

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือแบบศึกษาโดยการสุ่มสองกลุ่มวัดสองครั้ง คือ มีการเลือกตัวอย่างเข้าสู่กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการสุ่ม และมีการวัดตัวแปรตามก่อนให้สิ่งทดลอง และวัดตัวแปรตามหลังให้สิ่งทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยมีระยะห่างในการวัดตัวแปรตามเท่ากับ 4 เดือน (The Randomized Control-Group Pretest-Posttest Designs) โดยมีรูปแบบการทดลอง ดังภาพที่ 5

R	O ₁	X ₁	O ₂	กลุ่มทดลอง
R	O ₃	X ₂	O ₄	กลุ่มควบคุม

ภาพที่ 5 รูปแบบการทดลอง

โดยกำหนดให้

R หมายถึง การสุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย

O₁ หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองก่อนให้สิ่งทดลองในกลุ่มทดลอง

X₁ หมายถึง การให้โปรแกรมการควบคุมตนเอง

X₂ หมายถึง การให้ความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

O₂ หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองหลังให้สิ่งทดลองในกลุ่มทดลอง

O₃ หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองก่อนให้สิ่งทดลองในกลุ่มควบคุม

O₄ หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองหลังให้สิ่งทดลองในกลุ่มควบคุม

ประชากร

ประชากรที่ศึกษา คือ ภรรยาทหารเรือที่มีสามีปฏิบัติราชการอยู่ในเขตพื้นที่อำเภอสตึก จังหวัดชลบุรี จำนวน 3,600 คน (แบบรายงานขออนุญาตเข้าพังกอศัย พ.ศ. 2535-ปัจจุบัน)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ ภรรยาทหารเรือที่มีสามีปฏิบัติราชการอยู่ในเขตพื้นที่อำเภอสตึก จังหวัดชลบุรี โดยทำการศึกษาเฉพาะผู้ที่มีที่พักอาศัยของครอบครัวอยู่ในอาคารที่พักอาศัย ส่วนกลาง กองทัพเรือ พื้นที่อำเภอสตึก จังหวัดชลบุรี จำนวน 120 ราย เนื่องจากเป็นบริเวณที่มีการรวมกลุ่มกันอยู่เป็นจำนวนมากของครอบครัวทหารเรือ โดยมีวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเปิดตารางประมาณกลุ่มตัวอย่างจากอำนาจการวิเคราะห์ทางสถิติ (Power Analysis) โดยกำหนดค่าอำนาจในการทดสอบ (Power of Test) เท่ากับ .80 และขนาดของอิทธิพลที่ต้องการศึกษา (Effect Size) เท่ากับ .50 (ระดับปานกลาง) ซึ่งถือว่าเพียงพอเนื่องจากเป็นงานวิจัยที่ไม่เคยมีการศึกษามาก่อน และกำหนดให้ระดับนัยสำคัญที่ .05 ทำการทดสอบทางเดียว (One-Tailed Test) ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 ราย (Munro, 2001, pp. 127-128 citing Cohen, 1987) แต่เพื่อป้องกันการขาดหายของกลุ่มตัวอย่างในระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยได้เพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 20 ทำให้การศึกษารั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น จำนวน 120 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 60 ราย และกลุ่มควบคุม 60 ราย แต่เนื่องจากขณะทำการทดลองพบว่าการขาดหายของกลุ่มตัวอย่าง มีสาเหตุจาก การติดกิจธุระ หรือภาระงาน การเดินทางกลับภูมิลำเนาเดิมเนื่องจากเป็นช่วงปิดภาคการศึกษาของบุตร การลืมเวลานัดหมาย และการขาดการติดต่อสื่อสารเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเปลี่ยนหมายเลข โทรศัพท์เคลื่อนที่บ่อยครั้ง ทำให้กลุ่มทดลองเหลือ 53 ราย และกลุ่มควบคุมเหลือ 51 ราย เพื่อให้สิ่งทดลองมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงในเรื่องที่ต้องการศึกษามากที่สุด ต้องมีการควบคุมคุณลักษณะของตัวอย่างที่ศึกษา เพราะคุณลักษณะบางอย่างของกลุ่มตัวอย่างสามารถมีอิทธิพลต่อเรื่องที่ต้องการวัด (ธวัชชัย วรพงษ์, 2543) ผู้วิจัยจึงควบคุมคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง โดยนำกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมาจับคู่รายบุคคล (Matched Subjects) โดยใช้คุณลักษณะด้านอายุ และระดับการศึกษา ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การตรวจดูด้วยตนเองเป็นเกณฑ์ พบว่ามีกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 2 ราย ที่มีอายุแตกต่างจากกลุ่มมาก คือ มีอายุ 20 ปี และ 58 ปี จึงนำกลุ่มตัวอย่าง 2 รายนี้ออก ทำให้เหลือกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณลักษณะเหมือนกันจำนวนกลุ่มละ 51 ราย

2. กำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่าง คุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างมีลักษณะดังนี้ คือ

