อยละ 88.60 ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 20-30 ปี ร้อยละ 51.4 ประกอบอาชีพค้าขายและรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 28.6 มีการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 34.3 การศึกษามัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ปวช. ร้อยละ 31.5 มีรายได้ต่อเดือน 10001-20000 บาท

ร้อยละ 40.0 เป็นครอบครัวขยาย ร้อยละ 74.2 ครอบครัวเดี่ยว ร้อยละ 22.9

3. ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ( $=19.91$ ,  $= 4.28$ ) คะแนนสูงสุด เท่ากับ 25 คะแนน คะแนนต่ำสุด เท่ากับ 12 คะแนน

4. ทักษะคิดเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครองโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ในรายชื่อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ อาหารมื้อเช้าเป็นมื้อที่มีความสำคัญต่อร่างกายมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ปลาเป็นแหล่งโปรตีนที่เหมาะสมกับคนทุกวัย และการใส่ผงชูรส ไม่ทำให้อาหารมีประโยชน์ต่อร่างกายดีขึ้น มีทัศนคติอยู่ในระดับสูงที่สุดตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ เด็กที่กินแต่กับข้าวจะทำให้เป็นตานขโมย อาหารที่ดี คือ อาหารที่กินแล้ว มีรสชาติอร่อย อิ่มนาน ไม่หิวง่าย และการรับประทานไขมันที่ได้จากสัตว์จะดีกว่ารับประทานไขมันที่ได้จากพืช มีทัศนคติอยู่ในระดับปานกลาง

5. การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของครอบครัวโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับดีมาก ในรายชื่อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ จัดอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ ให้เด็กรับประทาน สังเกต วันหมดอายุ ของผลิตภัณฑ์อาหาร และเครื่องดื่ม และเก็บอาหารไว้ในภาชนะที่มีดซิดหลังปรุงอาหารเสร็จ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับดีมาก ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ให้เด็กรับประทานขนมกรุบกรอบหรือน้ำอัดลมก่อนรับประทานอาหารมื้อหลัก และให้เด็กดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานผสมสี มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

6. ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครอง ( $r = 0.623$ ) และมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับส่วนสูงของเด็กเล็ก ( $r = 0.439$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และน้ำหนักของเด็กเล็กมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับส่วนสูงของเด็กเล็ก ( $r = 0.638$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

7. การจัดหาอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กเล็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สรุปได้ว่า

7.1 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก รับผิดชอบตั้งแต่อายุ 2 ปี ถึง 4 ปี ปัจจุบันมีจำนวนเด็กทั้งหมด 35 คน เพศชาย 11 คน เพศหญิง 14 คน ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยที่สุดในเด็ก คือ ใช้หวัด ท้องร่วง และ อาหารเป็นพิษ มีบุคลากรประจำศูนย์ 4 คน

7.2 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก มีการจัดอาหารอาหารว่างตอนเช้า อาหารกลางวัน และอาหารว่างบ่าย แจกแม่ครัวทำมาจากที่บ้านในมื้อกลางวัน ส่วนอาหารว่างเช้าและบ่ายผู้ดูแลในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กจะสับเปลี่ยนเวรกันทำงบประมาณที่ได้รับในการจัดอาหารวันละ 20 บาท ต่อเด็กเล็ก 1 คน ซึ่งไม่เพียงพอ ควรมีการปรับเพิ่มเป็น 25 บาท/คน/วัน เงินสนับสนุนเพิ่มเติม ได้จาก พ่อแม่ ผู้ปกครองเด็ก วัตถุประสงค์ในการประกอบอาหาร ซื้อจากเกษตรกรโดยตรง และซื้อจากตลาดสด นมที่จัดให้เด็กจะซื้อจากบริษัทนม ผู้กำหนดเมนูอาหาร คือ หัวหน้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เคยได้รับการอบรมโภชนาการ หลักสูตร โภชนาการเด็กปฐมวัย ความถี่ในการเวียนกลับมาทำเมนูเดิม ประมาณ 3-4 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ช่วยจัดเมนูอาหาร ใช้ คู่มือการจัดเมนูอาหารจากกรมอนามัย

