

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาแบบพรรณนาเชิงวิเคราะห์ (analytic descriptive study) เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารแบบทั่วไปมาเป็นบริโภคอาหารชีวจิต โดยการวิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. กำหนดประชากร/กลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องที่ใช้ในการศึกษา
3. สร้างเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดกลุ่มประชากร/ กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร กลุ่มบุคคลที่บริโภคอาหารชีวจิตในชมรมชีวจิตจังหวัดเชียงใหม่

กลุ่มตัวอย่าง ผู้ศึกษาใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างที่บริโภคอาหารชีวจิต ในชมรมชีวจิตจังหวัดเชียงใหม่ แบบเจาะจง (purposive sampling) จำนวน 50 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ จะใช้แบบสอบถามวัดความรู้ และเจตคติ โดยจะแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ตอนด้วยกัน คือ

ตอนที่ 1 รวบรวมข้อมูลพื้นฐานทั่วไป ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส ศาสนา โรคประจำตัว ระยะเวลาที่ป่วย วิธีการรักษา วัตถุประสงค์ ระยะเวลาในการรับประทานอาหารชีวจิต ความถี่ในการรับประทานอาหารชีวจิต จำนวนมื้อที่รับประทาน สารอาหารที่เน้นหนัก แหล่งที่มาของอาหาร รสอาหารที่พอใจ วิธีปรุงอาหาร ความพอใจในการรับประทานอาหาร ชนิดของอาหารที่รับประทาน

ตอนที่ 2 ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคอาหารแบบทั่วไปมาเป็นอาหารชีวจิต ซึ่งจะมีคำถามย่อยเป็น 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 ถามถึงปัจจัยภายนอก โดยแบ่งเป็น 4 หัวข้อ

1. วัฒนธรรม
2. ความเชื่อ
3. การสนับสนุนจากกลุ่มอ้างอิง
4. การได้รับข้อมูลข่าวสาร

ส่วนที่ 2 ถามถึงปัจจัยภายใน โดยแบ่งเป็น 3 หัวข้อ

1. พื้นฐานความรู้ด้านการบริโภคอาหาร
2. ทักษะคิด
3. สุขภาพ

การสร้างเครื่องมือ

การสร้างเครื่องมือในการศึกษาครั้งนี้ จะแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 จะศึกษาทฤษฎี เนื้อหา เอกสาร ตำราที่เกี่ยวข้องทางด้านเนื้อหาเกี่ยวกับอาหารชีวิต และตำราเกี่ยวกับการสร้างเครื่องมือ เพื่อจัดทำแบบทดสอบให้ได้มาตรฐานครอบคลุมเนื้อหา วัตถุประสงค์ และถูกต้องตามหลักวิชาการ

ขั้นตอนที่ 2 ให้ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะตรวจสอบความถูกต้อง ความชัดเจนของภาษา การใช้ภาษา และตรวจหาความเที่ยงตรงในเนื้อหา (Content Validity)

ขั้นตอนที่ 3 ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามที่ผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะ

การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. นำแบบสอบถามที่ได้ไปทำการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 ชุด ที่บริโภคอาหารใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 40 คน และไม่ได้อยู่ในชมรมชีวิตเชิงใหม่ และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

2. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้มาหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) โดยนำมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีของ คูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson : KR-20) ผลวิเคราะห์ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ปัจจัยภายในด้านพื้นฐานความรู้ด้านการบริโภคอาหาร เท่ากับ 0.78 หลังจากนั้นเครื่องมือมีข้อผิดพลาด หรือมีปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการเก็บข้อมูลตัวอย่างนำมาปรับปรุงและแก้ไข แล้วจึงนำไปใช้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ทำการศึกษาได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยดำเนินการดังต่อไปนี้

1. นำหนังสือจากบัณฑิตศึกษาสถาน ไปยื่นเพื่อขออนุญาตทำการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้ทำการศึกษาเป็นผู้นำแบบสอบถามไปให้กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน และรับแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง
3. ระยะเวลาในการดำเนินการศึกษาเก็บข้อมูล อยู่ในระหว่างเดือนกันยายน ถึง พฤศจิกายน 2544

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อได้รับแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว ผู้ทำการศึกษาทำการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลทั้งหมดอีกครั้ง จากนั้นจึงนำข้อมูลจัดระเบียบแบ่งกลุ่ม และลงรหัส จากนั้นนำข้อมูลที่ได้ลงรหัสแล้ว นำไปวิเคราะห์ประมวลผลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC (statistical package for the social science) สำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) และไค-สแควร์ (Chi-square)