

การพัฒนาแบบการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจในด้านโภชนาการ และการอ่านฉลากโภชนาการ สำหรับนักศึกษาพยาบาล

อติญาณ์ ศรีเกษตริน กศ.ค* วิริยา โพธิ์ขวาง-ยุสท์ Ph.D.**
รุ่งนภา จันทรา ศษ.ม*

บทคัดย่อ

การให้ความรู้ความเข้าใจแก่นักศึกษาพยาบาลเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อให้นักศึกษาได้ถ่ายทอดความรู้ความเข้าใจแก่ผู้รับบริการ ผู้วิจัยจึงได้ทำวิจัยเพื่อพัฒนาแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยใช้ระเบียบวิธี 4 ขั้นตอน คือ 1) การศึกษาข้อมูลเบื้องต้นเพื่อนำข้อมูลพื้นฐานมาพัฒนาแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล 2) การพัฒนาแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยการร่างรูปแบบแล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน พบว่าความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิต่อร่างรูปแบบอยู่ในระดับมากและผลการประเมินความสอดคล้องของร่างรูปแบบ พบว่าร่างรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกัน หลังจากนั้นผู้วิจัยมีการปรับปรุงรูปแบบก่อนนำไปทดลองใช้ 3) การตรวจสอบประสิทธิภาพของแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการ โดยนำรูปแบบไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 3 จำนวน 32 คน พบว่า ความรู้ ทักษะคิดและการปฏิบัติหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 4) การปรับปรุงรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ตามข้อเสนอแนะของนักศึกษาพยาบาลและคำแนะนำของวิทยากรที่ทดลองใช้รูปแบบ

คำสำคัญ : ความเข้าใจในด้านโภชนาการ การอ่านฉลากโภชนาการ นักศึกษาพยาบาล

* พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี

** พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี

The Development of a Model to Promote the Knowledge and Understanding on Nutrition and Food Label Reading for Nursing Students

Atiya Sarakshrin Ed.D.* Wiriya Phokeang-Yust Ph.D.**
Runгнапа Chantra M.Ed.*

Abstract

This research and development study was aimed to develop a model promote the knowledge and understanding on nutrition and food label reading for nursing students. The study composed of 4 steps

Stage I: Assessment. This stage was done to assess background information and data of nursing students in order to used these information and data for the model development to promote the knowledge and understanding of nutritional knowledge and food label reading of nursing students. The researcher conducted a review of literature, gave the nursing students a test on nutritional knowledge, attitude and practice as well as on food label reading, and conducted a focus group discussion in order to the develop the theme and contents of model.

Stage II: Develop the model. The model development is composed of 3 stage1) developing the draft model outline consisting introduction, objectives, contents, teaching strategies and activities, model evaluation , teaching material, tests and outcomes evaluation, 2) validating the draft-developed model, in which it was found that all contents experts agreed that the model was in a very good level and the model was very suitable to promote the nutritional knowledge, attitude and practice as well as the understanding of food label reading of nursing students, and 3)improving the mode; as suggested by the content experts before using in this study.

Stage III: Examination the model effectiveness. In this stage, the pilot-testing of the developed model was conducted in 32 sophomore nursing students of Boromarajonni College of Nursing Suratthani. The model application in the pilot-test revealed the following results.

1. After applying the model, the scores of nutritional knowledge and understanding of food label reading of nursing students were significantly higher than they were before applying the model ($p<0.01$).

2. After applying the model, the scores of attitude on nutrition and food label reading of nursing students were significantly higher than they were before applying the model ($p<0.01$).

3. After applying the model, the scores of nutritional practice and food label reading of nursing students were significantly higher than they were before applying the model ($p<0.01$).

Stage IV: Improving the model. Nursing students who participated in the model application suggested increasing and having the duration of model application and activities of all three activities, material appropriate for the model, and a handbook for activities provision to nursing students.

Keywords : Understanding on Nutrition, Food Label Reading, Nursing Students

* Registered Nurse : Senior Professional Level, Boromarajonani College of Nursing, Suratthani

** Registered Nurse : Practitioner Level, Boromarajonani College of Nursing, Suratthani

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงของระบบเศรษฐกิจจากเกษตรกรรมเป็นอุตสาหกรรมมากขึ้น จากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว จากลักษณะการรับประทานอาหารแบบไทยๆ ที่มีข้าวและผักผลไม้เป็นหลัก ได้ปรับเปลี่ยนเป็นอาหารที่เน้นเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์แปรรูปจากเนื้อสัตว์และอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น ทำให้สังคมไทยอยู่ในช่วงการเปลี่ยนแปลงจากภาวะทุพโภชนาการเป็นภาวะโภชนาการเกิน¹ คนไทยมีปัญหาระบาดด้วยโรคเรื้อรังและป่วยจากสาเหตุที่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารไม่ถูกหลักการบริโภคเพิ่มขึ้น² จากการที่คนไทยมีกำลังซื้อเพื่อการอุปโภคและบริโภคมากขึ้น เห็นได้จากใน พ.ศ. 2549 รายได้ต่อครัวเรือน 17,787 บาท ค่าใช้จ่ายต่อครัวเรือน เท่ากับ 14,311 บาทต่อเดือน ในจำนวนนี้เป็นค่าใช้จ่ายเพื่อการอุปโภค 12,701 บาท ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 88.8 ของรายจ่ายทั้งหมด จากการมองภาพรวมของประเทศ พบว่าในปี 2548 มีรายจ่ายเพื่อการอุปโภคในครัวเรือนทั้งหมดเท่ากับ 2,103,270 ล้านบาท ทั้งนี้เป็นการจ่ายเพื่ออาหารและเครื่องดื่มที่ไม่ผสมแอลกอฮอล์ เท่ากับ 520,303 ล้านบาท ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 24.7 ของรายจ่ายด้านอุปโภค การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้วิถีชีวิตการทำงานโดยใช้แรงงาน มาเป็นการทำงานที่อยู่ในสำนักงานซึ่งไม่ต้องออกแรงมากขึ้นและการเคลื่อนไหวร่างกายน้อยลง จากการสำรวจสภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนคนไทยครั้งที่ 3 ปี 2547-2549 ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข โดยการสุ่มตัวอย่างคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปใน 36 จังหวัดทั่วประเทศและกรุงเทพมหานคร รวม 39,290 คน พบว่า การออกกำลังกายและการบริโภคผักและผลไม้ของคนไทยมีน้อยมาก โดยผู้ชายร้อยละ 20.7 ผู้หญิงร้อยละ 24.2 มีการออกกำลังกายไม่เพียงพอ และผู้ชายร้อยละ