- 2.1 ภรรยาทหารเรือที่มีอายุระหว่าง 20-59 ปี
- 2.2 ไม่ได้ประกอบอาชีพ
- 2.3 ไม่เคยมีความผิดปกติของเต้านมที่ต้องรักษา เช่น เนื้องอก หรือมะเร็งของเต้านม
- 2.4 มีความสามารถในการรับรู้และสื่อภาษาไทยได้
- 2.5 ให้ความร่วมมือในการทำวิจัย

3. การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ดังนี้

3.1 สุ่มอาคารที่พักอาศัย ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก เลือกอาคารที่พักอาศัย ดังนี้

3.1.1 อาคารที่พักอาศัยนายทหารสัญญาบัตร จำนวน 7 อาคาร ประกอบด้วย อาคารที่ 1 ถึง 7 จับฉลากมาเพียง 2 อาคาร ได้อาคารที่ 2 และ 5

3.1.2 อาคารที่พักอาศัยนายทหารประทวน จำนวน 38 อาคาร ประกอบด้วย อาคารที่ 1 ถึง 38 จับฉลากมาเพียง 4 อาคาร ได้อาคารที่ 7, 16, 28 และ 33

รวมจับฉลากได้อาคารที่พักอาศัยทั้งสิ้น จำนวน 6 อาคาร จาก 45 อาคาร หลังจากนั้นนำ 6 อาคารที่จับฉลากได้ มาแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ด้วยวิธีการจับฉลากอีกครั้งหนึ่ง ได้ผลดังนี้

กลุ่มที่ 1 ประกอบด้วย อาคารที่พักอาศัยนายทหารสัญญาบัตรที่ 5 และอาคารที่พักอาศัยนายทหารประทวนที่ 16 และ 28

กลุ่มที่ 2 ประกอบด้วย อาคารที่พักอาศัยนายทหารสัญญาบัตรที่ 2 และอาคารที่พักอาศัยนายทหารประทวนที่ 7 และ 33

3.2 สุ่มรายชื่อภรรยาทหารเรือจากหมายเลขห้อง ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ด้วยวิธีการจับฉลากเลือกหมายเลขห้องที่ภรรยาทหารเรืออาศัยอยู่ จากแบบรายงานขออนุญาต เข้าพักอาศัยของอาคารที่พักอาศัยนายทหารสัญญาบัตรที่ 2 และ 5 และอาคารที่พักอาศัยนายทหารประทวนที่ 7, 16, 28 และ 33 จำนวนทั้งสิ้น 120 ราย ดังนี้

3.2.1 กลุ่มที่ 1 จับฉลากเลือกหมายเลขห้องที่ภรรยาทหารเรืออาศัยอยู่ จากอาคารที่พักอาศัยนายทหารสัญญาบัตรที่ 5 จำนวน 15 ราย และจากอาคารที่พักอาศัยนายทหารประทวนที่ 16 และ 28 จำนวน 45 ราย รวมจำนวนทั้งสิ้น 60 ราย

3.2.2 กลุ่มที่ 2 จับฉลากเลือกหมายเลขห้องที่ภรรยาทหารเรืออาศัยอยู่ จากอาคารที่พักอาศัยนายทหารสัญญาบัตรที่ 2 จำนวน 15 ราย และจากอาคารที่พักอาศัยนายทหารประทวนที่ 7 และ 33 จำนวน 45 ราย รวมจำนวนทั้งสิ้น 60 ราย

3.2.3 นำกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 มาจับฉลากอีกครั้งหนึ่ง ให้กลุ่มที่ถูกจับฉลากได้ ในครั้งแรกเป็นกลุ่มทดลอง และให้กลุ่มที่เหลือเป็นกลุ่มควบคุม ดังแสดงในตารางที่ 1

3.3 ในกรณีไม่พบภรรยาทหารเรือ หรือภรรยาทหารเรือปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะทำการจับฉลากแบบไม่คืนแทนที่จนได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนที่กำหนด คือ 60 ราย

ตารางที่ 1 จำนวนอาคาร และภรรยาทหารเรือระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

อาคารพักอาศัย	อาคาร	จำนวน (ราย)	กลุ่มที่ 1		กลุ่ม 2	
			อาคาร	จำนวน (ราย)	อาคาร	จำนวน (ราย)
สัญญาบัตร	อาคารที่ 1-7	752	อาคารที่ 5	15	อาคารที่ 2	15
ประทวน	อาคารที่ 1-38	2,848	อาคารที่ 16 และ 28	45	อาคารที่ 7 และ 33	45
รวม				60		60

การดำเนินการทดลอง

การเตรียมผู้ช่วยวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้ขั้นตอนของการทดลองมีประสิทธิภาพ และมีความคงที่ ผู้วิจัยได้คัดเลือกผู้ช่วยวิจัยในการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ช่วยวิจัย จำนวน 3 ท่าน โดยมีหลักเกณฑ์ในการคัดเลือกคือ เป็นพยาบาลวิชาชีพ มีประสบการณ์ในการทำงานด้านการพยาบาลไม่น้อยกว่า 5 ปี และมีความสมัครใจในการเป็นผู้ช่วยวิจัย

2. ผู้วิจัยจัดอบรมผู้ช่วยวิจัยเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกัน ก่อนที่จะทำการทดลองจริง 1 สัปดาห์ ณ ห้องประชุมกองสตูดิโอเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ดังนี้

