

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการดำเนินการศึกษาเรื่อง ความรู้และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นน
โรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย จังหวัดลำปาง มีขั้นตอนในการดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล
5. การนำเสนอข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนโรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย จังหวัดลำปาง
ภาคเรียนที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2544 ที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย
อายุ 12-18 ปี ทั้งเพศหญิงและชาย จากจำนวนประชากรทั้งสิ้น 4,380 คน โดยวิธีสุ่มแบบจัด
ชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้กลุ่มประชากรตัวอย่าง
จำนวนทั้งสิ้น 360 คน โดยแบ่งเป็น

	นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น	จำนวน	180	คน
	- นักเรียนชาย	จำนวน	90	คน
	- นักเรียนหญิง	จำนวน	90	คน
และ	นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	จำนวน	180	คน
	- นักเรียนชาย	จำนวน	90	คน
	- นักเรียนหญิง	จำนวน	90	คน
	รวมจำนวนประชากรตัวอย่างทั้งสิ้น		360	คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบกรอกข้อมูลเบื้องต้น ซึ่งประกอบด้วย ชื่อ-สกุล เลขประจำตัวนักเรียน ชั้นเรียน วันเดือนปีเกิด น้ำหนักและส่วนสูง
2. แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List) แบบปลายปิด จำนวน 8 ข้อ
 - ตอนที่ 2 แบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น มี 4 ระดับ คือ ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำบางครั้ง และไม่เคยทำเลย จำนวน 25 ข้อ โดยข้อรายการประกอบด้วยข้อความเชิงบวกและเชิงลบ
3. แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น เป็นแบบทดสอบปรนัยชนิดเลือกตอบ จำนวน 20 ข้อ แต่ละข้อมี 4 ตัวเลือก

การสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. วิธีการสร้างเครื่องมือแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคของวัยรุ่น
 - 1.1 ศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สังเกต และวิเคราะห์พฤติกรรม กรรมการบริโภคอาหารหลักในชีวิตประจำวันของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
 - 1.2 สร้างแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารหลักในชีวิตประจำวัน จำนวน 30 ข้อ
 - 1.3 นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงปรากฏ (Face Validity) ของแบบสอบถาม แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ
 - 1.4 นำไปทดลองกับนักเรียนโรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย จำนวน 96 คน ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2543 จำนวน 96 คน เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
 - 1.5 ทำการวิเคราะห์แบบสอบถามรายข้อโดยใช้เทคนิค 25% แบ่งกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ หาค่า t-test แล้วคัดเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติไม่เกิน 0.05 เพื่อใช้เป็นแบบสอบถาม และได้วิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเป็น 0.583

2. วิธีการสร้างเครื่องมือแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของวัยรุ่น

2.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.2 เขียนข้อคำถามชนิดสี่ตัวเลือกให้ครอบคลุมเนื้อหาและพฤติกรรมที่กำหนดใน
จุดมุ่งหมาย

2.3 นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านสถิติวิจัยและผู้มีความรู้
ด้านโภชนศาสตร์ ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงปรากฏ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข โดยใช้เกณฑ์
ค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.5 ขึ้นไป

2.4 นำไปปรับปรุงและพิมพ์ จำนวน 20 ข้อ

2.5 นำไปทดลองใช้กับนักเรียน โรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย ระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นและตอนปลาย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2543 จำนวน 96 คน

2.6 ตรวจสอบให้คะแนนถูก 1 ผิดหรือไม่ตอบให้ 0 คะแนน

2.7 ทำการวิเคราะห์ข้อสอบโดยใช้โปรแกรม ITEM ของสำนักทดสอบ กรม
วิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ

2.8 คัดเลือกข้อที่มีค่าความยากง่าย 0.20-0.28 และค่าอำนาจจำแนก 0.20 ขึ้นไป
ส่วนข้อที่ไม่ถึงเกณฑ์ทำการปรับปรุงและแก้ไข ปรากฏว่าทั้ง 20 ข้ออยู่ในเกณฑ์ โดยมีค่าความ
เชื่อมั่นเป็น 0.651

