

บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง รูปแบบการดำเนินชีวิต ทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้บริโภคที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพในเขตเมืองเชียงใหม่ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ(Quantitative Research) แบบสำรวจสำรวจ (Survey) แบบวัดครั้งเดียว (One-Shot Descriptive Study) โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ และมีอายุตั้งแต่ 18-60 ปี ซึ่งมีจำนวน 305,190 คน โดยผู้ชายมีจำนวน 145,267 คน และผู้หญิงมีจำนวน 159,923 คน (ที่มา: กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย, ธันวาคม 2543)

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้กำหนด ขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้การคำนวณจากสูตร ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2537)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n คือ จำนวนตัวอย่างหรือขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N คือ จำนวนหน่วยทั้งหมด หรือ ขนาดของประชากร

e คือ ความน่าจะเป็นของความผิดพลาดที่ยอมให้เกิดขึ้นได้

การวิจัยในครั้งนี้ มีจำนวนประชากรกลุ่มเป้าหมายซึ่งมีอายุระหว่าง 18-60 ปี คน และในการเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ระดับความคลาดเคลื่อน 5% และระดับความน่าเชื่อถือ 95%

แทนสูตรได้ดังนี้

$$n = \frac{305,109}{1 + (305,109) \times (0.05)^2}$$

$$n = 399.99$$

ฉะนั้นผู้วิจัยจึงกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำไว้ที่ 400 คน และมีวิธีการสุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) ดังนี้

1. การสุ่มตัวอย่างเจาะจง (Purposive Sampling)

เขตอำเภอเมืองเชียงใหม่แบ่งออกเป็น 22 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมืองเชียงใหม่

อำเภอจอมทอง อำเภอแม่แจ่ม อำเภอเชียงดาว อำเภอดอยสะเก็ด อำเภอแม่แตง อำเภอแมริม อำเภอสะเมิง อำเภอฝาง อำเภอแม่สาย อำเภอพร้าว อำเภอสันป่าตอง อำเภอสันกำแพง อำเภอสันทราย อำเภอหางดง อำเภอดอยเต่า อำเภอสารภี อำเภอเวียงแหง อำเภอไชยปราการ อำเภอแม่จาง อำเภอแม่ฮอน และ อำเภอดอยหล่อ

ในการวิจัยครั้งนี้ทำการคัดเลือกอำเภอที่มีลักษณะของความเป็นเมือง ตามความหนาแน่นและตามจำนวนประชากรสูงสุด ได้ 1 อำเภอ คืออำเภอเมืองเชียงใหม่ ซึ่งมีจำนวนประชากร 237,017 คน และมีความหนาแน่นของประชากร 1555.2 คนต่อ 1 กม.²

นอกจากนี้ยังเลือกอำเภอที่มีอาณาเขตที่ติดต่อกับเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ มี 5 อำเภอ ได้แก่ อำเภอสารภี อำเภอสันป่าตอง อำเภอสันกำแพง อำเภอสันทราย อำเภอหางดง (ดูแผนที่จังหวัดเชียงใหม่ประกอบในภาคผนวก ก) ซึ่งทั้ง 5 อำเภอนี้ มีความหนาแน่นของจำนวนประชากรรองจากอำเภอเมืองเชียงใหม่ดังนี้

อำเภอสารภี	ความหนาแน่นของประชากร 728.4 คนต่อ 1 กม. ²
อำเภอสันป่าตอง	ความหนาแน่นของประชากร 416.5 คนต่อ 1 กม. ²
อำเภอสันกำแพง	ความหนาแน่นของประชากร 357.1 คนต่อ 1 กม. ²
อำเภอสันทราย	ความหนาแน่นของประชากร 295.7 คนต่อ 1 กม. ²
อำเภอหางดง	ความหนาแน่นของประชากร 231.0 คนต่อ 1 กม. ²

(ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ ,รายงานผลเบื้องต้นสำมะโนประชากรและเคหะ

พ.ศ.2543 เชียงใหม่ ,น.19.)

