

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasai-Experimental research) เพื่อศึกษาถึงผลของการฝึกการผ่อนคลายต่อระดับความวิตกกังวล และความสามารถในการเผชิญปัญหาในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัด ที่เข้ารับการรักษาน ณ แผนกการพยาบาลบำบัดพิเศษ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งเต้านม ซึ่งได้รับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ณ แผนกการพยาบาลบำบัดพิเศษ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมีคุณลักษณะดังนี้

1. เป็นผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดครั้งแรก
2. มีระดับความรู้สึที่ดี
3. สามารถอ่านภาษาไทยได้
4. ยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษานี้

กลุ่มตัวอย่างเลือกจากผู้ป่วยที่เป็นประชากรตามคุณลักษณะข้างต้น ใช้การเลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 30 คน โดยให้ 15 คนแรกอยู่ในกลุ่มควบคุม และ 15 คนต่อมาอยู่ในกลุ่มทดลอง

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยดังต่อไปนี้

3.2.1 คู่มือสำหรับฝึกการผ่อนคลาย ปรับปรุงจากเทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้ออย่างต่อเนื่องของวัลลภ ปิยะมโนธรรม (2531) มีหลักการฝึกโดย การทำให้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ได้แก่ ข้อเท้า น่อง หน้าขา หน้าท้อง หน้าอก มือทั้งสอง แขนทั้งสอง หัวไหล่ทั้งสองข้าง คอ หน้าผาก คิ้ว ตา แก้ม และปากให้เกิดการเกร็งเครียดถึงขั้นสูงสุดก่อน แล้วจึงค่อย ๆ คลาย

กล้ามเนื้อแต่ละส่วนนั้นออก ใช้ระยะเวลาในการฝึก 2 สัปดาห์ วันละ 2 ครั้ง ใช้เวลาในการฝึกแต่ละครั้งประมาณ 15-20 นาที คู่มือนี้ประกอบด้วย 3 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 บทนำ อธิบายให้ผู้ช่วยเข้าใจถึงผลดีของการฝึกผ่อนคลาย และการเตรียมตัวก่อนการฝึก

ส่วนที่ 2 ขั้นตอนในการฝึกวิธีการผ่อนคลายกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ

ส่วนที่ 3 ข้อควรปฏิบัติ (รายละเอียดของคู่มือได้จากภาคผนวก ก.)

3.2.2 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพ และระดับการศึกษา

3.2.3 แบบประเมินความวิตกกังวลของซุงและคาเวนา (Zung and Cavenar, 1980) โดยทำการวัดความวิตกกังวลของผู้ป่วยทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง แบบประเมินนี้มี 20 ข้อคำถามให้คะแนนเป็นรายข้อแบบ Likert's Scale โดยข้อที่มีความหมายในทางลบได้แก่ ข้อที่ 1,2,3,4,6,7,8,10,11,12,14,15,16, 18 และ 20 ให้คะแนนดังนี้

ไม่เลยหรือเป็นเวลาเล็กน้อย	1 คะแนน
เป็นบางเวลา	2 คะแนน
เป็นเวลานานพอสมควร	3 คะแนน
เกือบหรือตลอดเวลา	4 คะแนน

ส่วนข้อที่มีความหมายในทางบวก ได้แก่ ข้อที่ 5,10,13,17 และ 19 ให้คะแนนดังนี้

ไม่เลยหรือเป็นเวลาเล็กน้อย	4 คะแนน
เป็นบางเวลา	3 คะแนน
เป็นเวลานานพอสมควร	2 คะแนน
เกือบหรือตลอดเวลา	1 คะแนน

มีคะแนนรวมอยู่ระหว่าง 20-80 คะแนน ถ้าคะแนนรวมต่ำกว่า 45 หมายถึง มีความวิตกกังวลระดับเล็กน้อย 45-59 คะแนน หมายถึง มีความวิตกกังวลระดับปานกลาง 60-74 คะแนน หมายถึง มีความวิตกกังวลระดับรุนแรง คะแนนรวมมากกว่า 75 คะแนน หมายถึง มีความวิตกกังวลระดับรุนแรงมาก (รายละเอียดได้จากภาคผนวก ก.)

3.2.4 แบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหา เป็นเครื่องมือซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจาก

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และได้ปรึกษาผู้ทรงคุณวุฒิ ทั้งในด้านความถูกต้องในเนื้อหา ด้านภาษา จากนั้นจึงนำมาแก้ไขปรับปรุง ก่อนนำไปทดลองใช้ เพื่อศึกษาความเป็นไปได้และนำไปใช้จริง เครื่องมือนี้ประกอบด้วยลักษณะการเผชิญปัญหา 20 ข้อ มีลักษณะการวัดเป็นมาตราส่วนประมาณค่าให้คะแนนรายข้อแบบ Likert's scale แบ่งเป็น 4 ระดับ โดยข้อที่มีความหมายในทางบวกได้แก่ ข้อ 11 ถึงข้อ 20 ให้คะแนนดังนี้

บ่อย	4 คะแนน
บางครั้ง	3 คะแนน
นาน ๆ ครั้ง	2 คะแนน
ไม่เคย	1 คะแนน

ส่วนข้อที่มีความหมายในทางลบได้แก่ข้อ 1 ถึงข้อ 10 ให้คะแนนในทางตรงกันข้าม กับข้อที่มีความหมายในทางบวกดังนี้

