

ภาคผนวก ค

เอกสารพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารชี้แจงแนะนำข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Information Sheet)
(กลุ่มทดลอง)

โครงการวิจัย ผลของโปรแกรมการลดน้ำหนักต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการลดน้ำหนัก พฤติกรรมการลดน้ำหนัก ค่าดัชนีมวลกาย และเส้นรอบวงเอวของหญิงก่อนวัยทองที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน

ผู้วิจัย นางนัฐพร กกสูงเนิน นักศึกษาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สถานที่วิจัย ในพื้นที่ตำบลหนองสรวง อำเภอน้ำขุ่น จังหวัดนครราชสีมา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เฉพาะคือ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการลดน้ำหนักในสตรีก่อนวัยทอง ที่มีภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานมาตรฐาน ต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการลดน้ำหนัก พฤติกรรมการลดน้ำหนัก ค่าดัชนีมวลกาย และเส้นรอบวงเอว ดังนั้นผลการวิจัยจะเกิดประโยชน์ต่อการนำไปผลของการวิจัยไปเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการลดน้ำหนักสำหรับหญิงก่อนวัยทองที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานในพื้นที่อื่นๆ หรือในประชากรกลุ่มอื่นๆ และได้แนวทางในการแก้ไขปัญหาภาวะน้ำหนักเกินสำหรับหญิงกลุ่มก่อนวัยทองที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ และเป็นการดำเนินกิจกรรมการลดน้ำหนักที่เป็นระบบซึ่งจะส่งผลในการลดปัจจัยเสี่ยงที่อาจจะเกิดกับสตรีก่อนวัยทองที่มีน้ำหนักเกินในระยะยาวต่อไป

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่ม มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง และระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คำนวนจากสูตรจากสูตรของเจเคิล แคตวर्थ และเอลมอร์ ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้การสุ่มอย่างง่าย โดยใช้วิธีจับฉลาก โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างทั้งตำบล ได้จำนวน 84 คน กำหนดลักษณะของกลุ่มตัวอย่างคือ เป็นสตรีก่อนวัยทองอายุระหว่าง 35-45 ปี ที่ยังไม่หมดประจำเดือนและมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน ($BMI \geq 23 \text{ Kg/m}^2$) ในวันที่ทำการคัดเลือก ไม่มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของโครงการ เช่น โรคระบบหัวใจ โรคเบาหวานไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลได้ ความดันโลหิตสูง มะเร็งระยะสุดท้าย ข้อเข่าเสื่อม หอบหืด อ่านและเขียนภาษาไทยได้ และอนุญาตให้ผู้วิจัยไปเยี่ยมบ้านได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบไปด้วย แบบสอบถามข้อมูลลักษณะทั่วไปทางประชากร แบบวัดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการลด

น้ำหนัก แบบวัดพฤติกรรมการลดน้ำหนัก จำนวนรวม 54 ข้อ โดยใช้เวลาในการตอบคำถาม ประมาณ 25 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัยประกอบด้วยแผนการจัดกิจกรรมตาม โปรแกรมการลดน้ำหนัก เนื้อหา 3 ส่วน ได้แก่ การให้ความรู้เป็นกลุ่มย่อย เกี่ยวกับการลดน้ำหนัก ใช้เวลาดำเนินการกิจกรรมเป็นเวลา 2 ชั่วโมง การอภิปรายกลุ่ม โดยการอภิปรายกลุ่มเพื่อ แลกเปลี่ยนประสบการณ์และการฝึกทักษะการออกกำลังกายโดยการเดินเร็ว และการกำหนด เมนูอาหาร โดยดำเนินการอภิปรายกลุ่ม จำนวน 3 ครั้ง ในครั้งแรกดำเนินการสัปดาห์ที่ 2 ของ การดำเนินการ ครั้งที่ 2 เมื่อดำเนินสัปดาห์ที่ 3 นับจากเริ่มดำเนินโครงการ และครั้งที่ 3 เมื่อดำเนิน โครงการครบ 1 เดือน หรือสัปดาห์ที่ 5 นับจากเริ่มดำเนินโครงการ ครั้งที่ 1-2 ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที และครั้งที่ 3 ใช้เวลาในการดำเนินการ 1 ชั่วโมง รวมเป็น 4 ชั่วโมง การติดตามเยี่ยมบ้าน เป็นการติดตามกระตุ้นการปฏิบัติพฤติกรรมลดน้ำหนัก ในช่วงดำเนินโครงการครบ 2 เดือน (สัปดาห์ที่ 9 นับจากเริ่มโครงการ) แต่ละคนใช้เวลาในการเยี่ยมบ้านประมาณ 30 -45 นาที ต่อคน คู่มือการลดน้ำหนักและสมุดบันทึกกิจกรรมการลดน้ำหนักประจำวัน ประกอบไปด้วยความรู้ใน เรื่องการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย

การเก็บข้อมูลเป็นความลับ

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ จะเก็บเป็นความลับโดยข้อมูลต่างๆ จะใช้รหัสตัวเลข ซึ่งจะมี การเก็บรักษาไว้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาเท่านั้นที่จะสามารถเข้าถึงข้อมูลนี้ได้ การ เผยแพร่ข้อมูลอาจมีการตีพิมพ์ในหนังสือวารสารทางการแพทย์และพยาบาล การเผยแพร่ดังกล่าว จะกระทำเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ และจะมีการเผยแพร่ข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น โดยข้อมูลที่ เผยแพร่เป็นข้อมูลที่ไม่มีการระบุชื่อ และแหล่งที่มาของข้อมูล ผู้ที่ได้รับทราบไม่สามารถเชื่อมโยง ไปถึงผู้ให้ข้อมูลได้

การวิจัยครั้งนี้ท่านมีสิทธิเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจซึ่งไม่มีการบังคับแต่ ประการใดหรือสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน และ เมื่อเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้วท่านมีสิทธิ์ที่จะออกกจากโครงการวิจัยได้โดยไม่จำเป็นต้องชี้แจง เหตุผลหากท่านไม่สะดวกใจ และถ้าท่านมีข้อสงสัย ดิฉันยินดีที่จะให้ข้อมูลต่อท่านด้วยความ เต็มใจ

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

นางนัฐพร กกสูงเนิน

ผู้วิจัย

เอกสารชี้แจงแนะนำข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Information Sheet)
(กลุ่มควบคุม)

โครงการวิจัย ผลของโปรแกรมการลดน้ำหนักต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการลดน้ำหนัก พฤติกรรมการลดน้ำหนัก ค่าดัชนีมวลกาย และเส้นรอบวงเอวของหญิงก่อนวัยทองที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน

ผู้วิจัย นางนัฐพร กกสูงเนิน นักศึกษาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สถานที่วิจัย ในพื้นที่ตำบลหนองสรวง อำเภอขามทะเลสอ จังหวัดนครราชสีมา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เฉพาะคือ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการลดน้ำหนักในสตรีก่อนวัยทอง ที่มีภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐานมาตามมาตรฐาน ต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการลดน้ำหนัก พฤติกรรมการลดน้ำหนัก ค่าดัชนีมวลกาย และเส้นรอบวงเอว ดังนั้นผลการวิจัยจะเกิดประโยชน์ ต่อการนำไปผลของการวิจัยไปเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการลดน้ำหนักสำหรับหญิงก่อนวัยทองที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่ม มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง และระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คำนวณจากสูตรจากสูตรของเจเคิล แคตวर्थ และเอลมอร์ ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้การสุ่มอย่างง่าย โดยใช้วิธีจับฉลาก โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างทั้งตำบล ได้จำนวน 84 คน กำหนดลักษณะของกลุ่มตัวอย่างคือ เป็นสตรีก่อนวัยทองอายุระหว่าง 35-45 ปี ที่ยังไม่หมดประจำเดือนและมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน ($BMI \geq 23 \text{ Kg/m}^2$) ในวันที่ทำการคัดเลือกเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลซึ่งประกอบไปด้วย แบบสอบถามข้อมูลลักษณะทั่วไปทางประชากร แบบวัดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการลดน้ำหนัก แบบวัดพฤติกรรมการลดน้ำหนัก จำนวนรวม 54 ข้อ โดยใช้เวลาในการตอบคำถามประมาณ 25 นาที