นอกจากนี้ อำเภอสารภี อำเภอสันป่าตอง อำเภอสันกำแพง อำเภอสันทราย และ อำเภอหางดง ยังเป็นอำเภอที่มีความเจริญทางเศรษฐกิจใกล้เคียงกับอำเภอเมืองเชียงใหม่ อีกทั้งประชาชนยังมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่คล้ายคลึงกับประชาชนในอำเภอเมืองเชียงใหม่ และมีการเดินทางติดต่อกันได้อย่างสะดวกและใกล้ชิด

2. การสุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota Sampling) ในแต่ละเขต

เพื่อให้มีการกระจายกลุ่มตัวอย่างในแต่ละอำเภอมากพอ ผู้วิจัยจึงกำหนดการแบ่งกลุ่มตัวอย่างตามจำนวนของประชากรที่ต้องการศึกษา เพื่อให้การเก็บกลุ่มตัวอย่างมีการกระจายตัวในแต่ละอำเภอเท่าเทียมกัน ดังนี้

ตารางที่ 2 แสดงสัดส่วนของการจัดโควตากลุ่มตัวอย่าง ตามจำนวนประชากรอายุ 18 – 60 ปี ในแต่ละอำเภอ

อำเภอ	จำนวนประชากรอายุ 18-60ปี (คน)	คิดเป็น ร้อยละ	จำนวน กลุ่มตัวอย่าง(คน)
1.อำเภอเมืองเชียงใหม่	55,905	18.32	73
2.อำเภอสารภี	47,865	15.68	63
3.อำเภอสันป่าตอง	49,645	16.27	65
4.อำเภอสันกำแพง	46,135	15.12	61
5.อำเภอสันทราย	62,146	20.36	81
6.อำเภอหางดง	43,503	14.25	57
รวมประชากรทั้ง 6 อำเภอ	305,190	100.00	400

ที่มา: กรมการปกครอง, กระทรวงมหาดไทย 2543. ข้อมูลสถิติเกี่ยวกับจำนวนประชากร.

3. การสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental Sampling)

ทำการสุ่มหน่วยตัวอย่างจากสถานที่ต่างๆ ที่เป็นแหล่งชุมชนของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้มีความหลากหลายมากที่สุด ได้แก่ ศูนย์การค้า สถาบันการศึกษา แหล่งชุมชน โรงภาพยนตร์ ตลาด ร้านอาหาร

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจาก พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของ Health Promoting Behavior (Anspaugh et al., 1997) และ Health Lifestyle Assessment Inventory ของ The Public Health Service สหรัฐอเมริกา และค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติมจาก หนังสือ และแนวคิดต่างๆ พร้อมทั้งขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญในงานวิจัย โดยแบบ

สอบถามที่สร้างขึ้น เป็นแบบสอบถามชนิดปลายปิด (Close-ended questionnaire) และได้แบ่งโครงสร้างของแบบสอบถามออกเป็น 6 ตอนดังนี้

1. ลักษณะทางประชากรของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ อายุ เพศ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ สถานภาพการสมรส สถานะสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเอง รวมทั้งสิ้น 9 ข้อ
2. การทำกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม 25 ข้อ
3. ความสนใจในเรื่องสุขภาพและอนามัยของผู้ตอบแบบสอบถาม 20 ข้อ
4. ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ ของผู้ตอบแบบสอบถาม 21 ข้อ
5. ทักษะการบริโภคที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ 16 ข้อ
6. พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม 14 ข้อ

การทดสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ

แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ได้รับการตรวจแก้โดยผู้เชี่ยวชาญ และนำไปทำการทดสอบ (Pre-test) กับกลุ่มคนที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อนำคำตอบที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยพิจารณาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้วยวิธีการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้

กิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ	.7828
ความสนใจในเรื่องสุขภาพอนามัย	.8636
ความคิดเห็นที่มีต่อเรื่องสุขภาพ	.7193
รูปแบบการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวกับภาวะสุขภาพ	.8767

เกณฑ์ในการให้คะแนน

ผู้วิจัยได้ตั้งเกณฑ์การให้คะแนนไว้ดังนี้

1. ลักษณะทางประชากรด้านสุขภาพ

1.1 สถานะสุขภาพในปัจจุบัน

ไม่มีโรคประจำตัว	1	คะแนน
มีโรคประจำตัว	2	คะแนน

1.2 การประเมินตนเองในด้านการดูแลสุขภาพ

มากที่สุด	5	คะแนน
มาก	4	คะแนน

ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

2.รูปแบบการดำเนินชีวิต

2.1 การทำกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ใช้มาตรวัดความถี่แบบ Rating Scale 5ระดับ

คือ

ทำเป็นประจำ	5	คะแนน
ทำค่อนข้างบ่อย	4	คะแนน
ทำบ้างไม่ทำบ้าง	3	คะแนน
นานๆ ครั้ง	2	คะแนน
ไม่ทำเลย	1	คะแนน

2.2 ความสนใจในเรื่องสุขภาพอนามัย ใช้มาตรวัดระดับความสนใจแบบ Rating

Scale 5ระดับคือ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	คะแนน
เห็นด้วย	4	คะแนน
เฉยๆ	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	คะแนน

2.3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพและอาหารเพื่อสุขภาพใช้มาตรวัดแบบ Rating

Scale 5 ระดับคือ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	คะแนน
เห็นด้วย	4	คะแนน
เฉยๆ	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	คะแนน

3.ทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ

ทัศนคติเกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพใช้มาตรวัดแบบ Rating Scale 5 ระดับคือ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	คะแนน
เห็นด้วย	4	คะแนน

เฉยๆ	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	คะแนน

4. พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ

4.1 ความบ่อยครั้งในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพแต่ละประเภท ใช้มาตรวัดระดับการบริโภคอาหารแบบ Rating Scale 5 ระดับ คือ

เป็นประจำทุกวัน	5	คะแนน
ทุก 2-3 วัน / ทุกอาทิตย์	4	คะแนน
ไม่สม่ำเสมอ/บริโภคเมื่อมีความจำเป็น	3	คะแนน
เคยลองบริโภค	2	คะแนน
ไม่เคย	1	คะแนน

4.2 ความถี่ในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพโดยรวม ใช้มาตรวัดแบบ Rating Scale 5 ระดับคือ

ทุกวัน	5	คะแนน
ทุกอาทิตย์	4	คะแนน
ทุกเดือน	3	คะแนน
นานๆครั้ง	2	คะแนน
ไม่เคย	1	คะแนน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยให้กลุ่มตัวอย่างกรอกแบบสอบถามด้วยตัวเอง

การประมวลผลข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากการเก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยจะนำข้อมูลทั้งหมด ไปดำเนินการลงรหัส (Coding) แล้วนำไปประมวลผล โดยใช้โปรแกรม SPSS WINDOW เพื่อทำการวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติในการวิเคราะห์ดังนี้คือ

1. การวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis)

โดยใช้ตารางแสดงจำนวนและร้อยละเพื่ออธิบายข้อมูลด้านลักษณะทางประชากร ใช้

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่ออธิบายตัวแปรกิจกรรม ตัวแปรความสนใจ ตัวแปรความคิดเห็น และพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ

2. การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Compare Means)

ใช้ t-test และ ANOVA เพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ระหว่างตัวแปรด้านลักษณะทางประชากร คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ สถานภาพการสมรส สถานสุขภาพ และการดูแลสุขภาพ

3. การวิเคราะห์ปัจจัย (Factor Analysis)

- ขั้นที่ 1 วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรกิจกรรม ความสนใจและความคิดเห็น เพื่อจัดกลุ่มของกิจกรรมที่ผู้บริโภคทำ กลุ่มความสนใจของผู้บริโภคและกลุ่มความคิดเห็นของผู้บริโภค
- ขั้นที่ 2 วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของกิจกรรม กลุ่มความสนใจ และกลุ่มความคิดเห็น เพื่อจัดเป็นกลุ่มรูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้บริโภค

4. การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของรูปแบบการดำเนินชีวิตกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพและทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในเมืองเชียงใหม่

