

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive research) เพื่อศึกษาเจตคติ การคล้อยตาม กลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ รวมถึงความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิงในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดพัทลุง โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ วัยรุ่นหญิงที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพัทลุงในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดพัทลุง ซึ่งมีโรงเรียนทั้งหมด 2 แห่ง คือ โรงเรียนพัทลุง และโรงเรียนสตรีพัทลุง จำนวน 3,755 คน (โรงเรียนพัทลุง และโรงเรียนสตรีพัทลุง, 2548)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณโดยใช้สูตรวิเคราะห์อำนาจการทดสอบสถิติที่ศึกษา (power analysis) ของโคเฮน (Cohen, 1988) กำหนดระดับความเชื่อมั่น 95% ($\alpha = 0.05$) และอำนาจการทดสอบ (power) เท่ากับ 0.99 โดยกำหนดค่า v ที่ ∞ ส่วนค่าขนาดอิทธิพล (effect size) เนื่องจากการทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมาไม่พบการศึกษาในลักษณะเดียวกับการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.15 ซึ่งเป็นค่าความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง (Cohen, 1988) เมื่อนำมาแทนค่าตามสูตร

$$N = \lambda / f^2$$

N หมายถึง จำนวนตัวอย่าง

λ หมายถึง ค่าอำนาจการทดสอบที่ได้จากการเปิดตาราง

โดยการศึกษาครั้งนี้มีตัวแปรอิสระทั้งหมด 3 ตัว จึงได้ค่า λ เท่ากับ 23.5 (ภาคผนวก ฉ)

f^2 หมายถึง ค่าขนาดอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม

ดังนั้นการศึกษาครั้งนี้ต้องใช้จำนวนตัวอย่างไม่น้อยกว่า 157 ราย ผู้วิจัยจึงเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 160 ราย เพื่อป้องกันการได้ข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์

การเลือกกลุ่มตัวอย่างมีรายละเอียดดังนี้

1. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นเรียนโดยคำนวณจำนวนตัวอย่างตามสัดส่วนจำนวนนักเรียนหญิงในแต่ละชั้นเรียนด้วยวิธีการคำนวณสัดส่วน (proportional sampling) (ยูวดี, มาลี, เขวลักษณ์, วิไล, พรรณวดี และรุจิเรศ, 2543) เมื่อนำมาแทนค่าตามสูตร

$$\text{จำนวนตัวอย่างแต่ละชั้น} = \frac{\text{จำนวนตัวอย่างที่ต้องการ} \times \text{จำนวนประชากรแต่ละชั้น}}{\text{จำนวนประชากรทั้งหมด}}$$

ตาราง 1

จำนวนนักเรียนหญิง และจำนวนตัวอย่างจำแนกตามชั้นเรียน

| ชั้นเรียน | จำนวนนักเรียนหญิง | จำนวนตัวอย่าง |
|-------------------|-------------------|---------------|
| มัธยมศึกษาปีที่ 1 | 524 | 22 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 2 | 511 | 22 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 3 | 514 | 22 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 4 | 753 | 32 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 5 | 732 | 31 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 6 | 721 | 31 |
| รวม | 3,755 | 160 |

2. สุ่มเลือกนักเรียนหญิงในแต่ละชั้นเรียนด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ (systematic random sampling) (เพชรน้อย, ศิริพร และทัศนีย์, 2539) คำนวณช่วงของการสุ่มโดยนำมาแทนค่าตามสูตร

$$I = N/n$$

| | | |
|---|---------|-------------------------|
| I | หมายถึง | ช่วงของการสุ่ม |
| N | หมายถึง | จำนวนประชากรทั้งหมด |
| n | หมายถึง | จำนวนตัวอย่างที่ต้องการ |

หลังจากนั้นจับสลากหาหมายเลขเริ่มต้นของการสุ่มตัวอย่างแล้วนับต่อไปตามช่วงของการสุ่มที่คำนวณได้ และรายชื่อนักเรียนหญิงในแต่ละชั้นเรียนจนได้จำนวนตัวอย่างครบตามจำนวนที่ต้องการ คือ 160 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 6 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา น้ำหนัก ส่วนสูง ค่าใช้จ่ายส่วนตัว บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย จำนวนพี่น้อง ญาติที่อาศัยอยู่รวมครัวเรือน สมาชิกในครอบครัวที่มีรูปร่างอ้วน รูปร่างของเพื่อนสนิท และการจัดหาอาหาร ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบและเติมคำ จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมของเอจเซน (Ajzen, 1991) จำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (b₁) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำจำนวน 10 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|----------------------|----------|---|-------|
| ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| ไม่เห็นด้วย | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |
| เห็นด้วย | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |
| เห็นด้วยอย่างยิ่ง | ให้คะแนน | 5 | คะแนน |

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการประเมินคุณค่าผลของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (e₁) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการประเมินคุณค่าผลของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ จำนวน 10 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|----------|----------|---|-------|
| ไม่ดีเลย | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| ไม่ดี | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |

| | | | |
|-------|----------|---|-------|
| ดี | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |
| ดีมาก | ให้คะแนน | 5 | คะแนน |

การแปลผลคะแนนเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำพิจารณาจากคะแนนผลรวมของผลคูณระหว่างคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำและคะแนนการประเมินคุณค่าผลของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ ($\sum b_i e_i$) (Ajzen, 1991) โดยใช้หลักการแบ่งระดับแบบอิงเกณฑ์นำคะแนนสูงสุดลบคะแนนต่ำสุดแล้วหารด้วยจำนวนระดับชั้นที่แบ่ง (ชูศรี, 2546) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การแปลผลคะแนนดังนี้

คะแนน 10.00-90.00 หมายถึง มีเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับต่ำ

คะแนน 90.01-170.00 หมายถึง มีเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 170.01-250.00 หมายถึง มีเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับสูง

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการคัดลอกตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมของเอจเซน (Ajzen, 1991) จำนวน 12 ข้อ แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (m_1) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ จำนวน 6 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|-------------------|----------|---|-------|
| ไม่ควรทำอย่างยิ่ง | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| ไม่ควรทำ | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |
| ควรทำ | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |
| ควรทำอย่างยิ่ง | ให้คะแนน | 5 | คะแนน |

ตอนที่ 2 แบบสอบถามแรงจูงใจที่จะทำตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (m_2) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงแรงจูงใจที่จะทำตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ จำนวน 6 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|------------|----------|---|-------|
| น้อยที่สุด | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| น้อย | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |
| มาก | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |
| มากที่สุด | ให้คะแนน | 5 | คะแนน |

การแปลผลคะแนนการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ พิจารณาจากคะแนนผลรวมของผลคูณระหว่างคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำและคะแนนแรงจูงใจที่จะทำตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ ($\sum n_{ij}$) (Ajzen, 1991) โดยใช้หลักการแบ่งระดับแบบอิงเกณฑ์นำคะแนนสูงสุดลบคะแนนต่ำสุดแล้วหารด้วยจำนวนระดับชั้นที่แบ่ง (ชูศรี, 2546) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การแปลผลคะแนนดังนี้

คะแนน 6.00-54.00 หมายถึง มีการรับรู้ว่าคุณุ่มอ้างอิงคาดหวังให้ตนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับต่ำ

คะแนน 54.01-102.00 หมายถึง มีการรับรู้ว่าคุณุ่มอ้างอิงคาดหวังให้ตนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 102.01-150.00 หมายถึง มีการรับรู้ว่าคุณุ่มอ้างอิงคาดหวังให้ตนมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับสูง

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมของเอชเชน (Ajzen, 1991) จำนวน 30 ข้อ แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (c_i) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ จำนวน 15 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|----------|----------|---|-------|
| ยากมาก | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| ยาก | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |
| ง่าย | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |
| ง่ายมาก | ให้คะแนน | 5 | คะแนน |

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้อำนาจการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (p) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการรับรู้อำนาจการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ จำนวน 15 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|--------------|----------|---|-------|
| เป็นไปได้เลย | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| เป็นไปได้ | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |
| เป็นไปได้ | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |
| เป็นไปได้มาก | ให้คะแนน | 5 | คะแนน |

การแปลผลคะแนนการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำพิจารณาจากคะแนนรวมของผลคูณระหว่างคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำและคะแนนการรับรู้อำนาจการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ ($\sum c.p$) (Ajzen, 1991) โดยใช้หลักการแบ่งระดับแบบอิงเกณฑ์นำคะแนนสูงสุดลบคะแนนต่ำสุดแล้วหารด้วยจำนวนระดับขั้นที่แบ่ง (ชูศรี, 2546) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การแปลผลคะแนนดังนี้

คะแนน 15.00-135.00 หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับต่ำ

คะแนน 135.01-255.00 หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 255.01-375.00 หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับสูง

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (I) เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมของเอจเซน (Ajzen, 1991) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำจำนวน 1 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (likert scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | | |
|--------------|----------|---|-------|
| เป็นไปได้เลย | ให้คะแนน | 1 | คะแนน |
| เป็นไปได้ | ให้คะแนน | 2 | คะแนน |
| ไม่แน่ใจ | ให้คะแนน | 3 | คะแนน |
| เป็นไปได้ | ให้คะแนน | 4 | คะแนน |

เป็นไปได้มาก ให้คะแนน 5 คะแนน

การแปลผลคะแนนความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ ใช้หลักการแบ่งระดับแบบอิงเกณฑ์นำคะแนนสูงสุดลบคะแนนต่ำสุดแล้วหารด้วยจำนวนระดับชั้นที่แบ่ง (ชูศรี, 2546) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การแปลผลคะแนนดังนี้

คะแนน 1.00-1.33 หมายถึง มีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับต่ำ

คะแนน 1.34-2.66 หมายถึง มีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 2.67-5.00 หมายถึง มีความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับสูง

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ (B) เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (กองโภชนาการ, 2535; เพลินใจ, วิชา, กรุณา และจันตรี, 2537; สุรีย์พร, 2544) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมัน จำนวน 24 ข้อ ซึ่งเป็นข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก จำนวน 8 ข้อ คือ ข้อ 1, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 20 และข้อคำถามที่มีความหมายทางลบ จำนวน 16 ข้อ คือ ข้อ 2, 3, 4, 6, 9, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24 ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

| | | ข้อความทางบวก ข้อความทางลบ | | |
|-------------------|----------|----------------------------|---|-------|
| ไม่รับประทาน | ให้คะแนน | 1 | 5 | คะแนน |
| 1-3 ครั้ง/เดือน | ให้คะแนน | 2 | 4 | คะแนน |
| 1-3 ครั้ง/สัปดาห์ | ให้คะแนน | 3 | 3 | คะแนน |
| 4-6 ครั้ง/สัปดาห์ | ให้คะแนน | 4 | 2 | คะแนน |
| ทุกวัน | ให้คะแนน | 5 | 1 | คะแนน |

การแปลผลคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำ ใช้หลักการแบ่งระดับแบบอิงเกณฑ์นำคะแนนสูงสุดลบคะแนนต่ำสุดแล้วหารด้วยจำนวนระดับชั้นที่แบ่ง (ชูศรี, 2546) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การแปลผลคะแนนดังนี้

คะแนน 24.00-56.00 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับต่ำ

คะแนน 56.01-88.00 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 88.01-120.00 หมายถึง มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำอยู่ในระดับสูง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การหาความตรงตามเนื้อหา (content validity)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม จำนวน 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ จำนวน 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านวัยรุ่น จำนวน 1 ท่าน หลังจากผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อให้ได้แบบสอบถามที่ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้น

2. การหาค่าความเที่ยง (reliability)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้กับวัยรุ่นหญิงที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 30 ราย หลังจากนั้นนำคะแนนที่ได้มาคำนวณค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามโดยรวมเท่ากับ 0.95 แบบสอบถามเจตคติต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำเท่ากับ 0.82 แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำเท่ากับ 0.95 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำเท่ากับ 0.94 และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำเท่ากับ 0.72

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยการแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย และในระหว่างเข้าร่วมการวิจัยกลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องให้เหตุผลหรือคำอธิบายใดๆ และจะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งชี้แจงให้ทราบว่าข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการปกปิดเป็นความลับ โดยลงเป็นรหัสไม่ระบุ ชื่อ สกุล ของกลุ่มตัวอย่าง และจะนำเสนอในภาพรวมของการวิจัยเท่านั้น หาก

กลุ่มตัวอย่างมีข้อสงสัยสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการวิจัย สามารถแสดงความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัยได้ทั้งแบบมีลายลักษณ์อักษรและไม่มีลายลักษณ์อักษร

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยทำหนังสือผ่านคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ถึงผู้อำนวยการสถานศึกษา โรงเรียนพัทลุง และโรงเรียนสตรีพัทลุง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 ผู้วิจัยนำหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เสนอผู้อำนวยการสถานศึกษา โรงเรียนพัทลุง และโรงเรียนสตรีพัทลุง ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังอาจารย์ประจำชั้นของกลุ่มตัวอย่าง

1.3 ผู้วิจัยเข้าพบอาจารย์ประจำชั้นของกลุ่มตัวอย่างชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือในการนัดหมายกลุ่มตัวอย่าง และเลือกวันเวลาที่เหมาะสมในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยจะใช้ชั่วโมงว่างของกลุ่มตัวอย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ขั้นดำเนินการ

2.1 ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

2.2 เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการวิจัยจึงดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดของแบบสอบถาม และวิธีการตอบแบบสอบถาม หลังจากนั้นแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างตอบด้วยตนเองตามความเป็นจริง ซึ่งใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30 นาที และเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจนครบตามจำนวนที่ต้องการ

2.3 ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลในแบบสอบถาม เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยประมวลผลข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิงโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ช่วงคะแนน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับคะแนน

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจและพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิงโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) และใช้เกณฑ์การแปลผลค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ดังนี้ (ชูศรี, 2546)

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่า 0.90 แสดงว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับสูงมาก

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เข้าใกล้ 1 (ประมาณ 0.70 ถึง 0.90) แสดงว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับสูง

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เข้าใกล้ 0.50 (ประมาณ 0.30 ถึง 0.70) แสดงว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เข้าใกล้ 0.00 (ประมาณ 0.30 และต่ำกว่า) แสดงว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็น 0.00 แสดงว่าไม่มีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรง

4. วิเคราะห์อำนาจการทำนายของเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมต่อความตั้งใจในการมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิงโดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression analysis)

5. วิเคราะห์อำนาจการทำนายของการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีไขมันต่ำของวัยรุ่นหญิงโดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression analysis)