

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษา เรื่องภาวะโภชนาการและการบริโภคขนมครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการและการบริโภคขนมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 วิธีดำเนินการศึกษามีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

#### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านน้ำเลาเหนือ (เหรียญราชภฏ์อนุสรณ์) จำนวน 19 คน โรงเรียนบ้านน้ำเลาใต้ (วิทยาคาร) จำนวน 24 คน และ โรงเรียนบ้านบุญแจ่ม จำนวน 16 คน รวม 59 คน ซึ่งตั้งอยู่ในเขต ต.น้ำเลา อ.ร่องกวาง จ.แพร่

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. แบบสอบถาม ซึ่งแบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา จำนวนเงินที่ได้มาโรงเรียน โรคประจำตัวและการออกกำลังกาย

ตอนที่ 2 การบริโภคขนม ได้แก่ ผู้ซื้อขนมให้ในวันธรรมดา เงินในกระเป๋าในวันที่มีบริโภคขนมมากที่สุด ช่วงเวลาที่บริโภคขนม กิจกรรมที่ทำระหว่างบริโภคขนม การเตรียมขนมของผู้ปกครอง แหล่งที่ซื้อ จำนวนเงินที่ซื้อ ความสม่ำเสมอของเงินค่าขนมที่ได้รับ ปริมาณที่ซื้อขนมต่อครั้ง เหตุผลที่เลือกบริโภคขนมและยี่ห้อขนมที่บริโภค

2. เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง พร้อมแบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูงเพื่อประเมินภาวะโภชนาการ ด้วยการเปรียบเทียบกับเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5-18 ปี ตามเพศชาย หญิง โดยใช้ทั้งน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุและน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเป็นดัชนีชี้วัดภาวะโภชนาการ (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2543 )

### การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบสอบถาม ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและครอบคลุมเนื้อหา จากนั้นนำมาปรับปรุงและแก้ไขตามคำแนะนำ

แบบสอบถาม มี 2 ตอน ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ ซึ่งมีตัวเลือกตอบ 2-6 ตัวเลือก จำนวน 8 ข้อ และตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ ซึ่งมีตัวเลือกตอบ 2-10 ตัวเลือกจำนวน 15 ข้อ และคำถามปลายเปิด จำนวน 2 ข้อ นำแบบสอบถามที่ตัวเลือกตอบทั้งสิ้น 23 ข้อ ไปทดลองกับนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ของโรงเรียนของรัฐบาลอีกแห่งหนึ่ง อ.ร้องกวาง จ.แพร่ จำนวน 13 คนซึ่งได้มาจากร้อยละ 20 ของประชากรและนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นแบบ Split – Half Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.94 (บุญธรรม กิจปริดาภิสุทธิ์,2542)

### 2. เครื่องมือประเมินภาวะโภชนาการ

ความเที่ยงตรงของเครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง เป็นเครื่องที่ได้รับการรับรองจากสำนักงานพาณิชย์จังหวัด ในด้านความเที่ยงตรง โดยใช้ตุ้มน้ำหนักมาตรฐาน 5 กิโลกรัมและ 10 กิโลกรัมทดลองชั่งทั้งก่อนและหลังจากชั่งน้ำหนักประชากรไปแล้วทุก ๆ 5 คน ส่วนเครื่องวัดส่วนสูงตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยใช้ตลับเมตรซึ่งมีตรารับรองมาตรฐานของกระทรวงพาณิชย์

ความแม่นยำ (Reliability) ของการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง การหาความแม่นยำ โดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงของนักเรียนอาสาสมัคร 3 คน คนละ 10 ครั้ง ซึ่งนักเรียนอาสาสมัครมีภาวะโภชนาการต่างกัน คือ ภาวะโภชนาการต่ำ ภาวะโภชนาการปกติและภาวะโภชนาการเกิน จากนั้นนำค่าของน้ำหนักและส่วนสูงที่วัดได้ของแต่ละคนไปหาค่าสัมประสิทธิ์ความแปรปรวน(Coefficient of Variation) (สุรินทร์ ขนานศักดิ์ และคณะ ,2541) โดยใช้สูตร

$$CV = \frac{SD}{\bar{X}} \times 100 \leq 10$$

การตรวจสอบความแม่นยำของเครื่องชั่งน้ำหนักได้ค่าดังนี้

นักเรียนอาสาสมัคร	ค่าสัมประสิทธิ์ความแปรปรวน
นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำ	0.54
นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ	0.90
นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน	0.10

การตรวจสอบความแม่นยำของเครื่องวัดส่วนสูงได้ค่าดังนี้

นักเรียนอาสาสมัคร	ค่าสัมประสิทธิ์ความแปรปรวน
นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำ	0.10
นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ	0.16
นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน	0.11

### การพิทักษ์สิทธิ์

พิทักษ์สิทธิ์ประชากรโดย ผู้ศึกษาได้แนะนำตนเองและชี้แจงให้ประชากรทราบถึงวัตถุประสงค์ในการศึกษาและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ตรงตามความเป็นจริง ให้ประชากรสามารถจะถอนตัวออกจากการศึกษาเมื่อไหร่ก็ได้ โดยจะไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น ข้อมูลที่ได้จะเก็บไว้เป็นความลับและนำเสนอผลของการศึกษาในภาพรวม ซึ่งจะนำประโยชน์ไปใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น เมื่อประชากรตกลงให้ความร่วมมือและลงชื่อในใบยินยอมแล้วจึงได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและขอความร่วมมือครูอนามัยโรงเรียน จำนวน 1 คน ช่วยบันทึกข้อมูล น้ำหนัก และส่วนสูง

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การหา ค่าเฉลี่ย การแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ
2. การบริโภคขนม วิเคราะห์โดย การแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ
3. การประเมินภาวะโภชนาการ ใช้การเปรียบเทียบกับเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็ก อายุ 5-18 ปี ตามเพศชายหญิง โดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุและน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เป็นดัชนีชี้วัดภาวะโภชนาการ (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข,2543) และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดย การหาค่าร้อยละ