บ่อย	1 คะแนน
บางครั้ง	2 คะแนน
นาน ๆ ครั้ง	3 คะแนน
ไม่เคย	4 คะแนน

คะแนนรวมของเครื่องมืออยู่ระหว่าง 20-80 คะแนน (รายละเอียดดูได้จากภาคผนวก ก)

3.3 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

คุณภาพของเครื่องมือวิจัย มีการตรวจสอบโดยการหาความตรงตามเนื้อหา และการหาความเที่ยงของเครื่องมือ ดังนี้

3.3.1 การหาความตรงตามเนื้อหา นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาไปหาความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิดังนี้

อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับการพยาบาลจิตเวช 3 คน

พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวช 1 คน

จิตแพทย์ 1 คน

หลังจากผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแล้ว ผู้วิจัยนำแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหามาแก้ไขปรับปรุง ตามที่ผู้ทรงคุณวุฒิเห็นสมควร ทั้งในด้านภาษาและความถูกต้องในเนื้อหา แล้วนำไปทดลองใช้กับผู้ช่วยมะเร็ิงที่ได้รับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดจำนวน 30 ราย เพื่อศึกษา



ความเป็นไปได้ ในการนำไปใช้จริง และหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

3.3.2 การหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือ นำแบบประเมินความวิตกกังวล และแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาของผู้ป่วยไปทดลองใช้ ในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการยาเคมีบำบัดจำนวน 30 ราย แล้วนำมาคำนวณหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ โดยใช้สัมประสิทธิ์ อัลฟาของครอนบาค ซึ่งมีสูตรในการคำนวณดังนี้ (เพชรน้อย สิ่งห้ช่างชัย และคณะ, 2532)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{Si^2}{St^2} \right]$$

เมื่อ α คือ ค่าความเที่ยงของแบบสอบถาม

n คือ จำนวนข้อในแบบสอบถาม

Si^2 คือ ผลรวมความแปรปรวนของคะแนนต่อละข้อ

St^2 คือ ความแปรปรวนของคะแนนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

แบบประเมินความวิตกกังวลได้ค่าความเที่ยง 0.84 และแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาได้คำตอบเพียง 0.70

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบ่งขั้นตอนออกเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การติดต่อกับโรงพยาบาลที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

1. ขออนุญาตและแนะนำตัวและขออนุมัติเก็บรวบรวมข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลศรีนครินทร์

2. เข้าพบผู้อำนวยการโรงพยาบาลศรีนครินทร์ เพื่อแนะนำตนและขออนุมัติเก็บรวบรวมข้อมูล

3. เข้าพบหัวหน้าแผนกงานพยาบาลและผู้ตรวจการแผนกบำบัดพิเศษ เพื่อแนะนำตัวและชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการดำเนินการวิจัย รวมถึงขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการดำเนินงานวิจัย

4. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้ช่วยวิจัยทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ลักษณะประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ตลอดจนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขั้นที่ 2 การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบเฉพาะเจาะจง จากประชากรที่มีคุณลักษณะที่ใช้ในการวิจัยโดยให้ผู้ช่วย 15 คนแรกอยู่ในกลุ่มควบคุม และอีก 15 คนหลังอยู่ในกลุ่มทดลอง
2. วัดระดับความวิตกกังวลและความสามารถในการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทุกคนก่อนดำเนินการวิจัย
3. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมก่อน โดยให้การพยาบาลตามปกติ ระยะ 1 สัปดาห์ ที่รักษาอยู่ในโรงพยาบาล และอีก 1 สัปดาห์อยู่ที่บ้าน เมื่อครบ 2 สัปดาห์ ให้ผู้ช่วยตอบแบบประเมินความวิตกกังวล และแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาโดยส่งแบบสอบถามกลับทางไปรษณีย์ ซึ่งผู้วิจัยจัดเตรียมให้
4. ดำเนินการวิจัยในกลุ่มทดลอง โดยผู้วิจัยแนะนำกลุ่มตัวอย่างทำความเข้าใจคู่มือในการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้ออย่างต่อเนื่อง ทำการสาธิต และฝึกให้กลุ่มตัวอย่างทำการฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้ออย่างต่อเนื่อง ใช้ระยะเวลาในการฝึกประมาณ 15-20 ต่อครั้ง วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ในสัปดาห์แรกที่อยู่โรงพยาบาล ผู้วิจัยเป็นผู้ดูแลการฝึกผ่อนคลายของผู้ป่วยจนกระทั่งกลับบ้าน ให้ผู้ป่วยฝึกที่บ้านวันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น ครั้งละ 15-20 นาทีอีกเป็นเวลา 1 สัปดาห์ เมื่อทำการฝึกครบ 2 สัปดาห์แล้วให้ผู้ช่วยตอบแบบประเมินความวิตกกังวลและแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาด้วยตนเองในวันสุดท้ายของการฝึก แล้วส่งกลับทางไปรษณีย์เช่นเดียวกับกลุ่มควบคุม

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. แจกแจงความถี่ และคิดอัตราร้อยละของข้อมูลทั่วไป
2. หาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวล และความสามารถในการเผชิญปัญหาของผู้ป่วย
3. ทดสอบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล และความสามารถในการเผชิญปัญหาระยะก่อนและหลังการทดลอง ภายในกลุ่มควบคุมและภายในกลุ่มทดลอง ด้วยค่าสถิติ Paired t-test
4. ทดสอบค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล และความสามารถในการเผชิญปัญหาระยะก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมด้วยค่าสถิติ t-test