

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive research) เพื่อศึกษาถึงความรู้และ
 บริโภคนิสัยของผู้ที่รับประทานอาหารเช้า ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ลักษณะประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษานี้ เป็นประชากรที่เข้ามารับประทานอาหารเช้าในร้านอาหาร
 ที่ตั้งอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง เป็นการเลือกแบบบังเอิญ (ACCIDENTAL SAMPLING)
 เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่มารับประทานอาหารเช้าที่แน่นอน จึงเลือกเก็บ
 ตัวอย่างจากร้านอาหารที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูล จำนวน 100 คน โดยกำหนดคุณสมบัติ
 ของกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ไม่มีปัญหาด้านการมองเห็น การพูดและการได้ยิน
2. สามารถอ่านหนังสือออก และเขียนได้
3. ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้และบริโภคนิสัยของ
 ผู้ที่ไปรับประทานอาหารเช้า โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นเองแบ่งเป็น 2 ส่วนดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับ เพศ
 อายุ การศึกษา รายได้ ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบมีข้อคำถามรวม 7 ข้อ
2. แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ และบริโภคนิสัยของผู้ที่รับประทานอาหารเช้า
 ประกอบด้วย

2.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ในการรับประทานอาหารเช้า เป็นเกี่ยวกับการเลือก
 และการปรุงอาหาร ผลดีผลเสียของอาหารที่มีต่อร่างกาย คุณค่าของอาหารต่างๆ โดยแบบสอบถาม
 มีลักษณะให้เลือกตอบว่าใช่หรือไม่ใช่จำนวน 17 ข้อ

การให้คะแนนความรู้ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน
ซึ่งคะแนนจะอยู่ระหว่าง 0 - 17 คะแนน การแบ่งระดับความรู้ใช้เกณฑ์การตัดสินดังนี้ คือ

< 9 คะแนน หรือ < ร้อยละ 50	มีความรู้อยู่ในระดับต่ำ
9 ถึง 12 คะแนน หรือร้อยละ 50 - 70	มีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง
≥ 13 คะแนน หรือ > ร้อยละ 70 - 100	มีความรู้อยู่ในระดับดีมาก

2.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับบริโภคนิสัยของผู้ที่รับประทานอาหารเช้า โดยมีรายละเอียดดังนี้

- บริโภคนิสัย ได้แก่ จำนวนมื้ออาหาร ความถี่ของการบริโภค การเลือกชนิดอาหาร การประกอบอาหาร โอกาสในการรับประทานอาหารเช้า รวมถึงการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร จำนวน 20 ข้อ

- ความถี่ในการรับประทานอาหารเช้า ผู้ศึกษาสำรวจชนิดของอาหารที่บริโภค โดยแบ่งออกเป็น 6 หมู่ ได้แก่ หมู่เนื้อ นม ไข่ หมู่แป้งและน้ำตาล หมู่ไขมัน หมู่ผัก หมู่ผลไม้ หมู่เครื่องดื่ม (ยกเว้นนม) โดยความถี่ของการไปรับประทานอาหารเช้าแบ่งเป็น 5 ระดับ คือรับประทาน 5 - 7 วัน/สัปดาห์ รับประทาน 3 - 4 วัน / สัปดาห์ รับประทาน 1 - 2 วัน/สัปดาห์ รับประทานน้อยกว่า 4 วัน/เดือน และไม่รับประทานรวม จำนวน 70 ข้อ โดยมีข้อสมมุติว่าแต่ละระดับของความถี่มีการบริโภคอาหารในจำนวนมื้ออาหารที่เท่ากัน

การสร้างเครื่องมือ

ผู้ศึกษาได้สร้างแบบสอบถามเพื่อเป็นเครื่องมือ โดยดำเนินการตามลำดับดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี จากตำรา เอกสาร และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องรวมทั้งการศึกษารูปแบบวิธีการสร้างแบบสอบถาม

2. สร้างแบบสอบถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์

3. นำแบบสอบถามที่สร้าง เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาและปรับปรุงตามคำแนะนำ

4. นำแบบสอบถาม ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาและแนะนำให้แบบสอบถามมีความชัดเจน ครบคลุมทางด้านเนื้อหาและโครงสร้างมากขึ้น

5. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มทดลองที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

6. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้ว ปรึกษาต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อปรับปรุงและแก้ไขข้อบกพร่อง

7. จัดพิมพ์แบบสอบถามและนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือด้านเนื้อหา (CONTENT VALIDITY)

ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นทั้งหมดไปหาความตรงตามเนื้อหา โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (จำนวน 3 ท่าน)เป็นผู้ตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ ความเหมาะสมของสำนวนภาษาความชัดเจนในเนื้อหา จากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้ข้อคำถามมีความชัดเจนยิ่งขึ้น ก่อนนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา

2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (RELIABILITY)

ผู้ศึกษาได้นำเครื่องมือที่ผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ได้นำมาปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้มาบริโภคอาหารในร้านอาหารที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษาจำนวน 30 ราย นำผลที่ได้ไปหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความรู้ในการไปรับประทานอาหารเจโดยใช้สูตร KR – 20 ของคูเลอร์ – ริชาร์ดสัน (KUDER – RICHARDSON) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.75

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้ ผู้ศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตัวเอง โดยใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล 1 เดือน คือ 15 ตุลาคม 2543 – 15 พฤศจิกายน 2543 เวลา 10:00 – 14:00 น. ซึ่งมีขั้นตอนการเก็บข้อมูลดังนี้

1. ผู้ศึกษาทำหนังสือผ่านผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษาสถาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึงร้านอาหารเจ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อขอความร่วมมือจากเจ้าของกิจการโดยแจ้งวัตถุประสงค์เพื่อขออนุญาตเข้าไปเก็บข้อมูล
2. ผู้ทำการศึกษากลายเป็นผู้นำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง เพื่อกรอกแบบสอบถาม จำนวน 100 ชุด
3. เมื่อเก็บข้อมูลครบตามจำนวน จึงนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS (STATISTICAL PACKAGE FOR THE SOCIAL SCIENCES) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. คำนวณหาค่าร้อยละ ในแบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ บริโภคนิสัย และ ข้อมูลส่วนบุคคล
2. คำนวณการแจกแจงความถี่ ในแบบสอบถามเกี่ยวกับบริโภคนิสัย
3. คำนวณหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้
4. Mann Whitney U test และ Kruskal - Wallis H test ในแบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้