

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาประสิทธิผลของการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

3.1 ตัวแปรที่เกี่ยวข้อง

3.1.1 ตัวแปรอิสระ (Independent variables) คือ การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วย

- 1) การสอนโดยการบรรยายและการจัดกิจกรรมกลุ่ม
- 2) การแนะนำการจัดทำแผนปฏิบัติเพื่อการเลิกสูบบุหรี่
- 3) การติดตามและให้การเสริมแรง

3.1.2 ตัวแปรตาม (Dependent variables)

- 1) ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่
- 2) ทักษะต่อการเลิกสูบบุหรี่
- 3) พฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่

3.2 กิจกรรมแทรกแซง (Interventions)

กิจกรรมแทรกแซง คือ การอบรมเชิงปฏิบัติการจำนวน 12 วัน ใน 4 สัปดาห์ ใช้เวลาทั้งสิ้น 22 ชั่วโมง (รายละเอียดในภาคผนวก ก.) โดยมีการดำเนินการดังนี้

3.2.1 การสอนโดยการบรรยายที่ใช้สื่อการสอนสุขศึกษา (ในสัปดาห์ที่ 1) มีจำนวน 2 วัน วันละ 2 ชั่วโมง และการจัดกิจกรรมกลุ่ม 3 วันๆ ละ 2 ชั่วโมง รวม 5 วัน ใช้เวลา 10 ชั่วโมง

1) การสอนสุขศึกษา ครั้งที่ 1

ได้แก่ การให้ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ คือ สารประกอบในบุหรี่ โทษ / พิษภัย / อันตรายของบุหรี่ โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคต่างๆ อันเนื่องมาจากการสูบบุหรี่ กฎหมายเกี่ยวกับบุหรี่ และการคุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่

- | | |
|----------------------------------|---|
| 2) การสอนสุขศึกษา ครั้งที่ 2 | ได้แก่ สาเหตุที่ทำให้เกิดการสูบบุหรี่ และวิธีการลดและเลิกสูบบุหรี่ |
| 3) การจัดกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 1 | ได้แก่ การให้สมาชิกในกลุ่มทำความรู้จักกัน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน ต่อไป |
| 4) การจัดกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 2 | ได้แก่ การประชุมกลุ่ม โดยการใช้ตัวแบบจริงที่เป็นบุคคลสำคัญที่เคยสูบบุหรี่ และผู้ที่เคยป่วยจากการสูบบุหรี่ ซึ่งขณะนี้เลิกสูบบุหรี่แล้ว มาเล่าประสบการณ์ถึงผลสำเร็จที่เลิกสูบบุหรี่ได้ ให้ฟัง |
| 5) การจัดกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 3 | ได้แก่ การประชุมกลุ่มเพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ที่สูบบุหรี่กันมาก เพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ เพื่อสร้างความคาดหวังของตนเอง ในการเลิกสูบบุหรี่ |

3.2.2 การแนะนำการจัดทำแผนปฏิบัติเพื่อเลิกสูบบุหรี่ (ในสัปดาห์ที่ 2)

การดำเนินงานด้านการจัดทำแผนปฏิบัติ จัดให้มีขึ้น จำนวน 5 วันๆ ละ 2 ชั่วโมง ใช้เวลา 10 ชั่วโมง ซึ่งในแต่ละวันมีวิธีการกำหนดไว้อย่างชัดเจน

3.2.3 การติดตามและให้การเสริมแรง (ในสัปดาห์ที่ 3 และ 4)

แผนการนี้เป็นการประชุมกลุ่ม เพื่อพูดคุยและซักถามปัญหาที่เกิดขึ้นกับแต่ละคนในการพยายามลดและเลิกสูบบุหรี่ จำนวน 2 วันๆ ละ 1 ชั่วโมง ใช้เวลา 2 ชั่วโมง

