

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับการหมกประจำเดือน ปัจจัยพื้นฐานบางประการ กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมกประจำเดือน โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมกประจำเดือนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองชัยภูมิ โดยกำหนดคุณสมบัติดังนี้

1.1 มีอายุระหว่าง 45 - 55 ปี

1.2 มีประจำเดือนมากระปริดกระปรอย ไม่สม่ำเสมอ หรือประจำเดือนหมดไปตามธรรมชาติ ไม่เกิน 1 ปี ซึ่งไม่ใช่เกิดจากพยาธิสภาพของโรค หรือเป็นผลจากการรักษาหรือการใช้ยาใดๆ

1.3 มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์สามารถตอบแบบสัมภาษณ์ได้

1.4 มีความยินดีและเต็มใจเข้าร่วมการวิจัย

1.5 สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงดี ไม่มีโรคประจำตัวใดๆ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1) รวบรวมรายชื่อจากผลการสำรวจครอบครัว ของงานสาธารณสุขมูลฐาน กองอนามัยสิ่งแวดล้อม เทศบาลเมืองชัยภูมิพบว่า มีจำนวนประชากรสตรีวัยหมกประจำเดือนที่มีอายุระหว่าง 45 - 55 ปีจำนวน 964 คน

2) ขอความร่วมมือจาก อสม.ในพื้นที่ ช่วยคัดกรองประชากรสตรี อายุ 45-55 ปี ตามคุณสมบัติตามที่กำหนด ได้จำนวนทั้งสิ้น 416 คน และทำบัญชีรายชื่อไว้

3) กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร (เดชาวุธ นิตยสุทธิ , 2527)

ดังนี้

$$n = n_0 / 1 + (n_0 / N)$$

$$n_0 = 1 / 4(z/d)^2$$

เมื่อ d = ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ซึ่งผู้วิจัยกำหนดให้เป็น 0.05

Z = ความเชื่อมั่นกำหนดเป็น 95 % ; $Z = 1.96$

N = ขนาดของประชากรสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือนในเขตเทศบาลเมืองชัยภูมิจำนวน 416 คน

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

คำนวณได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 200 คน แต่เพื่อป้องกันข้อมูลบกพร่องหรือไม่สมบูรณ์ ซึ่งอาจเกิดได้ประมาณร้อยละ 1-5 การวิจัยครั้งนี้จึงเพิ่มจำนวน กลุ่มตัวอย่าง เป็น 210 คน

4) นำรายชื่อของประชากรสตรีที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดมาทำการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ตามสัดส่วนของจำนวนสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือนในเขตเทศบาลเมืองชัยภูมิ 9 ชุมชน รายละเอียดของจำนวนตัวอย่างแสดงไว้ในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละชุมชน

ชุมชน	ประชากร(คน)	กลุ่มตัวอย่าง(คน)
โนนตาปาน	33	16
โนนไฮ	34	17
หินตั้ง	43	22
กุศแคน	39	20
หนองบ่อ	44	22
ทานตะวัน	47	24
หนองบัว	51	26
ตลาด	53	27
เมืองเก่า	72	36
รวม	416	210

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือน ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัวเฉลี่ย ต่อเดือน

2. ข้อมูลการรับรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือนทางชีวการแพทย์ ของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือนจำนวน 55 ข้อ แบ่งออกเป็น 2 ด้าน ดังนี้

2.1 การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จำนวน 29 ข้อ ประกอบด้วย การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระบบหลอดเลือดและระบบประสาท การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระบบสืบพันธุ์ การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระบบทางเดินปัสสาวะ การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระบบหัวใจและหลอดเลือด และการรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระบบอื่นๆของร่างกาย

2.2 การรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ จำนวน 26 ข้อ ประกอบด้วย ความรู้สึกนึกคิด ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจที่เกิดขึ้น และพฤติกรรมการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม ได้แก่ อารมณ์แปรปรวน นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย อ่อนเพลีย วิตกกังวล และซึมเศร้า เป็นต้น

ลักษณะของข้อความมีทั้งข้อความที่ถูกต้องและไม่ถูกต้องในทางชีวการแพทย์ และมีคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ

เห็นด้วยมากที่สุด หมายถึง ผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบมากที่สุด อย่างไม่มีข้อขัดแย้งใดๆ

เห็นด้วยมาก หมายถึง ผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบเป็นส่วนใหญ่ แต่อาจมีข้อขัดแย้งเพียงเล็กน้อย

เห็นด้วยปานกลาง หมายถึง ผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบปานกลางและมีข้อขัดแย้งเพียงครั้งหนึ่ง

เห็นด้วยเล็กน้อย หมายถึง ผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือตรงกับ
ความรู้สึกของผู้ตอบเล็กน้อย และมีข้อขัดแย้งเป็นส่วนมาก
ไม่เห็นด้วย หมายถึง ผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็น หรือไม่
ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบ

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้ถูกสัมภาษณ์ที่เลือกตอบข้อความที่ถูกต้องทางวิชาการแพทย์

เห็นด้วยมากที่สุดให้ 5 คะแนน

เห็นด้วยมากให้ 4 คะแนน

เห็นด้วยปานกลางให้ 3 คะแนน

เห็นด้วยเล็กน้อยให้ 2 คะแนน

ไม่เห็นด้วยให้ 1 คะแนน

ผู้ถูกสัมภาษณ์ที่เลือกตอบข้อความที่ไม่ถูกต้องทางวิชาการแพทย์

เห็นด้วยมากที่สุดให้ 1 คะแนน

เห็นด้วยมากให้ 2 คะแนน

เห็นด้วยปานกลางให้ 3 คะแนน

เห็นด้วยเล็กน้อยให้ 4 คะแนน

ไม่เห็นด้วยให้ 5 คะแนน

3. ข้อมูลพฤติกรรม การดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือน
ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิดของOrem จำนวน 33 ข้อ แบ่งออกเป็น 2 ด้านดังนี้

3.1 พฤติกรรม การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป ประกอบด้วยพฤติกรรม
การดูแลตนเองในการคงไว้ซึ่งการบริโภคอากาศ น้ำ และ อาหารที่เพียงพอ พฤติกรรม
การดูแลตนเองเพื่อให้ร่างกายมีการขับถ่าย และการระบายของเสียให้เป็นไปตามปกติ
พฤติกรรม การดูแลตนเองในการพักผ่อนและการออกกำลังกาย พฤติกรรม การดูแล
ตนเองในการดำรงความสัมพันธ์ระหว่างการใช้คนเดียวและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
พฤติกรรม การดูแลตนเองในการป้องกันอันตรายต่อชีวิต พฤติกรรม การดูแลตนเองใน
การส่งเสริมความปกติสุขของชีวิต จำนวน 28 ข้อ

3.2 พฤติกรรมการดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ ประกอบด้วย การยอมรับ และปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ที่เกิดขึ้นในช่วงที่กำลังจะหมดประจำเดือน การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาหรือเป็นสมาชิกชมรม สโมสรต่างๆ จำนวน 5 ข้อ

ลักษณะของข้อความมีทั้งข้อความที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง และมีคำตอบ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ดังนี้

ทำเป็นประจำ หมายถึง ข้อความนั้นผู้ตอบได้กระทำทุกครั้ง และ/หรือ

ปฏิบัติทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

ทำเป็นบางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นผู้ตอบกระทำเป็นบางครั้ง หรือกระทำ

เป็นส่วนน้อย

ไม่เคยทำเลย หมายถึง ข้อความนั้น ผู้ตอบไม่เคยกระทำเลย

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้ถูกสัมภาษณ์เลือกตอบข้อความที่ถูกต้อง

ทำเป็นประจำให้ 3 คะแนน

ทำเป็นบางครั้งให้ 2 คะแนน

ไม่เคยทำเลยให้ 1 คะแนน

ผู้ถูกสัมภาษณ์เลือกตอบข้อความที่ไม่ถูกต้อง

ทำเป็นประจำให้ 1 คะแนน

ทำเป็นบางครั้งให้ 2 คะแนน

ไม่เคยทำเลยให้ 3 คะแนน

3.3 การหาคุณภาพของเครื่องมือ

3.3.1 การหาความตรงตามเนื้อหา (Content validity) เมื่อสร้างเครื่องมือเสร็จ แล้ว ผู้วิจัยได้นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 7 ท่านเป็นผู้พิจารณาตรวจสอบดังนี้

3.3.1.1 ผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลการรับรู้ เกี่ยวกับการหมดประจำเดือนของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือนได้แก่

อาจารย์ภาควิชาสุติศาสตร์-นรีเวชวิทยา 1 ท่าน

อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลสุติศาสตร์ 2 ท่าน

อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุขศาสตร์	1 ท่าน
อาจารย์ภาควิชาการศึกษาวิจัยและบริหารการพยาบาล	1 ท่าน
อาจารย์ภาควิชาจิตเวชศาสตร์	1 ท่าน
อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์	1 ท่าน

3.3.1.2 ผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลพฤติกรรม การดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือนได้แก่

อาจารย์ภาควิชาสถิติศาสตร์-นรีเวชวิทยา	1 ท่าน
อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลสถิติศาสตร์	2 ท่าน
อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุขศาสตร์	1 ท่าน
อาจารย์ภาควิชาการศึกษาวิจัยและบริหารการพยาบาล	1 ท่าน
อาจารย์พยาบาลที่เชี่ยวชาญการดูแลตนเอง	2 ท่าน

หลังจากผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมดแล้ว ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่จะใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมาปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ อีกครั้งหนึ่ง

3.3.2 การหาความเชื่อมั่น (Reliability)

นำเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการรับรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือน ข้อมูลพฤติกรรมการดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือน ที่ได้แก้ไขปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา จำนวน 30 ราย และคำนวณค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้สูตร (เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย และคณะ, 2532) ดังนี้

$$\alpha = (n/n-1) \left| 1 - \left(\sum \sigma_i^2 / \sigma_x^2 \right) \right|$$

เมื่อ α = ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น

$\sum \sigma_i^2$ = ผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนข้อคำถามแต่ละข้อ

σ_x^2 = ความแปรปรวนของคะแนนของผู้ตอบทั้งหมด

n = จำนวนข้อคำถามทั้งหมดในแบบสัมภาษณ์

ผลการหาความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ได้ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์การรับรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือน และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการดูแลตนเอง เท่ากับ 0.84 และ 0.75 ตามลำดับ

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ขอนหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ถึงนายกเทศมนตรีเทศบาลเมืองชัยภูมิ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย
2. รวบรวมรายชื่อกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดที่ได้จากการสุ่มตัวอย่าง
3. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และแนวทางการตอบคำถามจากการสัมภาษณ์ให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ
4. สัมภาษณ์ข้อมูลตามลำดับ คือข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการรับรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือน ข้อมูลพฤติกรรมการดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือน
5. ตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของแบบสัมภาษณ์
6. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสัมภาษณ์ไปวิเคราะห์ ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและใช้คอมพิวเตอร์พร้อมโปรแกรม SPSS/PC⁺ (Statistical Package for the Social Sciences) ช่วยในการวิเคราะห์ โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ 0.05 ซึ่งมีรายละเอียดในการวิเคราะห์ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ โดยใช้อัตราส่วนร้อยละ

2. จำนวนค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือน กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือน

3. จำนวนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน(Pearson's product moment correlation coefficient) ระหว่างตัวแปรต่างๆ ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับการหมดประจำเดือน สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของสตรีที่อยู่ในช่วงกำลังจะหมดประจำเดือน โดยใช้สูตรดังนี้ (Norusis,n.d.)

$$r = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

เมื่อ r = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแต่ละตัวกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง

X = คะแนนตัวแปรแต่ละตัว

Y = คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง

N = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

แล้วทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่คำนวณได้ โดยการทดสอบค่าที่ (t) โดยใช้สูตรคำนวณดังนี้

$$t = r \sqrt{N-2} / \sqrt{1-r^2}$$

เมื่อ N = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

df = $N - 2$

r = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแต่ละตัวกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง

เนื่องจากข้อตกลงเบื้องต้น ในการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน กำหนดไว้ว่า ตัวแปรที่จะนำมาคำนวณจะต้องเป็นตัวแปรที่วัดในระดับอันตรภาคชั้น (Interval scale) ขึ้นไป ดังนั้นการคำนวณ ต้องปรับตัวแปรที่วัดในระดับนามบัญญัติ (Nominal scale) เป็นตัวแปรหุ่น (Dummy variables) ก่อนซึ่งการศึกษาวิจัยครั้งนี้มี ตัวแปรที่วัดในระดับนามบัญญัติ ได้แก่ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษา เนื่องจากสถานภาพสมรส เป็นตัวบ่งชี้การได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่เป็นแหล่ง ประโยชน์ที่สำคัญ (สมจิต หนูเจริญกุล, 2536) ที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง อย่างเหมาะสม เพราะการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกมี คุณค่า มีความมั่นใจในตนเอง ซึ่งจะก่อให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมการดูแล ตนเอง ส่วนระดับการศึกษานั้น โอเรม (Orem, 1985) เชื่อว่าการศึกษาเป็นสิ่งสำคัญต่อ การพัฒนาความรู้ ทักษะ และ ทักษะที่ดีต่อการดูแลตนเอง ทำให้สามารถเข้าใจภาวะ สุขภาพและการรักษาได้ดี ซึ่งจะเอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติกิจกรรมในการดูแลตนเอง ดังนั้นจึงกำหนดตัวแปรดังกล่าวเป็นตัวแปรหุ่นดังนี้

สถานภาพสมรส กำหนดให้ สถานภาพสมรส มีคู่สมรส = 2

สถานภาพสมรส ไม่มีคู่สมรส = 1

ระดับการศึกษา กำหนดให้ ไม่ได้เรียนหนังสือ = 1

ประถมศึกษา = 2

มัธยมศึกษา = 3

อาชีวศึกษาหรืออนุปริญญา = 4

อุดมศึกษา = 5