

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีที่มีภาวะ  
โภชนาการเกินครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ( Descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา  
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก และพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีที่มี  
ภาวะโภชนาการเกิน มีวิธีดำเนินการศึกษาดังนี้

#### ประชากร

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้มาใช้บริการที่คลินิกลดน้ำหนักแห่งหนึ่งในอำเภอเมือง  
จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งให้บริการตรวจรักษาและให้การปรึกษาโดยแพทย์ ในเดือนเมษายน 2552  
จำนวน 123 คน เป็นเพศหญิงอายุระหว่าง 30 ถึง 59 ปี ที่มีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งใช้เกณฑ์  
ประเมินจากค่าดัชนีมวลกาย ตั้งแต่ 23 กิโลกรัมต่อตารางเมตรขึ้นไป (ศักดิ์ลาภ พริงลำภู และคณะ,  
2550) สามารถอ่านภาษาไทยหรือสื่อสารภาษาไทยได้ดี และยินดีให้ความร่วมมือในการเข้าร่วม  
การศึกษา

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย

1. เครื่องชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงและแบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง
  2. แบบสอบถาม ซึ่งสร้างจากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่ง  
ออกเป็น 2 ส่วนดังนี้
- ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ สมรส อาชีพ  
หลัก รายได้ของครอบครัว ลักษณะอาชีพที่ทำ ดัชนีมวลกาย โรคประจำตัว การใช้จ่าย การสูบบุหรี่  
การรับรู้เกี่ยวกับการมีน้ำหนักเกิน ความรู้เกี่ยวกับสาเหตุของการมีน้ำหนักเกิน ความรู้เกี่ยวกับ  
ปัญหาที่เกิดจากการมีน้ำหนักเกิน งานอดิเรกที่ทำเป็นประจำ วิธีการออกกำลังกายที่ใช้ บุคคลที่ให้

การแนะนำ/ สนับสนุนให้ควบคุมน้ำหนัก และการใช้ยาลดน้ำหนักหรือสารเสริมอาหารในการควบคุมน้ำหนัก ทั้ง ได้รับจากคลินิกและซื้อรับประทานเอง

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก เป็นข้อความที่มีความหมายทางบวกและข้อความที่มีความหมายทางลบ แบ่งเป็น 5 ด้านได้แก่ การนอน ความเครียด การรับประทานอาหาร กิจกรรมประจำวัน และนิสัยการรับประทานอาหาร ลักษณะข้อความเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ กำหนดให้เลือกเพียงคำตอบเดียว โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนในข้อความที่มีทางบวกและทางลบ ดังนี้

การปฏิบัติ ข้อความทางบวก ข้อความทางลบ

ปฏิบัติทุกวัน	หมายถึง	ปฏิบัติเป็นประจำ	ได้ 4 คะแนน	ได้ 0 คะแนน	
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติ 5-6 ครั้งต่อสัปดาห์	ได้ 3 คะแนน	ได้ 1 คะแนน	
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติ 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์	ได้ 2 คะแนน	ได้ 2 คะแนน	
ปฏิบัติน้อยครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์	ได้ 1 คะแนน	ได้ 3 คะแนน	
ไม่ปฏิบัติเลย	หมายถึง	ไม่ปฏิบัติเลย	ต่อสัปดาห์	ได้ 0 คะแนน	ได้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลคะแนนเฉลี่ย พิจารณาจากหลักสถิติและคณิตศาสตร์ ดังนี้ (เกียรติสุดา ศรีสุข ,2550)

คะแนนเฉลี่ย 3.50 – 4.00 หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับ สูงมาก

คะแนนเฉลี่ย 2.50 – 3.49 หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับ สูง

คะแนนเฉลี่ย 1.50 – 2.49 หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับ พอใช้

คะแนนเฉลี่ย 0.50 – 1.49 หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับ ต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 0 – 0.49 หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับ ต่ำมาก

### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การศึกษาครั้งนี้มีการหาคุณภาพของเครื่องมือ ตามขั้นตอนดังนี้

1. ความตรงตามเนื้อหา (Content validity) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสตรีที่มีภาวะโภชนาการเกิน ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านโภชนาการ 1 ท่าน ด้านสถิติและโภชนาการ 1 ท่าน ด้านการพยาบาล 2 ท่าน และผู้ทรงคุณวุฒิทางการแพทย์ 1 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา ความชัดเจน และความครอบคลุมของแบบสอบถาม จำนวน ค่าดัชนีความตรงของเนื้อหา (content validity index) ได้เท่ากับ 0.80 จากนั้นผู้ศึกษานำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปหาความเชื่อมั่น

2. ความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ผู้ศึกษานำเครื่องมือที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับสตรีที่มีภาวะโภชนาการเกินที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับ ประชากรที่จะศึกษาที่คลินิกอีกแห่งหนึ่งจำนวน 20 คน และนำข้อมูลที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่นด้วยการคำนวณสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.76

3. เครื่องชั่งน้ำหนักได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัด ส่วนเครื่องวัดส่วนสูงตรวจสอบด้วยตลับเมตรซึ่งได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดเช่นเดียวกัน

### **การพิทักษ์สิทธิ์**

ผู้ศึกษาได้จัดทำเอกสารเพื่อใช้ในการพิทักษ์สิทธิ์ของประชากร โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามจากประชากร ซึ่งข้อมูลที่ได้รับจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น การวิเคราะห์และการนำเสนอกระทำในภาพรวม การตัดสินใจตอบรับหรือปฏิเสธในการเข้าร่วมการศึกษารั้งนี้ ไม่มีผลใดๆต่อการให้บริการของประชากรและประชากรสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลา เมื่อประชากรยินยอมให้ความร่วมมือในการศึกษาและลงชื่อในเอกสารพิทักษ์สิทธิ์แล้วผู้ศึกษาจึงดำเนินการรวบรวมข้อมูล

### **การเก็บรวบรวมข้อมูล**

ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยให้ประชากรตอบแบบสอบถามในห้องที่จัดให้โดยเฉพาะ เมื่อประชากรตอบแบบสอบถามเรียบร้อยแล้วผู้ศึกษาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ
2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนัก วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่

หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแปลผลตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved