

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหารทั้งโดยรวม และจำแนกตามภาวะโภชนาการของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 (ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3) กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนของรัฐแห่งหนึ่งในจังหวัดลำปาง มีขั้นตอนการศึกษา ดังนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรของการศึกษานี้ คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนของรัฐแห่งหนึ่งในจังหวัดลำปาง จำนวน 558 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้มาจากการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Yamane (อ้างใน ยุทธพงษ์ ภิรตวรรณ, 2543) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 240 คน ด้วยการเลือกแบบเจาะจง ชั้นเรียนละ 80 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ ประกอบด้วย

1. เครื่องชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงและแบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง
2. แบบสอบถามการบริโภคอาหารของนักเรียน แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วยเพศ อายุ บุคคลที่นักเรียนพักอาศัยอยู่ด้วย อาชีพผู้ปกครอง เงินค่าอาหารกลางวันและการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 2 การบริโภคอาหารประจำวันมีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบได้แก่ มีอาหารหลัก ชนิดของอาหารทั้งอาหารหลัก อาหารว่างและเครื่องดื่ม

การหาคุณภาพเครื่องมือ ผู้ศึกษาได้ดำเนินการหาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

1. นำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) และความถูกต้องด้านภาษา จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

2. นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนเดิมที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน และนำคำตอบที่

ได้มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตร Alpha Cronbach Coefficient (อุเทน ปัญโญ, 2548) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.82

3. เครื่องชั่งน้ำหนักได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดในด้านความเที่ยงตรง ตรวจสอบความถูกต้องและเที่ยงตรงของเครื่องชั่งน้ำหนักโดยใช้ลูกตุ้มน้ำหนักมาตรฐาน 1 กิโลกรัมและ 5 กิโลกรัมเป็นมาตรฐานในการตั้งหลังจากชั่งน้ำหนักกลุ่มตัวอย่างไปแล้วทุกๆ 20 คน ส่วนเครื่องวัดส่วนสูงตรวจสอบด้วยตลับเมตร ซึ่งได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัดในด้านความตรง ส่วนด้านความแม่นยำของเครื่องมือ โดยการวัดซ้ำหลายครั้งและได้ค่าคงเดิม

### การพิทักษ์สิทธิ์

ผู้ศึกษาได้ชี้แจงให้ผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างทราบถึงสิทธิ์ที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างสามารถออกจากการศึกษาในระหว่างการดำเนินการ โดยไม่มีผลเสียใดๆ เกิดขึ้น ข้อมูลที่ได้จากการตอบทั้งหมด ผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและจะใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น เมื่อผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างตกลงให้ความร่วมมือในการศึกษา และลงชื่อในใบยินยอมแล้ว ผู้ศึกษาจึงดำเนินการเก็บข้อมูล

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาและผู้ช่วยซึ่งได้รับการอธิบายทำความเข้าใจวิธีการบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลร่วมกันระหว่างวันที่ 10-20 มีนาคม พ.ศ. 2551

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้จากการบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง และแบบสอบถามการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบการตอบก่อนนำข้อมูลไปวิเคราะห์ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ผลของการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ประมวลผล โดยใช้โปรแกรมระบบประเมินภาวะโภชนาการ (รปภ.) (ศักดิ์ดา พริ้งถิ์ภูและคณะ, 2552) โดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุและน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเป็นตัวบ่งชี้ เพื่อจำแนกภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง และเทียบกับเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 5-18 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2542)

2. ข้อมูลทั่วไปและการบริโภคอาหาร วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา คือ การหาความถี่และค่าร้อยละ (อุเทน ปัญโญ, 2548)