

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษา เรื่อง การปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการและภาวะโภชนาการของนักวิชาการส่งเสริมการเกษตร เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา เกี่ยวกับการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ ภาวะโภชนาการ และความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการกับภาวะโภชนาการของนักวิชาการส่งเสริมการเกษตร เก็บข้อมูลระหว่างวันที่ 4 มกราคม 2549 ถึง 30 เมษายน 2549 มีวิธีดำเนินการศึกษา ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาคั้งนี้ คือนักวิชาการส่งเสริมการเกษตร ที่ปรับเปลี่ยนสายงานมาจากเจ้าพนักงานเทคนิคเกษตรและเจ้าพนักงานการเกษตร ใน 8 จังหวัดภาคเหนือตอนบนคือ จังหวัดเชียงใหม่ 142 คน เชียงราย 127 คน ลำพูน 74 คน ลำปาง 108 คน พะเยา 67 คน แพร่ 83 คน น่าน 104 คน แม่ฮ่องสอน 36 คน รวมทั้งสิ้น 741 คน

ผู้ศึกษาใช้ตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และขนาดความคลาดเคลื่อนของค่าสัดส่วนเกิดขึ้นไม่เกิน $\pm 10\%$ (สมศักดิ์ ภูวิภาดาบรรณ และ อุเทนปัญญา, 2547) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 255 คน จากนั้นผู้ศึกษาทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบขกกลุ่ม (Cluster Sampling) ใช้จังหวัดเป็นหน่วยการสุ่ม โดยเขียนชื่อจังหวัดที่เป็นประชากรจังหวัดละ 1 ชื่อ จากนั้นผู้ศึกษาได้สุ่มจับฉลากครั้งที่ 1 ได้กลุ่มตัวอย่างจากจังหวัดเชียงใหม่ 142 คน สุ่มครั้งที่ 2 ได้จังหวัดพะเยา 67 คน และสุ่มครั้งที่ 3 ได้จังหวัดแพร่ 83 คน รวมเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 292 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างคั้งนี้ ประกอบด้วย 2 ประเภท คือ

ประเภทที่ 1 เครื่องชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง พร้อมแบบบันทึกเพื่อใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการซึ่งบันทึกน้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัมและส่วนสูงเป็นเซนติเมตร วิเคราะห์

และแปลผลโดยใช้หลักเกณฑ์ค่าดัชนีมวลกาย BMI (BodyMass Index) โดยใช้สูตรและเกณฑ์การตัดสินในการประเมินภาวะโภชนาการ (WHO, 2000) ดังนี้

$$\text{ดัชนีมวลกาย} = \frac{\text{น้ำหนัก(กิโลกรัม)}}{\text{ส่วนสูง (เมตร)}^2}$$

ภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์	มีค่า BMI ต่ำกว่า 18.50
ภาวะโภชนาการปกติ/ตามเกณฑ์	มีค่า BMI อยู่ในช่วง 18.50-24.99
ภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์	มีค่า BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 25.00

ประเภทที่ 2 แบบสอบถาม การสร้างแบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาสร้างขึ้น โดยศึกษาจากตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับ เพศ อายุ รายได้ ระดับการศึกษา และโรคประจำตัว

ส่วนที่ 2 การปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการในรอบ 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

ความถี่การปฏิบัติเกี่ยวกับการกินในเชิงบวก แสดงระดับการปฏิบัติ เป็น 4 ระดับ และมีเกณฑ์การให้คะแนน (สมศักดิ์ ภูวิภาดาพรรณ และ อุเทน ปัญญา, 2547) ดังนี้

ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 0 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 5-7 มื้อ ต่อสัปดาห์	ได้ 1 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 8-10 มื้อ ต่อสัปดาห์	ได้ 2 คะแนน
ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 10 มื้อ/สัปดาห์ขึ้นไป	ได้ 3 คะแนน

ความถี่การปฏิบัติเกี่ยวกับการกินในเชิงลบ แสดงระดับการปฏิบัติ เป็น 4 ระดับและมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 3 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 5-7 มื้อ ต่อสัปดาห์	ได้ 2 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 8-10 มื้อ ต่อสัปดาห์	ได้ 1 คะแนน
ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 10 มื้อ/สัปดาห์ขึ้นไป	ได้ 0 คะแนน