2.1 แจกเอกสารประกอบการอบรม ประกอบด้วย แผนการสอนการอบรมทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง และคู่มือการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง

2.2 อธิบายแผนการสอนการอบรมทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง เกี่ยวกับโครงสร้างของเต้านม โรคมะเร็งเต้านม และการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง

2.3 อธิบายคู่มือการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง เกี่ยวกับแนวคิดหลักการในการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง และขั้นตอนของโปรแกรมการควบคุมตนเอง เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมของกลุ่มทดลอง

2.4 อธิบายบทบาทหน้าที่ของผู้ช่วยวิจัยในการเป็นผู้สอน สังเกต และให้คำแนะนำเกี่ยวกับการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง และบทบาทหน้าที่ในการเป็นผู้นิเทศ ติดตาม และประเมินผลของการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของกลุ่มทดลอง

2.5 เปิดโอกาสให้ผู้ช่วยวิจัยซักถามกรณีที่ยังมีข้อสงสัย

2.6 สรุปบทบาทหน้าที่ของผู้ช่วยวิจัย และตรวจสอบความเข้าใจให้ถูกต้องตรงกันระหว่างผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยอีกครั้ง

การทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยให้โปรแกรมการควบคุมตนเองแก่กลุ่มทดลองในสัปดาห์แรกของเดือนมีนาคม และให้ความรู้ตามปกติแก่กลุ่มควบคุมในสัปดาห์ที่สองของเดือนมีนาคม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. กลุ่มทดลอง คือ กลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเองเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยใช้ระยะเวลาในการทดลอง 5 เดือน มีการเข้าพบกลุ่มทดลอง (60 คน) ณ ห้องสมุดอาคารพักส่วนกลาง จำนวน 3 ครั้ง คือ

ครั้งที่ 1 (เดือนมีนาคม) ให้โปรแกรมการควบคุมตนเอง ใช้เวลา 3 ชั่วโมง

ครั้งที่ 2 (เดือนเมษายน) ติดตามผลการควบคุมตนเองครั้งที่ 1 ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที

ครั้งที่ 3 (เดือนกรกฎาคม) ติดตามผลการควบคุมตนเองครั้งที่ 2 ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที

และให้กลุ่มทดลองดำเนิน โปรแกรมการควบคุมตนเองที่บ้าน จำนวน 2 ครั้ง ในช่วงเดือนพฤษภาคม และ เดือนมิถุนายน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ (เดือนมีนาคม ณ ห้องสมุดอาคารพักส่วนกลาง)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และกลุ่มทดลอง
2. เพื่อให้กลุ่มทดลองได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทดลองที่ต้องการให้กลุ่มทดลองสามารถตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้อย่างถูกต้องเป็นประจำทุกเดือน
3. เพื่อให้กลุ่มทดลองเข้าใจวิธีการควบคุมตนเองเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และกลุ่มทดลองร่วมกันแนะนำตนเอง เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน
2. ผู้วิจัยชี้แจงให้กลุ่มทดลองทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทดลอง โดยอธิบายถึงผลดีของการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองที่ถูกต้องเป็นประจำทุกเดือน

3. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยอบรมทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองแก่กลุ่มทดลองตามแผนการสอน เรื่องการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง (ส่วนที่ 1) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยถ่ายทอดความรู้เรื่อง โครงสร้างของเต้านม โรคมะเร็งเต้านม และการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง แก่กลุ่มทดลอง (60 คน) ด้วยภาพพลิก และหุ่นเต้านม

3.2 ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยสอนทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองแก่กลุ่มทดลอง โดยแบ่งกลุ่มทดลองเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน ในแต่ละกลุ่มจะมีผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยประจำกลุ่มละ 1 คน ทำหน้าที่เป็นผู้สอน สังเกต ให้คำแนะนำ และตอบข้อสงสัย ดังนี้

3.2.1 ให้กลุ่มทดลองดูซีดีรอม (CD-ROM) เรื่อง การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง 3 ท่า 3 แบบ 3 นิ้ว 3 ระดับ (Triple Touch)

3.2.2 สาธิตและสอนการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยเลือกเฉพาะวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ

3.2.3 ให้กลุ่มทดลองจับคู่กัน และทดลองตรวจเต้านมของตนเอง ตามวิธีการที่สาธิต

3.3 ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัย แจกแผ่นโปสเตอร์ที่มีเนื้อหาประกอบรูปภาพเกี่ยวกับวิธีการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ แก่กลุ่มทดลอง เพื่อใช้เป็นเอกสารในการทบทวนความจำเมื่อกลับไปบ้าน

4. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยอบรมทักษะการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง แก่กลุ่มทดลอง ตามแผนการสอน เรื่องการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง (ส่วนที่ 2) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยแบ่งกลุ่มทดลองเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน (ใช้กลุ่มเดียวกับกลุ่มที่ได้รับการสอนทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง) ในแต่ละกลุ่มจะมีผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยประจำกลุ่มละ 1 คน ทำหน้าที่นิเทศ ติดตาม และประเมินผลการฝึกการควบคุมตนเองแก่กลุ่มทดลอง ดังนี้

