

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารของนักเรียนวิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1-3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์ ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 1,138 คน (งานทะเบียน วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์, 2546)

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1-3 ขนาดของกลุ่มตัวอย่างเมื่อประชากรมีจำนวน 1,200 คน ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 291 คน สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) จำแนกตามระดับชั้น และเพศ ดังนี้

นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1	จำนวน	109	คน
นักเรียนชาย	จำนวน	8	คน
นักเรียนหญิง	จำนวน	101	คน
นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2	จำนวน	93	คน
นักเรียนชาย	จำนวน	8	คน
นักเรียนหญิง	จำนวน	85	คน
นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3	จำนวน	89	คน
นักเรียนชาย	จำนวน	5	คน
นักเรียนหญิง	จำนวน	84	คน
รวมจำนวนตัวอย่างทั้งสิ้น		291	คน

เครื่องมือที่ใช้

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับประทานอาหารของนักเรียนวิทยาลัยอาชีวศึกษา อุดรดิตต์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของนักเรียน มี 4 ระดับ คือ ไม่ปฏิบัติเลย บางครั้ง บ่อยครั้ง เป็นประจำ จำนวน 39 ข้อ โดยข้อรายการประกอบด้วย อาหารที่เหมาะสม และอาหารที่ไม่เหมาะสม

ความหมายของแต่ละระดับ มีดังต่อไปนี้

ไม่ปฏิบัติเลย หมายถึง นักเรียนไม่รับประทานอาหารนั้นเลย

ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง นักเรียนรับประทานอาหารนั้นประมาณ 1-3 วัน ใน 1 สัปดาห์

ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง นักเรียนรับประทานอาหารนั้นประมาณ 4-5 วัน ใน 1 สัปดาห์

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง นักเรียนรับประทานอาหารนั้น 6-7 วัน ใน 1 สัปดาห์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการ

2.1 เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงที่ได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัด ในด้านความเที่ยงตรง

2.2 แบบบันทึกการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง เพื่อการประเมินภาวะโภชนาการ

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้ศึกษาได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการและการรับประทานอาหารของนักเรียน

2. สร้างแบบสอบถามการรับประทานอาหารของนักเรียน จำนวน 39 ข้อ

3. นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงปรាកฏ (Face Validity) ของแบบสอบถาม แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. นำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่มีในกลุ่มตัวอย่าง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1-3 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

5. ทำการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.816

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้ศึกษาขออนุญาตผู้อำนวยการและพบนักเรียนเพื่อแนะนำตนเองอธิบายวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการศึกษา
2. ดำเนินการแจกแบบสอบถามแก่นักเรียน
3. เก็บแบบสอบถามคืน ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม
4. ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้ศึกษาและผู้ช่วยบันทึกไว้ในแบบบันทึกการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง
5. นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้อง เพื่อที่จะนำไปวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้จากการใช้แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป การรับประทานอาหารของนักเรียน ทำการตรวจสอบความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นได้ของข้อมูล

1. นำผลของการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงมาเทียบกับกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5-18 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2542) เพื่อแยกภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง
2. วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
3. วิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง โดยมีเกณฑ์ในการให้คะแนน ดังนี้

3.1 ข้อคำถามอาหารที่เหมาะสม ได้แก่ ข้อ 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 18, 19, 20, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38

ข้อความอาหารที่เหมาะสม เกณฑ์การให้คะแนนเป็นดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	ได้	3	คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ได้	2	คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	ได้	1	คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย	ได้	0	คะแนน

3.2 ข้อคำถามอาหารที่ไม่เหมาะสม ได้แก่ ข้อ 2, 15, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 39

ข้อความอาหารที่ไม่เหมาะสม เกณฑ์การให้คะแนนเป็นดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	ได้	0	คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ได้	1	คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	ได้	2	คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย	ได้	3	คะแนน

การแปลผลค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับประทานอาหาร โดยใช้เกณฑ์ดังนี้

คะแนน	2.50 - 3.00	คะแนน	แสดงว่า	มีการรับประทานระดับดีมาก
คะแนน	1.50 - 2.49	คะแนน	แสดงว่า	มีการรับประทานระดับดี
คะแนน	0.50 - 1.49	คะแนน	แสดงว่า	มีการรับประทานระดับพอใช้
คะแนน	0.00 - 0.49	คะแนน	แสดงว่า	มีการรับประทานระดับไม่ดี

4. การประเมินภาวะโภชนาการในการศึกษาครั้งนี้ ใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง โดยใช้กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5-18 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2542)

5. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการรับประทานอาหารของนักเรียน และภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบแครมเมอร์วี (Cramer's V) โดยมีเกณฑ์การแปลผล ดังนี้

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



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved