

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ค
ตัวอย่างเครื่องมือในการวิจัย

(ตัวอย่าง)

แบบสอบถาม

เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพและปัจจัยที่สัมพันธ์กันในกลุ่มประชาชนวัยทำงาน
ในชุมชนเมืองและชุมชนชนบท อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี

คำชี้แจงแบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความแตกต่างของปัจจัยและพฤติกรรมการ
บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของประชากรวัยทำงาน ในเขตจังหวัดชลบุรี

1. แบบสอบถามประกอบด้วย 6 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไป

ส่วนที่ 2 ปัจจัยนำด้านความรู้ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 3 ปัจจัยนำด้านทัศนคติและความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ
จำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 25 ข้อ

ส่วนที่ 5 ปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพจำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 6 พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 20 ข้อ

2. การตอบแบบสอบถามในแต่ละส่วน ให้ใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็น
ของท่าน กรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ ทุกส่วนตามความจริง เพื่อให้ผลของการวิจัยครั้งนี้
มีความสมบูรณ์และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่การจัดกิจกรรมให้ความรู้และปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมการบริโภคอาหารให้กับประชาชนได้อย่างถูกต้อง

3. ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามครั้งนี้ จะเป็นความลับและนำมาใช้เฉพาะในการศึกษา
วิจัยครั้งนี้เท่านั้นและไม่มีผลกระทบต่อท่านแต่ประการใด

การวิจัยครั้งนี้จะสำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลือจากท่าน ผู้วิจัยจึงขอขอบพระคุณทุกท่าน
ที่เสียสละเวลาในการให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามของท่านมา ณ โอกาสนี้

นางพรพรรณ ป้อมสุข

นิสิตปริญญาโทพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาเติมข้อความในช่องว่างและเขียนเครื่องหมาย / ลงใน ☐ ที่กำหนดให้

1. เพศ

☐ 1. ชาย

☐ 2. หญิง

() sex

2. อายุ.....ปี

() age

3. ระดับการศึกษา

() edu

☐ 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ

☐ 2. ประถมศึกษา

☐ 3. มัธยมศึกษาตอนต้น

☐ 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย

☒ 5. อนุปริญญาหรือเทียบเท่า

☐ 6. ปริญญาตรีขึ้นไป

4. อาชีพ

() work

☐ 1. ไม่ได้ประกอบอาชีพ

☐ 2. ข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจ

☐ 3. กำนาย

☐ 4. พนักงานบริษัท

☐ 5. ธุรกิจส่วนตัว

☐ 6. รับจ้าง

☐ 7. เกษตรกรรม

☐ 8. อื่นๆ

5. รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

() income

☐ น้อยกว่า - 4,999 บาท

☐ 5,000 - 9,999 บาท

☐ 10,000 - 14,999 บาท

☐ 15,000 - 19,999 บาท

☐ 20,000 - 29,999 บาท

☐ 29,999 บาทขึ้นไป

6. ภาวะสุขภาพปัจจุบัน

☐ ไม่มีโรคประจำตัว

☐ มีโรคประจำตัว ระบุโรค.....

() health

ส่วนที่ 2 ปัจจัยนำด้านความรู้ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ

คำชี้แจง กรุณาเติมเต็มเครื่องหมาย / ลงใน ☐ ที่กำหนดให้หน้าข้อความที่ตรงตามความเข้าใจของท่าน โดยผู้เลือกตอบคำถามได้คำตอบเดียว

ข้อความ	ความคิดเห็น		
	ใช่	ไม่ใช่	ไม่แน่ใจ
1. การรับประทานอาหารแต่ละวันต้องรับประทานให้ครบ 5 หมู่			
2. การเลือกอาหารเพื่อสุขภาพควรเลือกที่มีคุณค่าทางโภชนาการและถูกหลักอนามัย			
3. เค้าหู้และถั่วต่างๆมีสารอาหารประเภทโปรตีนเช่นเดียวกันกับนม			
-			
-			
-			
20. อาหารที่มีคลอเรสเตอรอลมากเช่น เครื่องในสัตว์ หนังสัตว์ ไข่แดง			

ส่วนที่ 3 ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพจำนวน 20 ข้อ

คำชี้แจง กรุณาเติมเต็มเครื่องหมาย / ลงใน ☐ ที่กำหนดให้หน้าข้อความที่ตรงตามความคิดเห็น
โดยผู้เลือกตอบคำถามได้คำตอบเดียวจาก

