

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกินครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารและปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน มีวิธีดำเนินการศึกษา ดังนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชายและหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกิน กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนเอกชนขนาดใหญ่แห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 410 คน ประเมินภาวะโภชนาการโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง จากนั้นนำข้อมูลไปประมวลผลด้วยโปรแกรมระบบการประเมินภาวะโภชนาการ (ศักดิ์ฯ พริงล้ำภูและคณะ, 2552) โดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เป็นดัชนีชี้วัดภาวะโภชนาการ ดังตาราง 3.1

ตาราง 3.1 จำนวนประชากรจำแนกตามระดับชั้น

ระดับชั้น	ประชากรที่ศึกษา (คน)
มัธยมศึกษาปีที่ 1	115
มัธยมศึกษาปีที่ 2	142
มัธยมศึกษาปีที่ 3	153
รวมทั้งสิ้น	410

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) จำนวน 1 ชุด ผู้ศึกษาได้จากการทบทวนวรรณกรรมและประยุกต์ใช้แบบสอบถามของพิมพ์ผกา เมืองไสย (2550) โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 การบริโภคอาหารของนักเรียน ประกอบด้วย การบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ เครื่องดื่ม ขนมและอาหารว่าง มืออาหาร รสชาติอาหาร วิธีการปรุงอาหารและแหล่งที่มาของอาหาร ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีการปฏิบัติ 4 ระดับ โดยต้องเลือกเพียงคำตอบเดียวที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ซึ่งมีความหมายในการปฏิบัติ คือ

ทำเป็นประจำ	หมายถึง	นักเรียนมีการปฏิบัติ 5 – 7 วันต่อสัปดาห์
ทำบ่อยครั้ง	หมายถึง	นักเรียนมีการปฏิบัติ 3 – 4 วันต่อสัปดาห์
ทำบางครั้ง	หมายถึง	นักเรียนมีการปฏิบัติ 1 – 2 วันต่อสัปดาห์
ไม่เคยทำเลย	หมายถึง	นักเรียนไม่เคยปฏิบัติเลยในสัปดาห์

เกณฑ์การให้คะแนนขึ้นอยู่กับคำถามมีทั้งด้านบวกและด้านลบ (สมศักดิ์ ภูวิภาดาวรรณ, 2548) ดังนี้

การปฏิบัติ	ด้านบวก	ด้านลบ
ทำเป็นประจำ	ให้ 3 คะแนน	ให้ 0 คะแนน
ทำบ่อยครั้ง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ทำบางครั้ง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ไม่เคยทำเลย	ให้ 0 คะแนน	ให้ 3 คะแนน

สำหรับการแปลผลคะแนนเฉลี่ยการบริโภคอาหาร ใช้เกณฑ์การแปลผลเป็น 4 ระดับ (สมศักดิ์ ภูวิภาดาวรรณ, 2548) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.50 – 3.00 หมายถึง มีการบริโภคอาหารระดับ ดีมาก

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.50 – 2.49 หมายถึง มีการบริโภคอาหารระดับ ดี

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 0.50 – 1.49 หมายถึง มีการบริโภคอาหารระดับ พอใช้

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 0.00 – 0.49 หมายถึง มีการบริโภคอาหารระดับ ควรปรับปรุง

ตอนที่ 2 ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน ซึ่งลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) และให้เติมข้อความบางข้อ ประกอบด้วย 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ระดับชั้น ศาสนา ลักษณะการพักอาศัย สุขภาพร่างกายและการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 2 ปัจจัยด้านครอบครัว ประกอบด้วย สมาชิกในครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพและรายได้ของผู้ปกครอง

ส่วนที่ 3 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรม ประกอบด้วย จำนวนเงินที่ได้รับมาโรงเรียน ค่าใช้จ่ายสำหรับอาหารและเครื่องดื่ม อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน และวัฒนธรรมอาหารตะวันตก

ส่วนที่ 4 ปัจจัยด้านสื่อที่เกี่ยวข้องกับอาหารและโภชนาการ ประกอบด้วย สื่อโฆษณาที่มีผลต่อการบริโภค แหล่งความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ ความสนใจข้อมูลข่าวสารทางด้านอาหารและโภชนาการ

การหาคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้ศึกษาได้ทำการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

1. แบบสอบถาม การหาความตรงด้านเนื้อหา (Validity) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมและประยุกต์จากแบบสอบถามของพิมพ์ผกา เมืองไผ่ (2550) เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหาและพิจารณาความถูกต้องด้านภาษาให้เหมาะสมสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ จากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไข ส่วนการหาความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้กับนักเรียน (Try out) ช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนเอกชนอีกแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับประชากร จำนวน 80 คน (ร้อยละ 20 ของประชากร) และนำผลที่ได้มาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (อุเทน ปัญญา, 2548) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่น 0.71

2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการ คือ เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง เป็นเครื่องมือที่ได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดในด้านความถูกต้อง ส่วนในด้านความเที่ยงตรง เครื่องชั่งน้ำหนัก มีการตรวจสอบโดยใช้ลูกตุ้มน้ำหนักมาตรฐาน 5 กิโลกรัม เป็นมาตรฐานในการตั้งเครื่องชั่งหลังจากชั่งน้ำหนักประชากรไปแล้วทุกๆ 10 คน และเครื่องวัดส่วนสูง มีการตรวจสอบความเที่ยงตรงด้วยตลับเมตร ซึ่งได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัด

การพิทักษ์สิทธิ

ผู้ศึกษาได้ชี้แจงให้ผู้ปกครองของประชากรทราบถึงสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษาครั้งนี้ ประชากรสามารถถอนจากการศึกษาในระหว่างการดำเนินการได้โดยไม่มีผลเสียใดๆเกิดขึ้น ข้อมูลที่ได้ทั้งหมดผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น เมื่อผู้ปกครองและประชากรตกลงให้ความร่วมมือในการศึกษาและลงชื่อในหนังสือยินยอมแล้ว ผู้ศึกษาจึงดำเนินการเก็บข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองระหว่างวันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2552 ถึงวันที่ 6 มีนาคม 2552 และตรวจสอบความเรียบร้อยของการตอบแบบสอบถามก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของประชากรที่มีภาวะโภชนาการเกิน วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ข้อมูลปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของประชากรที่มีภาวะโภชนาการเกิน วิเคราะห์โดยการหาค่าร้อยละ