

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักรจากสื่อออนไลน์ของผู้หญิง” เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลจากผู้ใช้อخبارการลดน้ำหนัก ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ซึ่งเน้นการศึกษาประสบการณ์ลดน้ำหนักแต่ละคน ซึ่งการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีวิจัยดังต่อไปนี้

สถานที่ดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะพื้นที่ในอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ผู้วิจัยใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้หญิงลดน้ำหนัก อายุระหว่าง 18 – 35 ปี อาศัยในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาเรื่อง การใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ของผู้หญิง พื้นที่ อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้หลักความน่าจะเป็น (non-probability sampling) ด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยการเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างใช้เทคนิคแบบบอกต่อหรือเทคนิคก้อนหิมะ (snowball technique) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนที่ต้องการ ผู้วิจัยจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามวัตถุประสงค์ของการลดน้ำหนัก เป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มที่ลดน้ำหนัก เพื่อความสวยงาม เพื่อสุขภาพ และเพื่อการทำงาน โดยกำหนดคุณสมบัติให้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยดังนี้

- เป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
- เป็นเพศหญิงที่มีช่วงอายุระหว่าง 18 – 25 ปี และ 26 – 35 ปี เท่านั้น
- เป็นผู้ใช้สื่อออนไลน์ในการค้นหาความรู้และแนวปฏิบัติเพื่อลดน้ำหนัก
- มีวัตถุประสงค์ในการลดน้ำหนักเพื่อรักษาสุขภาพ หรือเพื่อความสวยงาม หรือเพื่อการทำงาน

จากคุณสมบัติดังกล่าวข้างต้น สามารถกำหนดกลุ่มตัวอย่างได้ดังนี้

ตาราง 1 จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

อายุ วัตถุประสงค์	18-25 ปี	26-35 ปี	รวม (คน)
1. เพื่อสุขภาพ	2	2	4
2. เพื่อความสวยงาม	2	2	4
3. เพื่อการทำงาน	2	2	4
รวมทั้งสิ้น			12

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพใช้เครื่องมือ คือ เป็นแบบสัมภาษณ์เพื่อใช้เก็บข้อมูลเชิงเจาะลึก (In-Depth Interview) ด้วยการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ สามารถแบ่งประเด็นคำถามเป็น 3 ประเด็น ดังนี้

ประเด็นแรก คำถามลักษณะทางประชากรศาสตร์เกี่ยวกับผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ การศึกษา การมีโรคประจำตัว และประสบการณ์เดิม

ประเด็นที่สอง คำถามพฤติกรรม的开รับและแสวงหาข้อมูลข่าวสาร ได้แก่ ประเภทบริการการเปิดรับสื่อ (เช่น facebook, youtube, google) ความถี่การเปิดรับสื่อ (สัปดาห์) ระยะเวลาการเปิดรับสื่อ (ชั่วโมง) ช่วงเวลาการเปิดรับสื่อ สถานที่ในการเปิดรับสื่อ เหตุผลการเปิดรับข้อมูล อุปสรรคและปัญหาการเปิดรับ

ประเด็นที่สาม คำถามการใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ ได้แก่ แหล่งสื่อ เนื้อหา เทคนิคการนำเสนอ บริบทการสื่อสาร ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอนดังนี้ 1) ขั้นรับรู้ 2) ขั้นค้นหาและประเมินทางเลือก 3) ขั้นตัดสินใจ 4) ขั้นประเมินผลหลังใช้

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ได้แก่ เครื่องบันทึกเสียง สมุดจดบันทึก และการสังเกตการณ์แบบมีส่วนร่วมเพื่อเป็นการศึกษาพฤติกรรมของผู้ใช้สื่อออนไลน์ในการลดน้ำหนัก

การทดสอบเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้การวิจัยครั้งนี้เป็น แบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น สามารถวัดสิ่งที่ต้องการและเก็บข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาประเด็นต่างๆ ที่กำหนดไว้ได้ถูกต้อง ครบถ้วน และมีความแม่นยำ ผู้วิจัยจึงได้ทดสอบเครื่องมือในด้านความเที่ยงตรง และความเชื่อมั่น โดยมีวิธีการดังนี้

ความเที่ยงตรง (validity) ก่อนการจัดทำแนวคำถามในการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ จากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง จากนั้นนำไปร่างแนวคำถามที่ใช้สัมภาษณ์ไปปรึกษาคณะกรรมการ เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา และความครอบคลุมในทุกประเด็นของวัตถุประสงค์ ตลอดจนการใช้สำนวนภาษาและนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องเหมาะสมก่อนนำไปเก็บข้อมูลจริง

การทดสอบความเชื่อมั่น (reliability) ก่อนนำแบบสัมภาษณ์ไปใช้จริง ผู้วิจัยได้นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการปรึกษากับประธานกรรมการ และผู้เชี่ยวชาญในการวิจัยไปทดลองตามขั้นตอนดังนี้

ทดลองรายบุคคล นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจจากผู้เชี่ยวชาญ ไปทดลองสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง คือคนที่ใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ทั่วไป 1 คน เพื่อตรวจสอบความเชื่อมโยงของคำถาม ครอบคลุม และตรงประเด็นที่ต้องการตามวัตถุประสงค์หรือไม่ จากนั้นนำมาวิเคราะห์ปรับปรุงแก้ไข