4.1 ให้กลุ่มทดลองพูดถึงสภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้าหรือสาเหตุที่ทำให้ตนเองไม่ตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองเป็นรายบุคคล หลังจากนั้นให้ทุกคนร่วมกันเสนอวิธีการที่จะไปจัดการกับสิ่งเร้าหรือสาเหตุที่เกิดขึ้น เพื่อให้กลุ่มทดลองแต่ละรายใช้เป็นแนวทางในการกำหนดวิธีการที่จะไปจัดการกับสาเหตุที่เกิดขึ้นของตนเองที่บ้าน

4.2 ให้กลุ่มทดลองร่วมกันกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่ชัดเจน คือ สามารถตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ ได้อย่างถูกต้อง ทุกวันที่ 7-10 หลังจากวันแรกของการมีประจำเดือน ในกรณีที่ไม่มีประจำเดือนให้ตรวจในวันใดวันหนึ่งของทุกเดือน และเพื่อให้พฤติกรรมเป้าหมายดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มทดลองแต่ละรายเขียนข้อความในการเตือนตนเองลงในแผ่นโปสเตอร์ที่แจกให้ เพื่อนำไปสู่พฤติกรรม การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำทุกเดือน

4.3 ให้กลุ่มทดลองฝึกบันทึกพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเองในแต่ละเดือน โดยบันทึกวันที่ที่คาดว่าจะตรวจเต้านมด้วยตนเอง และบันทึกวันที่ที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองจริงในเดือนนั้น ๆ ลงในแผ่นโปสเตอร์การตรวจเต้านมด้วยตนเอง

4.4 ให้กลุ่มทดลองฝึกประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง โดยการนำผลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเองมาเปรียบเทียบว่าในแต่ละเดือนตนเองได้ตรวจเต้านมตรงตามวันที่ที่ได้คาดหวังไว้หรือไม่

4.5 ให้กลุ่มทดลองกำหนดตัวเสริมแรงที่ตนเองต้องการเป็นรายบุคคล และให้ตัวเสริมแรงแก่ตนเอง เมื่อสามารถบันทึกพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเองได้ตรงตามความคาดหวัง และตรงกับพฤติกรรมเป้าหมายที่ตั้งไว้

5. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองช่วยกันสรุปโปรแกรมการควบคุมตนเอง และเปิดโอกาสให้กลุ่มทดลองซักถามเพิ่มเติม

6. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะทำการทดลองครั้งต่อไปจนถึงวันที่สิ้นสุดการทดลอง

ครั้งที่ 2 ติดตาม และประเมินผลการควบคุมตนเองครั้งที่ 1 ทางโทรศัพท์ (เดือนเมษายน) วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตาม และประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของกลุ่มทดลองครั้งที่ 1

2. เพื่อรับทราบปัญหาและเป็นที่ปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมให้แก่กลุ่มทดลอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยติดตามและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมแก่กลุ่มทดลองทางโทรศัพท์ โดยมีประเด็นคำถามดังนี้

1.1 ภายหลังจากที่ได้รับการอบรม ได้ตรวจเต้านมด้วยตนเองหรือไม่ (ถ้าไม่ เพราะสาเหตุใด)

1.2 ขณะตรวจเต้านมด้วยตนเอง พบปัญหา หรืออุปสรรคใดบ้าง

1.3 มีการลงบันทึกพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในแผ่นโปสเตอร์ที่แจกให้หรือไม่ (ถ้าไม่ เพราะสาเหตุใด)

1.4 ภายหลังจากที่ตรวจเต้านมของตนเองตรงตามที่ได้คาดหวังไว้ ได้ให้รางวัลแก่ตนเองหรือไม่ (ถ้าไม่ เพราะสาเหตุใด)

2. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ที่จะทำการทดลองครั้งต่อไป

ครั้งที่ 3-4 ดำเนินการควบคุมตนเองที่บ้าน (เดือนพฤษภาคม ถึงเดือนมิถุนายน)

วัตถุประสงค์

เพื่อให้กลุ่มทดลองได้เรียนรู้การควบคุมตนเองเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตรวจ
มะเร็งเต้านมของตนเองที่บ้าน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองนำกระบวนการควบคุมตนเอง ประกอบด้วย การจัดตั้งแวดล้อม
ที่เอื้อต่อการตรวจเต้านมด้วยตนเอง การบันทึกพฤติกรรมตรวจเต้านมด้วยตนเอง การประเมิน
ผลการบันทึก และการให้รางวัลแก่ตนเองที่ได้ฝึกปฏิบัติในครั้งที่ 1 ไปดำเนินการด้วยตนเองที่บ้าน
เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง
2. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรมตรวจมะเร็ง
เต้านมของตนเอง เพื่อนำมาใช้ในการพบกันครั้งต่อไป (ครั้งที่ 5)

ครั้งที่ 5 ปัจฉินิเทศ (เดือนกรกฎาคม)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตาม และประเมินพฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของกลุ่มทดลอง
ครั้งที่ 2
2. เพื่อให้กลุ่มทดลองสรุปผลของการควบคุมตนเอง ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง
3. เพื่อให้กลุ่มทดลองนำประโยชน์ที่ได้จากการใช้การควบคุมตนเองไปใช้ในการ
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองต่อไป

