

## อุปกรณ์และวิธีการ

### รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเอง ในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมองของผู้ต้องขัง ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์

### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังที่รับไว้รักษาที่ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ จำนวน 328 คน เป็นชาย 246 คน หญิง 82 คน

### กลุ่มตัวอย่าง

ใช้คำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรของ Yamane (1973) ดังนี้

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

เมื่อ e = ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง  
 n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง  
 N = ขนาดประชากร

$$n = \frac{328}{1 + 328 \times (0.05)^2}$$

$$\text{ขนาดกลุ่มตัวอย่าง} = 180 \text{ คน}$$

เพราะฉะนั้น จะเก็บตัวอย่างในผู้ต้องขังชาย 135 คน ในผู้ต้องขังหญิง 45 คน โดยคิดดังนี้

จาก 328 คน จะเก็บในกลุ่มตัวอย่าง 180 คน

$$\text{ผู้ต้องขังชาย 246 คน จะเก็บตัวอย่าง} = \frac{180}{328} \times 246 = 135 \text{ คน}$$

$$\text{ผู้ต้องขังหญิง 82 คน จะเก็บตัวอย่าง} = \frac{180}{328} \times 82 = 45 \text{ คน}$$

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น และมีเนื้อหาครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบสอบถาม 4 ตอน คือ

#### ตอนที่ 1 ปัจจัยทางด้านชีวสังคม

ข้อมูลทางชีวสังคม เป็นข้อมูลทั่วไปของผู้ต้องขัง ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ (ก่อนต้องโทษ) สถานภาพสมรส คดี โทษ ลักษณะคำถามเป็นแบบให้เลือกตอบและเติมข้อความ

#### ตอนที่ 2 ปัจจัยภายในตัวบุคคล

##### 2.1 ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง

เกณฑ์การให้คะแนนเป็น

ตอบถูก	ให้คะแนน	1	คะแนน
ตอบผิด	ให้คะแนน	0	คะแนน

การประเมินระดับความรู้ ผู้วิจัยได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด

2.2 เจตคติต่อการดูแลตนเอง มีลักษณะคำถาม เป็นแบบมาตราส่วนประกอบประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 4 ตัวเลือก ข้อคำถามมีลักษณะด้านบวกและด้านลบ (Positive or Negative Statement) สำหรับเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ข้อความเชิงบวก (Positive Statement)		ข้อความเชิงลบ (Negative Statement)	
ถ้าเลือกตอบ			
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	4	1
เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	3	2
ไม่เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	1	4

การประเมินระดับเจตคติต่อการดูแลตนเอง ได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนต่ำสุด

2.3 การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง มีลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 4 ตัวเลือก ข้อคำถามมีลักษณะด้านบวกและด้านลบ (Positive or Negative Statement) สำหรับเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ข้อความเชิงบวก (Positive Statement)		ข้อความเชิงลบ (Negative Statement)	
ถ้าเลือกตอบ			
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	4	1
เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	3	2
ไม่เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	1	4

การประเมินระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง ได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนต่ำสุด

2.4 การรับรู้ความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง มีลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 4 ตัวเลือก ข้อคำถามมีลักษณะด้านบวกและด้านลบ (Positive or Negative Statement) สำหรับเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ข้อความเชิงบวก (Positive Statement)		ข้อความเชิงลบ (Negative Statement)	
ถ้าเลือกตอบ			
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	4	1
เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	3	2
ไม่เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	2	3
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	1	4

การประเมินระดับการรับรู้ความรุนแรงของโรคหลอดเลือดสมอง ได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนต่ำสุด

2.5 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง มีลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 4 ตัวเลือก ข้อคำถามมีลักษณะด้านบวก (Positive Statement) สำหรับเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ถ้าเลือกตอบ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	4
เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	3
ไม่เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	2
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	1

การประเมินระดับการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนต่ำสุด

### ตอนที่ 3 ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล

แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับการสนับสนุน แนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ และเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) ตลอดจนการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์

การได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ และเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) ตลอดจนการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์มีลักษณะคำถามเป็นแบบให้เลือกตอบเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

มากที่สุด	มีค่าคะแนน	4
มาก	มีค่าคะแนน	3
น้อย	มีค่าคะแนน	2
ไม่ได้รับ	มีค่าคะแนน	1

การประเมินระดับการได้รับข้อมูลข่าวสาร การได้รับการสนับสนุนแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ญาติ และเพื่อน (ผู้ต้องขังด้วยกัน) ตลอดจนการมีนโยบายของกรมราชทัณฑ์ ได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนต่ำสุด

#### ตอนที่ 4 พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง

แบบสอบถาม มีลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 4 ตัวเลือก ข้อคำถามมีลักษณะด้านบวกและด้านลบ (Positive or Negative Statement) สำหรับเกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