ทดลองภาคสนาม เป็นการทดสอบแบบสัมภาษณ์ขั้นสุดท้าย ก่อนนำไปเก็บข้อมูลจริง โดยนำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ปรับปรุงทดลองรายบุคคลมาทดสอบสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง คือคนที่ใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ทั่วไปจำนวน 3 คน หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้ วิเคราะห์ข้อคำถามแต่ละข้อ และปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องสุดท้ายให้เหมาะสม นำไปปรึกษากรรมการที่ปรึกษาอีกครั้งจึงนำไปเก็บข้อมูลจริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นหลัก โดยผู้วิจัยเก็บข้อมูลให้ครอบคลุมกับเนื้อหาขอบเขตตรงตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนด โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ค้นหากลุ่มตัวอย่าง เนื่องด้วยเรื่องที่ทำการศึกษาเป็นเรื่องการใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ เป็นเรื่องเฉพาะส่วนบุคคล ดังนั้นการค้นหากลุ่มตัวอย่างจึงเป็นเรื่องที่ค่อนข้างยากลำบาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอความร่วมมือจากสถานที่ประกอบการที่ผู้วิจัยเคยร่วมงานเพื่อนสนิทหรือคนรู้จักในท้องถิ่นเป็นผู้ให้ข้อมูลและแนะนำกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยได้ระบุคุณสมบัติไว้ เพื่อค้นหากลุ่มเป้าหมายตามหลักเกณฑ์ที่กำหนดไว้ โดยผู้วิจัยใช้เทคนิคที่เรียกว่า Snowball Technique โดยการสังเกตและสัมภาษณ์บุคคลที่มีคุณสมบัติตามที่ต้องการศึกษา อีกทั้งขอความร่วมมือกับกลุ่มเป้าหมายดังกล่าวระบุถึงบุคคลอื่นๆ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตนต่อไป

2. ผู้วิจัยนัดหมายกลุ่มผู้ให้ข้อมูล โดยแจ้งกลุ่มผู้ให้ข้อมูลว่าผู้วิจัยกำลังศึกษาเกี่ยวกับเรื่องการใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ และการสร้างความเข้าใจให้กับผู้ให้ข้อมูล โดยผู้วิจัยเล่าขอบเขตการศึกษาครั้งนี้ให้กลุ่มตัวอย่างได้รับรู้ข้อมูลเบื้องต้น ตลอดจนขอความร่วมมือเพื่อการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยกับกลุ่มตัวอย่างแบบเป็นกันเองด้วยการใช้ภาษาไม่เป็นทางการในการสนทนาพร้อมทั้งแสดงท่าทีที่เป็นมิตรและความจริงใจ นอกจากนี้ผู้วิจัยขออนุญาตเก็บข้อมูลและบันทึกเสียงในระหว่างการสนทนาด้วย หลังจากนั้นผู้วิจัยจะสร้างสัมพันธภาพและเพิ่มความไว้วางใจมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีในการเก็บข้อมูลครั้งต่อไปด้วย

3. การพัฒนาความสัมพันธ์ไว้วางใจ ซึ่งผู้วิจัยจะเป็นทั้งผู้ตั้งคำถามและตอบคำถามที่ผู้ให้ข้อมูลถามกลับด้วย คือทั้งสองฝ่ายจะมีส่วนร่วมในการรับรู้ ความประทับใจ แลกเปลี่ยนแนวคิดซึ่งกันและกัน ซึ่งการสัมภาษณ์แต่ละครั้งจะได้ข้อมูลมากขึ้นเรื่อยๆ ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และบริบทที่แวดล้อมขณะนั้น โดยไม่มีชุดของคำถามหรือเวลาเป็นตัวกำหนดในการสัมภาษณ์

4. ผู้วิจัยสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interview) ในประเด็นอื่นๆ ต่อไป ซึ่งลักษณะคำถามจะมีการปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ในขณะนั้นตามความเหมาะสม

5. ผู้วิจัยสังเกต (observations) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญอย่างหนึ่งในการรวบรวมข้อมูลในภาคสนาม ในด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ สถานการณ์ ซึ่งมีนัยยะสำคัญทางสังคมของสิ่งแวดล้อมต่างๆ สังเกตพฤติกรรมที่เป็นคำพูดและไม่ใช่คำพูด เช่น สีหน้า ท่าทางที่แสดงออก การสบตากับคนอื่นๆ การสัมผัส การยืนใกล้หรือห่างจากกลุ่มสนทนาเป็นต้น

6. การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อให้มั่นใจว่าข้อมูลที่ได้มีความถูกต้อง ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) ได้แก่ การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล พิจารณาแหล่งเวลา แหล่งสถานที่ และแหล่งบุคคลผู้ให้ข้อมูลที่แตกต่างกัน การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย โดยเปลี่ยนตัวผู้สังเกต และการตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล ใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่างกัน เพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน เช่น ใช้วิธีสังเกตควบคู่ไปกับการซักถามโดยออกแบบสัมภาษณ์ให้ครอบคลุมกับข้อมูลและเอกสารเบื้องต้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยดำเนินการควบคู่ไปกับการรวบรวมข้อมูล โดยการนำเสียงสัมภาษณ์ที่บันทึกไว้มาถอดเป็นคำพูดแยกเป็นหมวดหมู่ ในการวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ การจัดหมวดหมู่ข้อมูล การสังเคราะห์ประเด็น การเชื่อมโยงประเด็นเพื่อหาความเป็นเหตุเป็นผล แล้วนำเสนอโดยการพรรณนาประกอบตารางสรุปประเด็นสำคัญๆ ซึ่งจำแนกเป็นตอนๆ ตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ลักษณะทางประชากรศาสตร์ตามขอบเขตการศึกษาที่กำหนดไว้
2. พฤติกรรมการเปิดรับสื่อออนไลน์ตามขอบเขตการศึกษาที่กำหนดไว้
3. การใช้ข่าวสารการลดน้ำหนักจากสื่อออนไลน์ตามขอบเขตการศึกษาที่กำหนดไว้