

### บทที่ 3

#### วิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนชนบท มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ลักษณะการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุ และปัจจัยที่เอื้อต่อการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุ โดยมีวิธีการ ดำเนินการวิจัยดังนี้

1. การเตรียมตัวของผู้วิจัย
2. การเลือกพื้นที่
3. การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การตรวจสอบข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### การเตรียมตัวของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้พยายามศึกษาหาความรู้ และให้ความสำคัญในการศึกษาเอกสาร โดยการ อ่านศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสารทางวิชาการ บทความต่าง ๆ และรายงานการวิจัยที่ เกี่ยวข้องเพื่อให้สามารถอธิบายและวิเคราะห์ประเด็นที่สนใจและนำมาเป็นข้อสรุปเพื่อเป็น กรอบแนวทางในการวิจัย นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ศึกษาข้อมูลจากบุคคลซึ่งเป็นสิ่งสำคัญเป็น การแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้รู้ ผู้มีประสบการณ์ในบางโอกาสเป็นการเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจมากยิ่งขึ้น คำแนะนำ การแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับประเด็นที่สนใจกับอาจารย์ในสาขา วิชา เพื่อให้เกิดความเข้าใจและมั่นใจในการศึกษาประเด็นที่สนใจ รวมทั้งแสวงหาความรู้จาก ท่านผู้รู้ภายนอก เช่น การฟังการบรรยาย การสัมมนาทางวิชาการ เป็นต้น

#### การเลือกพื้นที่

ผู้วิจัยได้ให้ความสนใจในการศึกษาเรื่องการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนชนบท โดยผู้วิจัยเลือกพื้นที่ในเขตชุมชนชนบท คือบ้านแม่ฮ้าว หมู่ที่ 3 ตำบลห้างฉัตร อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง เหตุผลการเลือกพื้นที่ในการศึกษาครั้งนี้ คือ เป็นชุมชนชนบทที่มีปรากฏการณ์ ตามประเด็นที่ผู้วิจัยมุ่งจะศึกษา ได้แก่ การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุที่เห็นเป็นรูปธรรม ได้แก่ ผู้สูงอายุสามารถหารายได้ด้วยตนเอง สามารถหาอาหารจำพวกผัก เนื้อสัตว์ จากธรรมชาติได้ ดูแลสุขภาพตนเองให้แข็งแรง โดยได้รับความช่วยเหลือบางส่วนจากบุตรหลาน เครือญาติ

เพื่อนบ้าน ตลอดจนกลุ่ม ต่าง ๆ ในชุมชน ทั้งนี้ชุมชนนี้เป็นชุมชนเก่าแก่ ตามประวัติของหมู่บ้าน เป็นหมู่บ้านเกษตรกรรม ที่ชาวบ้านมีวิถีชีวิตเป็นการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีระบบเครือญาติที่ยังมีความสัมพันธ์แน่นแฟ้น นอกจากนี้หมู่บ้านได้รับรางวัลคณะกรรมการหมู่บ้านดีเด่นใน ปี พ.ศ. 2541 รางวัลชนะเลิศหมู่บ้านดีเด่นระดับจังหวัด ปี พ.ศ. 2541 รางวัลสุดท้ายที่ได้รับ คือประกาศนียบัตรหมู่บ้านเศรษฐกิจชุมชนพึ่งตนเองดีเด่นระดับอำเภอ ปี พ.ศ. 2543 และรางวัล อื่น ๆ อีกมากมายหลายรางวัล อีกประการหนึ่งคือเป็นชุมชนที่ผู้วิจัยรู้จักและคุ้นเคยเป็นอย่างดี

### การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาข้อมูลภาคสนามครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างสัมพันธภาพและความไว้วางใจกับผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยการแนะนำตัวเองให้ชัดเจน แสดงสถานภาพเป็นนักศึกษา เข้าร่วมกิจกรรม ต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ ไปเยี่ยมเยียนที่บ้าน อย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความมั่นใจและเชื่อถือในการให้ข้อมูลต่าง ๆ และผู้วิจัยได้ปฏิบัติตามจรรยาบรรณของนักวิจัยที่ดีอย่างเคร่งครัด เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลหลักได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุ บุตรหลาน เครือญาติ และผู้นำที่ไม่เป็นทางการ เช่น ไวยาวัจกร ประธานกลุ่มสตรี ประธานกลุ่มเยาวชน เจ้าของอาวาส อดีตผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำที่เป็นทางการ ได้แก่ ประธาน อสม. ประธานชมรม ผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้าน สมาชิก อบต. เป็นต้น เวลาในการเก็บข้อมูลภาคสนามเป็นระยะเวลาประมาณ 12 เดือน ตั้งแต่เดือน มีนาคม พ.ศ. 2543 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2544 ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิควิธีการเก็บข้อมูลหลาย ๆ อย่าง ในการรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ และ ผู้วิจัยแบ่งการเก็บข้อมูลภาคสนามออกเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะแรกในช่วงเดือนมีนาคม ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2543 เป็นการศึกษาปรากฏการณ์ และเก็บข้อมูลพื้นฐานของหมู่บ้าน ผู้วิจัยเข้าไปในหมู่บ้านครั้งแรกได้แนะนำตัวกับผู้ใหญ่บ้าน แสดงสถานภาพเป็นนักศึกษาระดับปริญญาโท มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ บอกเหตุผลและวัตถุประสงค์ในการเลือกศึกษาปรากฏการณ์ในพื้นที่หมู่บ้านนี้ โดยมีสามีเป็นผู้พาไป ซึ่งผู้ใหญ่บ้านจึงรู้จักคุ้นเคยสามีเป็นการส่วนตัว ผู้ใหญ่บ้านได้ให้ความร่วมมือและให้การต้อนรับเป็นอย่างดี และแนะนำให้รู้จักกับผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ประธาน อสม. ที่ให้ข้อมูลพื้นฐานของหมู่บ้านได้เป็นอย่างดี ประธาน อสม.แนะนำให้ศึกษาหาข้อมูลด้านอื่นกับผู้ให้ข้อมูลหลักอีกท่าน คืออดีตผู้ใหญ่บ้าน ซึ่งผู้วิจัยรู้จักและคุ้นเคยกับครอบครัวนี้พอสมควรท่าน

เต็มใจที่ให้ข้อมูลอย่างเต็มที่ พร้อมให้กำลังใจเป็นอย่างดี และอดีตผู้ใหญ่บ้านได้แนะนำให้ผู้วิจัยรู้จักกับผู้นำที่ไม่เป็นทางการท่านอื่นอีกเป็นอย่างนี้ตลอดการศึกษาในขณะนี้ หรือเรียกวิธีการเก็บข้อมูลแบบนี้ว่า วิธีการ Snow Ball Sampling Technique

ในการรวบรวมข้อมูลในเบื้องต้นนี้ได้ใช้วิธีการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์ ซึ่งได้เตรียมคำถามไว้ล่วงหน้า เป็นประเด็นเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ ประวัติหมู่บ้าน ทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งสาธารณะ การประกอบอาชีพ ประชากร ผู้สูงอายุ การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุโดยทั่วไป และได้นำเทคนิคการทำแผนที่ ใช้ในการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับ จำนวนครัวเรือนที่มีผู้สูงอายุ จำนวนสมาชิกในแต่ละครัวเรือน ผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรและไม่ได้อยู่กับบุตร สถานะทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ ข้อมูลเกี่ยวกับการรวมกลุ่มทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ ตลอดจนข้อมูลความสัมพันธ์ของคนในชุมชน ได้แก่ บุตร หลาน เครือญาติ เพื่อนบ้านที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ และเยี่ยมกลุ่มผู้สูงอายุที่วัดและเยี่ยมที่บ้าน จำนวน 15 คนอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ สมาชิกในครอบครัว ตลอดจนเพื่อนบ้าน

ระยะที่ 2 ตั้งแต่เดือนสิงหาคม ถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2543 ผู้วิจัยได้เข้าไปศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมายหลัก จำนวน 15 ราย ตามที่ผู้วิจัยได้คัดเลือกได้จากข้อมูลเบื้องต้น ทำการสนทนากลุ่ม ประกอบกับการสัมภาษณ์และการสังเกตทั้งแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม เรื่องการหารายได้ การรับประทานอาหาร แหล่งที่มาของอาหาร ประเภทของอาหาร การดูแลสุขภาพโดยทั่วไป ที่ศาลาวัดบ้าง ได้ต้นไม้บ้าง บางครั้งก็ไปเยี่ยมเยียนพูดคุยร่วมประติษฐานดอกไม้ คัดเลือกอุปเหียน เพื่อนำมาทำดอกไม้จันทร์ บางครั้งก็อำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุโดยการรับไปซื้อกระดาษให้ ทุกครั้งที่เข้าไปผู้วิจัยจะนำอาหาร ขนม ผลไม้ไปด้วย และรับประทานอาหารร่วมกับกลุ่มผู้สูงอายุ ครั้งแรกที่เข้าไปผู้วิจัยไม่ได้เตรียมอาหารไปด้วย กลุ่มผู้สูงอายุได้ชักชวนด้วยความเต็มใจอยากให้ร่วมรับประทานอาหาร ด้วย ครั้นผู้วิจัยจะปฏิเสธคงทำให้บรรยากาศการพบกันครั้งแรกไม่ประทับใจนัก ผู้วิจัยเข้าร่วมกิจกรรม ทุกวันพระขึ้น 15 ค่ำ ที่วัด และทุกวันพฤหัสบดีที่ 2 ของเดือนที่โรงพยาบาล ซึ่งเป็นการให้บริการด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ อาทิ การตรวจวัดความดัน ชั่งน้ำหนัก การออกกำลังกาย การให้ความรู้สุขภาพในเรื่องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย อาหารและยา โรคที่มักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ฯลฯ กิจกรรมนันทนาการ เช่น แข่งขัน จ๊อย ซอ สีละล้อ ซึ่ง กิจกรรมกีฬา สี แข่งขันเปตอง โยนลูกบอลลงตะกร้า ปิดตาตีปิ๊บ แข่งขันการหัวเราะ กิจกรรมการเสริมสวย การปลูกผักสวนครัว สมุนไพรการทำขนม การประติษฐานดอกไม้ เป็นต้น การเข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่มผู้สูงอายุได้รับการต้อนรับเป็นอย่างดี บางช่วงของกิจกรรมได้มีโอกาสสัมภาษณ์

เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่เกี่ยวข้องกับการให้บริการแก่ผู้สูงอายุและศึกษาข้อมูลแบบเจาะลึก กลุ่มเป้าหมายหลักจำนวน 9 ราย ศึกษาข้อมูลโดยแยกเป็น 3 กลุ่ม ศึกษากลุ่มแรกคือผู้สูงอายุที่มีฐานะดี จำนวน 3 ราย กลุ่มต่อมาคือผู้สูงอายุที่มีฐานะปานกลาง จำนวน 3 ราย และสุดท้ายกลุ่มผู้สูงอายุที่มีฐานะยากจน จำนวน 3 ราย ตามที่ผู้วิจัยได้คัดเลือกกรณีศึกษาตามเกณฑ์ที่กำหนดตามไว้โดยไปที่บ้านของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง เป็นการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และมีโอกาสพบปะ สัมภาษณ์ บุตรหลาน เครือญาติ และเพื่อนบ้านของผู้สูงอายุ ตลอดจน อสม. ที่รับผิดชอบกลุ่มเป้าหมายต่าง ๆ ซึ่งผู้วิจัยได้รับการต้อนรับเป็นอย่างดี มีความสนิทสนมกันมากขึ้น

ข้อมูลที่ได้ในระยะที่ 2 นี้ จึงได้ข้อมูลที่หลากหลายเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมายโดยตรง มีข้อมูลที่เป็นหมวดหมู่ชัดเจนขึ้น บรรยายการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็นและเล่าการดำเนินชีวิตของตนเอง ผู้สูงอายุบางคนก็มีปัญหาที่เล่าให้กลุ่มผู้สูงอายุฟัง ในขณะเดียวกันผู้สูงอายุในกลุ่มก็ให้คำแนะนำปรึกษาพูดคุยให้กำลังใจซึ่งกันและกัน บางครั้งผู้สูงอายุมีปัญหาที่เล่าให้ผู้วิจัยฟัง เช่น ปัญหาเรื่องการศึกษาของหลาน ปัญหาการทำงานของกลุ่มผู้สูงอายุ ปัญหาในครอบครัว ปัญหาถูกโกงเงิน เป็นต้น ผู้วิจัยได้แลกเปลี่ยนและแสดงความคิดเห็นต่อปัญหาต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจ เท่าที่บทบาทของนักวิจัยพึงกระทำ การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกบางครั้งจะสะดุดลงอย่างง่ายดาย เมื่อมีผู้เข้ามาใหม่ ประเด็นการสนทนาจึงชะงัก ผู้วิจัยจึงต้องใช้ความอดทนและต้องใช้เทคนิคในการนำและกระตุ้นให้การสนทนากลับสู่ประเด็นเดิมอีกครั้ง และพยายามกระตุ้นให้ผู้สูงอายุบางคนที่ไม่ค่อยพูดแสดงความคิดเห็นของตนเองบ้าง ผู้วิจัยจึงพยายามฝึกฝนให้เกิดความชำนาญในการนำการสนทนา ฝึกฝนความอดทนให้มากขึ้นกว่าเดิม

ระยะที่ 3 ช่วงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2543 ถึงเดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2544 ผู้วิจัยได้ใช้เวลาช่วงสุดท้ายเข้าไปเก็บข้อมูลเพิ่มเติมจากประเด็นต่าง ๆ ที่ผ่านมาแล้ว 2 ครั้ง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึก ครอบคลุมและละเอียดและนำกลับมาตรวจสอบวิเคราะห์ข้อมูล ในช่วงแรกของการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจะจัดเก็บข้อมูลไปพร้อมกับการตรวจสอบ วิเคราะห์ข้อมูลไปด้วยทุกครั้ง และเก็บข้อมูลในส่วนขาดเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ในช่วงนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้อีกโดยแยกแยะและจัดหมวดหมู่ และตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล โดยใช้วิธีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า โดยใช้แนวคำถามเดียวกันกับบุตรหลาน เครือญาติ เพื่อนบ้าน ตลอดจนผู้ให้ข้อมูลหลักบุคคลอื่น ๆ ในช่วงเวลา และสถานที่ที่แตกต่างกัน ขณะที่ดำเนินการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์ การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม เพื่อเป็น

ประโยชน์ในการตรวจสอบข้อมูลที่ต้องการ และพยายามเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นระยะ เพื่อขอรับคำแนะนำ ที่แนะเพื่อเป็นประโยชน์ในการเก็บข้อมูลที่มีคุณภาพยิ่งขึ้น และข้อมูลที่ได้เพิ่มเติมนำมาตรวจสอบวิเคราะห์อีกครั้งหนึ่ง

### การตรวจสอบข้อมูล

ผู้วิจัยจะทำความเข้าใจและตรวจสอบ ข้อมูลทุกครั้งที่ได้ศึกษาข้อมูลในพื้นที่ โดยใช้เวลาระหว่างที่อยู่ในพื้นที่ เก็บข้อมูลที่ยังไม่สมบูรณ์ นำมาตรวจสอบอีกครั้งหนึ่งเพื่อให้เกิดความแม่นยำ และครอบคลุม ชัดเจน ตามประเด็นที่กำหนดไว้และสอดคล้องกับกรอบความคิดในการวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูลให้ชัดเจนยิ่งขึ้นโดยวิธีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ซึ่งมีวิธีการ คือตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล โดยวิธีการสังเกต ควบคู่กับการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม เช่น การหารายได้ของผู้สูงอายุที่สำรวจได้ด้วยตนเอง โดยการจักสาน ข้อมูลที่ได้มาจากการสังเกต บริเวณบ้าน จะมีเครื่องจักสานที่ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว เครื่องจักสาน ที่ยังทำค้างไว้ ตอกขนาดต่าง ๆ และอุปกรณ์ในการจักสาน ข้อมูลมาจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ และการสนทนากลุ่มย่อยกับเพื่อนบ้าน สมาชิกในครอบครัว และตรวจสอบแหล่งข้อมูลที่ได้มาที่แตกต่างกันในด้าน เวลา สถานที่ และบุคคล เช่น การรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ ข้อมูลที่ได้มาจากการที่ผู้วิจัยเข้าไปเก็บข้อมูลในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน ได้แก่ หลังอาหารเช้า เวลาสาย โกลัอาหารกลางวัน หลังเวลาอาหารกลางวัน และโกลัเวลาอาหารค่ำ ซึ่งเป็นเวลาที่ผู้สูงอายุเตรียมอาหารและเป็นเวลาที่รับประทานอาหารเรียบร้อยแล้ว เพื่อเป็นการตรวจสอบ ข้อมูลว่ามีความครบถ้วน สมบูรณ์ ครอบคลุม ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพียงพอที่จะใช้วิเคราะห์หรือไม่ จากนั้นทำการวิเคราะห์ และสรุปผลการศึกษา

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลแต่ละวันพร้อมกับการวิเคราะห์ข้อมูลไปด้วยทุกครั้ง นำมาจัดหมวดหมู่ จากนั้นเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อรับคำแนะนำ ที่แนะประเด็นที่ผู้วิจัยอาจหลงลืมหรือมองข้ามไปและปรึกษาในการเก็บข้อมูล ซึ่งการเก็บข้อมูลจะกระทำสลับกับการตรวจสอบ วิเคราะห์ข้อมูล เป็นระยะๆ เพื่อเป็นแนวทางในการเก็บข้อมูลในช่วงต่อไป และข้อมูลที่ได้เพิ่มเติมนำมาตรวจสอบวิเคราะห์อีกครั้งหนึ่ง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการ สมบูรณ์ ตามประเด็นที่ศึกษา และหากวิเคราะห์ข้อมูลและอาจารย์ที่ปรึกษาให้คำแนะนำเพิ่มเติมแล้ว ข้อมูลยังไม่ เพียงพอที่ทำการวิเคราะห์ ก็จะเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ซ้ำอีก ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์

ข้อมูลสลับกันไปกับการเก็บรวบรวมข้อมูลและเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษาอย่างสม่ำเสมอ จนได้ข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการวิเคราะห์แล้ว ข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์อธิบายและสรุปเป็นภาพรวมของการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนชนบท และนำผลการศึกษามาเขียนรายงาน