## อภิปรายผล

1. ภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขามเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขามส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 85.70 มีภาวะโภชนาการค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 8.60 และมีภาวะโภชนาการมากกว่าเกณฑ์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 5.70 ทั้งนี้แสดงให้เห็นถึงการมีภาวะโภชนาการที่ดีของเด็กก่อนวัยเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขามเองได้มีการเฝ้าระวังและส่งเสริมภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงเป็นประจำทุกเดือนเพื่อประเมินภาวะโภชนาการ สอดคล้องกับ วีรวัลย์ ศิรินาม (2561) พบว่าเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 7.1 ภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 81.1 และภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 11.1 สอดคล้อง

กับงานวิจัยของ บุปผา เครือวิเสน (2557) พบว่า เด็กก่อนวัยเรียนมีภาวะโภชนาการในภาพรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยมี ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุร้อยละ 96.2 รองลงมาคือ น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ร้อยละ 73.2 และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงร้อยละ 61.6 ตามลำดับ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรวัลย์ ศิรินาม (2561) ที่พบว่า เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 7.1 ภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 81.1 และภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 11.1

2. ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จากผลของการวิจัยพบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 34.3 การศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย หรือ ปวช. ร้อยละ 31.5 แสดงว่ามีพื้นฐานความรู้ด้านโภชนาการ สอดคล้องกับการศึกษาของ รัฐพร หมั่นแสง (2556) ที่พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการ โดยรวมในระดับ ดี อาจเนื่องจากข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครองพบว่าส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 ทำให้มีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ ซึ่งการที่ผู้ปกครองมีความรู้ทางด้านนี้ในระดับดี ทำให้สามารถจัดหาอาหารให้เพียงพอต่อร่างกายของเด็กก่อนวัยเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรวัลย์ ศิรินาม (2561) ที่พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับปานกลาง

3. ทักษะเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครองโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้แสดงว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีเจตคติที่ถูกต้องในการรับประทานอาหารและการจัดการอาหารให้กับลูก ทำให้เกณฑ์ภาวะโภชนาการส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรวัลย์ ศิรินาม (2561) ที่พบว่า เจตคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง เจตคติด้านบวก พบว่าส่วนใหญ่มีเจตคติในระดับดี มีค่าเฉลี่ย 2.52 สัดส่วนร้อยละ 75.4 รองลงมามีเจตคติในระดับปานกลาง ร้อยละ 24.6 เจตคติด้านลบ พบว่าส่วนใหญ่มีเจตคติในระดับดี มีค่าเฉลี่ย 1.8 สัดส่วนร้อยละ 55.6 รองลงมามี เจตคติในระดับ

ดีมาก ร้อยละ 28.5 และเจตคติในระดับปานกลาง ร้อยละ 15.9

4. การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของครอบครัวโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับดีมาก ทั้งนี้แสดงว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและการจัดการอาหารให้กับลูก ทำให้เกณฑ์ภาวะโภชนาการส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรวัลย์ ศิรินาม (2561) ที่พบว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดการอาหารของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า การปฏิบัติด้านบวก พิจารณาตามรายชื่อที่มีการปฏิบัติระดับดีมาก ได้แก่ จัดอาหารประเภทเนื้อสัตว์ให้เด็กรับประทาน มีค่าเฉลี่ย 3.80 รองลงมา เด็กได้รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ ค่าเฉลี่ย 3.63 การจัดการอาหารให้กับเด็กมีการปฏิบัติในระดับดี ได้แก่ ท่านให้เด็กใช้ช้อนกลาง ค่าเฉลี่ย 3.16 รองลงมา ท่านให้เด็กรับประทานไข่ ค่าเฉลี่ย 3.17 การปฏิบัติด้านลบ พิจารณาตามรายชื่อที่มีการปฏิบัติในระดับดี ได้แก่ ให้เด็กดื่มน้ำ อัดลมหรือน้ำ หวานผสมสี ค่าเฉลี่ย 1.99 รองลงมา ท่านให้เด็กรับประทานเนื้อสัตว์ติดมัน เช่นหมูสามชั้น มีค่าเฉลี่ย 2.33 การปฏิบัติในระดับปานกลาง ได้แก่ ท่านให้เด็กรับประทานขนมกรุบกรอบ ค่าเฉลี่ย 2.63

5. ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครอง ( $r = 0.623$ ) และมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับส่วนสูงของเด็กเล็ก ( $r = 0.439$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้แสดงว่า ถ้าผู้ปกครองมีความรู้ด้านอาหารและโภชนาการสูงขึ้นก็จะมีทัศนคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหารดีขึ้นตามไปด้วย และจะส่งผลต่อความสูงของเด็กเล็กด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรวัลย์ ศิรินาม (2561) ที่พบว่า ภาวะโภชนาการเด็กมีความสัมพันธ์เชิงบวกหรือทิศทางเดียวกันกับความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารมีความสัมพันธ์เชิงบวกหรือทิศทางเดียวกันกับเจตคติเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร และการปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดการอาหาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

## สรุปผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้พบว่า เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ ร้อยละ 85.70 มีภาวะโภชนาการค่อนข้างน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 8.60 มีภาวะโภชนาการมากกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 5.70 ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองอยู่ในระดับปานกลาง ทักษะคิดเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครองอยู่ในระดับสูง การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของครอบครัวอยู่ในระดับดีมาก ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับทักษะคิดเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้ปกครอง และมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับส่วนสูงของเด็กเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการตรวจประเมินภาวะโภชนาการของเด็กเล็ก
2. จัดการประชุมเชิงปฏิบัติการ ให้ผู้ปกครองได้แลกเปลี่ยน ความรู้ประสบการณ์และรับทราบการปฏิบัติงานต่าง ๆ ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
3. จัดตั้งคณะกรรมการเพื่อหางบประมาณสนับสนุนเพิ่มเติมในการบริหารและพัฒนางานต่าง ๆ ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
4. ให้มีการอบรมพัฒนาครูพี่เลี้ยง และผู้ประกอบอาหาร ในเรื่องของโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน และการสุขาภิบาลอาหาร

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากประชากรที่ศึกษาในครั้งนี้มีจำนวนน้อย ทำให้มีข้อจำกัดทางสถิติ จึงควรศึกษากับกลุ่มประชากรขนาดใหญ่ขึ้น อาจศึกษาเป็นระดับอำเภอหรือจังหวัด โดยกำหนดศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่มีบริบทใกล้เคียงกัน
2. ควรดำเนินการวิจัยในเชิงทดลอง โดยพัฒนาแนวทางการส่งเสริมภาวะโภชนาการในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กแล้วนำไปทดลองใช้จริง

3. ควรวิจัยแนวทางการสร้างการมีส่วนร่วมและการสนับสนุนของชุมชนในการบริหารจัดการศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

## เอกสารอ้างอิง

กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย.

(2559). **มาตรฐานการดำเนินงานศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ประจำปีงบประมาณ 2559**. กรุงเทพฯ: กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย.

บุปผา เครีวิเสน. (2557). **ภาวะโภชนาการและระดับความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กก่อนวัยเรียน ศูนย์สันติศึกษาพัฒนาเด็กเล็ก**. การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาการศึกษาศาสตร์ศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

รัฐพร หมั่นแสง. (2556). **ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการของผู้ปกครองกับภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาลเทศบาลตำบลยุหว่า อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่**. การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาการศึกษาศาสตร์ศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วีรวัลย์ ศิรินาม. (2561). **ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่**. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย (2552). **รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 4 พ.ศ. 2551-2552**. สุขภาพเด็ก. กรุงเทพฯ : เดอะกราฟิโก ซิสเต็มส์ จำกัด..

สำนักงานสถิติแห่งชาติ, องค์การยูนิเซฟ, กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ และสำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่าง

ประเทศ. (2556). การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ.2555. กรุงเทพฯ : เดอะกราฟิก ซิสเต็มส์ จำกัด..

อุไรพร จิตต์แจ้ง, ประไพศรี ศิริจักรวาล. (2556). ข้อเสนอแนะแนวทางการจัดอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กในโรงเรียน มาตรฐานอาหารกลางวันและอาหารเสริมโรงเรียนสำหรับวัยเรียนไทย. การพัฒนาคุณภาพอาหารในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียน. โรงแรมริชมอนด์ จังหวัดนนทบุรี.