

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก มีขั้นตอนในการพัฒนาและสรุปผลการพัฒนาได้ดังนี้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทาน ผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ให้มีประสิทธิภาพ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ ก่อน – หลัง จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

สมมติฐานของการพัฒนา

1. หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทาน ผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยมีประสิทธิภาพ
2. ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ดีกว่า ก่อนการใช้หนังสือนิทานส่งเสริม พฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

วิธีดำเนินการ

ผู้รายงานดำเนินการพัฒนาตามกระบวนการวิจัย แบ่งออกเป็นขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ประสิทธิภาพหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทาน ผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ให้มีประสิทธิภาพ แหล่งข้อมูลได้จาก ผู้เชี่ยวชาญ ด้านเนื้อหา ด้านการจัดการเรียน การสอนระดับปฐมวัย จำนวน 3 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านความสอดคล้องของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าดัชนี ความสอดคล้อง

ขั้นตอนที่ 2 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน -หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย กลุ่มที่ใช้ในการทดลองได้จากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Random Sampling) โดยเลือกเด็กปฐมวัย ห้องเตรียม 1 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก จำนวน 10 คน ที่เรียนระดับปฐมวัย ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 แบบแผนการทดลองครั้งนี้ ใช้กลุ่มเดียวทดสอบก่อน - หลัง (One – Group Pretest- Posttest Design) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดประสบการณ์การใช้หนังสือนิทาน ส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย หนังสือ นิทาน ส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย แบบทดสอบความรู้ และ แบบสังเกตพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

สรุปผลการพัฒนา

1. การพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยให้มีประสิทธิภาพ

1.1 การพิจารณาความเหมาะสมของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน โดยมีค่าเฉลี่ยความเหมาะสมเท่ากับ 1.00

2. การเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

2.1 ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มีค่าเท่ากับ 86.95 หมายความว่า เด็กมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย เพิ่มขึ้น ร้อยละ 86.95

2.2 ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรม ด้านการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มีค่าเท่ากับ 85.71 หมายความว่า เด็กมีพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย เพิ่มขึ้น ร้อยละ 85.71

2.3 คำนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มีค่าเท่ากับ 75.00 หมายความว่า เด็กมีพฤติกรรม ด้านจิตพิสัย การรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย เพิ่มขึ้น ร้อยละ 75.00

2.4 ผลการเปรียบเทียบ ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 10 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.5 ผลการเปรียบเทียบ ผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 10 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.6 ผลการเปรียบเทียบ ผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 10 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

ผลจากการพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สามารถอภิปรายผลการพัฒนาได้ดังนี้

1. การพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ให้มีประสิทธิภาพ จากการพิจารณาความเหมาะสมของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน พบว่ามีความเหมาะสม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้พัฒนาได้รับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญหลาย ๆ ท่านที่ทำการสอนเด็กปฐมวัยที่พบกับสภาพปัญหาการจัดการเรียนการสอนโดยตรง และผู้วิจัยได้ศึกษาหนังสือ หลักสูตร คู่มือครู เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จึงดำเนินการเขียน โครงร่างของแผนการจัดการจัดการเรียนรู้ และหนังสือนิทานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ซึ่ง

ในการหาประสิทธิภาพของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย เป็นเพราะในกระบวนการพัฒนานิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ผู้รายงานมีการแก้ไขข้อบกพร่องอยู่ตลอดเวลา ทั้งในการแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ก่อนนำไปใช้ในการพัฒนาส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ผู้รายงานได้นำปัญหาพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มาใช้ในการสร้างเนื้อหาของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ทั้งนี้ยังสอดคล้องกับ สำนักงานเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช (2535, หน้า367) ได้กล่าวถึง เด็กปฐมวัยเป็นเด็กที่มีอายุระหว่าง 2 – 5 ปี เป็นวัยที่ยังมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการรวดเร็ว แต่น้อยกว่าวัยทารก การเลี้ยงดูและโภชนาการที่เหมาะสมจึงเป็นเรื่องสำคัญ เนื่องจากเด็กเริ่มเป็นตัวของตัวเองและสนใจสิ่งแวดล้อม การเล่นและเข้ากลุ่มเพื่อน ความสนใจด้านการรับประทานอาหารลดลง และจะเริ่มมีปฏิกิริยาต่อต้านหรือคัดค้านกับอาหาร หรือผู้เลี้ยงดู การเข้าใจจิตวิทยาเด็กในวัยนี้จึงเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้การดูแลด้านโภชนาการเด็กได้อย่างเหมาะสม และสอดคล้องต่อความต้องการของเด็ก เป็นวันที่เริ่มสร้างลักษณะนิสัยในด้านต่างๆ จึงควรฝึกเด็กให้มีลักษณะนิสัยในการบริโภคผักและผลไม้ ไม่ควรติตรสหวานตั้งแต่เด็ก ส่งเสริมให้เด็กมีภาวะโภชนาการที่เหมาะสม ไม่มากเกินไป เพราะจะมีแนวโน้มการเป็นวัยรุ่นที่อ้วน ในทางตรงข้ามภาวะขาดสารอาหารในวัยนี้และไม่ได้รับการแก้ไขก่อนอายุ 5 ปี เด็กจะเติบโตไม่ได้เต็มศักยภาพทั้งทางร่างกายและสติปัญญา ควรสร้างวินัยให้เด็กมีวินัยในการรับประทานอาหารเป็นเวลา 3 มื้อ รู้จักเลือกอาหารที่ดีมีประโยชน์ ซึ่งอาหารแต่ละชนิดจะให้ประโยชน์ที่แตกต่างกัน ดังนั้น ถ้ากินอาหารไม่ครบทุกชนิดก็จะทำให้ขาดสารอาหารบางอย่างที่ร่างกายต้องการได้ ผู้รายงานจึงได้นำมาเป็นส่วนประกอบของการพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยที่ผู้รายงานพัฒนาขึ้น จึงทำให้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยมีประสิทธิภาพ

2. ผลการใช้หนังสือ นิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยพบว่า มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของ เด็กปฐมวัย สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการ ส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ ของเด็กปฐมวัยหลังการใช้หนังสือ นิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของ เด็กปฐมวัย สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ ของเด็กปฐมวัย

หลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับงานวิจัย ปิยนันท์ แซ่จิว (2550 : บทคัดย่อ) เรื่อง ความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์ ประกอบอาหาร พบว่า เด็กปฐมวัยก่อนจัดประสบการณ์การประกอบอาหาร และระหว่างการจัด ประสบการณ์การประกอบอาหารในแต่ละสัปดาห์ มีความชอบการบริโภคผัก โดยเฉลี่ยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงระหว่างสัปดาห์ พบว่า ความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัย โดยเฉลี่ยรวมมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่.01 ในช่วง 4 สัปดาห์แรก ส่วนช่วง 4 สัปดาห์หลังมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่มี นัยสำคัญทางสถิติเมื่อวิเคราะห์คะแนนความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยแยกรายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยทั้ง 3 ด้าน มีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในลักษณะที่สอดคล้องกับการวิเคราะห์แบบคะแนนรวม

ข้อเสนอแนะ

ผลจากการพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ปฐมวัย ผู้รายงานมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

- 1.1 ครูผู้สอนเด็กปฐมวัยต้องจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการฟังนิทาน
- 1.2 ครูผู้สอนควรเตรียมคำถามเพื่อกระตุ้นให้เด็กปฐมวัยได้คิด
- 1.3 ครูผู้สอนควรเตรียมหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ ของเด็กปฐมวัย ให้เพียงพอสำหรับเด็กปฐมวัย และครูผู้สอนเด็กปฐมวัยคนอื่นจะได้นำนวัตกรรมนี้ไป ใช้สอนต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

- 2.1 ควรมีการสร้างหนังสือ นิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ ของ เด็กปฐมวัยที่หลากหลาย เพื่อใช้ในการจัดประสบการณ์ให้กับเด็กปฐมวัยในด้านอื่นๆ