3.3 ตัวชี้วัดความสำเร็จของงานวิจัย

ตัวชี้วัด	ลักษณะที่แสดง
1. ปัจจัยนำเข้า (Input)	
1.1 บุคคล	
1.1.1 ผู้ให้การอบรม	1. ผู้ให้การอบรมหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง ที่มีความรู้ความเข้าใจและความสามารถเกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรี่
1.1.2 ผู้มารับการอบรม	2. ผู้สูบบุหรี่ที่มารับการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อการเลิกสูบบุหรี่
1.2 งบประมาณ	3. ค่าใช้จ่ายในการอบรมเชิงปฏิบัติการ จำนวน 35,500 บาท
1.3 วัสดุอุปกรณ์	4. หลักสูตรและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการอบรม
1.4 สถานที่	5. สถานที่ ที่ใช้ในการอบรม
2. กระบวนการดำเนินงาน (Process)	
	1. การสอนโดยการบรรยายที่ใช้สื่อการสอนสุศึกษาและการจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ 5 วัน
	2. การแนะนำการจัดทำแผนปฏิบัติเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ 5 วัน
	3. การติดตามผลและให้การเสริมแรง 2 วัน
3. ผลการดำเนินงาน (Out put)	
	1. มีผู้ที่เข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ 30 คน
	2. มีการสอนโดยการบรรยาย 2 วัน
	3. มีการสอนโดยการจัดกิจกรรมกลุ่ม 3 วัน
	4. มีการแนะนำการจัดทำแผนปฏิบัติเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ 5 วัน
	5. มีการจัดให้มีการติดตามและให้การเสริมแรง 2 วัน
4. ผลลัพธ์ (Effect)	
	ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ
	1. การได้รับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่มากขึ้น
	2. มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อการเลิกสูบบุหรี่
	3. มีพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่
	4. สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ
5. ผลกระทบ (Impact)	
	1. ผู้เลิกสูบบุหรี่มีสภาวะสุขภาพดีขึ้นและโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคน้อยลง
	2. มีสภาวะเศรษฐกิจดีขึ้น คือ ผู้ที่เลิกสูบบุหรี่ได้ สามารถลดค่าใช้จ่ายลงได้

3.4 การออกแบบงานวิจัย (Research design)

การวิจัยในครั้งนี้ ใช้แบบแผนการทดลองแบบกลุ่มเดียว วัดก่อนและวัดหลังการทดลอง โดยมีแผนผังการดำเนินการดังต่อไปนี้

กิจกรรมแทรกแซง					O ₂				
	X ₁	X ₂	S ₁	S ₂					
O ₁									O ₃
สัปดาห์ที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9

O₁ หมายถึง การรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง โดยใช้แบบสอบถาม

O₂ หมายถึง การรวบรวมข้อมูลภายหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามและแบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่

O₃ หมายถึง การรวบรวมข้อมูลในระยะติดตาม 4 สัปดาห์ จากแบบสอบถามและแบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่

X₁ หมายถึง การสอนโดยการบรรยายที่ใช้สื่อการสอนสุขศึกษา 2 วัน และการจัดกิจกรรมกลุ่ม 3 วัน

X₂ หมายถึง การแนะนำการจัดทำแผนปฏิบัติตัวเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ โดยกำหนดวิธีการฝึกปฏิบัติทดลอง จำนวน 5 วัน

S₁ หมายถึง การติดตามและให้การเสริมแรง โดยใช้กระบวนการกลุ่ม ครั้งที่ 1 จำนวน 1 วัน

S₂ หมายถึง การติดตามและให้การเสริมแรง โดยใช้กระบวนการกลุ่ม ครั้งที่ 2 จำนวน 1 วัน

3.5 แหล่งข้อมูล (Source of data)

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ ได้มาจาก 2 แหล่ง คือ

3.5.1 ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary data) ผู้วิจัยได้ทำการค้นหาข้อมูลด้านนี้ได้จาก 4 แหล่งด้วยกัน คือ

1) การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) ของกลุ่มผู้สูบบุหรี่ เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบทางลบจากการสูบบุหรี่ ปัญหาของการรับบริการเพื่อที่จะเลิกสูบบุหรี่ และความต้องการเกี่ยวกับการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสม

2) การสัมภาษณ์ทางลึก (In-depth interview) ของบุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการให้บริการเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ในชุมชนต่อไป ได้แก่ ผู้นำชุมชน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้สื่อข่าว

สาธารณสุข เจ้าอาวาสวัด และประชาชนในหมู่บ้าน เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบทางลบของการสูบบุหรี่ ปัญหาของการให้บริการที่จะมีขึ้นในชุมชน และรูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ที่จะมีขึ้นต่อไป

3) แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วย 4 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ส่วนที่ 3 ทักษะคิดต่อการเลิกสูบบุหรี่ และส่วนที่ 4 พฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่

4) แบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ซึ่งเป็นแบบบันทึกรายวันว่ามีการสูบบุหรี่หรือไม่ และจำนวนที่สูบบุหรี่ต่อวัน

3.5.2 ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary data) ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาจากเอกสารและการบันทึกต่างๆ ในหมู่บ้าน ได้แก่ ประวัติความเป็นมาของหมู่บ้าน และแผนผังลักษณะทั่วไปของหมู่บ้าน

3.6 ประชากรและตัวอย่าง

3.6.1 ประชากรที่ศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ที่สูบบุหรี่ที่อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านโนนม่วง หมู่ที่ 3 ต.ศิลา อ.เมือง จ.ขอนแก่น จำนวนทั้งสิ้น 86 คน ระยะเวลาที่ศึกษา คือ ระหว่างเดือนตุลาคม 2540 ถึง เดือนเมษายน 2541

3.6.2 ตัวอย่างที่ศึกษา คือ ผู้ที่สูบบุหรี่ที่อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านโนนม่วง หมู่ที่ 3 ต.ศิลา อ.เมือง จ.ขอนแก่น และสมัครใจเข้าร่วมโครงการทดลองนี้ จำนวน 30 คน และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังต่อไปนี้

1) เป็นผู้ที่ไม่มีโรคในระบบหายใจหรือโรคอื่นๆ ที่รุนแรง จนไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนี้ได้ เนื่องจากผู้ที่อยู่ในภาวะที่มีปัญหาสุขภาพลักษณะนี้จะไม่สามารถพูดหรือสื่อสารในขณะมีการอบรมได้ และอาจมีอาการเหนื่อยหอบได้ง่ายขึ้น ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อชีวิต

2) สามารถอ่านออกเขียนได้ และรับฟังแล้วเข้าใจได้ดี

3) เป็นผู้ที่สามารถเดินทางมาร่วมกิจกรรมของการอบรมนี้ได้ทุกครั้ง

เนื่องจากในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการกำหนดขนาดตัวอย่างที่ต้องการศึกษา จำนวน 30 คน โดยมีเหตุผลที่พิจารณาจากการจัดกิจกรรมแทรกแซงที่ดำเนินการขึ้น คือ

1) การสอนโดยการบรรยายในชั้นเรียนไม่ควรเกิน 30 คน หากจำนวนมากกว่านี้ความสนใจของผู้เข้าเรียนจะลดลง และผู้สอนไม่สามารถสอนได้อย่างทั่วถึง (ประภาพัฒย์ สุวรรณ, 2522 :64)

2) การแบ่งกลุ่มเพื่อจัดอภิปรายกลุ่ม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และนันทนาการที่เหมาะสมนั้น ควรมีจำนวน 10 - 20 คน ซึ่งการวิจัยจะจัดแบ่งกลุ่มให้มีจำนวนกลุ่มละ 10 คน (กาญจนาศรี สิงห์ภู, 2536 : 10)

3.7 วิธีการศึกษา

การศึกษานี้เป็นวิจัยปฏิบัติการ (Operations research) ซึ่งมีวิธีการดำเนินงานดังนี้

3.7.1 ขั้นตอนในการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ

- 1) ขั้นตอนที่หนึ่ง การวิเคราะห์ปัญหา (Problem analysis)
- 2) ขั้นตอนที่สอง การหารูปแบบ/วิธีการ (Solution availability) และการพัฒนา
รูปแบบ (Solution development) ของการจัดกิจกรรมเพื่อการ
เลิกสูบบุหรี่
- 3) ขั้นตอนที่สาม การทดสอบรูปแบบ/วิธีการ (Model testing) ของการจัดกิจกรรม
เพื่อการเลิกสูบบุหรี่

ในแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 การวิเคราะห์ปัญหา (Problem analysis)

เป็นการวิเคราะห์ปัญหาในทุกๆ ด้านที่เป็นผลกระทบในทางลบจากการที่ประชาชนสูบบุหรี่ และวิเคราะห์ความต้องการเกี่ยวกับการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งในการวิเคราะห์ปัญหานี้ใช้เทคนิค คือ

1. การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion)

เป็นการประชุมกลุ่มของผู้ที่สูบบุหรี่ จำนวน 10 คน โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำประชุมกลุ่ม การประชุมครั้งนี้ได้ดำเนินการในวันที่ 28 ตุลาคม 2540 และมีประเด็นในการประชุมกลุ่มที่สำคัญ คือปัญหาด้านต่างๆ จากการสูบบุหรี่ และสาเหตุของปัญหาในการสูบบุหรี่ ปัญหาของการขอรับบริการเพื่อที่จะเลิกสูบบุหรี่ และความต้องการเกี่ยวกับการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งผลที่ได้จากการประชุมกลุ่มได้นำมากำหนดกิจกรรมแทรกแซงที่จะจัดขึ้น เพื่อจะนำไปสู่การเลิกสูบบุหรี่ต่อไป

2. การสัมภาษณ์ทางลึก (In-depth interview)

เป็นการสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการที่จะจัดให้มีกิจกรรมหรือบริการ เพื่อการเลิกสูบบุหรี่ในชุมชนต่อไป ได้แก่ ผู้นำชุมชน คือ ผู้ใหญ่บ้านและกรรมการหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้สื่อข่าวสาธารณสุขในชุมชน เจ้าอาวาสวัด และประชาชนทั่วไปในหมู่บ้าน บุคคลดังกล่าวนี้มีจำนวน 12 คน และมีประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์ที่สำคัญ คือ ปัญหาต่างๆ ที่เป็นผลกระทบทางลบจากการสูบบุหรี่ ปัญหาของการให้บริการที่จะมีขึ้นในชุมชน ตลอดจนความต้องการและรูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ที่จะมีขึ้นต่อไป

**ขั้นตอนที่ 2 การหารูปแบบ/วิธีการ ที่จะให้บริการ (Problem availability) และการพัฒนา
รูปแบบ (Solution availability) ของการจัดกิจกรรมเพื่อการลดและเลิกสูบบุหรี่** โดยการนำเอาผลที่

ได้จากการวิเคราะห์ปัญหาในระลอกที่หนึ่ง แล้วนำมาสู่การดำเนินการขั้นตอนที่ 2 โดยการจัดทำรูปแบบของกิจกรรม ดังรายละเอียดที่ ปรากฏในภาคผนวก ก.

ขั้นตอนที่ 3 การทดสอบรูปแบบ / วิธีการ (Model testing)

เป็นการนำรูปแบบ / วิธีการต่างๆ ที่พัฒนาเรียบเรียงแล้วจากระลอกที่สอง มาทดลองใช้ เพื่อหาข้อสรุปความเป็นไปได้ โดยใช้แผนการทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและวัดหลังการทดลอง ดังการออกแบบงานวิจัยที่กล่าวไว้แล้ว

3.7.2 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1) แบบสอบถาม ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับตัวอย่างในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ซึ่งประกอบด้วย 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1) ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ ข้อมูลส่วนตัว และข้อมูลเกี่ยวกับการสูบบุหรี่

ส่วนที่ 2) ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่

ส่วนที่ 3) ทักษะการเลิกสูบบุหรี่

ส่วนที่ 4) พฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ ข้อมูลส่วนตัว และข้อมูลเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามมีจำนวน 13 ข้อ ทั้งประเภทปรนัยให้เลือก และอัตนัยให้ตอบตามความเป็นจริง

