

วิจัยในชั้นเรียน
เรื่อง การใช้นิทานส่งเสริมพฤติกรรม
การรับประทานผักและผลไม้

นางสาวสุมลภรณ์ ตันกรณ
รหัสนักศึกษา 571151321052
นักศึกษาโครงการ รmp.2

ประจำภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เรื่อง การใช้นิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้

ชื่อผู้วิจัย นางสาวสุมลภรณ์ ตันกรณ
ปีที่ทำวิจัย ปีการศึกษา 2561

บทนำ

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยสำหรับเด็กอายุ 3 – 5 ปี มุ่งให้เด็กมีพัฒนาการ ด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ที่เหมาะสมกับวัย คุณลักษณะตามวัยเป็นความสามารถตามวัยหรือพัฒนาการตามธรรมชาติเมื่อเด็กมีอายุถึงวัยนั้นๆ จึงกำหนดเป็นมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่ครอบคลุมพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน การจัดการศึกษาระดับปฐมวัยเป็นการจัดการศึกษาที่บ่งชี้อนาคตของชาติ ซึ่งนอกจากเป็นการเตรียมความพร้อมให้กับเด็กทุกๆ ด้าน แล้วยังเป็นการสร้างเจตคติที่ดีต่อการเรียนของเด็ก ทั้งนี้การวางรากฐานของการพัฒนาทุกด้านควรเริ่มตั้งแต่ระดับปฐมวัย เพราะการปูพื้นฐานให้เด็กมีความพร้อมนั้น ขึ้นอยู่กับการฝึกอบรมเลี้ยงดูเด็กตั้งแต่เยาว์วัย การจัดการศึกษา การพัฒนาเด็กปฐมวัยจึงควรมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กระดับปฐมวัยทุกคนเจริญเติบโต และเรียนรู้อย่างมีความสุข ดังนั้นการจัดการศึกษาให้แก่เด็กปฐมวัยหากได้รับการส่งเสริมและช่วยเหลืออย่างถูกวิธี และเป็นไปตามขั้นตอนการพัฒนาเด็กแล้วจะทำให้เด็กเหล่านั้นมีความพร้อมและศักยภาพที่จะพัฒนาต่อไป

จากการจัดประสบการณ์ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก ห้องเตรียม 2 มีจำนวน ทั้งหมด 22 คน ส่วนใหญ่พบปัญหาเกี่ยวกับการไม่รับประทานผักและผลไม้ ซึ่งสังเกตเห็นพฤติกรรมกรหลีกเลี่ยงที่จะรับประทานผักและผลไม้ เมื่อเห็น ผักและผลไม้ที่วางอยู่บนจาน ด้านหน้าของตนเอง ก็จะนั่งอยู่เฉยๆ ไม่มีการหยิบหรือจับผลไม้ และจะนำผักที่เหลืออยู่ถาดข้าวไปทิ้ง หากเด็กไม่ได้รับประทานผักและผลไม้ในปริมาณที่ไม่เพียงพอ ย่อมนำไปสู่ปัญหาความบกพร่องของพัฒนาการ และปัญหาสุขภาพ ทำให้ร่างกายไม่มีความยืดหยุ่นดี ไม่สามารถกระตุ้นการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ขาดแป้งและน้ำตาล จะทำให้การส่งสัญญาณประสาท ลดลง ไม่สามารถเสริมพลังให้กระดูกและฟันได้ ซึ่งปัญหาดังกล่าวทำให้การจัดประสบการณ์ให้กับเด็กปฐมวัยไม่เป็นไปตามที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนด

จากการศึกษางานวิจัยของ อุบลรัตน์ มูลแก้ว (2547 : หน้า 109) เรื่อง การพัฒนาแผนการจัดประสบการณ์แบบบูรณาการ เรื่องผลไม้แสนอร่อย ชั้นอนุบาลปีที่ 2 พบว่า มีประสิทธิภาพเท่ากับ 86.65/81.33 เพราะทำให้นักเรียนได้พัฒนาความคิด ให้เกิดจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ อีกทั้งได้ทำให้นักเรียนได้ทำงานร่วมกับผู้อื่น ปฏิบัติตามกิจกรรม และข้อตกลงที่วางไว้ จากการใช้หนังสือนิทานประกอบกิจกรรมเสริมประสบการณ์ เรื่องหนูนิดกับต้นไม้วิเศษ มีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าดัชนีประสิทธิผล เท่ากับ 0.6626 ซึ่งหมายความว่า นักเรียนมีความรู้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 66.26 และจากการศึกษาวิจัยของ จิตพิสุทธิ สุพิชญ์ (2552 : บทคัดย่อ) เรื่องผลการใช้หนังสือนิทานเล่มใหญ่ที่มีต่อความรู้ในการบริโภค

อาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนทานสัมฤทธิ์วิทยา อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี พบว่า หนังสือนิทานเล่มใหญ่ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์กำหนด คือ 87.47/91.87 ผลการเปรียบเทียบความรู้ในการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัยของกลุ่มทดลอง มีความรู้เพิ่มขึ้นมีค่า u เท่ากับ 1.73 คิดเป็นร้อยละ 6.92 กลุ่มควบคุม มีความรู้เพิ่มขึ้น มีค่า u เท่ากับ 1.57 คิดเป็นร้อยละ 6.28 ความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อหนังสือนิทานเล่มใหญ่ด้านลักษณะของรูปเล่ม มีความพอใจมากที่สุด ($u = 3.00$) รองลงมาคือภาพประกอบ ตัวหนังสือ เนื้อเรื่อง และสี มีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดทุกด้าน ($u = 2.98$) และจากการศึกษางานวิจัยของ ลำเพย เจริญผล (2552 : บทคัดย่อ) เรื่อง สร้างเสริมลักษณะนิสัยการรับประทานอาหาร โดยใช้นิทานประกอบภาพของนักเรียนอนุบาล 1/3 พบว่า จากการสังเกตนักเรียนทั้ง 3 คน ในการใช้นวัตกรรมและสังเกตจากการรับประทานอาหารกลางวัน ปรากฏว่า นักเรียนชอบรับประทานอาหารมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง จะเห็นได้ว่าหนังสือนิทานมีเนื้อหาเกี่ยวกับการส่งเสริม เพื่อนำมาทดลองการจัดประสบการณ์ให้กับเด็กปฐมวัย ส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในด้านการรับประทานอาหารผลไม้ที่มีประโยชน์

จากสถานการณ์ปัญหาข้างต้นผู้วิจัยจึงได้ใช้การพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมมารับประทาน ผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย เพื่อนำมาใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมมารับประทาน ผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ซึ่งงานวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อเด็กปฐมวัยและเป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอนเด็กปฐมวัยที่สนใจในการพัฒนาพฤติกรรมมารับประทานผักผลไม้ของเด็กปฐมวัยให้มีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมมารับประทานผักและผลไม้ ก่อน – หลัง จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมมารับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนห้องเตรียม 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก จำนวน 22 คน

การได้มาของตัวอย่าง ด้วยวิธีเลือกแบบเจาะจง

2. ด้านตัวแปร

ตัวแปรในการวิจัย ประกอบด้วย

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมมารับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

ตัวแปรตาม

1. ประสิทธิภาพของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
2. ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ ก่อน – หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผลไม้ของเด็กปฐมวัย
3. ด้านเนื้อหา การวิจัยครั้งนี้ มีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

นิยามศัพท์เฉพาะในการวิจัย

1. หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ หมายถึง หนังสือที่ใช้ประกอบการจัดประสบการณ์ ซึ่งมีเนื้อหาที่เกี่ยวกับการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
2. ผลการพัฒนาพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย หมายถึง คะแนนพัฒนาพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยได้จากการวัดแบบประเมินพัฒนาพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ทั้งก่อนและหลังใช้หนังสือนิทานพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
3. ประสิทธิภาพของหนังสือนิทาน หมายถึง ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาปฐมวัยเกี่ยวกับความสอดคล้องขององค์ประกอบของหนังสือนิทานมีความสอดคล้องกันอย่างแท้จริง
4. แบบประเมินการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้
 - 4.1 แบบทดสอบวัดความรู้ หมายถึง การทดสอบความรู้เกี่ยวกับการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
 - 4.2 แบบสังเกตด้านทักษะ หมายถึง แบบวัดพฤติกรรมด้านทักษะเกี่ยวกับการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
 - 4.3 แบบสังเกตด้านจิตพิสัย หมายถึง แบบวัดพฤติกรรมการแสดงออกทางด้านสีหน้า ท่าทาง และอารมณ์เกี่ยวกับการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

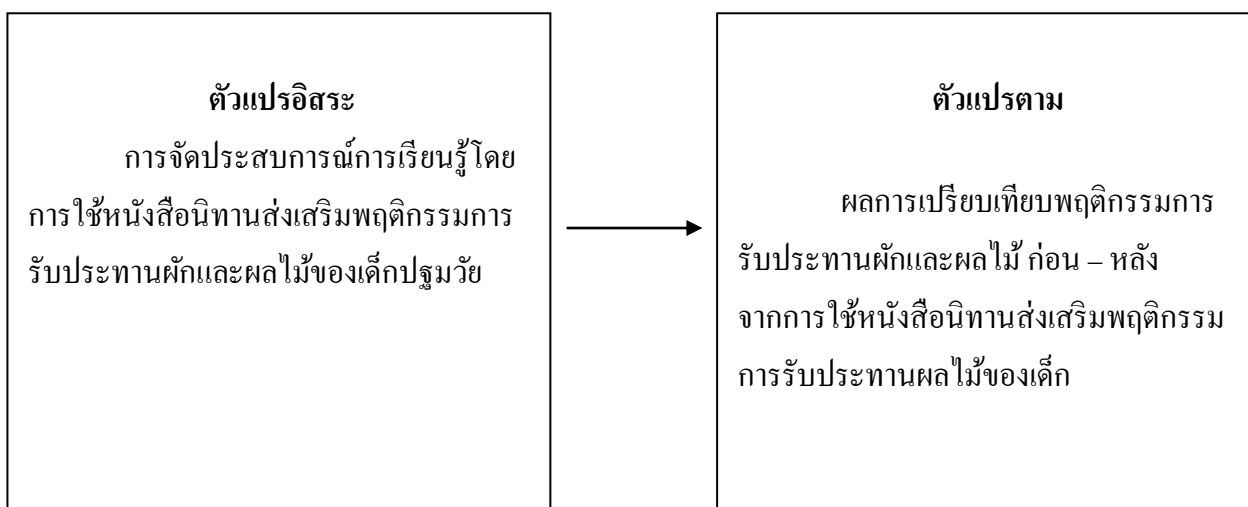
กรอบแนวคิดในการวิจัย พัฒนามาจาก ทฤษฎีการเรียนรู้ของสกินเนอร์ การวางเงื่อนไขแบบการกระทำหรือแบบปฏิบัติการ ซึ่งมีชื่อเรียกต่าง ๆ กัน คือ Operant Conditioning Theory หรือ Instrumental conditioning theory หรือ Type - R Conditioning Theory สกินเนอร์ได้เสนอแนวคิด

พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้แบบ Type R (Operant Behavior) พฤติกรรมหรือการตอบสนองขึ้นอยู่กับ การเสริมแรง (Reinforcement) การตอบสนองแบบนี้จะต่างกับแบบแรก เพราะอินทรีย์เป็นตัวกำหนดหรือเป็นผู้สั่งให้กระทำต่อสิ่งเร้า ไม่ใช่ให้สิ่งเร้าเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของอินทรีย์ เช่น การถาง

