

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาความรู้ทางโภชนาการและการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ บ้านช่างคำหลวง ตำบลบ้านแหวน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีวิธีดำเนินการศึกษาดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ กลุ่มผู้สูงอายุบ้านช่างคำหลวง ตำบลบ้านแหวน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ และได้รับการตรวจสอบสุขภาพ ณ สถานีอนามัยบ้านดั้นเอียด จำนวน 97 คน ใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยกำหนดคุณสมบัติดังนี้

1. อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
2. ไม่มีโรคประจำตัว
3. อ่านออกเขียนได้
4. ฟัง ได้ตอบได้
5. ยินดีและเต็มใจให้ความร่วมมือ

จากเกณฑ์ดังกล่าวได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 52 คน

เครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ผู้ศึกษาปรับปรุงจากการค้นคว้าแบบอิสระของ นวลพรรณ บางทิพย์ (2544) นงลักษณ์ สิงห์แก้ว (2544) ธนัยพร สุรินทร์คำ (2544) และพงษ์ลดา นวชัย (2544) มี 2 ชุด คือ

ชุดที่ 1 ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ แหล่งรายได้ รายได้ การอยู่อาศัย การให้การเลี้ยงดู การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การออกกำลังกาย การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสม และแหล่งข่าวสารที่ได้รับ

ส่วนที่ 2 ความรู้ทางโภชนาการของผู้สูงอายุ มีลักษณะเป็นคำถามให้เลือกตอบ ซึ่งผู้ตอบจะต้องเลือกตอบเพียง 1 คำตอบ โดยตอบว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” และให้คะแนน การให้คะแนนความรู้ ตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน การแบ่งระดับความรู้ใช้เกณฑ์การตัดสินดังนี้ (รัชดาภรณ์ เสนางาม, 2544)

| | |
|-------------------|-----------------------------|
| น้อยกว่าร้อยละ 50 | มีความรู้อยู่ในระดับต่ำ |
| ร้อยละ 50-70 | มีความรู้อยู่ในระดับปานกลาง |
| มากกว่าร้อยละ 70 | มีความรู้อยู่ในระดับดี |

ส่วนที่ 3 การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

ก. การบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ ได้แก่ ที่มาของอาหาร ปัจจัยที่เลือกรับประทานอาหาร จำนวนมื้อ มื้ออาหารหลัก แหล่งอาหาร อาหารที่ชอบ อาหารสำเร็จรูป ผู้รับผิดชอบในการปรุงอาหาร วิธีปรุง รสชาติอาหาร ลักษณะของอาหารที่รับประทาน การดื่มน้ำ รวมทั้งอาหารที่เชื่อว่าแสดงโรค และอาหารที่หลีกเลี่ยงในภาวะปกติและภาวะเจ็บป่วย

ข. ความถี่ในการรับประทานอาหาร ประกอบด้วย ชนิดของอาหาร 7 ประเภท จำนวน 32 รายการ ความถี่ในการรับประทานอาหารมี 3 ระดับ แต่ละระดับของความถี่มีการบริโภคอาหารในจำนวนมื้ออาหารที่เท่ากัน มีรายละเอียดดังนี้

- ความถี่ของการรับประทานอาหารเป็นประจำ หมายถึง รับประทานอาหารชนิดนั้น ๆ ทุกวัน หรือ 1-4 ครั้ง/สัปดาห์

- ความถี่ของการรับประทานอาหารนาน ๆ ครั้ง หมายถึง รับประทานอาหารชนิดนั้นนาน ๆ ครั้ง หรือ 1-4 ครั้ง/เดือน

- ไม่รับประทาน หมายถึง ไม่รับประทานอาหารชนิดนั้น ๆ เลย

เกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

| การให้คะแนน | การปฏิบัติทางบวก | การปฏิบัติทางลบ |
|-------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 2 | บริโภคอาหารชนิดนั้นเป็นประจำ | ไม่บริโภคอาหารชนิดนั้นเลย |
| 1 | บริโภคอาหารชนิดนั้นนาน ๆ ครั้ง | บริโภคอาหารชนิดนั้นนาน ๆ ครั้ง |
| 0 | ไม่บริโภคอาหารชนิดนั้น ๆ | บริโภคอาหารชนิดนั้นเป็นประจำ |

ชุดที่ 2 แบบบันทึกการสังเกตผู้สูงอายุ เพื่อศึกษาสิ่งแวดล้อมของที่อยู่อาศัยและอนามัย

ส่วนบุคคล

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงด้านเนื้อหา (Validity) โดยนำเครื่องมือความรู้ทางโภชนาการและการบริโภคอาหาร ให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการแพทย์ ด้านโภชนาการ และด้านประเมินและวัดผล จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และทำการปรับปรุงแก้ไขตามที่คุณวุฒิแนะนำ

2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ผู้ศึกษานำเครื่องมือที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุบ้านช่างคำน้อย ตำบลบ้านแหวน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 20 คน หลังจากนั้นนำผลที่ได้มาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ความรู้ทางโภชนาการของผู้สูงอายุ โดยใช้สูตร KR-20 ของคูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.79

3. แบบบันทึกการสังเกต ทดลองสังเกตขณะที่ให้กลุ่มบ้านช่างคำน้อยตอบเมื่อทดสอบเครื่องมือ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และมีผู้ช่วย 4 คน โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. นำหนังสือจากสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตศึกษาสถาน ไปยื่นต่อประธานกรรมการองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านแหวน อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อแจ้งวัตถุประสงค์และขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูล

2. ผู้ศึกษาเก็บข้อมูล โดยขอความร่วมมือในการให้สัมภาษณ์จากกลุ่มผู้สูงอายุบ้านช่างคำหลวง ที่มีคุณสมบัติตามกำหนด ดำเนินการระหว่างวันที่ 1 เดือนเมษายน 2545 ถึงวันที่ 20 เดือนเมษายน 2545

3. นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ เพื่อเตรียมการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS for Windows โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ และการบริโภคอาหารของผู้สูงอายุ
2. วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนความรู้ทางโภชนาการ
3. หาคความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการและการบริโภคอาหาร โดยวิธีหาคสัมพันธ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)