

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นแบบการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) แบบศึกษาวัตถุผลครั้งเดียว

ประชากรและเป้าหมายการศึกษา

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ คือ พนักงานชายและหญิงทุกระดับของบริษัท ก. ซึ่งมีพนักงานทั้งสิ้นจำนวน 3,025 คน (ข้อมูลกลุ่มบริหารทรัพยากรมนุษย์ ม.ค. 2550) ในการศึกษา ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่าง อย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จากสูตรของ Yamane (1973)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ

N แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N แทน จำนวนประชากรในการศึกษานี้จำนวน 3,025 คน

E แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างโดยการวิจัยกำหนดที่ร้อยละ 5 คน

$$n = \frac{3,025}{1 + 3,025 (0.05)^2}$$
$$n = 355$$

คิดเป็นประมาณ 355 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะแบบตรวจรายการ (Check List) จำนวน 7 ข้อ โดยถามเกี่ยวกับ อายุ สถานภาพสมรส ประสบการณ์การทำงาน ระดับการศึกษา ตำแหน่งงาน ลักษณะการทำงาน และระดับรายได้

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ การเสพยาแอมเฟตามีนของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม 22 ข้อ

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามวัดความเครียด จำนวน 20 ข้อ

วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยผู้ศึกษา สามารถชี้แจงได้ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ผู้วิจัยออกแบบสอบถามให้สอดคล้องตามสมมติฐานเพื่อตรวจสอบข้อเท็จจริง

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ การเสพยาแอมเฟตามีนของพนักงาน

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์-ได้นำแบบสอบถามมาจากเว็บไซต์กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

การสูบบุหรี่ ได้นำแบบสอบถามมาจาก เว็บไซต์ www.smokefreezone.or.th ในบางหัวข้อและผู้วิจัยได้ตั้งคำถามในแบบสอบถามและประยุกต์ให้สอดคล้องกับงานวิจัย โดยทำการทดสอบแบบสอบถามเพื่อให้เกิดความแม่นยำและเที่ยงตรงมากขึ้น

การเสพยาแอมเฟตามีน-ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามในแบบสอบถามและประยุกต์ให้สอดคล้องกับงานวิจัย โดยทำการทดสอบแบบสอบถามเพื่อให้เกิดความแม่นยำและเที่ยงตรงมากขึ้น

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามวัดความเครียด-ได้นำแบบสอบถามมาจากเว็บไซต์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

2. นำเครื่องมือที่สร้างเสร็จแล้วให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ พร้อมด้วยขอคำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไข

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล/ ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลและการพิทักษ์ปกป้องกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย (Protection of Human Subject)

1. ผู้ศึกษาใช้วิธีการ โดยใช้แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือสำหรับเก็บข้อมูลจากพนักงานที่กำหนดเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 355 คน จากประชากรทั้งสิ้น 3,025 คน

2. ข้อมูลเกี่ยวกับ Primary Data ใช้ในการแจกแบบสอบถาม

3. หลังจากได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา ผู้วิจัยได้ดำเนินการตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

4. นำผลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลไปวิเคราะห์ผล

5. ระยะเวลาที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 15 วัน คือ ตั้งแต่วันที่ 10-25 พฤษภาคม 2550

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็นส่วน ๆ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของพนักงาน

1. วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ นำเสนอข้อมูลในรูปตารางประกอบคำบรรยาย

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์, การสูบบุหรี่, ยาแอมเฟตามีนของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม

2. ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2.1 วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบประเมินการติดแอลกอฮอล์กรมสุขภาพจิตได้โดยมีการแปลผลคะแนนดังต่อไปนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2549)

0-7 คะแนน มีความเสี่ยงต่ำ

8-12 คะแนน การดื่มของคุณสามารถก่อให้เกิดอันตรายได้

13 คะแนนขึ้นไป คุณมีความเสี่ยงสูง หรือเสพติดแอลกอฮอล์แล้ว

2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบทดสอบวัดระดับการติดยาโคโคตินโดยมีการแปลผลคะแนนดังต่อไปนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2549)

0-3 คะแนน ไม่นับว่าคุณติดยาโคโคติน

4-5 คะแนน คุณติดยาโคโคตินปานกลาง

6-7 คะแนน คุณติดยาโคโคตินระดับปานกลางและมีแนวโน้มอย่างมากในการพัฒนาไปเป็นการติดยาโคโคตินระดับสูง