หญ้า การเขียนหนังสือ การรีดผ้า พฤติกรรมต่าง ๆ ของคนในชีวิตประจำวันเป็นพฤติกรรมแบบ Operant Conditioning) หลักการเรียนรู้ที่สำคัญ หลักการเรียนรู้ของทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ เน้นการกระทำของผู้ที่เรียนรู้มากกว่าสิ่งเร้าที่กำหนดให้ กล่าวคือ เมื่อต้องการให้อินทรีย์เกิดการเรียนรู้จากสิ่งเร้าใดสิ่งเร้าหนึ่ง เราจะให้ผู้เรียนรู้เลือกแสดงพฤติกรรมเองโดยไม่บังคับหรือบอกแนวทางในการเรียนรู้ เมื่อผู้เรียนแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้แล้วจึง "เสริมแรง" พฤติกรรมนั้นทันที เพื่อให้ผู้เรียนรู้ว่าพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นเป็นพฤติกรรมการเรียนรู้ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำนั้น พฤติกรรมการตอบสนองจะขึ้นอยู่กับการเสริมแรง (Reinforcement) ตัวเสริมแรงแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) หมายถึง สิ่งเร้าใด ๆ ซึ่งเมื่อนำมาใช้แล้วทำให้อัตราการตอบสนองเพิ่มมากขึ้น เช่น คำชมเชย รางวัล อาหาร

2. ตัวเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) หมายถึง สิ่งเร้าใด ๆ ซึ่งเมื่อนำมาใช้แล้วทำให้การตอบสนองเพิ่มขึ้นในทางลบ เป็นตัวเสริมแรงทางลบ เช่น เสียงดัง อากาศร้อน คำตำหนิ กลิ่น การทโทษ เป็นการนำตัวเสริมแรงลบเข้ามา เพราะการทำโทษบางอย่างหากนำไปใช้จะมีผลให้อัตราการตอบสนองเปลี่ยนไปในลักษณะที่เข้มข้น ซึ่งอธิบายความสัมพันธ์ของตัวแปรได้ดังนี้



การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีเชิง การทดลองครั้งนี้ ใช้กลุ่มเดียวทดสอบก่อน - หลัง (One – Group Pretest- Posttest Design) เก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนห้องเตรียม 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก จำนวน 22 คน ผู้วิจัยออกแบบการวิจัย โดยใช้แบบแผนการวิจัย (Research Design) แบบกลุ่มเดียวมีการวัดก่อน-หลัง (One Group Pre Test-Post Test Design)

เครื่องมือวิจัย ได้แก่

1. หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
 2. แผนการจัดประสบการณ์การใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย ที่ผู้รายงานพัฒนาขึ้น
 3. แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการรับประทานผักและผลไม้
 4. แบบสังเกตพฤติกรรมการเลือกรับประทานผักและผลไม้
 5. แบบสังเกตพฤติกรรม(จิตพิสัย)การรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย
- ขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือ

1. กำหนดแหล่งข้อมูลงานวิจัยเกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาการพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย และหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย เพื่อนำมาใช้ในการแก้ปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

2. จัดทำแผนการจัดประสบการณ์การใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

3. สร้างแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการรับประทานผักและผลไม้

4. สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการเลือกรับประทานผักและผลไม้

5. สร้างแบบสังเกตพฤติกรรม(จิตพิสัย)การรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเบื้องต้น นำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยทั้งหมด นำเสนอต่อครูที่เลี้ยงเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำต่อไป

กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล มีดังต่อไปนี้

1. วัดความรู้ โดยการนำภาพผักและผลไม้มาให้เด็กดู แล้วให้เด็กระบายสีลงบนภาพหน้ายิ้มหรือหน้าบึ้ง

2. สังเกตพฤติกรรมการเลือกรับประทานผักและผลไม้และอาหารที่แปลกใหม่ที่มีประโยชน์

3. วัดผลพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กก่อนทำการทดลอง โดยใช้แบบประเมินผลพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

4. ทำการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยช่วงเวลาที่ใช้นิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก อยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561

5. ดำเนินการจัดประสบการณ์และประเมินผลพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ที่เกิดขึ้นกับเด็ก หลังจากได้รับการจัดประสบการณ์จากหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ในแผนการจัดประสบการณ์

6. ดำเนินการวัดผลพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กด้วยแบบประเมินพฤติกรรม การรับประทานผักและผลไม้ชุดเดียวกันกับแบบประเมินพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อนการ ใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้

ระยะเวลาการเก็บรวบรวมข้อมูล การศึกษาครั้งนี้ทำการเก็บข้อมูลในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ระยะเวลาเก็บข้อมูล ตั้งแต่ วันที่ 5 พฤศจิกายน 2561 ถึง วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2562

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ในการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการใช้นิเทศนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผัก และผลไม้ของเด็ก ได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธี ดังต่อไปนี้

1. นำคำตอบจากแบบสังเกตพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย มาตรวจให้ คะแนน โดยให้คะแนน 2 คะแนนสำหรับข้อที่ตอบถูก และให้ 1 คะแนน สำหรับข้อที่ตอบผิด
2. นำคะแนนของเด็กปฐมวัยทั้งหมดมาหาค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบแบบสังเกตพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กด้วยการทดสอบความมี นัยสำคัญของความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยที่ได้จากการทดสอบก่อนและหลัง การทดลองโดยใช้สูตร t-test Dependent

4. เปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กก่อนและหลังการใช้ หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัย

สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของผลการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

1. ค่าเฉลี่ย (ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ, 2538, หน้า 73-79)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

เมื่อ $\bar{X}$ แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
 n แทน จำนวนข้อมูลทั้งหมด

2. ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ S.D. แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$\sum X^2$ แทน ผลรวมของกำลังสองของคะแนน

$(\sum X)^2$ แทน กำลังสองของผลรวมของคะแนน

n แทน จำนวนข้อมูลทั้งหมด

3. การหาดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

$$E.I. = \frac{\sum X_{posttest} - \sum X_{pretest}}{(N)(A) - \sum X_{pretest}} \times 100$$

เมื่อ E.I. = ดัชนีประสิทธิผล

$\sum_{posttests}$ = ผลรวมของคะแนนก่อนการทดลองใช้นวัตกรรม

$\sum_{pretests}$ = ผลรวมของคะแนนหลังการทดลองใช้นวัตกรรม

N = จำนวนนักเรียน

A = คะแนนเต็มของแบบทดสอบ

4. t-test แบบ Dependent (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538, หน้า 104)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}}$$

เมื่อ D คือ ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่

N คือ จำนวนคู่

ตารางที่ 1 แสดงคะแนนวัดผลความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อนและ
หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

เลขที่	คะแนนวัดผลความรู้ ก่อนใช้หนังสือ	คะแนนวัดผลความรู้ หลังใช้หนังสือ
1	4	5
2	3	4
3	4	5
4	3	5
5	3	5
6	1	5
7	3	5
8	2	5
9	2	4
10	2	4
11	1	4
12	2	4
13	2	5
14	2	5
15	3	5
16	2	5
17	1	4
18	2	4
19	2	5
20	2	5
21	3	5
22	1	5
$\sum X$	48	103
$\bar{X}$	2.1	4.6
ร้อยละ	43.63	93.63

จากตารางที่ 1 แสดงคะแนนวัดผลความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อนและหลังจากการใช้น้ำสื่อนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก การหาดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ดังนี้

$$E.I. = \frac{\sum X_{posttest} - \sum X_{pretest}}{(N)(A) - \sum X_{pretest}} \times 100$$

เมื่อ E.I. = ดัชนีประสิทธิผล
 $\sum_{posttests}$ = ผลรวมของคะแนนหลังการทดลองใช้นวัตกรรม
 $\sum_{pretests}$ = ผลรวมของคะแนนก่อนการทดลองใช้นวัตกรรม
 N = จำนวนนักเรียน
 A = คะแนนเต็มของแบบทดสอบ

$$= \frac{(103 - 48)}{(22 \times 5) - 48} = \frac{55}{62} \times 100 = 88.70$$

ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีค่าเท่ากับ 88.70 หมายความว่า เด็กมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้น้ำสื่อนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก เพิ่มขึ้น ร้อยละ 88.70

ตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบผลความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้น้ำสื่อนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ห้องเตรียม 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน

การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ก่อนการใช้	22	2.1	.95	3.02**	.01
หลังการใช้	22	4.6	.48		

** P<.01

จากตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบผลความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้น้ำสื่อนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน พบว่า ผลหลังการใช้น้ำสื่อนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้น้ำสื่อนิทานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 3 แสดงคะแนนวัดผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ก่อน
และหลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

เลขที่	คะแนนวัดผลพฤติกรรม ก่อนใช้หนังสือ	คะแนนวัดผลพฤติกรรม หลังใช้หนังสือ
1	3	6
2	3	6
3	3	5
4	3	5
5	3	5
6	3	5
7	4	6
8	4	6
9	3	5
10	3	6
11	3	5
12	4	6
13	3	6
14	3	5
15	3	5
16	4	5
17	4	6
18	3	6
19	3	6
20	3	6
21	4	5
22	3	5
$\sum X$	72	121
$\bar{X}$	3.2	5.5
ร้อยละ	54.54	91.66

จากตารางที่ 3 แสดงคะแนนวัดผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ ก่อนและหลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก การหาดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ดังนี้

$$E.I. = \frac{\sum X_{posttest} - \sum X_{pretest}}{(N)(A) - \sum X_{pretest}} \times 100$$

เมื่อ E.I. = ดัชนีประสิทธิผล
 $\sum_{posttests}$ = ผลรวมของคะแนนหลังการทดลองใช้นวัตกรรม
 $\sum_{pretests}$ = ผลรวมของคะแนนก่อนการทดลองใช้นวัตกรรม
 N = จำนวนนักเรียน
 A = คะแนนเต็มของแบบทดสอบ

$$= \frac{(121 - 72)}{(22 \times 6) - 72} = \frac{49}{60} \times 100 = 81.66$$

ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมด้านการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีค่าเท่ากับ 81.66 หมายความว่า เด็กมีพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก เพิ่มขึ้น ร้อยละ 81.66

ตารางที่ 4 แสดงผลการเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ห้องเตรียม 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน

การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ก่อนการใช้	22	3.2	.42	14.72**	.01
หลังการใช้	22	5.5	.52		

** P<.01

จากตารางที่ 4 แสดงผลการเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 5 แสดงคะแนนวัดผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้
ก่อนและหลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานผักและผลไม้
ของเด็ก

เลขที่	คะแนนวัดผลจิตพิสัย ก่อนใช้หนังสือ	คะแนนวัดผลจิตพิสัย หลังใช้หนังสือ
1	1	3
2	2	3
3	2	4
4	2	4
5	1	4
6	2	3
7	2	3
8	1	3
9	1	4
10	1	4
11	2	4
12	2	4
13	2	3
14	1	3
15	1	3
16	1	4
17	2	4
18	2	4
19	2	4
20	1	4
21	1	3
22	2	3
$\sum X$	34	82
$\bar{X}$	1.5	3.7
ร้อยละ	38.63	93.18

จากตารางที่ 5 แสดงคะแนนวัดผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ ก่อนและหลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก การหาดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ดังนี้

$$E.I. = \frac{\sum X_{posttest} - \sum X_{pretest}}{(N)(A) - \sum X_{pretest}} \times 100$$