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยมีขั้นตอน
การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. นำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ติดต่อประสานงานกับ
ผู้บริหารโรงเรียน และครูประจำชั้นของโรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัยเพื่อขอความร่วมมือในการเก็บ
รวบรวมข้อมูลจำนวน และรายชื่อของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย
เพื่อนำมาทำการสุ่มตัวอย่างกลุ่มประชากรที่จะเลือกมาเป็นตัวแทนประชากรศึกษา โดยชี้แจงถึง
วัตถุประสงค์ของการวิจัยและวิธีการเก็บข้อมูล

2. ประสานงานกับเจ้าหน้าที่อนามัยโรงเรียนเพื่อขอความร่วมมือข่งนำหนัก วัดส่วนสูง
ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนระหว่างความเชื่อมั่น 95% ของเฮนเดล

3. ประสานงานกับครูประจำชั้นเพื่อแจกแบบสอบถามและแบบทดสอบ พร้อมทั้ง
อธิบายรายละเอียดและวิธีการให้นักเรียนสนใจดี พร้อมเก็บรวบรวมข้อมูล

4. ผู้วิจัยทำการสำรวจ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนด้วยตัวเอง ขณะอยู่โรงเรียนเพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบการวิจัย
5. ทำการตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วนของข้อมูลเพื่อนำมาวิเคราะห์ในขั้นตอนต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการใช้แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดความรู้ แบบวัดพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC (Statistical Package for the Social Sciences/Personal Computer) ในการวิเคราะห์หาค่าความถี่ (Frequencies) และค่าร้อยละ (Percentage) และวิเคราะห์หาค่าความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. สร้างคู่มือลงรหัส และป้อนข้อมูลเชิงปริมาณ
2. ตรวจสอบความผิดพลาดที่ได้อาจเกิดขึ้นได้ของข้อมูล
3. นำผลของการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงมาตรวจสอบกับตารางตามเกณฑ์อ้างอิงน้ำหนัก ส่วนสูงและเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย อายุ 1 วัน - 19 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เพื่อแยกภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2542)

4. ทำการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

4.1 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

4.2 วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนความรู้ในการบริโภคอาหารกับโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง และแปลผลค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ในการบริโภคอาหาร โดยใช้เกณฑ์ดังนี้ (กรมวิชาการ, 2535, หน้า 24)

คะแนนร้อยละ 80-100 หรือ 16.00-20.00 คะแนน แสดงว่า มีความรู้ระดับดีมาก

คะแนนร้อยละ 70-79 หรือ 14.00-15.99 คะแนน แสดงว่า มีความรู้ระดับดี

คะแนนร้อยละ 60-69 หรือ 12.00-13.99 คะแนน แสดงว่า มีความรู้ระดับปานกลาง

คะแนนร้อยละ 50-59 หรือ 10.00-11.99 คะแนน แสดงว่า มีความรู้ระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ

คะแนนร้อยละต่ำกว่า 50 หรือ 0-9.99 คะแนน แสดงว่า มีความรู้ระดับต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ

4.3 วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารกับโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง โดยมีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

ข้อความเชิงบวก

ทำเป็นประจำ	ได้	3	คะแนน
ทำบ่อยครั้ง	ได้	2	คะแนน
ทำบางครั้ง	ได้	1	คะแนน
ไม่เคยทำเลย	ได้	0	คะแนน

ข้อความเชิงลบ

ทำเป็นประจำ	ได้	0	คะแนน
ทำบ่อยครั้ง	ได้	1	คะแนน
ทำบางครั้ง	ได้	2	คะแนน
ไม่เคยทำเลย	ได้	3	คะแนน

และการแปลผลค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยใช้เกณฑ์ดังนี้ (บุญส่ง นิลแก้ว, 2541)

คะแนน 3.50-4.00 คะแนน แสดงว่า มีพฤติกรรมการบริโภคระดับดี

คะแนน 2.50-3.49 คะแนน แสดงว่า มีพฤติกรรมการบริโภคระดับพอใช้

คะแนน 1.50-2.49 คะแนน แสดงว่า มีพฤติกรรมการบริโภคระดับไม่ดี

คะแนน 1.00-1.49 คะแนน แสดงว่า มีพฤติกรรมการบริโภคระดับไม่ดีที่สุด

4.4 การประเมินภาวะโภชนาการในการศึกษาครั้งนี้ ใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงโดยใช้กราฟมาตรฐานของกรมอนามัย (กรมอนามัย, 2542)

4.5 เปรียบเทียบความรู้ในการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) และทดสอบความแตกต่างรายคู่ โดยวิธี Student-Newman Keules (LSD.)