80 ผู้หญิงร้อยละ 76 มีการบริโภคผักและผลไม้ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน คือ 400 กรัม ซึ่งแม้ว่าภาวะทุพโภชนาการในเด็กเล็กและน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์จะลดลงในรอบ 20 ปีที่ผ่านมา แต่ภาวะอ้วนของเด็กและวัยรุ่นได้เพิ่มขึ้นเป็นที่สังเกตได้ชัดและอยู่ในระดับที่น่าเป็นห่วง เด็กและวัยรุ่นไทยมีน้ำหนักเกินร้อยละ 30-40³ ในขณะที่ประเทศอเมริกามีร้อยละ 19 และประเทศอังกฤษมีร้อยละ 27⁴

ประเทศไทยได้เห็นถึงความสำคัญและปัญหาของภาวะโภชนาการของคนไทย ซึ่งเห็นได้จากมีแผนงานดำเนินการด้านโภชนาการซึ่งถูกกำหนดไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เพื่อลดปัญหาภาวะขาดสารอาหาร และขาดโปรตีนในวัยเด็กก่อนเรียน รวมทั้งการประกาศให้มีการบังคับใช้เรื่องฉลากโภชนาการ เช่น ประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 182 (พ.ศ.2541) เรื่องฉลากโภชนาการโดยให้มีการแสดงฉลากโภชนาการในอาหารที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการอาหารที่มีการใช้คุณค่าในการส่งเสริมการขาย อาหารที่ระบุกลุ่มผู้บริโภคในการส่งเสริมการขาย อาหารอื่นตามที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประกาศกำหนด โดยความเห็นชอบของคณะกรรมการอาหาร การแสดงฉลากอาหารต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์เรื่องรูปแบบและเงื่อนไขของการแสดงกรอบคุณค่าโภชนาการ วิธีการกำหนดอาหารหนึ่งหน่วยบริโภคกับจำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุ สารอาหารที่แนะนำให้บริโภคประจำวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่หกปีขึ้นไป และหลักเกณฑ์ในการกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหาร นอกจากนี้กระทรวงสาธารณสุข ได้ออกประกาศเพิ่มเติม ฉบับที่ 305 (พ.ศ. 2550) เรื่องการแสดงฉลากของอาหารสำเร็จรูปที่พร้อมบริโภคทันทีบางชนิด ในอาหารบางประเภท เช่น มันฝรั่งทอดหรืออบกรอบ ข้าวโพด

ข้าวทอดหรืออบกรอบ ข้าวเกรียบหรืออาหาร ขบเคี้ยวชนิดอบพอง ขนมปังกรอบหรือแครกเกอร์ หรือบิสกิต และเวเฟอร์สอด้ไส้ แต่พบว่าคนไทย ยังขาดความรู้และการปฏิบัติที่ดีด้านการบริโภค อาหารและโภชนาการ เช่น จากการศึกษาทัศนคติ ความรู้ ความเข้าใจของผู้บริโภคเกี่ยวกับข้อมูล โภชนาการบนฉลากอาหารและการนำมาใช้ ใน ผู้ตอบแบบสอบถาม 1,300 คน พบว่าน้อยกว่าร้อยละ 10 มีการอ่านฉลากโภชนาการก่อนตัดสินใจ ซื้ออาหาร และประมาณครึ่งหนึ่งยังมีความรู้ ความ เข้าใจเรื่องข้อมูลสารอาหารที่ได้รับและมีความรู้ ด้านโภชนาการที่ไม่ถูกต้องอยู่³ ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของวิริยา โพธิ์ขวาง-ยุสท์และคณะ⁶ ที่ประเมินความรู้ด้านโภชนาการของนักศึกษา พยาบาล พบว่ามีคะแนนความรู้เกี่ยวกับอาหาร ประเภทวิตามิน เฉลี่ยร้อยละ 43.34 ความรู้เกี่ยวกับ อาหารประเภทแคลเซียม เฉลี่ยร้อยละ 52.53 ความรู้ เกี่ยวกับอาหารประเภทธาตุเหล็ก เฉลี่ยร้อยละ 42.46 เมื่อสำรวจพฤติกรรมการรับประทานอาหาร พบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 56.9 รับประทานขนมขบเคี้ยว สำเร็จรูป มากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ รองลงมาคือ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์ (ร้อยละ 19) อย่างไรก็ตามมีถึง ร้อยละ 9.7 ที่รับประทานทุกวัน ปัจจัยที่มีผลต่อ การเลือกซื้ออาหารจะขึ้นอยู่กับความมีประโยชน์ ความชอบ และวันหมดอายุ โดยมีสัดส่วนร้อยละ 30.3, 24.1 และ 17.2 ตามลำดับ ส่วนเรื่องสารพิษ เจือปน ลักษณะบรรจุภัณฑ์ และการใช้วัตถุกันเสีย เป็นปัจจัยต่ำสุด คือร้อยละ 0.7, 1.0 และ 1.0 เป็น ลำดับ การเลือกซื้อสินค้าโดยมากไม่ได้อ่านฉลาก บริโภค ร้อยละ 60.3 เนื่องจากไม่มีเวลา

การจัดกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมให้เกิด ความรู้ความเข้าใจและมีพฤติกรรมบริโภคที่ ถูกต้อง รวมทั้งการส่งเสริมการอ่านและเข้าใจ ฉลากโภชนาการโดยความรู้ความเข้าใจ และการ ปฏิบัติที่ถูกต้อง ต้องเริ่มมาจากบุคลากรทางการ

สาธารณสุขผู้ซึ่งเป็นต้นแบบของพฤติกรรมสุขภาพ⁴ จากการศึกษาของ Watts, Allison, Vick, and Watts⁷ ที่ให้นักศึกษาพยาบาลไปให้ความรู้ จัด กิจกรรมด้านโภชนาการแก่นักเรียนในรัฐหนึ่งของประเทศอเมริกาพบว่านักศึกษาพยาบาลมีส่วน สำคัญในการทำให้ความรู้ด้านโภชนาการของเด็ก นักเรียนดีขึ้น อย่างไรก็ตามความรู้ด้านโภชนาการ ของพยาบาลในการดูแลผู้รับบริการยังสะท้อนให้ เห็นว่ามีปัญหาอยู่ จากการศึกษาถึง ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติกรพยาบาลเพื่อดูแล ผู้ป่วยที่นอนรักษาในโรงพยาบาล จำนวน 141 คน ของพยาบาลจำนวน 110 คน ในประเทศอังกฤษ โดยการใช้แบบสอบถามและการเปรียบเทียบ หลักฐานการบันทึกทางการแพทย์พบว่าร้อยละ 71 ของพยาบาลคิดว่าการประเมินสภาวะโภชนาการ ของผู้ป่วยเป็นหน้าที่หลักของพยาบาลและพบว่า พยาบาลส่วนใหญ่ยังขาดความรู้พื้นฐานและหลัก การดูแลผู้ป่วยด้านโภชนาการ⁸

จากสภาพดังกล่าวจะเห็นได้ว่านักศึกษา พยาบาลที่จะเป็นบุคลากรทางด้านสาธารณสุข ในอนาคตต่อไปควรมีความรู้ความเข้าใจเรื่อง โภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการที่เพียงพอ ดังนั้นการจัดการศึกษาและเรียนรู้ของนัก ศึกษาพยาบาลที่จะก่อให้เกิดนักศึกษาเกิด ความรู้ ความเข้าใจ และพฤติกรรมสุขภาพด้านบริโภคที่ ถูกต้องและมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับฉลาก โภชนาการ เพื่อนักศึกษาเหล่านี้จะได้นำความรู้ และหลักการปฏิบัติไปเผยแพร่ต่อผู้รับบริการ ซึ่งเป็นบุคคล ครอบครัว กลุ่มคน และชุมชน นอกจากนี้การให้ความรู้แก่นักศึกษาพยาบาลควร มีรูปแบบที่ชัดเจนและเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ เพื่อประโยชน์แก่นักศึกษาพยาบาลต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล

วิธีดำเนินการวิจัย งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (research and development)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล เป็นนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราญบุรีธานี จำนวน 514 คน คำนวณจำนวนขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของยามานะ ได้เท่ากับ 224 คน ผู้วิจัยได้เพิ่มอำนาจการทดสอบจำนวน 100 คน รวมขนาดกลุ่มตัวอย่าง 324 คน เมื่อทำการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แบบสอบถามกลับมาจำนวน 290 คน

กลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็น

1. กลุ่มตัวอย่างสำหรับการสนทนา (focus group discussion) จำนวน 8 คน ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจงเพื่อสนทนาประเด็นการสร้างรูปแบบการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการ

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการสำรวจความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติด้านโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการเบื้องต้น เป็นนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราญบุรีธานี ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) ได้จำนวน 290 คน

3. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองรูปแบบ คือ นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราญบุรีธานี ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 96 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) ได้จำนวน 32 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย มีดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้น

เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานที่นำมาใช้พัฒนารูปแบบซึ่งมีแนวทางในการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 3 ประเด็น คือ 1) การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) การประเมินความรู้ความเข้าใจทัศนคติ และการปฏิบัติในเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการจากนักศึกษาพยาบาลจำนวน 290 คน และ 3) การจัดสนทนากลุ่ม (focus group discussion) กำหนดผู้ร่วมสนทนาจำนวน 8 คน ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจงเพื่อสนทนาประเด็นการสร้างรูปแบบการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล เป็นการเขียนร่างรูปแบบให้สอดคล้องกับข้อมูลเบื้องต้นที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

2.1 การสร้างร่างรูปแบบ โดยนำผลการศึกษาความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติด้านโภชนาการ และการอ่านฉลากโภชนาการ สำหรับนักศึกษาพยาบาล จากการศึกษาข้อมูลในขั้นตอนที่ 1 มาพัฒนาเป็นรูปแบบ โดยมีรายละเอียดของรูปแบบ ดังนี้

2.1.1 การกำหนดแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบด้วยการพิจารณาข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากการสำรวจ ความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติด้านโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการ จากนั้นกำหนดวัตถุประสงค์ของรูปแบบเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ รวมทั้งการกำหนดการเรียนรู้โดยยึดหลักการเรียนรู้แบบเชิงประสบการณ์ที่ใช้กระบวนการกลุ่ม เกมส์ เนื้อหาสาระ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

