

บทที่ 3

วิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองของกำลังพลกองขนส่ง กรมยุทธบริการทหาร กองบัญชาการทหารสูงสุด เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมของกำลังพลกองขนส่งกรมยุทธบริการทหาร เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมดูแลสุขภาพของตนเองของกำลังพลกองขนส่งกรมยุทธบริการทหาร จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และเพื่อศึกษาตัวแปรอิสระใดที่มีผลต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพของตนเอง ของกำลังพลกองขนส่งกรมยุทธบริการทหาร ซึ่งผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา

ประชากรที่ใช้ศึกษาครั้งนี้ คือ กำลังพลกองขนส่ง กรมยุทธบริการทหาร โดยแบ่งเป็น 5 แผนก ได้แก่ แผนกธุรการ แผนกซ่อมแซม แผนกคลัง แผนกจัดหา แผนกบริการขนส่ง รวมเป็นจำนวนทั้งสิ้น 265 คน (ข้อมูลจากกองขนส่ง ณ วันที่ 31 กรกฎาคม 2548)

กลุ่มตัวอย่างและวิธีการสุ่มตัวอย่าง

จากจำนวนประชากรทั้งสิ้น 265 คน ได้ทำการเปิดตารางสุ่มตัวอย่าง ของ Krejcie R.V. และ D.W. Morgan มีค่าความเชื่อมั่น 95 % ได้จำนวนตัวอย่างทั้งสิ้น 157 คน

หลังจากนั้นคำนวณหาสัดส่วนและจำนวนของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละแผนกอย่างเป็นสัดส่วนจากสูตร

$$\text{จำนวนตัวอย่าง} = \frac{\text{จำนวนของขนาดตัวอย่างทั้งหมด} \times \text{จำนวนประชากรในแต่ละแผนก}}{\text{จำนวนประชากรทั้งหมด}}$$

ได้จำนวนขนาดตัวอย่างของแต่ละแผนกรายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนประชากรและขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

แผนก	ประชากร	ขนาดกลุ่มตัวอย่าง
ธุรการ	63	37
ซ่อมบำรุง	69	41
คลัง	38	23
จัดหา	63	37
บริการขนส่ง	32	19
รวม	265	157

หลังจากคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 157 คน ได้ทำการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างเป็นระบบของแต่ละแผนก โดยจัดทำ Population Listing เรียงตามตัวอักษร กำหนด Interval Class ใช้สูตรดังนี้

$$I = \frac{N}{n}$$

เมื่อ

I	แทนช่วงชั้นในการได้มาซึ่งตัวอย่าง (Interval Class)
N	แทนจำนวนประชากร
n	จำนวนขนาดตัวอย่าง

ยกตัวอย่าง การสุ่มตัวอย่างแบบ Systematic Sampling ของแผนกธุรการ

$$I = \frac{N}{n} \quad \text{ได้เท่ากับ} \quad I = \frac{63}{37}$$

ดังนั้น ช่วงห่างของแต่ละชื่อจะห่างกัน 2 คน ยกตัวอย่างเช่น เริ่มที่ชื่อหมายเลขที่ 1 จะเว้นช่วง 2 คน ซึ่งชื่อหมายเลข 4 ก็จะเป็นตัวอย่างที่ 2 ที่ถูกเลือกเป็นตัวอย่าง เป็นต้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องประกอบด้วย 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของกำลังพลกองขนส่ง

ตอนที่ 2 แบบวัดแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

- 2.1 การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค
- 2.2 การรับรู้ความรุนแรงของโรค
- 2.3 การรับรู้ประโยชน์ของการป้องกันโรค หรือความเจ็บป่วย
- 2.4 การรับรู้อุปสรรคในการป้องกันโรค หรือความเจ็บป่วย

ตอนที่ 3 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

- 3.1 การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว
 - 3.1.1 การสนับสนุนทางอารมณ์
 - 3.1.2 การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร
 - 3.1.3 การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน
- 3.2 การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน
 - 3.2.1 การสนับสนุนทางด้านอารมณ์
 - 3.2.2 การสนับสนุนทางด้านข้อมูล ข่าวสาร
 - 3.2.3 การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน

ตอนที่ 4 พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง

- 4.1 ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ
- 4.2 กิจกรรมทางด้านร่างกาย
- 4.3 ด้านโภชนาการ
- 4.4 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 4.5 การพัฒนาทางจิตวิญญาณ
- 4.6 การจัดการความเครียด

การวัดตัวแปร

สำหรับการวัดตัวแปรเกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพประกอบด้วย การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ของการป้องกันและรักษาโรค การรับรู้อุปสรรคของการดูแลสุขภาพตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยทำการวัดโดยใช้มาตราส่วนประมาณค่าจาก 5 ระดับ จาก “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ถึง “ไม่เห็นด้วย” โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

<u>ระดับ</u>	<u>คะแนน</u>
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5
เห็นด้วย	4
เห็นด้วยปานกลาง	3
เห็นด้วยน้อย	2
ไม่เห็นด้วย	1

รายละเอียดเกี่ยวกับการวัดตัวแปรแต่ละตัว มีดังนี้

1. แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ได้ทำการศึกษา 4 ด้าน คือ
 - 1.1 การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค มีข้อคำถาม 10 ข้อ
 - 1.2 การรับรู้ความรุนแรงของโรค มีข้อคำถาม 10 ข้อ
 - 1.3 การรับรู้ประโยชน์ของการป้องกันโรค หรือความเจ็บป่วย มีข้อคำถาม 10 ข้อ
 - 1.4 การรับรู้อุปสรรคในการป้องกันโรค หรือความเจ็บป่วย มีข้อคำถาม 10 ข้อ

ดังนั้นในแต่ละด้านของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพจะมีค่าคะแนนระหว่าง 10-50 คะแนน และคะแนนในภาพรวมของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ คือคะแนนระหว่าง 40-200 คะแนน จึงแบ่งเกณฑ์ช่วงคะแนนและให้ความหมาย ดังนี้

ในการหาช่วงค่าคะแนนแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ หาช่วงคะแนนและให้ความหมาย ดังนี้

$$\begin{aligned}\text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{50-10}{3} \\ &= 13.33\end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

$$\begin{aligned}10.00 - 23.33 &= \text{น้อย (มีการรับรู้ต่ำ)} \\ 23.34 - 33.67 &= \text{ปานกลาง (มีการรับรู้พอสมควร)} \\ 33.68 - 50.00 &= \text{มาก (มีการรับรู้สูง)}$$

สำหรับการหาช่วงคะแนน เป็นรายข้อ มีดังนี้

$$\begin{aligned}\text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{5-1}{3} \\ &= 1.33\end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

$$\begin{aligned}1.00 - 2.33 &= \text{น้อย} \\ 2.34 - 3.67 &= \text{ปานกลาง} \\ 3.68 - 5.00 &= \text{มาก}\end{aligned}$$

2. การสนับสนุนทางสังคม ได้ทำการศึกษา 2 ด้าน คือ

2.1 การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากสมาชิกในครอบครัว

2.1.1 การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ มีข้อคำถาม 10 ข้อ

2.1.2 การสนับสนุนทางด้านข้อมูล ข่าวสาร มีข้อคำถาม 10 ข้อ

2.1.3 การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน มีข้อคำถาม 10 ข้อ

2.2 การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน

2.2.1 การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ มีข้อคำถาม 10 ข้อ

2.2.2 การสนับสนุนทางด้านข้อมูล ข่าวสาร มีข้อคำถาม 10 ข้อ

2.2.3 การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน มีข้อคำถาม 10 ข้อ

ดังนั้น ในแต่ละด้านของการได้รับการสนับสนุนทางสังคม จะมีค่าคะแนนระหว่าง 10-50 คะแนน และคะแนนในภาพรวมของการได้รับการสนับสนุนทางสังคม คือคะแนนระหว่าง 60-300 คะแนน

ในการหาช่วงคะแนนการได้รับการสนับสนุนทางสังคม หาช่วงคะแนนและให้ความหมาย ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{50-10}{3} \\ &= 13.33 \end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