8-9 คะแนน คุณติดยาโคโคตินระดับสูง

10 คะแนน คุณติดยาโคโคตินระดับสูงสุด

2.3 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการเสพยาแอมเฟตามีน วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบทดสอบการเสพยาแอมเฟตามีน โดยมีการแปลผลคะแนนดังต่อไปนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2549)

0-3 คะแนน ไม่นับว่าคุณติดยาแอมเฟตามีน

4-5 คะแนน คุณติดยาแอมเฟตามีนปานกลาง

6-7 คะแนน คุณติดยาแอมเฟตามีนระดับปานกลางและมีแนวโน้มอย่างมากในการพัฒนาไปเป็นการติดยาแอมเฟตามีนระดับสูง

8-9 คะแนน คุณติดยาแอมเฟตามีนระดับสูง

10 คะแนนขึ้นไป คุณติดยาแอมเฟตามีนระดับสูงสุด

ตอนที่ 3 แบบวัดความเครียด

3.1 แบบวัดความเครียด และวิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

แบบวัดความเครียดฉบับนี้เป็นแบบวัดความเครียดที่สร้างขึ้นเพื่อวัดความเครียดที่เหมาะสมสำหรับ คนไทย จากกรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมของความเครียด ซึ่งเครื่องมือเท่าที่มีใช้อยู่ขณะนี้ ส่วนใหญ่เป็นแบบวัดบุคลิกภาพ วัดความวิตกกังวล วัดอาการทางกาย และจิตที่สัมพันธ์กับความเครียด ดังนั้น เครื่องมือชุดนี้ จึงเหมาะที่จะนำมาใช้เพื่อหาข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดของผู้ที่จะมารับบริการ ทราบที่มาของ ความเครียด การใช้ชีวิตประจำวันที่มีการเกิดความเครียดหรือการปรับตัวรับกับความเครียด และอาการของ ความเครียดที่เกิดขึ้นได้ เหมาะจะใช้ในการให้บริการปรึกษาและแนะนำในเรื่องนี้

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความเครียดของบุคคลว่าอยู่ในระดับใด มากน้อยแค่ไหน ก่อนจะนำไปสู่การแก้ไข ที่เหมาะสม

วิธีการนำไปใช้ แบบวัดความเครียด เป็นแบบวัดที่ผู้ตอบสามารถตอบได้ด้วยตนเอง ตามข้อความที่ตรง กับความรู้สึกหรือประสบการณ์จริงที่เกิดขึ้นกับผู้ตอบ โดยผู้ตอบต้องอ่านหนังสือได้จะเหมาะกับคนในวัยทำงานหรือวัยเรียน (โดยคำถามที่เกี่ยวกับงาน จะเปลี่ยนเป็นเรื่องเรียนแทน) แบบวัดความเครียดจะ 20 ข้อ แต่ละข้อมี 5 คำตอบ

การให้คะแนน ให้ผู้ตอบอ่านคำถามแล้วสำรวจดูว่าในระยะ 6 เดือนที่ผ่านมา เหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับผู้ตอบบ้าง ถ้าข้อไหนไม่ได้เกิดขึ้นให้ข้ามไปไม่ต้องตอบ แต่ถ้ามีเหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับผู้ตอบให้ประเมินว่าผู้ตอบ มีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น แล้วให้เครื่องหมายในช่อง นั้น ๆ การให้คะแนนของแบบวัดความเครียดสวนปรุง เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับให้คะแนน 1-2-3-4-5 ดังนี้

ตอบไม่รู้สึกละเลย	ให้ 1 คะแนน
ตอบเครียดเล็กน้อย	ให้ 2 คะแนน
ตอบเครียดปานกลาง	ให้ 3 คะแนน
ตอบเครียดมาก	ให้ 4 คะแนน
ตอบเครียดมากที่สุด	ให้ 5 คะแนน

การแปลผล แบบวัดความเครียดสวนปรุง ชุด 20 ข้อ มี คะแนนรวมไม่เกิน 100 คะแนน โดยผลรวมที่ได้ แบ่งออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนน 0-24	เครียดน้อย
คะแนน 25-42	เครียดปานกลาง

คะแนน 43-62 เครียดสูง

คะแนน 63 ขึ้นไป เครียดรุนแรง

โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1.1 ความเครียดในระดับต่ำ (Mild Stress) หมายถึงความเครียดขนาดน้อยๆ และหายไปในระยะ เวลาอันสั้นเป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ความเครียดระดับนี้ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิต บุคคลมี การปรับตัวอย่างอัตโนมัติ เป็นการปรับตัวด้วยความเคยชินและการปรับตัวต้องการพลังงานเพียงเล็กน้อยเป็น ภาวะที่ร่างกายผ่อนคลาย