เมื่อ E.I. = ดัชนีประสิทธิผล

$\sum_{posttests}$ = ผลรวมของคะแนนหลังการทดลองใช้นวัตกรรม

$\sum_{pretests}$ = ผลรวมของคะแนนก่อนการทดลองใช้นวัตกรรม

N = จำนวนนักเรียน

A = คะแนนเต็มของแบบทดสอบ

$$= \frac{(82 - 34)}{(22 \times 4) - 34} = \frac{48}{54} \times 100 = 88.88$$

ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีค่าเท่ากับ 88.88 หมายความว่า เด็กมีพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก เพิ่มขึ้น ร้อยละ 88.88

ตารางที่ 6 แสดงผลการเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ห้องเตรียม 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน

การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ก่อนการใช้	22	1.5	.52	8.55**	.01
หลังการใช้	22	3.7	.52		

** P<.01

จากตารางที่ 6 แสดงผลการเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปผลการวิจัย

การเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก กลุ่มที่ใช้ในการวิจัยได้จากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Random Sampling) โดยเลือกเด็ก ห้องเตรียม 2 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก จำนวน 22 คน ที่เรียนระดับปฐมวัย ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 แบบแผนการวิจัยครั้งนี้ ใช้กลุ่มเดียวทดสอบก่อน - หลัง (One – Group Pretest-Posttest Design) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดประสบการณ์การใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก แบบทดสอบความรู้ และแบบสังเกตพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

การเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กก่อน-หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก

1. ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีค่าเท่ากับ 88.70 หมายความว่า เด็กมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก เพิ่มขึ้น ร้อยละ 88.70

2. ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมด้านการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีค่าเท่ากับ 81.66 หมายความว่า เด็กมีพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก เพิ่มขึ้น ร้อยละ 81.66

3. ดัชนีประสิทธิผลของหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีค่าเท่ากับ 88.88 หมายความว่า เด็กมีพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้จากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก เพิ่มขึ้น ร้อยละ 88.88

4. ผลการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ก่อน -หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

5. ผลการเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ก่อน -หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

6. ผลการเปรียบเทียบผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ก่อน -หลังจากการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก ภาคเรียนที่ 2

ปีการศึกษา 2561 จำนวน 22 คน พบว่า ผลหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กปฐมวัยพบว่า มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านทักษะการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการส่งเสริมพฤติกรรมด้านจิตพิสัยการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กหลังการใช้หนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก สูงกว่า ก่อนการใช้หนังสืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับงานวิจัย ปิยนันท์ แซ่จิว (2550 : บทคัดย่อ) เรื่อง ความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์ประกอบอาหาร พบว่า เด็กปฐมวัยก่อนจัดประสบการณ์การประกอบอาหาร และระหว่างการจัดประสบการณ์การประกอบอาหารในแต่ละสัปดาห์ มีความชอบการบริโภคผัก โดยเฉลี่ยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงระหว่างสัปดาห์ พบว่า ความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัย โดยเฉลี่ยรวมมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ในช่วง 4 สัปดาห์แรก ส่วนช่วง 4 สัปดาห์หลังมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อวิเคราะห์คะแนนความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยแยกรายด้านพบว่าคะแนนเฉลี่ยความชอบการบริโภคผักของเด็กปฐมวัยทั้ง 3 ด้าน มีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในลักษณะที่สอดคล้องกับการวิเคราะห์แบบคะแนนรวม

ข้อเสนอแนะ

ผลจากการพัฒนาหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็ก มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

- 1.1 ครูผู้สอนต้องจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการฟังนิทาน
- 1.2 ครูผู้สอนควรเตรียมคำถามเพื่อกระตุ้นให้เด็กปฐมวัยได้คิด
- 1.3 ครูผู้สอนควรเตรียมหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กให้เพียงพอสำหรับเด็ก และครูผู้สอนคนอื่นจะได้นำนวัตกรรมนี้ไปใช้สอนต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

- 2.1 ควรมีหนังสือนิทานส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานผักและผลไม้ของเด็กที่หลากหลายเพื่อใช้ในการจัดประสบการณ์ให้กับเด็กปฐมวัยในด้านอื่นๆ