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 7 ข้อ ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อประเมินความรู้ของตัวอย่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ข้อคำถามเป็นแบบปรนัย โดยให้เลือกตัวเลือกที่เห็นว่าถูกต้องที่สุดเป็นตัวเลือกเดียว ถ้าตอบถูกให้ 1 คะแนน ถ้าตอบผิด ให้ 0 คะแนน

ส่วนที่ 3 ทักษะการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 7 ข้อ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แบบมาตรฐานการประมาณค่าของแบบวัดทัศนคติของลิเคิร์ต (Likert scales) ชนิดตัวเลือก 5 ระดับ ให้ตรงตามทัศนคติหรือความคิดเห็นของตัวอย่าง โดยมีเกณฑ์ดังนี้

คะแนน 5	หมายถึง	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
คะแนน 4	หมายถึง	เห็นด้วย
คะแนน 3	หมายถึง	ไม่แน่ใจ
คะแนน 2	หมายถึง	ไม่เห็นด้วย
คะแนน 1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 7 ข้อ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อประเมินพฤติกรรมของตัวอย่าง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ข้อคำถามเป็นแบบปรนัย ให้เลือกตอบ โดยให้เลือกตัวเลือกที่ได้ปฏิบัติเป็นตัวเลือกเดียว ถ้าได้ปฏิบัติ ให้ 1 คะแนน ถ้าไม่ได้

ปฏิบัติ ให้ 0 คะแนน

2) แบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเป็นแบบบันทึกรายวันว่า มีการสูบบุหรี่หรือไม่ และจำนวนที่สูบบุหรี่ต่อวัน โดยให้ตัวอย่างบันทึกการสูบบุหรี่ของตนเองและคนในครอบครัวบันทึกการสูบบุหรี่ของตัวเอง โดยวิธีการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมหรือสังเกตแบบไม่ให้รู้ตัว

3.7.3 การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1) ศึกษา ตำรา เอกสาร และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งศึกษาข้อมูลขั้นพื้นฐานของผู้สูบบุหรี่ที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านโนนม่วง หมู่ที่ 3 ต.ศิลา อ.เมือง จ.ขอนแก่น

2) กำหนดขอบเขตและโครงสร้างของเนื้อหา นำมาสร้างสื่อการสอนโดยการบรรยาย และการจัดกิจกรรมกลุ่ม แล้วสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย ตลอดจนให้มีความถูกต้องตามเกณฑ์ที่ได้วางไว้

3) นำเครื่องมือให้อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้อง มีความตรงในเนื้อหา การใช้ภาษามีความชัดเจน แล้วนำมาพัฒนาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำเครื่องมือออกไปทดสอบ

4. คุณภาพของเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยวิธีการดังนี้

1. การหาความตรง (Validity) ได้ทำการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) ระหว่างเนื้อหาสาระของเครื่องมือวิจัยที่สร้างขึ้นกับเนื้อหาสาระ ของสิ่งที่ต้องการศึกษา การตรวจสอบได้อาศัยดุลยพินิจของผู้เชี่ยวชาญ หรือผู้รอบรู้ด้านวิชาการและประสบการณ์เกี่ยวกับการวิจัย การตรวจรักษาโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ และการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ 3 ท่าน จากคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ดังรายนามต่อไปนี้

รศ.นพ.วีระชัย ไควสุวรรณ์

หน่วยระบาดวิทยาคลินิก

รศ.นพ.บุญส่ง พัจนสุนทร

หน่วยโรคระบบทางเดินหายใจ

ภาควิชาอายุรศาสตร์

ผศ.พญ.สุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาล

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

2. การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้มีการหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยการนำไปทดสอบกับผู้สูบบุหรี่ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 10 คน ปรากฏผลดังนี้ แบบวัดความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ได้ใช้วิธีการหาความเชื่อมั่น โดยใช้ KR 20-21 และแบบวัดทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ ได้ใช้วิธีการหาความเชื่อมั่น โดย Cronbach's alpha coefficient ผลการตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นในการทดลองใช้เครื่องมือครั้งแรกได้ผลเท่ากับ

