

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive research) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ที่เรียนและไม่เรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาค้นครั้งนี้คือนักศึกษา 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน และกลุ่มนักศึกษาที่ไม่ได้ลงทะเบียนเรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน

กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวันภาคการศึกษาฤดูร้อน ปีการศึกษา 2548 ตอนที่ 1 และตอนที่ 2 จำนวน 177 คน จาก 7 คณะ ได้แก่ คณะนิติศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ คณะทรัพยากรธรรมชาติ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ และคณะอุตสาหกรรมเกษตร และนักศึกษาทั่วไปของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ที่ไม่ได้ลงทะเบียนเรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน เพื่อให้สามารถจับคู่ (matching) ให้ ทั้ง 2 กลุ่ม มีคุณลักษณะที่ใกล้เคียงกัน ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) จำนวน 177 คนจากกลุ่มนักศึกษาทั้ง 7 คณะเช่นเดียวกับกลุ่มที่เป็นเป้าหมาย โดยกำหนดคุณสมบัติให้มีความเหมือนกับตัวอย่างในกลุ่มเป้าหมาย คือ เพศ คณะ และชั้นปี และใช้สัดส่วนเท่ากันกับกลุ่มที่เป็นเป้าหมาย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 20 ข้อ ได้แก่ข้อมูลเกี่ยวกับ เพศ อายุ คณะ ระดับเกรดเฉลี่ย (GPA) ที่พักระหว่างเรียน รายได้ ค่าใช้จ่าย ลักษณะครอบครัว สถานภาพของบิดา มารดา การเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตร เป็นต้น มีลักษณะเป็นข้อคำถามปลายเปิดและปลายปิด

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษา รวม 6 ด้าน ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996) ซึ่งแบบวัดประกอบด้วยพฤติกรรม 6 ด้าน ได้แก่ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ 5 ข้อ ด้านการออกกำลังกาย 5 ข้อ ด้านโภชนาการ 11 ข้อ ด้านการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล 5 ข้อ ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ 6 ข้อ

และด้านการจัดการกับความเครียด 8 ข้อ รวมทั้งหมดมีจำนวน 40 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง นักศึกษามีพฤติกรรมหรือการปฏิบัติในเรื่องนั้นๆ เป็นประจำทุกวัน เช่น 7 วัน/สัปดาห์ หรือทุกครั้งที่มีเหตุการณ์

ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง นักศึกษามีพฤติกรรมหรือการปฏิบัติในเรื่องนั้นๆ บ่อยครั้งเกือบทุกวัน เช่น 4-6 วัน/สัปดาห์ หรือเกือบทุกครั้งที่มีเหตุการณ์

ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง นักศึกษามีพฤติกรรมหรือการปฏิบัติในเรื่องนั้นๆ บางครั้งหรือบางวัน เช่น 1-3 วัน/สัปดาห์ ที่มีเหตุการณ์

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง นักศึกษาไม่เคยมีพฤติกรรมหรือไม่เคยปฏิบัติในเรื่องนั้นๆ เลย

ไม่มีเหตุการณ์ หมายถึง นักศึกษาไม่เคยมีพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นกับตนเอง

การคำนวณคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ โดยนำค่าคะแนนทั้งหมดมารวมกัน 40 ข้อ ค่าคะแนนที่เป็นไปได้ คือ 0-160 คะแนน คะแนนที่สูงแสดงถึงการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ดี

การแปลผลคะแนน

จากคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ โดยรวมมีค่า 0-160 คะแนน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยอาศัยอันตรภาคชั้น ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 การแปลผลระดับคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

คะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ	ระดับ		
	คะแนนต่ำ	คะแนนปานกลาง	คะแนนดี
คะแนนโดยรวม	0-52.99	53-106.99	107-160
ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	0-6.99	7-13.99	14-20
ด้านการออกกำลังกาย	0-6.99	7-13.99	14-20
ด้านโภชนาการ	0-14.99	15-29.99	30-44
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	0-6.99	7-13.99	14-20
ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ	0-7.99	8-15.99	16-24
ด้านการจัดการกับความเครียด	0-10.99	11-21.99	22-32

การหาความตรงและความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ความตรงตามเนื้อหา (content validity index) ผู้วิจัยตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถามจากผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาลจำนวน 5 ท่าน เมื่อพิจารณาแล้วนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.89

การตรวจสอบหาความเชื่อถือได้ (reliability) เมื่อปรับปรุงแบบสอบถามตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว จึงนำเครื่องมือไปทดลองใช้หาความเชื่อถือได้ของชนิดความสอดคล้องภายในกับกลุ่มนักศึกษาในมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์จำนวน 20 ราย ได้ค่าความเที่ยงชนิดความสอดคล้องภายในเท่ากับ 0.83

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยแนะนำตัวเองเมื่อพบกับนักศึกษา อธิบายวัตถุประสงค์ในการศึกษาและขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม พร้อมกันนั้นได้ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างได้ทราบถึงสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ โดยการตอบรับหรือการปฏิเสธจะไม่มีผลต่อการเรียนหรือการประเมินผลการเรียน ในระหว่างการตอบแบบสอบถามหากกลุ่มตัวอย่างไม่พอใจหรือไม่ต้องการตอบแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้โดยไม่ต้องบอกเหตุผล ข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากนักศึกษาจะถือเป็นความลับและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive research) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษาที่เรียนและไม่เรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ ถึงคณบดีทั้ง 7 คณะ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ภายหลังจากได้รับอนุมัติแล้ว ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างและเข้าพบนักศึกษาเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ และการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างแก่กลุ่มตัวอย่างก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยนักศึกษามีสิทธิที่จะปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยโดยไม่มีผลกระทบต่อการเรียนการสอน การเก็บข้อมูลและรายชื่อของนักศึกษาจะเป็นความลับ และจะถูกลบทำลายภายหลังสิ้นสุดการทำวิจัย
3. ผู้วิจัยเลือกเก็บข้อมูลในกลุ่มเป้าหมายก่อนคือ กลุ่มนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาสุขภาพกับชีวิตประจำวัน แล้วจึงเก็บข้อมูลในกลุ่มเปรียบเทียบ คือกลุ่มนักศึกษาทั่วไปเพื่อ

ตรวจสอบคุณลักษณะในกลุ่มเป้าหมายได้แก่ เพศ ชั้นปี และคณะ แล้วจึงนำข้อมูลที่ได้ไปเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มเปรียบเทียบต่อไป

4. ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม โดยแบบสอบถามมี 2 ชุด คือแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปจำนวน 20 ข้อ และ แบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษา จำนวน 40 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์โดยใช้สถิติบรรยาย คือ การแจกแจงความถี่ และร้อยละ
2. ข้อมูลพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษา โดยใช้สถิติ

Independent t- test