10.00 - 23.33	=	น้อย (ได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย)
23.34 - 33.67	=	ปานกลาง (ได้รับการสนับสนุนพอสมควร)
33.68 - 50.00	=	มาก (ได้รับการสนับสนุนมาก)

สำหรับการหาช่วงคะแนน เป็นรายข้อ มีดังนี้

$$\begin{aligned} \text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{5-1}{3} \\ &= 1.33 \end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

1.00 - 2.33	=	น้อย
2.34 - 3.67	=	ปานกลาง
3.68 - 5.00	=	มาก

3. สำหรับการวัดตัวแปรพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ผู้วิจัยใช้มาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับที่เหมือนกันซึ่งมีทั้งเชิงบวก มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ระดับ	คะแนน
ทำเป็นประจำ	2
ทำเป็นครั้งคราว	1
ไม่ทำเลย	0

รายละเอียดเกี่ยวกับการวัดตัวแปร มีดังนี้

พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา 6 ด้าน คือ

- 3.1 ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ มีข้อคำถาม 10 ข้อ
- 3.2 กิจกรรมทางด้านร่างกาย มีข้อคำถาม 10 ข้อ
- 3.3 กิจกรรมทางด้านโภชนาการ มีข้อคำถาม 10 ข้อ
- 3.4 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีข้อคำถาม 10 ข้อ
- 3.5 การพัฒนาทางจิตวิญญาณ มีข้อคำถาม 8 ข้อ
- 3.6 การจัดการความเครียด มีข้อคำถาม 10 ข้อ

ดังนั้น ในแต่ละด้านของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง อันได้แก่ ความรับผิดชอบสุขภาพ กิจกรรมทางด้านร่างกาย กิจกรรมทางด้านโภชนาการ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการจัดการความเครียด จะมีข้อคำถามแต่ละด้าน 10 ข้อ ดังนั้นช่วงคะแนนของแต่ละด้านจะมีค่าคะแนนระหว่าง 0-20 คะแนน ส่วนการพัฒนาทางจิตวิญญาณมีข้อคำถาม 8 ข้อ จะมีค่าคะแนนระหว่าง 0-16 คะแนน และคะแนนในภาพรวมของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง คือคะแนนระหว่าง 0-116 คะแนน

ในการหาช่วงระดับคะแนน ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางด้านร่างกาย กิจกรรมทางด้านโภชนาการ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการจัดการความเครียด ซึ่งในแต่ละด้านของตัวแปรดังกล่าว ซึ่งมีช่วงคะแนนระหว่าง 0-20 คะแนน หาช่วงคะแนนและให้ความหมายดังนี้

$$\begin{aligned}\text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{20-0}{3} \\ &= 6.66\end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

$$\begin{aligned}0.00 - 6.66 &= \text{น้อย (พฤติกรรมไม่เพียงพอ)} \\ 6.67 - 13.33 &= \text{ปานกลาง (พฤติกรรมเพียงพอ)} \\ 13.34 - 20.00 &= \text{มาก (พฤติกรรมเป็นที่น่าพอใจ)}\end{aligned}$$

สำหรับการหาช่วงคะแนน เป็นรายข้อ มีดังนี้

$$\begin{aligned}\text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{2-0}{3} \\ &= 0.66\end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

$$\begin{aligned}0.00 - 0.66 &= \text{น้อย} \\ 0.67 - 1.33 &= \text{ปานกลาง} \\ 1.34 - 2.00 &= \text{มาก}\end{aligned}$$

สำหรับการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ซึ่งมีช่วงคะแนนระหว่าง 0-16 คะแนน หาช่วงคะแนน และให้ความหมาย ดังนี้

$$\begin{aligned}\text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{16-0}{3} \\ &= 5.33\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}0.00 - 5.33 &= \text{น้อย (พฤติกรรมไม่เพียงพอหรือยังไม่มีดี)} \\ 6.67 - 13.33 &= \text{ปานกลาง (พฤติกรรมเพียงพอหรือดีพอสมควร)} \\ 13.34 - 20.00 &= \text{มาก (พฤติกรรมดีมาก)}\end{aligned}$$

