

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (descriptive study) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ภาวะโภชนาการและความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุบ้านเกาะกลาง ตำบลป่าแดด อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีวิธีการดำเนินการศึกษาดังต่อไปนี้

#### ลักษณะประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษานี้ เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปทั้งเพศชายและหญิงที่อาศัยอยู่บ้านเกาะกลาง ตำบลป่าแดด อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 130 คน

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ เลือกโดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย โดยการเลือกผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังนี้

1. มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
2. ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับโครงสร้างกระดูก แขนไม้โกง
3. ไม่มีปัญหาในการรับฟัง
4. สามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาไทยได้ดี
5. ให้ความร่วมมือในการศึกษา

จากเกณฑ์ดังกล่าว ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 65 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ ประกอบด้วย

1. อุปกรณ์ในการประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้เครื่องชั่งน้ำหนัก และสายวัดความยาวแขน

2. แบบสัมภาษณ์ภาวะโภชนาการ ซึ่งผู้ศึกษาสร้างขึ้น โดยอาศัยแนวคิดของทิพย์รัตน์ มณีเลิศ (2542) และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ได้แก่ ชื่อ สกุล เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับอาหาร โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

2.1 อาหารที่ผู้สูงอายุรับประทาน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เป็นคำถามปลายเปิดโดยเขียนรายชื่ออาหารที่ผู้สูงอายุรับประทานในมือเช้า มื้อกลางวันและมือเย็น

2.2 ข้อมูลเกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วยแบบแผนการบริโภคอาหาร กิจกรรมของผู้สูงอายุ ความอยากอาหาร การแพ้อาหาร ฟันและระบบทางเดินอาหาร โรคประจำตัว ยาที่ได้รับ การแนะนำและแหล่งความรู้ที่ได้รับ

ส่วนที่ 3 แบบทดสอบความรู้ภาวะโภชนาการ เป็นมาตราส่วนประมาณค่ามี 2 ตัวเลือก โดยให้ผู้ตอบเลือกข้อที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียวและให้คะแนนดังนี้

ความรู้ทางโภชนาการที่ถูกต้อง เท่ากับ 1 คะแนน

ความรู้ทางโภชนาการที่ไม่ถูกต้อง เท่ากับ 0 คะแนน

การแปลผล (สุภาพ ปีญา,2541) ดังนี้

คะแนนต่ำกว่า 50% หมายถึง มีความรู้ในเกณฑ์ต่ำ

คะแนนระหว่าง 51 - 75% หมายถึง มีความรู้ในเกณฑ์ปานกลาง

คะแนนระหว่าง 76 - 100% หมายถึง มีความรู้ในเกณฑ์สูง

ส่วนที่ 4 แบบบันทึกประกอบด้วย ชื่อ-สกุล น้ำหนัก ความยาวแขน ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) มีการแปลผล (สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ,2544) ดังนี้

ค่าต่ำกว่า 18.5 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> หมายถึง ภาวะขาดสารอาหาร

ค่าระหว่าง 18.5 -24.9 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> หมายถึง ภาวะโภชนาการปกติ

ค่าตั้งแต่ 25 กิโลกรัม/เมตร<sup>2</sup> หมายถึง ภาวะโภชนาการเกิน

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. เครื่องมือประเมินภาวะโภชนาการ ประกอบด้วย

1.1 เครื่องชั่งน้ำหนัก ต้องได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัด ในด้านความเที่ยงตรงตรวจสอบความถูกต้องและความเที่ยงตรงของเครื่องชั่งน้ำหนัก โดยชั่งค้อนน้ำหนักมาตรฐาน 5 กิโลกรัม เมื่อชั่งผู้สูงอายุผ่านไป 20 คน

1.2 สายวัดความยาวแขน ต้องได้รับการรับรองมาตรฐานจากพาณิชย์จังหวัดใน ด้านความเที่ยงตรง ตรวจสอบความถูกต้องและความเที่ยงตรงของสายวัด โดยวัดด้วยตลับเมตร เมื่อวัดผู้สูงอายุผ่านไป 20 คน

## 2. แบบสัมภาษณ์ความรู้และภาวะโภชนาการของผู้สูงอายุ

ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์ไปหาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์ทางโภชนาการ จำนวน 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องชัดเจน แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขหลังจากนั้นนำไปทดสอบกับผู้สูงอายุบ้านป่าแดด ต.ป่าแดด อ. เมือง จ.เชียงใหม่ จำนวน 30 คน และนำไปหาความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบสัมภาษณ์โดยใช้สูตร KR-20 (บุญสม ศรีสะอาด, 2535) และได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .80

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

#### การเตรียมผู้ช่วยวิจัย

เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้ต้องสัมภาษณ์ผู้สูงอายุบ้านเกาะกลาง จึงจำเป็นต้องมีผู้ช่วยในการศึกษา ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาโภชนาการศึกษาศาสตร์ศึกษา 3 ท่าน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับผู้วิจัย โดยผู้ศึกษาอธิบายให้ผู้ช่วยศึกษาทราบวัตถุประสงค์ ขั้นตอนในการสัมภาษณ์ ความหมายของข้อคำถามอย่างละเอียดและทดลอง ใช้แบบสัมภาษณ์ร่วมกันเพื่อให้มีการตรงกันของข้อมูล

#### การรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้ผู้ศึกษาคำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและผู้ช่วย จำนวน 3 คน โดยแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง มีขั้นตอน ดังนี้

1. ทำหนังสือจากบัณฑิตศึกษาสถาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ถึงผู้ใหญ่บ้านและผู้อำนวยการสถาบันแมคเคนเพื่อการฟื้นฟูสภาพเพื่อขอความร่วมมือเก็บข้อมูลและนัดหมายผู้สูงอายุ
2. สัมภาษณ์ผู้สูงอายุและชั่งน้ำหนัก วัดความยาวแขนตามวัน เวลาที่กำหนด
3. ตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วนของข้อมูล เพื่อนำไปวิเคราะห์ผลการศึกษาทางสถิติต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ (Statistic Package for the Social Science) ดังนี้

1. แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ วิเคราะห์ข้อมูล โดยข้อมูลทั่วไป ข้อมูลอาหารที่บริโภค และข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ ความรู้ทางโภชนาการ และข้อมูลภาวะโภชนาการ วิเคราะห์โดยใช้ความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย
2. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และภาวะโภชนาการ ใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman rank-order correlation coefficient) (กนกทิพย์ พัฒนาพิวพันธ์, 2543)