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มทดลองรายงานผลการปฏิบัติตนในการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองในครั้งที่ผ่านมา
 2. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มทดลองแสดงความคิดเห็นและเปรียบเทียบพฤติกรรม
การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง
 3. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มทดลองสรุปผลการเรียนรู้และประโยชน์ที่ได้รับจาก
การควบคุมตนเองในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง
 4. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณกลุ่มทดลองและสิ้นสุดการทดลอง
2. กลุ่มควบคุม คือ กลุ่มที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เพื่อเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง โดยใช้ระยะเวลาในการทดลอง 5 เดือน มีการเข้าพบ
กลุ่มควบคุม (60 คน) ณ ห้องสมุดอาคารพักส่วนกลาง จำนวน 2 ครั้ง คือ

ครั้งที่ 1 (เดือนมีนาคม) ให้ความรู้เรื่องการตรวจเด้านมด้วยตนเอง ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

40 นาที

ครั้งที่ 2 (เดือนกรกฎาคม) ติดตามผลการสอนครั้งที่ 1 ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

และให้กลุ่มควบคุมดำเนินการตรวจเด้านมด้วยตนเองตามวิธีการที่ถ่ายทอดที่บ้าน
จำนวน 3 ครั้ง ในช่วงเดือนเมษายน ถึง เดือนมิถุนายน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ครั้งที่ 1 ปทุมนิเทศ (เดือนมีนาคม ณ ห้องสมุดอาคารพักส่วนกลาง)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และกลุ่มควบคุม
2. เพื่อให้กลุ่มควบคุมได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทดลองที่ต้องการให้กลุ่มควบคุม

สามารถตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้อย่างถูกต้องเป็นประจำทุกเดือน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และกลุ่มควบคุมร่วมกันแนะนำตนเอง เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน
2. ผู้วิจัยชี้แจงให้กลุ่มควบคุมทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทดลอง โดยอธิบายถึงผลดีของการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองที่ถูกต้องเป็นประจำทุกเดือน
3. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยอบรมทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองแก่กลุ่มควบคุมตามแผนการสอน เรื่องการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง (ส่วนที่ 1) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้
 - 3.1 ผู้วิจัยถ่ายทอดความรู้เรื่อง โครงสร้างของเต้านม โรคมะเร็งเต้านม และการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง แก่กลุ่มควบคุม (60 คน) ด้วยภาพพลิก และหุ่นเต้านม
 - 3.2 ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยสอนทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองแก่กลุ่มควบคุม โดยแบ่งกลุ่มควบคุมเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน ในแต่ละกลุ่มจะมีผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยประจำกลุ่มละ 1 คน ทำหน้าที่เป็นผู้สอน สังเกต ให้คำแนะนำ และตอบข้อสงสัย ดังนี้
 - 3.2.1 ให้กลุ่มควบคุมดูซีดีรอม (CD-ROM) เรื่อง การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง 3 ทำ 3 แบบ 3 นิ้ว 3 ระดับ (Triple Touch)
 - 3.2.2 สาธิตและสอนการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยเลือกเฉพาะวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ
 - 3.2.3 ให้กลุ่มควบคุมจับคู่กัน และทดลองตรวจเต้านมของตนเอง ตามวิธีการที่สาธิต
 - 3.3 ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัย แจกเอกสารแผ่นพับที่มีเนื้อหาประกอบรูปภาพเกี่ยวกับวิธีการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ แก่กลุ่มควบคุม เพื่อใช้เป็นเอกสารในการทบทวนความจำเมื่อกลับไปบ้าน

4. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะทำการทดลองครั้งต่อไปจนถึงวันที่สิ้นสุดการทดลอง

ครั้งที่ 2-3-4 ดำเนินการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองที่บ้าน(เดือนเมษายน ถึงเดือนมิถุนายน)

วัตถุประสงค์

เพื่อให้กลุ่มควบคุมนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมนำความรู้ และวิธีการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองตามที่ได้รับจากการฝึกปฏิบัติในครั้งที่ 1 ไปดำเนินการต่อที่บ้าน

ครั้งที่ 5 ปังนิเทศ (เดือนกรกฎาคม)

วัตถุประสงค์

เพื่อให้กลุ่มควบคุมสรุปผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มควบคุมรายงานผลการปฏิบัติตนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองในครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มควบคุมแสดงความคิดเห็นและเปรียบเทียบพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองก่อนและหลังได้รับความรู้
3. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณกลุ่มควบคุมและสิ้นสุดการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ เครื่องมือที่นำมาใช้ในระหว่างการทดลอง เพื่อส่งเสริมให้กรรยาทหารเรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมของตนเอง แบ่งเป็นเครื่องมือที่ได้จากการประยุกต์ใช้กระบวนการควบคุมตนเอง และเครื่องมือที่ใช้ในการถ่ายทอดความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ดังนี้

1.1 แผนการสอน เรื่องการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งแบ่งเนื้อหาเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การอบรมทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาคำรา และบททวนเอกสารที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยเนื้อหาเรื่อง โครงสร้างของเต้านม โรคมะเร็งเต้านม และการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง

ส่วนที่ 2 การควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเทคนิคการควบคุมตนเองของ สม โภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2543) ที่มีแนวคิดพื้นฐานมาจาก ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำที่พัฒนาโดยนักจิตวิทยาชาวอเมริกันชื่อสกินเนอร์ (Skinner, 1989 อ้างถึงใน สม โภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543) ประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับกิจกรรม และวิธีดำเนินการควบคุมตนเอง 5 ขั้นตอน คือ การค้นหาสิ่งเร้าและวิธีการที่จะจัดการกับสิ่งเร้า การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย การฝึกสังเกตและบันทึกพฤติกรรม การฝึกประเมินพฤติกรรม และการกำหนดตัวเสริมแรงและให้ตัวเสริมแรงแก่ตนเอง

1.2 ภาพพลิก เรื่องทักษะการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาคำรา และบททวนเอกสารที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยเนื้อหาเรื่อง โครงสร้างของเต้านม (ปกติและผิดปกติ) โรคมะเร็งเต้านม (ความหมาย อาการ และการป้องกัน) และการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง

1.3 ซีดีรอม (CD-ROM) เรื่องการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองแบบ 3 ทำ 3 แบบ 3 นิ้ว 3 ระดับ (Triple Touch) ของสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ความยาวประมาณ 20 นาที เนื้อเรื่องโดยย่อ ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง แบบนิ้วสัมผัส โดยสาริตการตรวจ 3 ทำ 3 แบบ 3 นิ้ว 3 ระดับ (Triple Touch)

1.4 เอกสารแผ่นพับเรื่องการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ของกระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับมูลนิธิธันยรักษ์ ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ประกอบด้วย เนื้อหาเรื่อง โรคมะเร็งเต้านม การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง 3 ทำ 3 แบบ 3 นิ้ว 3 ระดับ และ ปฏิทินการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง

1.5 แผ่นโปสเตอร์เรื่องการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจาก เอกสารแผ่นพับเรื่องการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ของกระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับมูลนิธิธันยรักษ์ ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี โดยด้านบนของโปสเตอร์มีเนื้อหา และรูปภาพเกี่ยวกับการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในทำยืน ขณะอาบน้ำ และด้านล่างของโปสเตอร์มีพื้นที่ว่างสำหรับบันทึกวันที่ในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง และ เขียนข้อความในการเตือนตนเองเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำทุกเดือน

1.6 แบบบันทึกพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามหลักของกระทรวงสาธารณสุข และสมาคมโรคมะเร็งแห่งสหรัฐอเมริกา (American Cancer Society, 2000 a) มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินความเข้าใจในการปฏิบัติพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือ โดยเนื้อหาในการบันทึกครอบคลุมถึงขั้นตอนในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง แต่ละข้อควมมีลักษณะคำตอบ คือ ปฏิบัติ และ ไม่ปฏิบัติ

1.7 แบบสำรวจตัวเสริมแรง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดการประยุกต์ใช้กระบวนการควบคุมตนเอง มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจตัวเสริมแรงที่กลุ่มทดลองต้องการเมื่อสามารถปฏิบัติพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้ตรงตามเกณฑ์ที่กำหนด

1.8 แบบสังเกตความถูกต้องในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามหลักของกระทรวงสาธารณสุข และสมาคมโรคมะเร็งแห่งสหรัฐอเมริกา (American Cancer Society, 2000 a) เป็นแบบสังเกตประกอบด้วยข้อความที่บรรยายเกี่ยวกับท่าทางในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในท่ายืนขณะอาบน้ำ แต่ละข้อควมมีลักษณะคำตอบ คือ ปฏิบัติถูกต้อง ปฏิบัติไม่ถูกต้อง และ ไม่ปฏิบัติ โดยประเมินเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 2 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

1 คะแนน เท่ากับ ปฏิบัติถูกต้อง หมายถึง ปฏิบัติถูกต้องตามกิจกรรมที่กำหนด

0 คะแนน เท่ากับ ปฏิบัติไม่ถูกต้อง หมายถึง ปฏิบัติไม่ถูกต้องตามกิจกรรมที่กำหนด

และ ไม่ปฏิบัติ หมายถึง ไม่มีการปฏิบัติตามกิจกรรมที่กำหนด

ในการแปลผลคะแนนจะดูจากผลรวมของคะแนนที่ได้รับ ถ้าผลรวมของคะแนนมีค่าสูง หมายถึง มีพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมได้ถูกต้องมากกว่า

2. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ เครื่องมือที่นำมาใช้ในระยก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง เพื่อประเมินและเปรียบเทียบพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือ ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล และ แบบประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของภรรยาทหารเรือ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยการศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องว่ามีปัจจัยส่วนบุคคลใดบ้าง ที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือ ลักษณะแบบสอบถามเป็นคำถามปลายเปิด ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับ อายุ ระดับการศึกษา ความถี่ในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง วิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการตรวจเต้านมโดยบุคลากรทางการแพทย์หรือพยาบาล