0.5176 และ 0.7086 ส่วนแบบวัดพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ทำการทดสอบค่าความเชื่อมั่น แต่ได้ใช้วิธี Try out ความชัดเจนและความเข้าใจในเนื้อหาที่ใช้

3.7.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยประสานงานกับผู้นำชุมชนและบุคคลที่เกี่ยวข้องในการศึกษา เพื่อขอความร่วมมือในการเข้าไปทำการวิจัย โดยแจ้งวัตถุประสงค์และรายละเอียดการดำเนินงานให้ทราบ แล้วดำเนินการดังต่อไปนี้

สัปดาห์ก่อนการทดลอง

1. สำรวจจำนวนและรายชื่อของผู้สูบบุหรี่ในหมู่บ้านได้ 86 คน แล้วทำการพิจารณาคุณสมบัติส่วนตัวให้ตรงตามเกณฑ์ ได้จำนวน 60 คน แล้วทำการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) ให้ได้จำนวนตัวอย่าง 30 คน

2. ชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดของวิธีการดำเนินงานให้กับ ตัวอย่าง 30 คน ผู้นำชุมชนและผู้ประสานงานการอบรม

3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ และทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ก่อนการทดลอง

4. จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ / นันทนาการ เพื่อสร้างความคุ้นเคยสนิทสนมและสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยกับผู้สูบบุหรี่ที่เข้าร่วมโครงการนี้

5. กระตุ้นความคิดของผู้สูบบุหรี่ (กลุ่มตัวอย่าง) ให้เกิดความรู้สึกลอยากเลิกสูบบุหรี่ โดยบุคคลที่เกี่ยวข้องในชุมชน เช่น ผู้ใหญ่บ้าน และกรรมการหมู่บ้าน ตลอดจนให้การสนับสนุนและให้กำลังใจ เพื่อให้เกิดความตั้งใจในการที่จะเลิกสูบบุหรี่

6. จัดกิจกรรมการถาม - ตอบ เกี่ยวกับประวัติการสูบบุหรี่ เหตุจูงใจที่ทำให้สูบบุหรี่ และประสบการณ์ในการพยายามที่จะเลิกสูบบุหรี่แต่ไม่สำเร็จในเวลาที่ผ่านมา

สัปดาห์ทดลอง (สัปดาห์ที่ 1-4)

สัปดาห์ที่ 1

1. จัดให้มีการสอนโดยใช้สื่อการสอนสุขศึกษา เรื่องเกี่ยวกับบุหรี่ ได้แก่ สารประกอบในบุหรี่ โทษ พิษภัย และอันตรายจากการสูบบุหรี่ โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ อันเนื่องมาจากการสูบบุหรี่ กฎหมายเกี่ยวกับบุหรี่และการคุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่ สาเหตุที่ทำให้เกิดการสูบบุหรี่ และวิธีการเลิกสูบบุหรี่

2. จัดให้มีการสอนโดยการจัดกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

2.1 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้รู้จักกันมากขึ้น เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน อันจะเป็นการส่งเสริมให้เกิดกำลังใจในการเลิกสูบบุหรี่ต่อไป

2.2 การอภิปรายหมู่โดยใช้ตัวแบบจริง ซึ่งเป็นผู้ที่เคยป่วยเนื่องจากการสูบบุหรี่ ซึ่งขณะนี้เลิกสูบบุหรี่แล้ว มาเล่าชักจูงใจให้เลิกสูบบุหรี่และเล่าประสบการณ์วิธีการในการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ พร้อมทั้งปัญหาอุปสรรคต่างๆในระหว่างการเลิกสูบบุหรี่ และวิธีการแก้ไขปัญหานั้นๆ ตลอดจนผลดีในการเลิกสูบบุหรี่ เพื่อที่จะนำข้อมูลเหล่านี้ไปพิจารณาความสามารถของตนเองในการที่จะเลิกสูบบุหรี่ได้ ซึ่งกิจกรรมนี้จะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นว่าจะสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ต่อไป แล้วผู้ดำเนินรายการจะสรุปและเปิดโอกาสให้ซักถามหรือแสดงความคิดเห็นต่างๆ ด้วย

2.3 การประชุมกลุ่มเพื่อให้ผู้สูบบุหรี่ ที่เป็นตัวอย่าง ได้ระดมความคิดเห็นร่วมกันในการวิเคราะห์สถานการณ์ต่างๆ ที่ก่อให้เกิดการสูบบุหรี่ เช่น งานเลี้ยงสังสรรค์ เครียดในการทำงาน และเลียนแบบคนดัง เป็นต้น โดยกำหนดประเด็นในการประชุมเกี่ยวกับวิธีการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ต่างๆ ที่ก่อให้เกิดการสูบบุหรี่ได้ และวิธีปฏิเสธที่จะสูบบุหรี่ โดยวิธีการต่างๆ ตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยกำหนดให้ และให้ตัวแทนกลุ่มในแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการประชุมกลุ่ม หลังจากจัดกิจกรรมเสร็จแล้ว มีการอภิปรายร่วมกันในการหาวิธีการและแนวทางแก้ปัญหา / อุปสรรค ที่มีผลทำให้เกิดการสูบบุหรี่

สัปดาห์ที่ 2

จัดกิจกรรมให้ฝึกปฏิบัติในการเลิกสูบบุหรี่ โดยให้คำแนะนำวิธีการปฏิบัติตัวในการเลิกสูบบุหรี่และให้ตัวอย่าง วางแผนปฏิบัติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของตนเอง โดยกำหนดวันที่ตัวอย่างมีความพร้อมในการเลิกสูบบุหรี่ และให้กำหนดว่าใครที่มีอิทธิพลหรือคอยช่วยเหลือหรือให้กำลังใจในการให้เลิกสูบบุหรี่ได้ แจกคู่มือการปฏิบัติตัวในการเลิกสูบบุหรี่ ตั้งแต่วันที่ 1 - วันที่ 5 และแบบบันทึกประจำวันในการเลิกสูบบุหรี่ โดยให้กลุ่มตัวอย่างนี้เริ่มปฏิบัติตัวในการเลิกสูบบุหรี่ด้วยวิธีการจากง่ายไปหายาก เช่น การดื่มน้ำมากๆ การทิ้งอุปกรณ์เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ทั้งหมด ไม่ขอหรือรับบุหรี่จากผู้อื่นๆ ฯลฯ

สัปดาห์ที่ 3-4

กระตุ้นและติดตามผลการเลิกสูบบุหรี่ โดยใช้กระบวนการกลุ่ม พูดคุยซักถามถึงปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวตามคำแนะนำในการเลิกสูบบุหรี่ เกี่ยวกับความยากง่ายในการปฏิบัติตัว ตามวิธีการที่ใช้และมีการกระตุ้นให้เห็นถึงความสำคัญของการตัดสินใจ ที่พยายามที่จะเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ แล้วให้กำลังใจและชมเชย

สัปดาห์ที่ 5

เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองจากแบบสอบถามและแบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ในการนี้ได้มอบใบประกาศเกียรติคุณแสดงถึงความสำเร็จในสามารถและเลิกสูบบุหรี่ได้ด้วย

สัปดาห์ที่ 9

เก็บรวบรวมข้อมูลในระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ จากแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมหรือการปฏิบัติตัวในการเลิกสูบบุหรี่และแบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่

3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่

3.8.1 ข้อมูลทั่วไปของตัวอย่าง ได้แก่ ข้อมูลส่วนตัว และข้อมูลเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ โดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.8.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ทักษะคิดต่อการเลิกสูบบุหรี่ และพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยการทดสอบ Paired t-test

3.8.3 ทดสอบความแตกต่างของตัวอย่างที่เลิกสูบบุหรี่ได้ หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยการทดสอบ McNemar test