3.1.2 ความเครียดในระดับปานกลาง (Moderate Stress) หมายถึง ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิต ประจำวันเนื่องจากมีสิ่งคุกคาม หรือพบเหตุการณ์สำคัญ ๆ ในสังคม บุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองออกมาใน ลักษณะความวิตกกังวล ความกลัว ๆ ฯลฯ ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไปไม่รุนแรง จนก่อให้เกิดอันตรายแก่ ร่างกาย เป็นระดับความเครียดที่ทำให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้น

3.1.3 ความเครียดในระดับสูง (Height Stress) เป็นระดับที่บุคคลได้รับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดสูง ไม่สามารถปรับตัวให้ลดความเครียดลงได้ในเวลาอันสั้นถือว่าอยู่ในเขตอันตราย หากไม่ได้รับการ บรรเทาจะนำไปสู่ความเครียดเรื้อรัง เกิดโรคต่าง ๆ ในภายหลังได้

3.1.4 ความเครียดในระดับรุนแรง (Severe Stress) เป็นความเครียดระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมา อย่างต่อเนื่องจนทำให้บุคคลมีความล้มเหลวในการปรับตัวจนเกิดความเบื่อหน่าย ห้อแท้ หมดแรง ควบคุมตัวเอง ไม่ได้ เกิดอาการทางกายหรือโรคร้ายต่าง ๆ ตามมาได้ง่าย การนำไปใช้ประโยชน์ แบบวัดความเครียดสามารถนำไปใช้ได้ทั้งในงานศึกษาวิจัยเชิงสำรวจหรือวิเคราะห์ และเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในงานทางคลินิก เช่น ในคลินิกหลายเครียดเป็นต้น

ข้อจำกัด

1. แบบวัดความเครียดฉบับสั้น มี 20 ข้อ ไม่สามารถจะแยกสาเหตุหรืออาการต่าง ๆ ของความเครียดได้ บอกระดับความเครียดได้เพียงคำคร่าว ๆ แต่จะเหมาะกับงานสำรวจที่ต้องการผล รวดเร็ว การตอบที่ง่ายและ สะดวกต่อการใช้

2. แบบวัดนี้เหมาะกับผู้ตอบในวัยทำงานหรือวัยเรียน หากจะนำไปใช้กับคนในกลุ่มอื่นที่มีลักษณะแตกต่างไปจากนี้ เช่น ในเด็กหรือผู้สูงอายุ ควรจะต้องทำการปรับเปลี่ยนรูปแบบ หาความแม่นยำ และเกณฑ์การ แบ่งระดับความเครียดใหม่

3. การประเมินระดับความเครียดของแบบทดสอบ ได้จากคะแนนรวมของแต่ละข้อคำถาม หากผู้ตอบมี ความเครียดกับเหตุการณ์เพียงไม่กี่ข้ออย่างรุนแรง คะแนนรวมออกมาอาจจะ

อยู่ในระดับเดียวกับคนที่เครียด ต่ำต่อหลาย ๆ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตก็ได้

4. แบบทดสอบนี้ เป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง อาจเกิดความลำเอียงโดยธรรมชาติของคนที่ย่อม อยากแสดงตนในด้านดี หรือตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง หรือคนที่ชอบปฏิเสธต่อความเครียด อาจจะรายงานให้ดู น้อยกว่าความเป็นจริง ผลการวัดความเครียดที่ประเมินได้ จะไม่ตรงกับความเป็นจริง ผลการวัดความเครียดที่ ประเมินได้จะไม่ตรงกับความเป็นจริง ดังนั้น การวัดความเครียด ถ้าจะให้ผลถูกต้องก็ต้องวัดหลาย ๆ ด้าน

5. ในการวิจัยครั้งนี้ได้นำโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ Spss ประกอบในการคำนวณ

6. การวิเคราะห์ตัวแปรต่าง ๆ ในวิจัยฉบับนี้จะใช้วิธีการคำนวณแบบไค-สแควร์ ประกอบเพื่อให้เกิดความเที่ยงตรงและแม่นยำในผลลัพธ์ที่ได้โดยการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จากสูตร

$$\chi^2 = \sum_j \sum_k \frac{(O-E)^2}{E}$$

O คือ ข้อมูลจริง

E คือ ค่าคาดหวัง

j คือ ระดับตัวแปรแถว

k คือ ระดับตัวแปรสดมภ์

χ^2 จะมีการแจกแจงแบบไคสแควส์โดยมี $df = (j-1)(k-1)$