2.2 แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามหลักเกณฑ์ของกระทรวงสาธารณสุข และสมาคมโรคมะเร็งแห่งสหรัฐอเมริกา (American Cancer Society, 2000 a) โดยข้อคำถามประกอบด้วย ช่วงเวลาในการตรวจ ความถี่ในการตรวจ และท่าทางในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง แต่ละข้อคำถามจะมีลักษณะคำตอบ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และไม่ปฏิบัติ โดยประเมินเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

2 คะแนน เท่ากับ ปฏิบัติทุกครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัติเป็นประจำและสม่ำเสมอ

1 คะแนน เท่ากับ ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง มีการปฏิบัติเป็นครั้งคราวไม่สม่ำเสมอ

0 คะแนน เท่ากับ ไม่ปฏิบัติ หมายถึง ไม่มีการปฏิบัติเลย

พฤติกรรมกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง จากข้อคำถามจำนวน 22 ข้อ ให้ระดับค่าคะแนน 0 ถึง 2

ในการแปลผลคะแนนรวม ค่าคะแนนรวมที่เป็นไปได้อยู่ระหว่าง 0-44 ถ้าผลรวมของคะแนนมีค่าสูง หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้ดีกว่า

ในการแปลผลคะแนนรายข้อ ให้ระดับค่าคะแนน 0-2 แบ่งเป็น ระดับน้อย ระดับปานกลาง และระดับมาก การให้ความหมายของคะแนนเฉลี่ยรายข้อให้ความหมาย ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 0.00-0.69 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการตรวจในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 0.70-1.39 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการตรวจในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.40-2.00 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการตรวจในระดับมาก

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพทั้งความตรงทางด้านเนื้อหา (Content Validity) และตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) ก่อนนำไปใช้จริง ดังนี้คือ

1. สื่อที่ใช้ประกอบการถ่ายทอดความรู้เรื่องโรคมะเร็งเต้านม และการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ประกอบด้วย ภาพพลิก ซีดีรอม (CD-ROM) เอกสารแผ่นพับ และแผ่นโปสเตอร์ พัฒนาจากตำรา และเอกสารที่ได้รับการตรวจสอบเนื้อหาและความถูกต้องโดยกระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับมูลนิธิธันยรักษ์ ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

2. แผนการสอน เรื่องการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ผู้วิจัยนำไปตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านเทคนิคการควบคุมตนเอง 1 ท่าน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคมะเร็งเต้านม 1 ท่าน อาจารย์พยาบาล ผู้เคยผ่านประสบการณ์การทำวิจัยเกี่ยวกับการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง 2 ท่าน และพยาบาล

ผู้เชี่ยวชาญในการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านม 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของโครงสร้าง ภาษา สอดคล้องของเนื้อหา กิจกรรมการสอน ความเหมาะสมของเวลา และข้อเสนอแนะอื่น ๆ เมื่อผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเป็นที่เรียบร้อยแล้ว นำคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิส่วนใหญ่ คือ ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ใน 5 ท่าน เป็นเกณฑ์ในการปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา ในส่วนของการตรวจสอบความเที่ยงของแผนการสอน ผู้วิจัยนำแผนการสอน ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับภรรยาทหารเรือที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย เพื่อดูความเหมาะสมของเนื้อหา กิจกรรมการสอน และความเหมาะสมของเวลาในการสอน จากนั้นนำแผนการสอนที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

3. แบบสังเกตความถูกต้องในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจ ในทำขึ้นขณะอาบน้ำ ผู้วิจัยนำไปตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิกลุ่มเดียวกับที่ ตรวจสอบแผนการสอน เรื่องการควบคุมตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เพื่อตรวจสอบความ สอดคล้องของเนื้อหา และภาษาของข้อคำถาม เมื่อผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัย เลือกข้อคำถามที่ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นสอดคล้องกัน ร้อยละ 80 ขึ้นไปไว้ ส่วนข้อคำถามที่มี ความเห็นสอดคล้องกันน้อยกว่าร้อยละ 80 นำมาปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ภายใต้ คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา ในส่วนของการตรวจสอบความเที่ยงของแบบสังเกต ผู้วิจัยนำไป ตรวจสอบความเที่ยงโดยใช้ผู้สังเกต 2 คน คือ ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัย ทำการสังเกตพฤติกรรม การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง โดยวิธีการคลำตรวจในทำขึ้นขณะอาบน้ำ ในภรรยาทหารเรือที่มี ลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย โดยสังเกตพร้อม ๆ กัน และนำคะแนนที่ได้จาก การสังเกตของผู้สังเกตทั้ง 2 คน ไปตรวจสอบความเที่ยงของแบบสังเกตโดยหาค่าสัมประสิทธิ์ ความสอดคล้องระหว่างผู้สังเกต 2 คน ด้วยสูตรของ โพลิต และฮังเลอร์ (Polit & Hungler, 1991 อ้างถึงใน ทศนีย์ นะแสง, 2542) ดังนี้

$$\begin{aligned}
 \text{ความเที่ยงของการสังเกต} &= \frac{\text{จำนวนการสังเกตที่เหมือนกัน}}{\text{จำนวนการสังเกตที่เหมือนกัน} + \text{จำนวนการสังเกตที่ต่างกัน}} \\
 &= \frac{116}{116 + 24} \\
 &= 0.83
 \end{aligned}$$

4. แบบประเมินพฤติกรรม การตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ผู้วิจัยนำไปตรวจสอบ ความตรงด้านเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิกลุ่มเดียวกับที่ตรวจสอบแผนการสอน เรื่องการควบคุม

ตนเองในการตรวจเด้านมด้วยตนเอง ในครั้งแรกผู้วิจัยนำมาคำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหา ซึ่งในเครื่องมือที่สร้างขึ้นใหม่ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาควรมีค่ามากกว่าหรือเท่ากับ .80 ขึ้นไป จึงจะยอมรับได้ (สุภาพร มหาวรรณ, 2544 อ้างอิงจาก David, 1992) ผู้วิจัยจึงนำมาปรับเนื้อหาและ ภาษาของแบบประเมินตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบซ้ำ จากนั้นจึงนำมาคำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหาอีกครั้งจนได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาตาม เกณฑ์ที่กำหนด ในส่วนของการตรวจสอบความเที่ยงของแบบประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็ง เต้านมด้วยตนเอง ผู้วิจัยตรวจสอบความเที่ยงโดยนำแบบประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองไปทดลองใช้กับภรรยาทหารเรือที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย หลังจากนั้นทำการตรวจสอบความเที่ยงของแบบประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficiency) ได้ค่า ความเชื่อมั่นแบบประเมินพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ระดับสูง ($r = .98$)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบ ถึงโครงการวิจัยและวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือในการเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยให้ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยด้วยตนเอง โดยความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะ ถอนตัวออกจากการวิจัยได้ทุกเมื่อถ้าต้องการและจะ ไม่มีผลเสียใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลของ กลุ่มตัวอย่างจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ ข้อมูลที่ได้จะนำมาใช้เฉพาะในการศึกษาครั้งนี้เท่านั้น และ นำเสนอข้อมูลโดยรวม ขึ้นตอนและวิธีการในการศึกษาไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อกลุ่มตัวอย่าง และ กลุ่มตัวอย่างจะได้รับประโยชน์เกี่ยวกับความรู้และวิธีการในการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ถ้ากลุ่มตัวอย่างมีปัญหา ไม่สบายใจ หรือไม่สะดวกใจเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยยินดีช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาตามความเหมาะสม หรือถ้ากลุ่มตัวอย่างต้องการข้อมูลเพิ่มเติมหรือต้องการทราบ ผลการวิจัย ผู้วิจัยยินดีที่จะให้รายละเอียดตามต้องการ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง จำนวน 2 ครั้ง คือ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อน การทดลอง (Pre Test) และเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลอง (Post Test) มีระยะเวลาห่างกัน 4 เดือน โดยผู้วิจัยจะเริ่มเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมให้ครบตามจำนวนก่อน แล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูล ในกลุ่มทดลอง เพื่อป้องกันการปนเปื้อนระหว่างกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยทำหนังสือถึงหัวหน้าสำนักงานเจ้าหน้าที่ควบคุมดูแลอาคารที่พักอาศัย ส่วนกลาง กองทัพเรือ พื้นที่สัดหีบ จังหวัดชลบุรี เพื่อขออนุญาต และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 ผู้วิจัยทำหนังสือเชิญประชุมถึงกลุ่มตัวอย่างโดยตรง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนของการทดลอง พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการเข้าร่วมประชุม

1.3 ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง ณ ห้องสมุดอาคารพักส่วนกลางเป็นครั้งแรก กล่าวแนะนำตนเอง อธิบายวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการทดลอง พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการวิจัย โดยชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัย หรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย เมื่อกลุ่มตัวอย่างตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยแล้ว ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ให้เวลาในการตอบประมาณ 15 นาที แล้วเก็บแบบประเมินคืน พร้อมตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูล ก่อนที่จะกล่าวขอบคุณ และนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะเริ่มทำการทดลองในครั้งต่อไป

1.4 กลุ่มตัวอย่างที่ไม่เข้าร่วมประชุม หรือไม่ให้ความร่วมมือในการวิจัย จะตัดออกจากการเป็นกลุ่มตัวอย่าง และทำหนังสือเชิญประชุมถึงกลุ่มตัวอย่างใหม่จากบัญชีรายชื่อ และเก็บรวบรวมข้อมูลจนครบตามจำนวน

2. หลังการทดลอง

ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเป็นครั้งที่ 5 (มีระยะเวลาห่างจากครั้งแรก เป็นเวลา 4 เดือน) ณ ห้องสมุดอาคารพักส่วนกลาง เพื่อสรุปผลการทดลอง ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของกลุ่มตัวอย่าง หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองด้วยแบบประเมินชุดเดียวกับที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง ให้เวลาในการตอบประมาณ 15 นาที แล้วเก็บแบบประเมินคืน พร้อมตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูล ก่อนที่จะกล่าวขอบคุณกลุ่มตัวอย่าง และสิ้นสุดการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ด้วยการแจกแจงความถี่ และร้อยละ
2. วิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเอง ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือ หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) โดยมีคะแนนพฤติกรรมการตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองก่อนการทดลอง เป็นตัวแปรร่วม

4. ทดลองนัยสำคัญที่ระดับ .05

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University