ความถี่การปฏิบัติเกี่ยวกับการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการและการดูแล
สุขภาพ แสดงระดับการปฏิบัติ เป็น 4 ระดับ และมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	ผู้ตอบไม่เคยปฏิบัติเลย	ได้ 0 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 1-3 ครั้ง ต่อสัปดาห์	ได้ 1 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 4-5 ครั้ง ต่อสัปดาห์	ได้ 2 คะแนน
ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	ผู้ตอบปฏิบัติ 6 ครั้ง/สัปดาห์ขึ้นไป	ได้ 3 คะแนน

การแปลผลคะแนนของการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ ใช้เกณฑ์ ดังนี้
(สมศักดิ์ ภูวิภาดาพรรณและอุเทน ปัญโญ, 2547)

คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.00	หมายถึง	มีการปฏิบัติระดับดีมาก
คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49	หมายถึง	มีการปฏิบัติระดับดี
คะแนนเฉลี่ย 0.50-1.49	หมายถึง	มีการปฏิบัติระดับไม่ดี
คะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 0.05	หมายถึง	มีการปฏิบัติระดับไม่ดีย่างมาก

การตรวจสอบคุณภาพ ของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ
จำนวน 3 ท่านตรวจสอบความถูกต้อง ความชัดเจนและความครอบคลุมของเนื้อหาและสอดคล้องกับ
วัตถุประสงค์ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ
2. ทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว โดยไปทดลองใช้กับกลุ่ม
นักวิชาการส่งเสริมการเกษตร จังหวัดลำพูน จำนวน 20 คน และนำผลที่ได้มาคำนวณหาค่า
ความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นแอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่น .83
3. เครื่องชั่งน้ำหนัก ที่ได้รับการรับรองจากพาณิชย์จังหวัด ในด้านความเที่ยงตรงและ
มีการตรวจสอบเครื่องชั่งก่อนการชั่งน้ำหนักทุกครั้ง โดยใช้ตุ้มน้ำหนักมาตรฐาน 5 กิโลกรัม และ
10 กิโลกรัม และต้องมีการตั้งเครื่องชั่งใหม่ทุกครั้งหลังจากชั่งน้ำหนักไปแล้ว 20 คน
4. เครื่องวัดส่วนสูงตรวจสอบความถูกต้องและเที่ยงตรงด้วยตลับเมตรซึ่งได้รับการรับรอง
จากพาณิชย์จังหวัด

การพิทักษ์สิทธิ์

การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาแนะนำตนเองและชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบวัตถุประสงค์ในการศึกษา และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ตรงตามความเป็นจริง พร้อมทั้งอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า ในการศึกษาครั้งนี้ จะไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น ข้อมูลที่ได้เก็บไว้เป็นความลับและนำเสนอผลของการศึกษาในภาพรวมทั้งจะนำประโยชน์ไปใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น และกลุ่มตัวอย่างได้ลงนามในเอกสารพิทักษ์สิทธิ์ก่อนการเก็บข้อมูลต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาและผู้ช่วย 1 คน เป็นผู้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลซึ่งผู้ช่วยเป็นผู้แจกและเก็บแบบสอบถามและบันทึกน้ำหนักและส่วนสูงลงแบบบันทึก ส่วนผู้ศึกษาเป็นผู้ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ เพื่อนำไปวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้ไปประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป การแจกความถี่ และหาค่าร้อยละ
2. การปฏิบัติตามหลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ และการปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการ หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. ภาวะโภชนาการ วิเคราะห์และแปลผลโดยใช้หลักเกณฑ์ค่าดัชนีมวลกาย BMI (Body Mass Index) โดยใช้สูตร น้ำหนัก/ส่วนสูง (เมตร)² และเกณฑ์การตัดสินใจในการประเมินภาวะโภชนาการ (WHO, 2000)

4. ความสัมพันธ์ระหว่าง การปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ 9 ประการและภาวะโภชนาการ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (กนกทิพย์ พัฒนาพัพพันธ์, 2543) ดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	มีค่าสูงกว่า .90	มีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	มีค่าระหว่าง .70 ถึง .90	มีความสัมพันธ์ระดับสูง
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	มีค่าระหว่าง .30 ถึง .69	มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	มีค่าต่ำกว่า .30	มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