2.1.2 วิธีการจัดกิจกรรม ใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) และหลักการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) โดยมีกลยุทธ์ในการจัดกิจกรรมประกอบ การใช้สถานการณ์จำลอง/ฝึกซ้อม การใช้เกมส์ การสอนแบบบรรยาย และการใช้นวัตกรรมเพื่อกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ และการวัดและประเมินผล จุดประสงค์ของรูปแบบ กิจกรรม และสื่อการจัดกิจกรรม

2.2 การตรวจร่างรูปแบบ เพื่อหาประสิทธิภาพของรูปแบบที่พัฒนาขึ้น เป็นการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องของร่างรูปแบบ โดยพัฒนาแบบประเมินที่ใช้ ดังนี้

2.2.1 การตรวจสอบโครงร่างรูปแบบ ใช้เครื่องมือที่มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบความเหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของร่างรูปแบบ ลักษณะเครื่องมือเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเหมาะสม ซึ่งพบว่าค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีค่าตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป ดังนั้นถือว่าร่างรูปแบบที่สร้างขึ้นมีคุณภาพเหมาะสม

2.2.2 การตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบของรูปแบบ ลักษณะของเครื่องมือเป็นแบบประเมินความสอดคล้อง 3 ระดับ คือ สอดคล้อง ไม่แน่ใจ ไม่สอดคล้อง โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบ พบว่าดัชนีความสอดคล้องมีค่าอยู่ระหว่าง 0.6-1.0 ซึ่งถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่น่าแบบประเมินไปใช้ได้

2.3 การปรับปรุงร่างรูปแบบก่อนนำไปทดลองใช้ เป็นการนำข้อมูลที่ได้จากการประเมินร่างรูปแบบจากผู้เชี่ยวชาญมาเป็นหลักเกณฑ์ในการปรับปรุงรูปแบบ

2.4 การสร้างเครื่องมือเพื่อประเมินผลผู้เรียน คือ แบบทดสอบวัดความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติด้าน โภชนาการ และการอ่านฉลาก โภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ดังนี้

2.4.1 การสร้างแบบทดสอบความรู้ด้าน โภชนาการและการอ่านฉลาก โภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล เป็นข้อสอบชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 40 ข้อ ผ่านการวิพากษ์จากผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ภาษาที่ใช้ ตัวเลือกและตัวลวง แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ และนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาล จำนวน 30 คน พบว่าข้อสอบมีค่าความยากง่ายระหว่าง 0.20-0.80 และค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับโดยใช้สูตรการคำนวณของคูเดอร์ริชาร์ดสัน 20 (KR-20) ได้ค่าเท่ากับ 0.72

2.4.2. แบบวัดทัศนคติ ด้าน โภชนาการและการอ่านฉลาก โภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เกี่ยวกับทัศนคติด้าน โภชนาการและการอ่านฉลาก โภชนาการ นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงตามนิยาม และทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลพบว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยคัดลอกข้อที่มีค่ามากกว่า 1.75 ขึ้นไป มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแบบวัดทัศนคติเท่ากับ 0.72

2.4.3. แบบสอบถามด้านการปฏิบัติ ด้าน โภชนาการและการอ่านฉลาก โภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล มีลักษณะเป็นแบบสอบถาม โดยกำหนดสถานการณ์เกี่ยวกับการเลือกรับประทานอาหาร แล้วให้กลุ่มตัวอย่างตอบเกี่ยวกับการปฏิบัติจากสถานการณ์ที่กำหนด จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงตามนิยาม และทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลพบว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบสอบถามมีค่ามากกว่า 1.75 ขึ้นไป ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแบบสอบถามวัดการปฏิบัติ เท่ากับ 0.86

ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ณ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี มีรายละเอียดดังนี้

3.1 การทดลองใช้รูปแบบ เพื่อประเมินการใช้รูปแบบว่ามีความเหมาะสมหรือไม่ โดยใช้แผนการทดลองแบบ one group pre-post test design โดยการประเมิน

3.1.1 ในด้านความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการจัดกิจกรรม และการประเมินผลจากผู้เข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งการประเมินถึงปัญหาและอุปสรรคในการใช้รูปแบบ และปัจจัยที่ส่งเสริมการใช้รูปแบบจากวิทยากร

3.1.2 เพื่อเปรียบเทียบความรู้ทัศนคติ และการปฏิบัติของผู้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการ สำหรับนักศึกษาพยาบาล ก่อนและหลังการฝึกอบรม

3.1.3 เพื่อการประเมินรูปแบบจากข้อมูลในสถานการณ์จริง โดยใช้เครื่องมือประกอบด้วย คู่มือการจัดกิจกรรมสำหรับวิทยากรและผู้เข้าร่วมกิจกรรม เอกสารความรู้ นวัตกรรมทางการศึกษา อุปกรณ์การจัดกิจกรรม สื่อกิจกรรมต่างๆ แบบทดสอบความรู้ แบบประเมินผลการจัดกิจกรรม แบบสัมภาษณ์ความพึงพอใจใช้สัมภาษณ์หลังเสร็จสิ้นการใช้รูปแบบแต่ละหน่วยวิชา ประเมินกระบวนการ ปัญหาและอุปสรรค โดยสัมภาษณ์วิทยากร

เมื่อดำเนินการตามแบบแผนการทดลองแล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการเปรียบเทียบความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติก่อนและหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t- test)