ข้อความ	ความคิดเห็น				
	เห็น ด้วย มาก ที่สุด (5)	เห็น ด้วย มาก (4)	เห็น ด้วย ปาน กลาง (3)	ไม่ เห็น ด้วย (2)	ไม่เห็น ด้วย อย่าง ยิ่ง (1)
1. อาหารเพื่อสุขภาพคืออาหารที่ผ่านการแปรรูปน้อย เพื่อคงความเป็นธรรมชาติไว้ให้มากที่สุด					
2. ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพคือ การรับประทานอาหารโดยคำนึงถึงหลักโภชนาการ และครบ 5 หมู่					
3. ท่านคิดว่าการรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ มีความจำเป็นต่อร่างกาย - - -					
20. การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพเป็นอาหาร ที่มาจากธรรมชาติ					

ส่วนที่ 3 ปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารและการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร จำนวน 25 ข้อ

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องว่างท้ายข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด เพียง
ข้อละ 1 คำตอบ

1. ความสะดวกที่ท่านสามารถซื้ออาหารเหล่านี้มาบริโภคเป็นอย่างไร

ชนิดของอาหาร	ความคิดเห็น			
	ได้รับมาก	ได้รับ ค่อนข้างมาก	ได้รับ ค่อนข้างน้อย	ไม่ได้ รับเลย
1. ข้าวซ้อมมือ ข้าวกล้อง				
2. ผลิตภัณฑ์จากธัญพืชต่างๆ				
3. เนื้อสัตว์จำพวก หมู เนื้อ และไก่				
-				
-				
-				
10. ถั่วและผลิตภัณฑ์จากถั่ว				

2. ความสะดวกในการซื้อหาอาหารจากแหล่งต่างๆ

สถานที่	ความคิดเห็น			
	ได้รับมาก	ได้รับค่อนข้าง มาก	ได้รับ ค่อนข้างน้อย	ไม่ได้ รับเลย
1. ตลาดสด				
2. ตลาดนัด				
3. ศูนย์อาหาร				
-				
-				
-				
6. หาบเร่ แผงลอย				

ในกรณีที่ท่านประกอบอาหารเองให้ตอบข้อ 3 หากมิได้ทำอาหารเองให้ผ่านข้อนี้ไปตอบข้อต่อไป

3. ความสะดวกที่ท่านจะสามารถประกอบอาหารรับประทานเอง

ปัจจัยเอื้อ	ความคิดเห็น			
	ได้รับมาก	ได้รับค่อนข้างมาก	ได้รับค่อนข้างน้อย	ไม่ได้รับเลย
1. สถานที่ในการประกอบอาหาร				
-				
-				
-				
4. งบประมาณในการประกอบอาหาร				

4. ท่านได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพจากสื่อและบุคคลต่างๆ เหล่านี้
อย่างไร

สื่อ	ได้รับมาก	ได้รับค่อนข้างมาก	ได้รับค่อนข้างน้อย	ไม่ได้รับเลย
1.วิทยุกระจายเสียง				
2.โทรทัศน์				
3. เสียงตามสาย				
-				
-				
15. บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข				

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเสริมที่ช่วยสนับสนุนการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 10 ข้อ

คำชี้แจง กรุณาเติมเครื่องหมาย / ลงใน ช่องว่างท้ายตารางที่ตรงกับความคิดเห็น เพียงคำตอบเดียว
ท่านได้รับแรงสนับสนุนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพจากบุคคลต่างๆ เหล่านี้

บุคคล	ได้รับ มาก	ได้รับ ค่อนข้างมาก	ได้รับ ค่อนข้างน้อย	ไม่ได้รับ เลย
1.บุคคลในครอบครัว				
2.ญาติพี่น้อง				
3.คู่สมรส				
-				
-				
-				
9. นักกีฬา				

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำนวน 20 ข้อ

คำชี้แจง กรุณาเติมเครื่องหมาย / ลงใน ช่องว่างท้ายตารางที่ตรงกับความจริงมากที่สุด
ในชีวิตประจำวัน

ข้อความ	ความถี่ในการปฏิบัติ				
	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	เป็น บางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่ เคย เลย
1.ท่านรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ					
2.ท่านซื้อและรับประทานอาหารที่สดและใหม่					
3.ท่านรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ใน 1 วัน					
-					
-					
-					
14.ท่านเลือกใช้น้ำมันถั่วเหลืองปรุงอาหารมากกว่า น้ำมันปาล์ม					

