

บทที่ 3

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

3.1.1 ความหมายของพฤติกรรม

นักวิชาการได้ให้ความหมายของพฤติกรรมไว้แตกต่างกันดังนี้

1) อัครฤทธิ (2543) ได้ให้ความหมายว่าพฤติกรรม หมายถึง การกระทำที่สังเกตได้ เช่น การพูด การเดิน การเต้นของหัวใจ การรับรู้ การคิด การจากความรู้สึกและการกระทำที่สังเกตไม่ได้ เช่น ผู้กระทำรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวหรือเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์เป็นการกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการของแต่ละบุคคลซึ่งสัมพันธ์กับสิ่งกระตุ้นภายในและภายนอก

2) ราชบัณฑิตยสถาน (2546) ได้ให้ความหมายว่าพฤติกรรม (Behaviors) ไว้ว่า หมายถึง การกระทำหรืออาการที่แสดงออกทางกล้ามเนื้อ ความคิด และความรู้สึกเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้า

3) หทัยกาญจน์ และอัมพร (2550) ได้ให้ความหมายว่าพฤติกรรม หมายถึง การกระทำที่แสดงออกของบุคคลที่กระทำการตอบสนองสิ่งกระตุ้นซึ่งการกระทำที่แสดงออกมานั้นมีทั้งที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์พฤติกรรมหรือการแสดงออกนั้นสามารถวัดได้ทั้งนี้เป็นการแสดงออกที่สังเกตได้ และสังเกตไม่ได้

สรุปว่าพฤติกรรม หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว เป็นการแสดงออกของบุคคลที่ตอบสนองสิ่งกระตุ้น หรือสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอก และสามารถใช้เครื่องมือในการทดสอบได้

3.1.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

นักวิชาการได้ให้ความหมายเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารไว้ ดังนี้

1) ชญาณิชฐ์ (2543) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารว่า ผู้บริโภคสามารถเลือกและรับประทานอาหารโดยแสดงออกในด้านการปฏิบัติหลายขั้นตอนตั้งแต่การเลือกการรับประทานเป็นกระบวนการซึ่งนำไปสู่อาหารอร่อยสะอาดมีประโยชน์ต่อร่างกายปลอดจากสารเคมีซึ่ง (ดุขณิ, 2527 อ้างถึงใน อัญมณี, 2544) ได้เพิ่มเติมว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นการแสดงออกของบุคคล คำพูดกิริยาท่าทางและการกระทำที่ผู้อื่นเห็นได้เป็นพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นความเคยชินรวมถึงการเลือกและรู้ที่มาของอาหารนั้น

2) กองโภชนาการกรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข (2547) ได้ให้ความหมายว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การกระทำใด ๆ ของมนุษย์หรือกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหาร เช่น การเลือกรับประทานอาหาร การเลือกซื้ออาหาร การเตรียมและการประกอบอาหาร เป็นต้น

3) เครือวัลย์ (2550) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกทางด้านการกระทำ และด้านความคิด หากพฤติกรรมการบริโภคอาหารสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องตามหลักโภชนาการย่อมทำให้บุคคลมีโภชนาการที่ดี ในทางตรงกันข้ามหากปฏิบัติไม่ถูกต้องย่อมส่งผลเสียต่อร่างกาย และจิตใจของบุคคลนั้น

สรุปพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง พฤติกรรมมารับประทานอาหารในแต่ละวันเริ่มตั้งแต่การเลือกซื้อวัตถุดิบ การเตรียมการประกอบอาหาร ซึ่งจะนำไปสู่กระบวนการผลิตอาหารที่สะอาด อร่อย และมีประโยชน์ต่อร่างกาย โดยเกิดจากการรับรู้ ความเข้าใจ นำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้อง

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยจะทำการสร้างเครื่องมือที่นำมาใช้ในการรวบรวม ข้อมูลเพื่อการศึกษาครั้งนี้ ซึ่งคือ “การศึกษาปัจจัยที่มีต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารจำกัดแคลอรีของอาจารย์ บุคลากรและนักศึกษา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา” โดยลักษณะข้อมูลในแบบสอบถาม เป็นคำถามปลายปิดทั้งหมดที่มีทั้ง ให้เลือกคำตอบเพียงคำตอบเดียว เลือกตอบได้หลายคำตอบ (Nominal) การเช็คคำตอบที่เป็นตัวเลข (Scale) และเลือกตาม ระดับความคิดเห็น (Ordinal)

3.3 การคำนวณขนาดตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน จึงคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Taro Yamane เหตุผลเพราะเป็นสูตรที่ง่าย ไม่ซับซ้อน และบอกถึงจำนวนตัวอย่างขั้นต่ำที่ต้องเก็บมาเพื่อการวิเคราะห์

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

โดย	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ
	N	แทน	ขนาดประชากร
	e	แทน	ความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างที่ยอมรับได้

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามมาทำการสำรวจความถูกต้อง ครบถ้วน และความสมบูรณ์ของข้อมูล แล้วจึงนำไปทำการลงรหัส (Coding) เพื่อใช้ในการวิเคราะห์และประมวลผลด้วยวิธีการทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ คือ โปรแกรม SPSS for Window (Statistical Package for the Social Sciences for Window) ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัย นี้ ประกอบด้วย 2 ขั้นตอนคือ

1) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic)

คือการอธิบายหรือบรรยายลักษณะข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาได้ในเบื้องต้นโดยใช้ค่าวัดทางสถิติเชิงพรรณนา ตารางการแจกแจงความถี่ และกราฟต่างๆ การวิเคราะห์ ในส่วนนี้ประกอบด้วย 3 ส่วนย่อยคร่าวๆ คือ

- ส่วนที่ 1: ภาพรวมและข้อมูลส่วนบุคคลของอาจารย์ บุคลากรและนักศึกษา ที่ตกเป็นตัวอย่าง
- ส่วนที่ 2: ข้อมูลเกี่ยวกับทัศนคติของอาจารย์ บุคลากรและนักศึกษาที่มีต่อการบริโภคอาหารจำกัดแคลอรี
- ส่วนที่ 3: ภาพรวมและข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจำกัดแคลอรี โดยแบ่งย่อยเป็นส่วนที่เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ และข้อมูล เชิงปริมาณ

2) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงอนุมาน (Inference Statistics)

เป็นการวิเคราะห์ขั้นสูง โดยใช้ข้อมูลตัวอย่าง เพื่อใช้ในการอ้างอิงหรือสรุปลักษณะของประชากร ประกอบด้วย

- การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเชิงกลุ่ม 2 ตัว

เพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความคิดเห็นของ อาจารย์ บุคลากรและนักศึกษา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ที่มีต่อการบริโภคอาหารจำกัดแคลอรีและความคิดเห็นที่มีต่อพฤติกรรมดังกล่าว โดยใช้สถิติไคสแควร์ ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1) การตั้งสมมติฐานเพื่อการทดสอบ

H_0 : ตัวแปรที่ 1 กับ ตัวแปรที่ 2 เป็นอิสระจากกัน

H_1 : ตัวแปรที่ 1 กับ ตัวแปรที่ 2 ไม่เป็นอิสระจากกัน

2) สถิติทดสอบ

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

โดยที่ O_{ij} = ความถี่ของข้อมูลที่เกิดขึ้นจริง

E_{ij} = ความถี่ของข้อมูลที่เกิดขึ้นจริง

ค่า χ^2 จากสูตรข้างต้น เรียก Pearson Chi-Square

3) การปฏิเสธสมมติฐาน

จะปฏิเสธสมมติฐาน H_0 ถ้า

- $\chi^2 > \chi^2_{1-\alpha}$ โดยที่ $\chi^2_{1-\alpha}$ เปิดได้จากตารางไคสแควร์ที่องศาอิสระ

$$(r-1)(c-1)$$

- ค่า p-value ของค่าสถิติทดสอบน้อยกว่าระดับนัยสำคัญที่กำหนด

4) ผลสรุปของการทดสอบสมมติฐาน

เมื่อปฏิเสธสมมติฐาน H_0 จะสรุปว่า ตัวแปรทั้งสองไม่ เป็นอิสระกันในแง่ของประชากร

โดยใช้ข้อมูลตัวอย่าง