

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของสตรีวัยหมดประจำเดือน ชุมชนบ้านห้วยเกี๋ยง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ วิธีดำเนินการศึกษามีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือ สตรีที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี ที่อยู่ในระยะของการหมดประจำเดือน 3 ระยะ ได้แก่ ระยะก่อนหมดประจำเดือน 2-3 ปี ระยะหมดประจำเดือน และระยะหลังหมดประจำเดือนอย่างถาวร อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านห้วยเกี๋ยง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ไม่เคยได้รับการตัดมดลูก รังไข่ออกไปหรือได้รับการรักษาด้วยฮอร์โมน ฉายแสง เคมีบำบัดและไม่ตั้งครรภ์ ประชากรมีความยินดีเข้าร่วมการศึกษา ตามการพิทักษ์สิทธิของผู้ร่วมการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ประกอบด้วย

1. แบบสัมภาษณ์ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของตนเองและครอบครัว ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร อายุของการมีประจำเดือนครั้งแรก ลักษณะของการมีประจำเดือนในรอบปีที่ผ่านมา การคุมกำเนิด ประวัติโรคประจำตัว ประวัติการสูบบุหรี่ โรคประจำตัว การออกกำลังกาย ปัญหาเกี่ยวกับโรคข้อและกระดูก

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยหมดประจำเดือน ซึ่งผู้ศึกษาปรับปรุงมาจากแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวรวรรณ วิสวะกุล (2545) และเอกสารงานวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย บริโภคนิสัย การเลือกซื้ออาหาร การเตรียมอาหาร การปรุงอาหาร ความถี่ของการบริโภคอาหาร รวมถึงการเก็บอาหารก่อนและการเก็บอาหาร

ที่เหลือจากการรับประทานในแต่ละมื้อ โดยเป็นคำถามปลายเปิดเชิงบวกและเชิงลบ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ

ปฏิบัติเป็นประจำ	คือ	กระทำทุกวัน/สัปดาห์
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	คือ	กระทำเป็นส่วนใหญ่ 4-6 ครั้ง/สัปดาห์
ปฏิบัติบางครั้ง	คือ	กระทำเป็นส่วนน้อย 1-3 ครั้ง/สัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติเลย	คือ	ไม่เคยกระทำเลย

การให้คะแนน

ทางบวก		ทางลบ	
ปฏิบัติเป็นประจำ	ได้ 3 คะแนน	ปฏิบัติเป็นประจำ	ได้ 0 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ได้ 2 คะแนน	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ได้ 1 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	ได้ 1 คะแนน	ปฏิบัติบางครั้ง	ได้ 2 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 0 คะแนน	ไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 3 คะแนน

การแปลผลคะแนนพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร แบ่งเป็น 4 ระดับ ดังนี้ (อุเทน ปัญญา,

2546)

ค่าเฉลี่ย ต่ำกว่า 0.50	หมายถึง	มีพฤติกรรมกรบริโภคอยู่ในระดับที่ ต้องปรับปรุง
ค่าเฉลี่ย 0.50 - 1.49	หมายถึง	มีพฤติกรรมกรบริโภค พอใช้
ค่าเฉลี่ย 1.50 - 2.49	หมายถึง	มีพฤติกรรมกรบริโภคที่ ดี
ค่าเฉลี่ย 2.50 - 3.00	หมายถึง	มีพฤติกรรมกรบริโภคที่ ดีมาก

2. แบบบันทึกภาวะโภชนาการ โดยการชั่งน้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัมและวัดความสูงเป็นเซ็นติเมตร แล้วนำมาหาค่าดัชนีสุขภาพ มช. (Height Weight Difference Index : HWDI) ของศักดิ์ดา พริงลำภู และคณะ (2545) ตามเกณฑ์ดังนี้

ระดับ	ดัชนีสุขภาพมช. (HWDI)
1. น้ำหนักเกินระดับ 3	<57.10
2. น้ำหนักเกินระดับ 2	57.10 - 82.50
3. น้ำหนักเกินระดับ 1	82.50 - 95.20
4. ภาวะโภชนาการปกติ	95.20 - 111.70
5. ผอมระดับ 1	111.70 - 115.50
6. ผอมระดับ 2	115.50 - 118.00
7. ผอมระดับ 3	>118.00

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. คุณภาพของแบบสัมภาษณ์ ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์ทั้งฉบับไปทำการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 4 ท่าน ตรวจสอบ แก้ไขให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ส่วนการหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับสตรีวัยหมดประจำเดือนชุมชนบ้านสันทรายหลวง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 20 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับประชากรบ้านห้วยเกียง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ นำผลที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าเท่ากับ .77

2. คุณภาพของเครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ในด้านความถูกต้อง (Accuracy) ของเครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดและมีการตั้งเครื่องชั่งน้ำหนักโดยใช้ตุ้มน้ำหนัก 1 กิโลกรัม และ 5 กิโลกรัม เป็นมาตรฐานในการตั้ง หลังจากชั่งน้ำหนักไปแล้วทุก ๆ 10 คน การหาความแม่นยำ (Precision) ของเครื่องมือในการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ทำโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงของบุคคลที่มีภาวะโภชนาการต่างกัน 3 คน คือ คนรูปร่างอ้วน รูปร่างปกติ และรูปร่างผอม เป็นจำนวนคนละ 10 ครั้ง หลังจากนั้นนำค่าที่ได้ มาหาค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรปรวน (Covariance Variation) ของการชั่งน้ำหนักได้เท่ากับ 0.53% และสัมประสิทธิ์ของความแปรปรวนของการวัดส่วนสูงได้เท่ากับ 0.12% (กานดา พูนลาภทวี, 2539)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์โดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลภาวะโภชนาการ วิเคราะห์และแปรผลข้อมูลโดยใช้ดัชนีสุขภาพ มช. (Height Weight Difference Index : HWDI) ความสัมพันธ์ของระดับพฤติกรรมกรบริโภคอาหารและระดับภาวะโภชนาการของประชากรใช้ค่า Chi - square ในการทดสอบและใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบแครมเมอร์วี (Cramer 's V) ในการวัดขนาดความสัมพันธ์

การพิทักษ์สิทธิของประชากร

ผู้ศึกษาแนะนำตนเองและชี้แจงให้ประชากรทราบวัตถุประสงค์ในการศึกษา พร้อมทั้งอธิบายให้ประชากรทราบว่า ในการศึกษารุ่นนี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของประชากรที่จะเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมก็ได้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น ข้อมูลที่ได้ถือเป็นความลับและนำเสนอผลของการศึกษาในภาพรวมทั้งจะนำประโยชน์ไปใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ครั้นเมื่อประชากรยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษา จึงทำการรวบรวมข้อมูล และระหว่างการสัมภาษณ์หากประชากรต้องการออกจากการศึกษา ก็สามารถออกได้ก่อนที่การศึกษาจะเสร็จสิ้นลง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved