

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเอง กับภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อยตามแนวคิดทฤษฎีการพยาบาลของโอเร็ม

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษาในครั้งนี้ เป็นหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย อายุอยู่ระหว่าง 14-24 ปี อยู่ในระยะหลังคลอด 6-8 สัปดาห์ มีบุตรคนแรก (อยู่กินกับสามี) ซึ่งมารับบริการตรวจหลังคลอดที่โรงพยาบาลนครพนม จังหวัดนครพนม

ตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ มีคุณลักษณะดังนี้

1. มีอายุระหว่าง 14-24 ปี (เป็นช่วงอายุวัยรุ่นตอนต้นและตอนปลาย)
2. อยู่ระหว่างหลังคลอด 6-8 สัปดาห์
3. มีบุตรคนแรก อยู่กินกับสามี
4. ไม่มีภาวะเจ็บป่วย ทั้งร่างกายและจิตใจ
5. ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย

การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง

ได้จากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง มีคุณสมบัติตรงตามคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ภายในระยะเวลา 3 เดือน โดยใช้วิธีนั่งรอที่หน่วยบริการตรวจหลังคลอด โรงพยาบาลนครพนม และติดตามจากทะเบียนที่แผนกหลังคลอดในรายที่ไม่ได้มาตรวจหลังคลอดที่โรงพยาบาลนครพนม แต่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตเทศบาลเมืองนครพนม โดยตามไปเก็บข้อมูลที่บ้าน ทั้งนี้เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างในจำนวนที่เหมาะสม ตามช่วงเวลาที่กำหนด

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีทั้งหมด 3 ส่วน โดยมีรายละเอียดเครื่องมือดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป และลักษณะของประชากรของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ลักษณะครอบครัว การได้รับคำแนะนำหลังคลอด จำนวนสมาชิก และบุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย

ส่วนที่ 2 แบบประเมินการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย มีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา ทฤษฎีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเอง และศึกษานำร่องเกี่ยวกับกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงอายุน้อย ที่มีประสบการณ์การตั้งครรภ์ การคลอด หลังคลอด และเลี้ยงดูบุตร ศึกษาปัญหาและการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามสภาพสังคมและวัฒนธรรมของชุมชนในจังหวัดนครพนม

2. กำหนดกรอบการสร้างเครื่องมือ ใช้แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องการดูแลตนเองโดยทั่วไป และการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ โดยเน้นข้อมูลการศึกษานำร่องที่สัมภาษณ์ได้เป็นกรอบในแบบสัมภาษณ์ที่สร้าง ผู้วิจัยใช้แนวคิดการดูแลตนเองของ Orem (1991) ในเรื่องการดูแลตนเอง

3. สร้างแบบสัมภาษณ์การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย ให้สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎี และนำผลการศึกษานำร่องมาประกอบการสร้างแบบสัมภาษณ์ ประกอบด้วย

ก. การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป

1. การได้รับอาหาร น้ำ และอากาศที่เหมาะสมเพียงพอ โดยได้รับอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่เพียงพอต่อความต้องการ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หลีกเลี่ยงอาหารและเครื่องดื่มที่ให้โทษต่อร่างกาย การได้รับน้ำที่เพียงพอ ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อย 6-8 แก้ว ไม่ดื่มเครื่องดื่มชูกำลังและมีโทษ อาศัยอยู่ในที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก หลีกเลี่ยงอากาศเป็นพิษ และสิ่งแวดล้อมที่ไม่มีทางระบายอากาศ

2. การรักษาไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายที่ปกติ ขับถ่ายอุจจาระเป็นไปตามแบบแผน ขับถ่ายปัสสาวะได้ตามปกติ ไม่กลั้นปัสสาวะ มีการขับระบายเหงื่อเป็นไปตามปกติ หลังน้ำนมเป็นปกติ รักษาความสะอาดของร่างกาย อวัยวะสืบพันธุ์ ใช้ผ้าอนามัยรองรับน้ำคาวปลา ไม่ใช้ยาระบายเพื่อให้ขับถ่ายอุจจาระ

3. การรักษาสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน โดยพิจารณาจากการปฏิบัติกิจกรรมการนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อยวันละ 8-10 ชั่วโมง พักผ่อนตอนกลางวัน 1-2 ชั่วโมง ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเป็นปกติ มีการออกกำลังกาย

เหมาะสม สม่่าเสมอ งดกิจกรรมที่มีผลกระทบต่อร่างกาย เช่น ยกของหนัก ขึ้นลงบันได ไม่ใช้ยานอนหลับ

4. การรักษาสมดุลระหว่างการใช้เวลาเป็นส่วนตัว กับการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น โดยพิจารณาจากการกระทำในการจัดเวลาส่วนตัว การใช้เวลาวางสำหรับตนเอง เพื่อพบปะกระทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับบุคคลอื่นตามโอกาสเหมาะสม เช่น การสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ร่วมรับประทานอาหาร ร่วมกิจกรรมของสมาชิกในครอบครัว เครือญาติ หรือการดูแลโทรทัศน์ ฟังวิทยุ อ่านหนังสือ

5. การป้องกันอันตรายต่อชีวิต หน้าที่ และสวัสดิภาพในระยะหลังคลอด พิจารณาการป้องกันอันตรายในระยะหลังคลอด การป้องกันอันตรายโดยการสังเกตอาการผิดปกติต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นจากการตกเลือดหลังคลอด การติดเชื้อหลังคลอด การอักเสบของเต้านม การติดเชื้อของแผลฝีเย็บ และการป้องกันอันตรายจากเหตุการณ์ต่างๆ เช่น การอยู่ไฟ การใช้ยาบำรุงหลังคลอด การมีเพศสัมพันธ์

6. การส่งเสริมหน้าที่พัฒนาการให้ถึงขีดสูงสุด พิจารณาในเรื่องการอยู่ไฟ การบริหารร่างกายหลังคลอด การดูแลสุขภาพตนเองเพื่อส่งเสริมให้อวัยวะต่างๆ กลับคืนสู่ภาวะปกติและทำหน้าที่ได้ตามพัฒนาการ

ข. การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ

พิจารณาด้านการรักษาสมดุลของอัตมโนทัศน์ ผู้วิจัยได้นำกรอบแนวคิด อัตมโนทัศน์ของ Potter และ Perry (1989) มาร่วมพิจารณาดังนี้

1. การรักษาไว้ซึ่งภาพลักษณ์ของตนเอง พิจารณาจากความสนใจตนเองเกี่ยวกับการรักษาไว้ซึ่ง รูปลักษณ์ ภายนอกให้ดูดี ได้แก่ การดูแลด้านร่างกายให้สะอาดเป็นประจำ บริหารร่างกาย ควบคุมน้ำหนักตัว ดูแลการแต่งกายที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงหลังคลอด รักษาความสวยงามของใบหน้า ทำกิจกรรมอย่างคล่องแคล่วไม่เฉื่อยชา

2. การคงไว้ซึ่งความเป็นตนเอง พิจารณาจากการรักษาไว้ซึ่งความเป็นเอกลักษณ์ความเป็นตัวเองที่ชัดเจน มีความเชื่อมั่นในการกระทำ สามารถควบคุมอารมณ์ และเผชิญปัญหาได้ ได้แก่ การกระทำเมื่อเผชิญปัญหา การตัดสินใจ การเลือกกระทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง

3. การคงไว้ซึ่งการยอมรับนับถือตนเอง พิจารณาจากการแสดงซึ่งความสามารถในการมองเห็นคุณค่าในตนเอง เช่น การได้กระทำสิ่งที่มีประโยชน์ มี

ความสามารถที่จะกระทำด้วยตนเองในการกระทำกิจวัตรประจำวัน การเลี้ยงดูบุตร ช่วยเหลือบุคคลอื่นและสังคมเมื่อมีโอกาส

4. การคงไว้ซึ่งการยอมรับบทบาท พิจารณาจากการกระทำของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อยที่แสดงถึงการยอมรับบุตร การยอมรับบทบาทมารดาในการเลี้ยงดูบุตร เช่น การปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา การบริบาลบุตร การเรียนรู้การดูแลบุตรฯ และการปรับตัวในบทบาทภรรยา การคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีต่อสามี

เกณฑ์การให้คะแนน

ส่วนที่ 2 แบบประเมินการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย

แบบสัมภาษณ์การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อยเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองโดยทั่วไป และการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการนี้ คำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ และข้อคำถามมีทั้งด้านบวกและด้านลบ โดยประเมินตามความถี่ของการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเอง มีเกณฑ์การให้คะแนนการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองดังนี้

ระดับการปฏิบัติ	คำถามด้านบวก (คะแนน)	คำถามด้านลบ (คะแนน)
ปฏิบัติมากที่สุด	5	1
ปฏิบัติมาก	4	2
ปฏิบัติปานกลาง	3	3
ปฏิบัติน้อย	2	4
ไม่ปฏิบัติ	1	5

ระดับการปฏิบัติ ประเมินดังนี้

ปฏิบัติมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกิจกรรมที่กระทำทุกวันเป็นกิจวัตร (ทุกวันใน 1 สัปดาห์)
ปฏิบัติมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกิจกรรมที่กระทำเกือบทุกวัน (5-6 วัน ใน 1 สัปดาห์)
ปฏิบัติปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกิจกรรมที่กระทำเป็นบางครั้ง (3-4 วัน ใน 1 สัปดาห์)

ปฏิบัติน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับกิจกรรมที่กระทำนาน ๆ ครั้ง (1-2 วัน ใน 1 สัปดาห์)
ไม่ปฏิบัติ	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับกิจกรรมที่ได้กระทำเลย

ส่วนที่ 3 แบบประเมินภาวะสุขภาพ มีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

1. ศึกษาตำรา เอกสาร แนวคิดงานวิจัยเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ ศึกษาการรับรู้เกี่ยวกับภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย ซึ่งมีประสบการณ์การตั้งครรภ์ การคลอด หลังคลอด และเลี้ยงดูบุตร
2. กำหนดขอบเขตและกรอบการสร้างเครื่องมือ โดยนำทฤษฎีแนวคิดจากการทบทวนวรรณกรรมและผลการศึกษานำร่องมาเป็นแนวทางสร้างเครื่องมือ
3. สร้างแบบประเมินภาวะสุขภาพ โดยใช้ข้อมูลจากการศึกษานำร่องเกี่ยวกับการรับรู้ภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อยและแนวคิดตามทฤษฎีของโอเร็ม มีรายละเอียดดังนี้

ก. แบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินภาวะสุขภาพด้านร่างกาย แบ่งออกดังนี้

แบบประเมิน 1 การรับรู้ถึงความสมบูรณ์ทางด้านร่างกาย หลังคลอด 6-8 สัปดาห์

1. การสัมภาษณ์เกี่ยวกับการรับรู้ถึงความสมบูรณ์ด้านร่างกาย ภายหลังปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ หลังคลอด 6-8 สัปดาห์ เกี่ยวกับ ความสมบูรณ์ของอวัยวะร่างกาย เช่น มดลูกหดตัวอย่างไร เต้านมมีน้ำนมเพียงพอหรือไม่ ทำหน้าที่ได้เป็นปกติ ระบบการขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เป็นอย่างไร ความแข็งแรงของร่างกายภายหลังการออกกำลังกาย การกลับสู่สภาพปกติของอวัยวะเพศ ประเมินจากการรับรู้ของหญิงหลังคลอด

2. การบันทึกข้อมูลจากการตรวจร่างกายทางการแพทย์หรือพยาบาล ใบรายงานผลการตรวจทางห้องทดลอง ผลการตรวจหลังคลอด 6-8 สัปดาห์ เช่น สัญญาณชีพ ลักษณะเต้านม ตำแหน่งมดลูก แผลฝีเย็บ เป็นต้น

เกณฑ์ให้คะแนน แบบประเมิน 1

แบบประเมิน 1 การสัมภาษณ์ถึงการรับรู้ความสมบูรณ์ของร่างกาย ภายหลังปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเอง 6-8 สัปดาห์

แบบประเมิน 1 ความหมายในช่องประเมิน 5 ระดับ และระดับคะแนนที่ได้มีเกณฑ์ดังนี้

หมายเลข 5	หมายถึง	มีอาการและอาการแสดงที่ปกติ ระดับคะแนน 5 คะแนน
หมายเลข 4	หมายถึง	มีอาการและอาการแสดงที่แสดงถึงความผิดปกติเพียงเล็กน้อยไม่รุนแรง ระดับคะแนน 4 คะแนน
หมายเลข 3	หมายถึง	มีอาการและอาการแสดงที่แสดงถึงความผิดปกติระดับปานกลางถึงรุนแรง ระดับคะแนน 3 คะแนน
หมายเลข 2	หมายถึง	มีอาการผิดปกติมาก ระดับคะแนน 2 คะแนน
หมายเลข 1	หมายถึง	มีอาการผิดปกติมากที่สุด ระดับคะแนน 1 คะแนน

แบบประเมิน 2 การสัมภาษณ์เกี่ยวกับการรับรู้ถึงความสามารถทางด้านร่างกายในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย ได้แก่ การกระทำเกี่ยวกับ การหุงหาอาหาร ซักเสื้อผ้า การยกสิ่งของต่างๆ ที่ไม่หนัก การทำความสะอาดบ้าน การนอนพักผ่อน