การเก็บข้อมูลเป็นความลับ

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ จะเก็บเป็นความลับโดยข้อมูลต่างๆ จะใช้รหัสตัวเลข ซึ่งจะมีการเก็บรักษาไว้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาเท่านั้นที่จะสามารถเข้าถึงข้อมูลนี้ได้ การเผยแพร่ข้อมูลอาจมีการตีพิมพ์ในหนังสือวารสารทางการแพทย์และพยาบาล การเผยแพร่งดงกล่าว

จะกระทำเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ และจะมีการเผยแพร่ข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น โดยข้อมูลที่เผยแพร่เป็นข้อมูลที่ไม่มีการระบุชื่อ และแหล่งที่มาของข้อมูล ผู้ที่ได้รับทราบไม่สามารถเชื่อมโยงไปถึงผู้ให้ข้อมูลได้

การวิจัยครั้งนี้ท่านมีสิทธิเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจซึ่งไม่มีการบังคับแต่ประการใดหรือสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน และเมื่อเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้วท่านมีสิทธิ์ที่จะออกกจากโครงการวิจัยได้โดยไม่จำเป็นต้องชี้แจงเหตุผลหากท่านไม่สะดวกใจ และถ้าท่านมีข้อสงสัย ดิฉันยินดีที่จะให้ข้อมูลแก่ท่านด้วยความเต็มใจ

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

นางนัฐพร กกสูงเนิน

ผู้วิจัย

๓

ใบยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent form)

โครงการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการลดน้ำหนักต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตน
ในการลดน้ำหนัก พฤติกรรมการลดน้ำหนัก ค่าดัชนีมวลกาย และเส้นรอบวงเอวของหญิง
ก่อนวัยทองที่มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน”

วันที่ให้คำยินยอม วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยนี้ ดิฉัน

..... ได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธี
วิจัย ข้อเสียอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัยอย่าง
ละเอียด และมีความเข้าใจดีแล้ว ซึ่งผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่าง ๆ ที่สงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง
ซ่อนเร้น จนดิฉันพอใจและเข้าร่วมโครงการนี้ด้วยความสมัครใจ และดิฉันมีสิทธิ์ที่จะบอกเลิกการ
เข้าร่วมการวิจัย โดยไม่ได้รับผลกระทบใด ๆ จากการเข้ารับบริการ และไม่จำเป็นต้องชี้แจงเหตุผล
ในการยกเลิกการเข้าร่วมโครงการ ทั้งนี้ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับตัวดิฉัน
เป็นความลับโดยจะนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น ทั้งนี้ดิฉันอนุญาตให้ผู้วิจัยเปิดเผย
ข้อมูลต่อหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องได้ตามที่เห็นสมควร ซึ่งกระทำได้เฉพาะกรณีจำเป็นด้วย
เหตุผลทางวิชาการเท่านั้น นอกจากนี้ผู้วิจัยรับรองว่าหากเกิดอันตรายใด ๆ ที่มีสาเหตุจากการวิจัย
ดังกล่าว ดิฉันจะได้รับการดูแลช่วยเหลือโดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น โดยหากมีข้อสงสัย
สามารถติดต่อผู้รับผิดชอบโครงการวิจัยนี้คือ นางนัฐพร กนกสูงเนิน ได้ที่เบอร์โทรศัพท์
081-8781590 โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาคือ อาจารย์ ดร.ชดช้อย วัฒนนะ สามารถติดต่อได้ที่
02-9869213 ต่อ 7304 ในวันและเวลาราชการ

ดิฉันได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามใน
ใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)