

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey study) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยหมดประจำเดือน ในชุมชน พัฒนาภู่เต่า ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 4 ถึง 11 เมษายน พ.ศ. 2545 ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 82 คน คิดเป็นร้อยละ 88.17 ของประชากรทั้งหมด โดยมีวิธีดำเนินการดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรคือ สตรีวัยหมดประจำเดือนที่อาศัยอยู่ในชุมชนพัฒนาภู่เต่า ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ มีจำนวนทั้งสิ้น 93 คน (ทองพูน ท้าวเป็ง, 2544) เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 82 คน (purposive sampling) โดยมีคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นสตรีที่มีอายุระหว่าง 45-55 ปี
2. สามารถสื่อและเข้าใจภาษาไทย
3. เป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์
4. ยินดีและเต็มใจให้ความร่วมมือในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

การสร้างเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นแบบสัมภาษณ์และการสังเกตที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้น โดยดัดแปลงจากแนวคิดพฤติกรรมการบริโภคของ Sanjur(1982) ร่วมกับการค้นคว้าจากตำรา บทความ งานวิจัย และเอกสารอื่นๆที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเป็น 3 ตอน คือ

1. ตอนที่1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของตนเองและครอบครัว ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร
2. ตอนที่2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยหมดประจำเดือน และ สังเกต 10 คน ประกอบด้วย

2.1 หมวดที่ 1 นิสัยการรับประทานอาหาร

2.1.1 อาหารที่รับประทาน จำนวน 72 ข้อ

2.1.2 อาหารที่ชอบรับประทาน จำนวน 11 ข้อ

- 2.1.3 ความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร จำนวน 1 ข้อ
- 2.2 หมวดที่ 2 การเลือกอาหาร
- 2.2.1 ผู้ที่เลือกซื้ออาหารเพื่อบริโภคที่บ้านเป็นประจำ จำนวน 1 ข้อ
- 2.2.2 การบอกหลักการซื้ออาหารแก่ผู้ที่ไม่เลือกซื้ออาหารแทนตนเอง
- จำนวน 1 ข้อ

- 2.2.3 การเลือกซื้ออาหารเฉพาะตนเอง จำนวน 21 ข้อ
- 2.3 หมวดที่ 3 การเตรียมอาหาร จำนวน 8 ข้อ
- 2.4 หมวดที่ 4 การประกอบอาหาร จำนวน 12 ข้อ
- 2.5 หมวดที่ 5 การเก็บอาหาร
- 2.5.1 การเก็บอาหารก่อนปรุง จำนวน 24 ข้อ
- 2.5.2 การเก็บอาหารที่เหลือจากการรับประทานแต่ละมื้อ จำนวน 5 ข้อ

พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของสตรีวัยหมดประจำเดือนได้กำหนด
การให้คะแนนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ดังนี้

			พฤติกรรมทางบวก	พฤติกรรมทางลบ
ทำเป็นประจำ	หมายถึง ทุกวัน ทุกครั้ง	ให้คะแนน	4	1
ทำบ่อยครั้ง	หมายถึง 4-6 ครั้ง/สัปดาห์	ให้คะแนน	3	2
ทำนานๆครั้ง	หมายถึง 1-3 ครั้ง/สัปดาห์	ให้คะแนน	2	3
ไม่เคยทำเลย	หมายถึง 0 ครั้ง/สัปดาห์	ให้คะแนน	1	4

การแปลผลคะแนนการจัดระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร โดย

ส่วนรวมและเป็นรายข้อนำคะแนนเฉลี่ยมาจัดระดับ ตามเกณฑ์ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	หมายถึง	ระดับของพฤติกรรมกรรมการบริโภค
คะแนนเฉลี่ย 3.50-4.00	หมายถึง	ดีมาก
คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49	หมายถึง	ดี
คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49	หมายถึง	พอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.49	หมายถึง	ต้องปรับปรุง

3. ตอนที่ 3 แบบการสังเกตพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ประกอบด้วย

- 3.1 อาหารที่รับประทาน จำนวน 1 ข้อ
- 3.2 การเลือกอาหาร จำนวน 1 ข้อ
- 3.3 การเตรียมอาหาร จำนวน 1 ข้อ
- 3.4 การประกอบอาหาร จำนวน 1 ข้อ
- 3.5 การเก็บอาหาร จำนวน 1 ข้อ

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์และแบบสังเกตให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 6 ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้าน สตรีผู้สูงอายุ โภชนาการ สังคมศาสตร์ และสถิติ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ความครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ ความเหมาะสมของภาษาและความชัดเจนในเนื้อหา
2. ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์และแบบสังเกตที่ผ่านการตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ไปปรับปรุงแก้ไขต่อไป
3. ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์ และการสังเกตที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับสตรีวัยหมดประจำเดือนที่อาศัยอยู่ในชุมชนวัดสวนดอกจำนวน 30 คน และหาความเชื่อมั่น โดยใช้การคำนวณสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbachs alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น .87

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในชุมชนพัฒนาทุ่งเต๋อ ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยดำเนินงานเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ติดต่อขอความร่วมมือจาก ประธานชุมชนพัฒนาทุ่งเต๋อ เพื่อขอดำเนินการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในชุมชน
2. ติดต่อขอความร่วมมือจาก ประธานชุมชน เพื่อประกาศให้สมาชิกในชุมชนทราบถึงการเข้าไปทำการสัมภาษณ์ของผู้ศึกษา
3. ผู้ศึกษาทำการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ร่วมกับ ผู้ช่วยเก็บข้อมูลซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาโภชนศาสตร์ศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 2 คน และเป็นบัณฑิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 2 คน มีการทดสอบความเที่ยงตรงของผู้ช่วยเก็บข้อมูลโดยผู้ศึกษาและผู้ช่วยเก็บข้อมูล ดำเนินการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างคนเดียวกันจำนวน 1 คนแล้วนำแบบสัมภาษณ์ที่ได้มาตรวจสอบความเที่ยงตรงจากแบบสัมภาษณ์ของผู้ศึกษา ซึ่งการเก็บข้อมูลจะดำเนินการเก็บที่บ้านของกลุ่มตัวอย่าง โดยขอความร่วมมือและชี้แจงต่อกลุ่มตัวอย่างทุกคนในการตอบแบบสัมภาษณ์
4. ตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลภายหลังกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสัมภาษณ์
5. นำแบบสัมภาษณ์มาลงรหัส เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

วิธีวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ ซึ่งสถิติที่ใช้มีดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป แจกแจงความถี่ คำนวณค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย

2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ

วิเคราะห์เชิงเนื้อหา

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University