3.2 การประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตร โดยพิจารณาจากเกณฑ์การผ่านจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมรายข้อร้อยละ 80 และมีคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ แบบวัดทัศนคติ แบบวัดการปฏิบัติ สำหรับนักศึกษาพยาบาล หลังการเรียนสูงกว่าก่อนเรียน โดยการประเมินจาก

การทดสอบค่าที (t- test)

ขั้นตอนที่ 4 การปรับปรุงแก้ไขรูปแบบ

โดยการนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลมาพิจารณาปรับปรุงรูปแบบ ทั้งในด้านโครงสร้างรูปแบบและรายละเอียดที่เป็นองค์ประกอบของรูปแบบ เพื่อให้มีความถูกต้องเหมาะสม

สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยสรุปตามขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้น

มีข้อค้นพบ 3 ประเด็น ดังนี้

ขั้นที่ 1 การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดความรู้ความสามารถ ความเข้าใจและการเกิดพฤติกรรมการบริโภคที่ถูกต้อง ต้องเริ่มมาจากบุคลากรทางสาธารณสุขผู้ซึ่งเป็นต้นแบบของพฤติกรรมสุขภาพ โดยเฉพาะนักศึกษาไปให้ความรู้ การจัดกิจกรรมด้านโภชนาการแก่นักศึกษาพยาบาลช่วยให้ความรู้ด้านโภชนาการของนักศึกษาดีขึ้น สำหรับกิจกรรมที่จัดขึ้นนั้นควรเป็นกิจกรรมที่เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เช่น การใช้เกมส์ทางสุขภาพ กิจกรรมกลุ่ม การให้นวัตกรรมความรู้ เป็นต้น

ขั้นที่ 2 การสอบถามนักศึกษาพยาบาลจำนวน 290 คน พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีคะแนนความรู้ด้านโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการค่อนข้างต่ำ เกี่ยวกับอาหารประเภทวิตามิน แคลเซียมและธาตุเหล็ก พฤติกรรมการบริโภค รับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป การเลือกซื้อสินค้าโดยไม่ได้อ่านฉลากโภชนาการ โดยภาพรวมแล้วพบว่า มีทัศนคติเกี่ยวกับโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนการปฏิบัติด้านโภชนาการและการอ่านฉลากโภชนาการอยู่ในระดับต่ำ

ขั้นที่ 3 ผลการจัดสนทนากลุ่ม (focus group discussion) จำนวน 8 คน โดยใช้วิธีการ

เลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) ทำให้ผู้วิจัยได้ข้อมูลเชิงคุณภาพ จึงได้ทำการวิเคราะห์เนื้อหา พบว่าควรมีการสร้างรูปแบบที่ส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาเพราะจะทำให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจเพิ่มมากขึ้นและนำไปใช้กับผู้รับบริการต่อไป สำหรับการอบรมให้มีความรู้ ควรใช้เกมส์ในการจัดกิจกรรม หัววิธีการใช้เทคนิคเพิ่มความจำในเรื่องสารอาหารต่าง ๆ หรือเอกสารฉบับย่อให้นักศึกษาดูตัวไว้เพื่อเตือนความจำ เพราะที่ผ่านมา นักศึกษาส่วนใหญ่ ทราบทฤษฎีแต่ไม่ทราบว่า จะนำความรู้ไปปฏิบัติอย่างไร หรือใช้วิธีการแต่งเป็นกลอนเพื่อช่วยในการท่องจำ

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน โดยมีรายละเอียดดังนี้

2.1 การร่างรูปแบบ ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์ของรูปแบบ รูปแบบกิจกรรม ประกอบด้วย ให้นวัตกรรมความรู้ การอภิปรายแบบมีส่วนร่วมในเนื้อหา เกี่ยวกับการอ่านผลจากโภชนาการ การฝึกปฏิบัติเชิงประสบการณ์ การใช้เกมส์สารอาหาร วิธีการสอนที่เน้นการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม (participatory learning) และการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ (experiential learning) การประเมินผลของรูปแบบ สื่อการเรียนการสอน การวัดและประเมินผล

2.2 การประเมินร่างรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล เพื่อประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ พบว่าร่างรูปแบบทุกข้อส่วน

ใหญ่มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ยกเว้นด้านหลักการและเหตุผลของความจำเป็นที่ต้องพัฒนารูปแบบ ปัญหาความสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของสังคม วัตถุประสงค์มีความชัดเจน มีความเป็นไปได้ มีความเหมาะสมกับผู้เรียน วิธีการเรียนการสอนกระตุ้นความคิดของผู้เรียน และน่าสนใจส่วนใหญ่มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด สำหรับด้านความสอดคล้อง พบว่าร่างรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษา พยาบาลที่สร้างขึ้นทุกข้อมีความสอดคล้องกัน

2.3 การปรับปรุงรูปแบบก่อนนำไปใช้ เนื่องจากผู้เชี่ยวชาญให้ข้อเสนอแนะเรื่องของสภาพปัญหาและความจำเป็นในการจัดกิจกรรมว่าควรปรับปรุงให้มีความชัดเจนด้านภาษา และโยงให้เห็นความสำคัญที่ต้องพัฒนารูปแบบ รวมทั้งการปรับกิจกรรมการเรียนการสอนในกิจกรรมที่ 2 ให้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อที่จะช่วยให้ส่งผลถึงทัศนคติ และความรู้ของนักศึกษาหลังจากได้รับการส่งเสริมความรู้แล้ว

ขั้นตอนที่ 3 การตรวจสอบประสิทธิภาพของรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการ โดยใช้แผนการทดลองแบบ one group pre-post test design พบว่า

- 1) ความรู้หลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

- 2) ทักษะคิดเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและผลจากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล สูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง

โภชนาการและฉลาดโภชนาการ สำหรับนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ

3) การปฏิบัติหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ขั้นตอนที่ 4 การปรับปรุงรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยมีข้อเสนอแนะเรื่องของระยะเวลาที่ควรเพิ่มระยะเวลาในการจัดกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรมให้เพิ่มขึ้น สื่อเนื้อหาประกอบการบรรยายปรับให้ชัดเจนยิ่งขึ้น รวมทั้งควรมีคู่มือประกอบการจัดกิจกรรมให้นักศึกษา

สรุปและอภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผล ดังนี้

1. การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยได้นำแนวคิดหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) และหลักการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) มายึดเป็นหลักการของรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ซึ่งเป็นการจัดการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเพื่อให้สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 และสอดคล้องกับการจัดการศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ โดยกิจกรรมที่ 1 เป็นนวัตกรรมปฏิทินความรู้เกี่ยวกับเรื่องโภชนาการและการอ่านฉลาดโภชนาการในแต่ละเดือน เพื่อ

ให้สอดคล้องกับประเด็นที่ได้จากการสนทนากลุ่มกับนักศึกษาพยาบาลที่ต้องการวิธีการจัดการเรียนรู้ที่ใช้เทคนิคเพิ่มความจำในเรื่องสารอาหารต่างๆ หรือเอกสารฉบับย่อให้นักศึกษาคิดตัวไว้เพื่อเตือนความจำ นวัตกรรมที่สร้างขึ้นจึงเป็นสิ่งประดิษฐ์ที่พัฒนาขึ้นใหม่ เพื่อแก้ปัญหการจัดการเรียนรู้โดยมีเป้าหมายเพื่อแก้ปัญหการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นรวมทั้งทำให้การเรียนรู้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่วางไว้ สำหรับกิจกรรมที่ 2 เป็นการอภิปรายแบบมีส่วนร่วมในเนื้อหาเกี่ยวกับการอ่านฉลาดโภชนาการ การทำความเข้าใจเกี่ยวกับฉลาดโภชนาการ เนื่องด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะสร้างแรงจูงใจในการเรียนมากกว่าการเรียนรายบุคคล ความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในการสร้างพลังทางบวกให้แก่กลุ่ม สมาชิกแต่ละคนจะพึงพาการเรียนรู้ มีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม นอกเหนือจากการพัฒนาความรู้ความเข้าใจแล้วยังพัฒนาทักษะทางสังคมไปในรูปแบบการสอนที่พัฒนากิจกรรมทางสติปัญญาที่เพิ่มพูนการเรียนรู้มากกว่าการเรียนการสอนรายบุคคล การร่วมมือกันเรียนรู้จะเพิ่มความรู้สึกทางบวกต่อกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ลดความรู้สึกโดดเดี่ยวและห่างเหินในทางตรงกันข้ามการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะทำให้เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การเรียนรู้เพิ่มมากขึ้นสามารถพัฒนาทักษะทางสังคม สามารถเรียนรู้เพิ่มมากขึ้น ส่งผลต่อการพัฒนาความรู้ความเข้าใจต่อเนื้อหาดีขึ้น รวมทั้งผู้วิจัยได้ยึดหลักการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ซึ่งประสบการณ์เป็นแหล่งของการเรียนรู้และการพัฒนา และมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาผู้เรียนในด้าน ความรู้ เจตคติ และทักษะ และกิจกรรมที่ 3 เป็นการฝึกปฏิบัติเชิงประสบการณ์ ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เน้นประสบการณ์และเน้นการมีส่วนร่วม โดยการนำแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกระทำ (learning by

doing) เพื่อดึงความสามารถของผู้เรียนออกมาในรูปของการเรียนรู้แบบ active learning ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ประกอบด้วย การดึงประสบการณ์เดิมของตนเอง มาพัฒนาความรู้ (experience) การสะท้อนความคิด (reflection) การเกิดความคิดรวบยอด (concept) และการประยุกต์ใช้ (application) ซึ่งผู้เรียนจะนำความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ จะเกิดเป็นแนวการปฏิบัติของผู้เรียนเอง¹⁰ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่ต้องการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล รวมทั้งการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจเพื่อเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการ ซึ่งผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่สัมพันธ์สอดคล้องกับชีวิตจริง ผู้เรียนจะต้องรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง โดยจะต้องให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้น ผู้เรียนได้ค้นพบตนเอง เข้าใจความต้องการและทราบถึงระดับความสามารถของตนเอง ซึ่งจะเป็นส่วนกระตุ้นให้เกิดการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้มากขึ้น ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้จากประสบการณ์เดิมของผู้เรียน เพื่อเป็นการพิจารณา

ความรู้เดิม ประสบการณ์เดิม และความสามารถของผู้เรียน นอกจากนี้ยังมีสื่อการเรียนการสอนที่เสริมความเข้าใจในบทเรียนโดยจัดเป็นฐานความรู้ต่าง ๆ เช่น ฐานความรู้การเลือกซื้ออาหารปลอดภัย ฐานความรู้การอ่านฉลากที่ถูกต้อง ฐานความรู้การคำนวณพลังงานที่ได้รับ และฐานความรู้คุณค่าของอาหาร โดยมีสื่อจริงใช้ประกอบกิจกรรม และกิจกรรมสุดท้ายคือ การใช้เกมส์สารอาหาร ประกอบด้วย การอภิปรายแบบมีส่วนร่วมแล้วมีกิจกรรมที่เป็นการทายปัญหาด้านสารอาหารในผู้ป่วย เมื่อตอบถูกจะมีรางวัลให้ ซึ่งกล่าวว่าการเรียนแบบร่วมมือกันเรียนรู้จะต้องมีรางวัลหรือเป้าหมายของกลุ่มโดยผู้สอนจะต้องตั้งรางวัลไว้เพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนมีความพยายามในการเรียนรู้เพิ่มมากขึ้นและพยายามปรับพฤติกรรมตนเองเพื่อความสำเร็จของกลุ่ม¹¹

2. การตรวจสอบประสิทธิภาพของรูปแบบการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการ ผู้วิจัยได้นำรูปแบบกิจกรรมที่ได้ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสืบราชธานี ชั้นปีที่ 3 จำนวน 32 คน พบว่า เมื่อทำการเปรียบเทียบความรู้ก่อนและหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริม

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบความรู้ก่อนและหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการ

ตัวแปร	n	mean	SD.	t-test
ความรู้ก่อนใช้รูปแบบ	32	16.78	2.48	- 15.58**
ความรู้หลังใช้รูปแบบ	32	26.34	3.02	

** p < 0.01

เสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและ
ฉลาดโภชนาการ ได้ผลดังตารางที่ 1

จากตารางที่ 1 พบว่าความรู้หลังการใช้
รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง
โภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษา
พยาบาล มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบการ
ส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการและ
ฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เนื่องจากผู้วิจัยได้
พัฒนานวัตกรรมทำให้ความรู้ด้านสารอาหาร
เกี่ยวกับเทคนิคการเพิ่มความจำในเรื่องสารอาหาร
ต่าง ๆ เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจ
สามารถจดจำได้เพิ่มขึ้น จึงส่งผลต่อกระบวนการ
นำความรู้ความเข้าใจไปวิเคราะห์โจทย์ปัญหาเกี่ยว
กับสารอาหารได้เพิ่มขึ้นตามวัตถุประสงค์

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบทัศนคติก่อนและหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้
และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล

ตัวแปร	n	mean	SD.	t-test
ทัศนคติก่อนใช้รูปแบบ	32	3.44	0.33	-12.60**
ทัศนคติหลังใช้รูปแบบ	32	4.13	0.25	

** p < 0.01

โภชนาการและฉลาดโภชนาการสำหรับนักศึกษา
พยาบาล ได้ผลดังตารางที่ 2

จากตารางที่ 2 พบว่า ทัศนคติเรื่อง
โภชนาการและฉลาดโภชนาการหลังการใช้รูป
แบบการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการ
และฉลาดสำหรับนักศึกษาพยาบาล สูงกว่าก่อน
การใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจ
เรื่องโภชนาการและฉลาดสำหรับนักศึกษาพยาบาล
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เนื่องจากเป็น
กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
ประกอบด้วย การให้แนวคิดความรู้ อภิปราย

การเรียนรู้ของบลูม (Bloom's taxonomy) รวมทั้ง
การใช้สื่อที่เป็นรูปธรรม เช่น ฐานความรู้ที่มี
วัสดุจริง เช่น ฉลากอาหาร ฉลากโภชนาการชนิด
ต่าง ๆ จึงสามารถสื่อสารต่อผู้เรียนได้มาก ผู้เรียน
มองเห็นอย่างเป็นรูปธรรม โดยที่การเลือกใช้สื่อ
ประเภทต่าง ๆ จะส่งผลให้เกิดกระบวนการเรียน
รู้มากกว่าการบรรยาย¹⁰ ดังนั้นจึงส่งผลให้คะแนน
ความรู้หลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และ
ความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการ
สำหรับนักศึกษาพยาบาลมี ค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อน
การใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจ
เรื่องโภชนาการและฉลาดโภชนาการ

เมื่อทำการเปรียบเทียบทัศนคติเรื่อง
โภชนาการและฉลาดโภชนาการหลังการใช้
รูปแบบการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่อง

แบบมีส่วนร่วมและกิจกรรมการฝึกปฏิบัติจาก
สถานการณ์จำลอง เกมต่างๆ นับว่าเป็นกิจกรรม
ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทัศนคติและค่านิยม
ในตัวผู้เรียน การใช้สถานการณ์จำลองพฤติกรรม
ทางสังคมที่พึงประสงค์ในห้องเรียน การเสนอ
แนะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่หลากหลายระหว่าง
สมาชิกในกลุ่ม การพัฒนาพฤติกรรมการแก้ปัญหา
การคิดวิเคราะห์ การคิดอย่างมีเหตุผล รวมทั้งการ
พัฒนาลักษณะของผู้เรียนให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์
การเรียนรู้ จึงส่งผลต่อการปรับทัศนคติ

เมื่อทำการเปรียบเทียบการปฏิบัติหลัง การใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง โภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ได้ผลดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบการปฏิบัติก่อนและหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง โภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล

ตัวแปร	n	mean	SD.	t-test
การปฏิบัติก่อนใช้รูปแบบ	32	15.16	3.73	-7.18**
การปฏิบัติหลังใช้รูปแบบ	32	20.41	3.80	

**p<0.01

ประสงค์การเรียนรู้⁹ จึงส่งผลต่อการปรับทัศนคติ ต่อเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการเพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 3 พบว่า การปฏิบัติหลังการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง โภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง โภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เนื่องจากกิจกรรมที่จัดให้นักศึกษาพยาบาล เป็นกิจกรรมที่เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) และหลักการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) เช่น การให้แนวคิดความรู้ การอภิปรายแบบมีส่วนร่วม การฝึกปฏิบัติเชิงประสบการณ์ และการใช้เกมส์สารอาหาร ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้นักศึกษาพยาบาลได้วิเคราะห์ความรู้สึกรู้สึกและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ รวมทั้งส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมปฏิบัติตามมา รวมทั้งลักษณะการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเป็นการจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนได้คิด ได้ปฏิบัติอย่างเป็นขั้นตอนจนสามารถค้นพบความรู้ได้ด้วยตนเอง จากแหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลาย เน้นการมีปฏิสัมพันธ์กลุ่ม สนับสนุน

ให้คิดอย่างเป็นระบบ คิดรอบคอบ คิดอย่างมีวิจญาณและสร้างสรรค์ สามารถใช้ศักยภาพของตนเองตามความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยมีกิจกรรมเป็นตัวประสานเพื่อให้ผู้เรียนคิดเป็นทำเป็น แก้ปัญหาเป็นและสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้¹²

3. การปรับปรุงรูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการและฉลากโภชนาการสำหรับนักศึกษาพยาบาล ซึ่งนักศึกษาพยาบาลได้ให้ข้อเสนอแนะเรื่องระยะเวลาที่ควรเพิ่มระยะเวลาในการจัดกิจกรรมทั้ง 3 กิจกรรมให้เพิ่มขึ้น สื่อเนื้อหาประกอบการบรรยายปรับให้ชัดเจนยิ่งขึ้น รวมทั้งควรมีคู่มือประกอบการจัดกิจกรรมให้นักศึกษาทุกคน ทั้งนี้พบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อการใช้รูปแบบการส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่อง โภชนาการและฉลากโภชนาการอยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากกิจกรรมที่สร้างขึ้นเป็นการจัดการเรียนการสอนในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย มีอิสระ บทเรียนเป็นเรื่องใกล้ตัวที่อยู่ในชีวิตประจำวัน ของนักศึกษา มีความหมาย มีประโยชน์ มีความหลากหลายในวิธีการเรียนรู้ สื่อการเรียนน่าสนใจ ดังนั้น จึงส่งผลต่อความพึงพอใจในการใช้รูปแบบ

การส่งเสริมความรู้และความเข้าใจเรื่องโภชนาการ และผลจากโภชนาการอยู่ในระดับมากที่สุด
ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยขอเสนอแนวคิดในการใช้ประโยชน์จากผลการวิจัยว่าสถาบันการศึกษาควรส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลเป็นบุคลากรที่เป็นต้นแบบทางสุขภาพ ซึ่งควรมีความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติด้านโภชนาการ เพื่อถ่ายทอดไปสู่ประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

1. Yamborisut, U., Kosulwat, V., Chittchang, U., Wimonpeerapattana, W., and Suthutvoravut, U. Factors associated with dual from of malnutrition in school children in Nakorn Prathom and Bangkok. Journal of Thai Medical Association. 2006; 89 :1012-23.
2. Kosulwat, V. Nutrition and Health Transition in Thailand. Public Health Nutrition. 2002; 1A: 183-189.
3. ประไพศรี ศิริจักรวาล และคณะ. การศึกษาทัศนคติ ความรู้ ความเข้าใจของผู้บริโภคเกี่ยวกับข้อมูลโภชนาการบนฉลากอาหารและการนำข้อมูลไปใช้. รายงานการวิจัย มปท; 2551.
4. นวลอนงค์ บุญจรรยกุล. รายงานการทบทวนองค์ความรู้ทางพฤติกรรมศาสตร์ เพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินในเด็ก. วารสารโภชนาบำบัด. 2547; 2: 84-97.
5. McCabe, E. The New Food Label: Implication for Primary Care. Journal of Pediatric Health Care. 1995; September-October: 218-221.
6. วิริยา โพธิ์ขวาง ยุสัท และคณะ. ความรู้ ทัศนคติและความเข้าใจเกี่ยวกับโภชนาการและข้อมูลเกี่ยวกับโภชนาการบนฉลากโภชนา และ การนำข้อมูลไปใช้ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในจังหวัดสุราษฎร์ธานี และครูผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับโภชนาการหรือสุขศึกษาระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาในจังหวัดสุราษฎร์ธานี. รายงานการวิจัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี. 2552.
7. Watts, P., Allison. M Vick H., and Watts, D. Environment factors and Nutritional status of rural children. Nursing Connection. 1996; 9: 43-48.
8. Perry, L. Nutrition : A hard Nut to Crack. An Exploration of the Knowledge , Attitudes and Activities of Qualified Nurses in Relation to Nutrition nursing care. Journal of Clinical Nursing. 1997, [cited 2010 April 17]. Available from: <http://www.thaiblogonline.com>.
9. Kolb, D.A. Experience Learning: Experience as the Source of Learning and Development. Englewood Cliffs, New Jersey: Princes-Hall; 1984.
10. อรวรรณ ชัยพันธ์. ผลของการอบรมเชิงประสบการณ์ต่อความสามารถด้านการส่งเสริมสุขภาพชุมชนของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน. สุราษฎร์ธานี: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์; 2547.
11. พิมพ์สาย จังตระกูล. การนำเสนอรูปแบบการฝึกอบรมในงานเพื่อพัฒนาทักษะการสร้างวิสัยทัศน์ร่วมกันตามแนวคิดวิธีการเรียนแบบมีส่วนร่วมสำหรับนักเทคโนโลยีการศึกษา ในสถาบันอุดมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาโสตทัศนศึกษา คณะครุศาสตร์. กรุงเทพฯ; จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2546.
12. ดวงดาว แซ่โจ้ว. การพัฒนาตัวบ่งชี้การจัดการความรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการประกันคุณภาพการศึกษา มหาวิทยาลัยนครสวรรค์. พิษณุโลก; 2549.