

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) เพื่อศึกษาเกี่ยวกับ ความรู้ การปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการและภาวะโภชนาการของเด็กช่วงชั้นที่ 2 วิธีการดำเนินการศึกษามีรายละเอียดดังนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ เด็กช่วงชั้นที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2548 โรงเรียนบ้านสันตะขอม อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างได้มาโดย วิธีการสุ่มแบบเจาะจง ประกอบด้วยนักเรียนชายจำนวน 38 คนและนักเรียนหญิงจำนวน 29 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 มีจำนวนทั้งสิ้น 67 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามและแบบวัดความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการในครั้งนี้ ผู้ศึกษาสร้างขึ้นโดยการศึกษาจากตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้ด้านโภชนบัญญัติ 9 ประการ จำนวน 29 ข้อ ให้

เลือกตอบ 2 คำตอบ คือ ถูกหรือผิด

ความหมายของการให้คะแนน

ถูก หมายถึง ข้อความดังกล่าวถูกต้องตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ

ผิด หมายถึง ข้อความดังกล่าวผิดจากหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ

ตอบถูกให้ 1 คะแนน

ตอบผิดให้ 0 คะแนน

การแปลผลคะแนน ซึ่งคะแนนจะอยู่ระหว่าง 0-30 คะแนน ใช้เกณฑ์การตัดสินดังนี้

(ธีรวุฒิ เอกะกุล, 2542)

0-10 คะแนน หรือ ร้อยละ 0-49 มีความรู้ในระดับต่ำ

11-20 คะแนน หรือ ร้อยละ 50- 79 มีความรู้ในระดับปานกลาง

21-30 คะแนน หรือ ร้อยละ 80 –100 มีความรู้ในระดับดี

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ มีทั้งหมด 33 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนการประมาณค่า มี 4 ระดับ ไม่เคยปฏิบัติเลย ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัติบ่อยครั้งและปฏิบัติเป็นประจำ โดยข้อรายการประกอบด้วยการปฏิบัติที่เหมาะสมและการปฏิบัติที่ไม่เหมาะสม

เกณฑ์การให้คะแนนแบ่งออกเป็น

1. การปฏิบัติที่เหมาะสมหมายถึง ข้อความของการปฏิบัติถูกต้องตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ

การให้คะแนนเป็นดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 6-7 วัน/สัปดาห์	ได้ 3 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 4-5 วัน/สัปดาห์	ได้ 2 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 1-3 วัน/สัปดาห์	ได้ 1 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 0 คะแนน

2. การปฏิบัติที่ไม่เหมาะสม หมายถึง ข้อความของการปฏิบัติไม่ถูกต้องตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ

การให้คะแนนเป็นดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 6-7 วัน/สัปดาห์	ได้ 0 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 4-5 วัน/สัปดาห์	ได้ 1 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 1-3 วัน/สัปดาห์	ได้ 2 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 3 คะแนน

การแปลผลคะแนนเฉลี่ยของการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ โดยใช้เกณฑ์ดังนี้ (ธีรวุฒิ เอกะกุล, 2542)

คะแนนเฉลี่ย 0-0.99 แสดงว่า	มีการปฏิบัติไม่ตัวอย่างมาก
คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.99 แสดงว่า	มีการปฏิบัติไม่ดี
คะแนนเฉลี่ย 2.00-2.99 แสดงว่า	มีการปฏิบัติดี
คะแนนเฉลี่ย 3.00-4.00 แสดงว่า	มีการปฏิบัติดีมาก

2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการ ได้แก่ เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ที่ได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดในด้านความเที่ยงตรงและแบบบันทึกน้ำหนัก ส่วนสูง เพื่อแปลผลภาวะโภชนาการ

#### การตรวจสอบและการหาคุณภาพของเครื่องมือ

##### 1) แบบสอบถามและแบบวัดความรู้

ความเที่ยงตรงด้านเนื้อหาของแบบสอบถามและแบบวัดความรู้ (Content validity) ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เป็นผู้พิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความชัดเจนในด้านภาษาและเนื้อหา จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) โดยนำแบบสอบถามที่ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิและปรับปรุงแล้ว นำไปทดลองใช้กับนักเรียนโรงเรียนบ้านน้ำริน อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน จากนั้นนำมาหาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาช (Cronbach's alpha coefficient) (ธีรวุฒิ เอกะกุล, 2542) ค่าที่คำนวณได้คือ 0.81

ความเชื่อมั่นของแบบวัดความรู้ นำแบบวัดความรู้ไปทดลองใช้กับนักเรียนโรงเรียนบ้านน้ำริน อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คนแล้ววิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น โดยวิธีของ Kuder – Richardson หรือ KR-20 (ธีรวุฒิ เอกะกุล, 2542) ค่าที่คำนวณได้คือ 0.75

##### 2) เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง

ความเที่ยงตรงของการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง เป็นเครื่องมือที่ได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดและมีการตั้งเครื่องชั่งก่อนการชั่งน้ำหนักทุกครั้งโดยใช้ลูกตุ้มน้ำหนัก 5 กิโลกรัม และ 10 กิโลกรัม เป็นมาตรฐานในการตั้งและมีการตั้งเครื่องชั่งทุกครั้ง หลังจากรชั่งน้ำหนักกลุ่มตัวอย่างไปแล้ว 20 คน

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาคำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 20 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2549 ถึงวันที่ 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2549

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้ไปประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยแยกวิเคราะห์ตามลำดับดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ใช้การแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ
2. ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับโภชนบัญญัติ 9 ประการ วิเคราะห์และแปลผลโดยใช้ค่าร้อยละ
3. ข้อมูลการปฏิบัติตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ วิเคราะห์และแปลผลโดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (อุเทน ปัญโญ, 2547)
4. การประเมินภาวะโภชนาการในการศึกษาครั้งนี้ ใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง โดยใช้เทียบกับกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5-18 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2542) เพื่อจำแนกภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ
5. การหาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการและภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แครมเมอร์วี (Cramer' s V ) โดยมี การแปลผลดังต่อไปนี้ (ยุทธ ไกยวรรณ, 2548)

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	0.80 ขึ้นไป	แสดงว่า	มีความสัมพันธ์มากที่สุด
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	0.60 - 0.79	แสดงว่า	มีความสัมพันธ์มาก
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	0.40 - 0.59	แสดงว่า	มีความสัมพันธ์ปานกลาง
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	0.20 - 0.39	แสดงว่า	มีความสัมพันธ์น้อย
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	0.01 - 0.19	แสดงว่า	มีความสัมพันธ์น้อยมาก
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	0.00	แสดงว่า	มีความสัมพันธ์น้อยที่สุด

### การพิทักษ์สิทธิ์

การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้ที่เข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงวัตถุประสงค์ในการศึกษาและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าในการศึกษาครั้งนี้จะไม่ส่งผลกระทบต่อใดๆ ต่อกลุ่มตัวอย่างและข้อมูลที่ผู้ศึกษาได้เก็บรวบรวมไว้นั้นจะเก็บไว้เป็นความลับและจะนำเสนอผลการศึกษาในภาพรวม เมื่อกลุ่มตัวอย่างตกลงให้ความร่วมมือและลงชื่อในเอกสารพิทักษ์สิทธิ์แล้วจึงทำการเก็บรวบรวมข้อมูล