แบบประเมิน 3 พิจารณาเกี่ยวกับการรับรู้ถึงความสามารถในการดูแลช่วยเหลือบุตรซึ่งอยู่ในความดูแล การอุ้มบุตร การทำความสะอาดหลังบุตรขับถ่าย การอาบน้ำบุตร การแต่งตัวให้บุตร การระวังอันตราย ซึ่งประเมินจากการกระทำด้วยตนเอง และมีผู้คอยช่วยเหลือในลักษณะใด

เกณฑ์การให้คะแนน แบบประเมิน 2 และ 3

แบบประเมิน 2 และ 3 มีเกณฑ์การเลือกตอบ ความหมายในช่องการประเมิน 5 ระดับ และระดับคะแนนที่ได้มีเกณฑ์ ดังนี้

หมายเลข 5	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นสามารถทำได้เองทั้งหมด โดยไม่มีผู้คอยช่วยเหลือ ระดับคะแนน 5 คะแนน
หมายเลข 4	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นสามารถทำได้เองเป็นส่วน ใหญ่ มีคนคอยช่วยเหลือบางครั้ง ระดับคะแนน 4 คะแนน
หมายเลข 3	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นทำได้เองปานกลางมีผู้คอยช่วยเหลือ ระดับคะแนน 3 คะแนน

หมายเลข 2 หมายถึง เห็นว่าข้อความนั้นทำได้เล็กน้อยต้องมีผู้ช่วยเหลือเป็นส่วนมาก

ระดับคะแนน 2 คะแนน

หมายเลข 1 หมายถึง เห็นว่าข้อความนั้นไม่สามารถทำได้ ต้องมีคนคอยช่วยเหลือตลอด

ระดับคะแนน 1 คะแนน

ข. แบบประเมินภาวะสุขภาพด้านจิตใจ ประกอบด้วย การประเมินสภาวะด้านจิตใจ อารมณ์ ของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยใช้กรอบแนวคิดของ Neeson และ May (1986) โดยปรับให้สอดคล้องกับข้อมูลจากการศึกษานำร่อง ตลอดจนประสบการณ์ของผู้วิจัยในระยะหลังคลอด นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลจิตเวชพิจารณาและปรับข้อความซึ่งประกอบไปด้วย 18 ข้อคำถาม มีเกณฑ์ประเมินความรู้สึก 5 ระดับ ตามเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

ระดับความรู้สึก	คำถามด้านบวก (คะแนน)	คำถามด้านลบ (คะแนน)
รู้สึกมากที่สุด	5	1
รู้สึกมาก	4	2
รู้สึกปานกลาง	3	3
รู้สึกน้อย	2	4
รู้สึกน้อยที่สุด	1	5
ระดับความรู้สึก ประเมินดังนี้		
มากที่สุด	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของตนเองมากที่สุด
มาก	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของตนเองมาก
ปานกลาง	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของตนเองมากปานกลาง
น้อย	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของตนเองน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	เห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของตนเองน้อยที่สุด หรือไม่มีความรู้สึกเช่นนั้น

ค. แบบประเมินภาวะสุขภาพด้านสังคม เป็นการประเมิน ภาวะสุขภาพด้านสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดของ Brook และคณะ (1979) โดยปรับ ให้สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่าง พิจารณาจากสัมพันธภาพในครอบครัว เครือญาติ เพื่อน เพื่อนบ้าน ในการช่วยเหลือระยะหลังคลอด การมีกิจกรรมร่วมกัน มีแบบมาตราส่วน ประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ เกณฑ์การให้คะแนนภาวะสุขภาพด้านสังคม มีดังนี้

ระดับความเห็น	คำถามด้านบวก (คะแนน)	คำถามด้านลบ (คะแนน)
ไม่เป็นจริงเลย	1	5
เป็นจริงเพียงเล็กน้อย	2	4
เป็นจริงปานกลาง	3	3
เป็นความจริงมาก	4	2
เป็นความจริงมากที่สุด	5	1
ระดับความเห็น ประเมินดังนี้		
ไม่เป็นความจริงเลย	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นว่าไม่เคยเกิดเหตุการณ์ และความรู้สึกเช่นนี้เลย
เป็นความจริงเพียงเล็กน้อย	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นว่าเคยเกิดเหตุการณ์และ ความรู้สึกเช่นนี้น้อยมาก 1-2 ครั้ง
เป็นความจริงปานกลาง	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นว่าเคยเกิดเหตุการณ์และ ความรู้สึกเช่นนี้ 2-3 ครั้ง
เป็นความจริงมาก	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นว่าความรู้สึกหรือเหตุการณ์ เช่นนั้นเกิดขึ้นบ่อยแต่ไม่ทุกครั้ง
เป็นความจริงมากที่สุด	หมายถึง	ผู้ตอบเห็นว่าความรู้สึกหรือเหตุการณ์ เช่นนั้นเกิดขึ้นทุกครั้ง

3.3 การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. ความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบในด้านเนื้อหา ความครอบคลุม ความถูกต้อง ผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วย พยาบาล อาจารย์พยาบาลและแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านสูติศาสตร์ จำนวน 5 ท่าน อาจารย์ พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลชุมชน จำนวน 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้าน การพยาบาลจิตเวช จำนวน 1 ท่าน รวม 7 ท่าน หลังจากผู้เชี่ยวชาญได้ตรวจสอบความตรง

ตามเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์ทั้งหมดแล้ว ผู้วิจัยแก้ไขปรับปรุงข้อความให้เหมาะสมตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อความสมบูรณ์ของเครื่องมือ

2. ความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) โดยนำแบบสัมภาษณ์การประเมินกิจกรรมการดูแลตนเอง แบบประเมินภาวะสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ไปทดลองใช้ในกลุ่มหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำมาคำนวณหาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach, 1970 อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด, 2532)

ผลการหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือได้ค่าดังนี้

2.1 แบบประเมินการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .87

2.2 แบบประเมินภาวะสุขภาพ

ด้านร่างกาย ค่าความเที่ยงเท่ากับ .89

ด้านจิตใจ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .77

ด้านสังคม ค่าความเที่ยงเท่ากับ .89

3.4 การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และผู้ช่วยวิจัย จำนวน 1 คน ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ประสานงานขออนุมัติ เพื่อการรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนของทางราชการ เพื่อความสะดวกและความร่วมมือในการเก็บข้อมูล

2. เตรียมผู้ช่วยวิจัยซึ่งเป็นพยาบาลวิชาชีพ มีประสบการณ์เกี่ยวกับการพยาบาลสูติศาสตร์อย่างน้อย 1 ปี โดยผู้วิจัยชี้แจงการใช้แบบสัมภาษณ์ และรายละเอียดของแบบสัมภาษณ์เป็นรายข้อ แล้วจากนั้นให้ผู้ช่วยวิจัยทดลองใช้แบบสัมภาษณ์ นำมาอภิปรายร่วมกันเพื่อความเข้าใจตรงกันก่อนนำไปใช้อย่างมั่นใจ

3. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการเก็บข้อมูลในช่วงเดือน เมษายน - มิถุนายน 2541 ที่แผนกวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลนครพนม ทุกวันจันทร์ พุธ ศุกร์ เวลา 9.00-15.00 น.

4. วิธีที่ใช้ในการเก็บข้อมูล โดยวิธีสัมภาษณ์เริ่มต้นด้วยการแนะนำตนเอง ชี้แจงความเป็นมา วัตถุประสงค์ในการทำวิจัย ขอความร่วมมือหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย

5. เมื่อกลุ่มตัวอย่างให้ความร่วมมือ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย จะทำการสัมภาษณ์ตามแบบประเมิน โดยสัมภาษณ์ในห้องที่เป็นสัดส่วน ระหว่างการสัมภาษณ์ถ้ามีข้อสงสัยสามารถ

ซักถามได้ และเมื่อสิ้นสุดการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจะตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลในแบบสัมภาษณ์เพื่อการเก็บเพิ่มเติมให้ครบถ้วน

6. นำแบบสัมภาษณ์ที่รวบรวมได้มาให้คะแนนในข้อมูลส่วนที่เป็น Rating Scale นำมาจัดกลุ่มเพื่อนำไปอภิปรายผลร่วมกัน

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรม SPSS/PC (Statistical Package for the Social Science) การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติดังนี้

1. ข้อมูลด้านลักษณะทางประชากรและสังคม นำไปแจกแจงความถี่และคำนวณร้อยละ
2. การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเอง ภาวะสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีแจกแจงความถี่รายข้อ วิเคราะห์แต่ละด้านโดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. การหาความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองกับภาวะสุขภาพของหญิงหลังคลอดที่มีอายุน้อย โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติใช้การทดสอบที (t-test)