สำหรับการหาช่วงคะแนน เป็นรายข้อ มีดังนี้

$$\begin{aligned} \text{การหาช่วงคะแนน} &= \frac{2-0}{3} \\ &= 0.66 \end{aligned}$$

ช่วงคะแนนและความหมาย

0.00 – 0.66	=	ไม่ทำเลย
0.67 – 1.33	=	ทำเป็นครั้งคราว
1.34 - 2.00	=	ทำเป็นประจำ

4. ระดับการศึกษา ผู้วิจัยวัดตามจำนวนปีของการศึกษา

การทดสอบและการหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงของเนื้อหา (content validity) ผู้วิจัยได้ทำการค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎีและผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษาและนำมาสร้างเป็นแบบสอบถามตามตัวแปรที่กำหนดไว้และนำมาปรึกษากับคณะกรรมการที่ปรึกษาเพื่อใช้ตรวจแก้ไขข้อความในแบบสอบถามให้ตรงกับวัตถุประสงค์ที่ทำการวิจัยและสมบูรณ์มากขึ้น

2. หลังจากนั้นนำแบบสอบถามทั้งหมดไปทำการทดสอบเพื่อแก้ไขปรับปรุงให้มีความชัดเจนมากขึ้น โดยนำไปทดสอบกับเจ้าหน้าที่กรมขนส่ง กองทัพบก ซึ่งมีลักษณะงานที่คล้ายคลึงกัน กับกองขนส่ง กรมยุทธบริการทหาร จำนวน 30 ชุด

3. สำหรับแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองของกำลังพลกองขนส่ง กรมยุทธบริการทหาร ผู้วิจัยได้ทำการหาความเชื่อมั่น โดยใช้วิธีของ Cronbach's Alpha Coefficient ได้ค่า อัลฟา สัมประสิทธิ์สัมพัทธ์ ดังนี้

- 3.1 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามของแบบวัดแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพทั้งฉบับ
= .9144
- 3.1.1 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค = .8879
- 3.1.2 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การรับรู้ความรุนแรงของโรค = .9047
- 3.1.3 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การรับรู้ประโยชน์และการป้องกันและรักษาโรค = .8292
- 3.1.4 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การรับรู้อุปสรรคของการดูแลสุขภาพตนเอง
= .9398
- 3.2 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม
- 3.2.1 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว = .9799
- 1) ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ = .9634
 - 2) ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางด้านข้อมูล ข่าวสาร = .9596
 - 3) ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน = .9539
- 3.2.2 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน = .9839
- 2) ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ = .9636
 - 3) ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางด้านข้อมูล ข่าวสาร = .9674
 - 4) ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ/วัสดุ/เงิน = .9665
- 3.3 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามของแบบวัดพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของกำลังพลกองขนส่ง = .9097
- 3.3.1 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ = .7544
- 3.3.2 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามกิจกรรมทางด้านร่างกาย = .7858
- 3.3.3 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้านโภชนาการ = .7932
- 3.3.4 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล = .8312
- 3.3.5 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการพัฒนาทางจิตวิญญาณ = .7983
- 3.3.6 ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการจัดการความเครียด = .7101

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาคำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์แล้วไปสอบถามกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็น กำลังพลกองขนส่ง พร้อมอธิบาย แบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ และรอเก็บแบบสอบถามจากนั้น นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์และเลือกฉบับที่สมบูรณ์เท่านั้น เพื่อให้ได้ข้อมูลครบถ้วน

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้วิจัยประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์ และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา อธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุดและค่าต่ำสุด

2. สถิติวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน

2.1 ทดสอบหาความแตกต่าง ใช้ t -test ทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรอิสระ 2 กลุ่ม และค่า F -test แบบ Oneway Anova ใช้ทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรอิสระ ซึ่งจำแนกออกเป็น 3 กลุ่มขึ้นไป และใช้วิธีการของ Scheffe' สำหรับการทดสอบเป็นรายคู่ หากมีนัยสำคัญทางสถิติที่กำหนด

2.2 การทดสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r)

2.3 การทดสอบหาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพทำการทดสอบโดยวิเคราะห์แบบการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

โดยกำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05