ข้อความเชิงบวก (Positive Statement)		ข้อความเชิงลบ (Negative Statement)	
ถ้าเลือกตอบ			
ปฏิบัติเป็นประจำ	มีค่าคะแนน	3	0
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	มีค่าคะแนน	2	1
ปฏิบัตินานๆ ครั้ง	มีค่าคะแนน	1	2
ไม่ได้ปฏิบัติ	มีค่าคะแนน	0	3

การประเมินระดับพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ได้แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาจากเกณฑ์เฉลี่ยจากมัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่ได้ คือ

ระดับสูง	คะแนนอยู่ในช่วงมากกว่า	$\bar{X} + \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนสูงสุด
ระดับปานกลาง	คะแนนอยู่ระหว่าง	$\bar{X} \pm \frac{1}{2} SD$	
ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ในช่วงน้อยกว่า	$\bar{X} - \frac{1}{2} SD$	ถึงคะแนนต่ำสุด

### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ทำการศึกษาค้นคว้าทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากการตรวจเอกสารในการสร้างแบบสอบถามการวิจัย
2. ศึกษาเอกสาร ตำรา วารสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง
3. สร้างข้อมูลของแบบสอบถามตามกรอบแนวคิดที่กำหนดไว้ ซึ่งทำข้อมูลต่างๆ ที่ได้จากการศึกษามาสร้าง
4. นำแบบพิมพ์และแบบสอบถามที่สร้างขึ้น เสนอกรรมการที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบโครงสร้างเนื้อหา สาระแบบสอบถามและภาษาที่ใช้ เพื่อให้เกิดความถูกต้องเหมาะสม
5. การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม

5.1 การตรวจสอบความตรง (Validity) ความตรงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตรวจสอบถาม ครอบคลุมของเนื้อหาและภาษาที่ใช้ของแบบสอบถาม และได้นำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง แล้วจึงพิมพ์เป็นฉบับสมบูรณ์

5.2 การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยนำไปทดลองใช้กับผู้ต้องขังที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่จะไปศึกษา แต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มประชากรที่จะทำการศึกษาจำนวน 30 คน ที่ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ แล้วนำมาวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น ตามวิธีของ Cronbach (1970) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้

ปัจจัยภายในตัวบุคคล	ค่าความเชื่อมั่น = .8470
ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล	ค่าความเชื่อมั่น = .9240
พฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง	ค่าความเชื่อมั่น = .7972
ภาพรวมของแบบสอบถามทั้งฉบับ	ค่าความเชื่อมั่น = .9081

6. นำผลการวิเคราะห์มาปรับปรุงแบบสอบถามขั้นสุดท้าย และเสนอประธานกรรมการที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบจนอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ก่อนนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลจริง

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เพื่อขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์ ที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ในการศึกษาครั้งนี้เพื่อนัดผู้ต้องขังในการตอบแบบสอบถามผู้วิจัย

2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้ต้องขังด้วยตนเอง โดยทำการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยกับหัวหน้ากับหัวหน้าหน่วยงานต่างๆ เพื่อขอความร่วมมือ และอำนวยความสะดวก และแจกแบบสอบถาม และติดตามแบบสอบถามคืนภายใน 1-5 วัน

3. การเก็บรวบรวมแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์จำนวน

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลจะนำแบบสอบถามทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้อง สมบูรณ์ และตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่

1. ข้อมูลทางชีวสังคม ปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล และพฤติกรรมการดูแลตนเอง นำมาวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายให้เห็นลักษณะของข้อมูล

2. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยภายนอกตัวบุคคล กับพฤติกรรมการดูแลตนเอง โดยทดสอบด้วยสถิติ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

### การเสนอผลการวิจัย

สรุปรายงานการวิจัย โดยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัย เป็นการบรรยายประกอบตาราง และเป็นรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ในการวิจัยครั้งนี้ จะก่อให้เกิดประโยชน์ที่สำคัญคือ

1. ผลการวิจัยทำให้ทราบพฤติกรรมการดูแลตนเองในการป้องกันโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งสามารถนำข้อมูลมากำหนดแนวทางการปรับปรุง และพัฒนางานทางด้านสุขภาพ เพื่อให้ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง สามารถดูแลตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ และผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงสามารถดูแลตนเองในการป้องกันไม่ให้เกิดโรคหลอดเลือดสมอง
2. บุคลากรในทีมสุขภาพ สามารถนำผลการวิจัยมาใช้เป็นแนวทางในการให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับสถานะสุขภาพ รวมทั้งจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนผู้ป่วย และครอบครัวมีส่วนร่วมในการดูแลตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นข้อมูลให้แก่ทีมงานสุขภาพ ในการวางแผนและพัฒนาปรับปรุงการดำเนินงานสุขภาพแก่ผู้ป่วย เพื่อให้เกิดแนวความคิดในการป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง
3. ผลจากการวิจัยสามารถใช้เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้า การพัฒนาความรู้และแนวทางการปฏิบัติงาน รวมทั้งงานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไป