

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ผู้วิจัยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ
4. การดำเนินการทดลอง
5. วิธีการดำเนินการทดลอง
6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ พยาบาลวิชาชีพ ที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี และเป็นผู้ที่ตอบแบบสำรวจพฤติกรรมสุขภาพประจำปีของโรงพยาบาลในช่วงเดือนพฤษภาคม- กันยายน 2553 ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคในกลุ่มภาวะเมตาบอลิกซินโดรม (Metabolic Syndrome) จำนวน 275 ราย

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี และมีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคในกลุ่มภาวะเมตาบอลิกซินโดรม (Metabolic Syndrome) โดยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1.2.1 มีระดับคะแนนจากการทำแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25

1.2.2 มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคในกลุ่มภาวะเมตาบอลิกซินโดรม (Metabolic Syndrome) คือ

- อ้วน ($BMI \geq 30 \text{ kg/m}^2$ หรือ อัตราส่วนระหว่างเส้นรอบวงเอวต่อสะโพก, W/H ratio >0.9 ในผู้ชายหรือ >0.85 ในผู้หญิง)

- ความดันโลหิต $\geq 140/90$ มม.ปรอท หรือรับประทานยาลดความดันโลหิตอยู่

1.2.3 มีความสนใจและสามารถเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม

ตามแนวคิดทฤษฎีเผชิญความจริง ได้ครบตามกำหนดเวลาระหว่างดำเนินการวิจัย

1.2.4 จากนั้นสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง

จำนวน 24 คน และทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งโดยการจับสลาก (Random Assignment)

เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 12 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดทฤษฎีเผชิญความจริง

การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. แบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไปของพยาบาลวิชาชีพที่ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ

ข้อมูลด้านสุขภาพ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ ซึ่งมีทั้งหมด 36 ข้อ โดยมีลักษณะข้อคำถามเชิงบวก โดยผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาข้อความที่เกี่ยวกับการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ออกเป็น 3 ด้าน คือ 1) ด้านการสังเกตตนเอง (Self - Observation) 2) ด้านการตัดสินใจในการดูแลสุขภาพ (Judgement Process) 3) ด้านการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self - Reaction) มีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารและวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ โดยพิจารณาจากคุณลักษณะ 3 ด้าน คือ ด้านการสังเกตตนเอง (Self - Observation) ด้านการตัดสินใจในการดูแลสุขภาพ (Judgement Process) ด้านการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self - Reaction) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ

1.2 สร้างแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ โดยสร้างข้อคำถามให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัย ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพโดยอาศัยแนวคิดของแบนดูรา (Bandura, 1989) ประกอบด้วยข้อคำถามด้านบวก แบ่งเป็น ด้านการสังเกตจำนวน 12 ข้อ ด้านการตัดสินใจ จำนวน 12 ข้อ และด้านการแสดงปฏิกิริยา

ต่อตนเอง จำนวน 12 ข้อ รวม 36 ข้อ การกำหนดคะแนนเรียงลำดับจากน้อยที่สุดถึงมากที่สุดเป็น 1 2 3 4 5 ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบมาตรประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ท แบ่งเป็น 5 ระดับคือ

ข้อความ	ความหมาย	คะแนน
ไม่จริงที่สุด	ไม่ตรงกับความเป็นจริงในการปฏิบัติตนของท่านมากที่สุด	5
ไม่จริง	ไม่ตรงกับความเป็นจริงในการปฏิบัติตนของท่าน	4
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	ตรงกับความเป็นจริงในการปฏิบัติตนของท่านเป็นบางครั้ง	3
จริง	ตรงกับความเป็นจริงในการปฏิบัติตนของท่าน	2
จริงที่สุด	ตรงกับความเป็นจริงในการปฏิบัติตนของท่านมากที่สุด	1

1.3 นำแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบข้อคำถาม จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน (ดังภาคผนวก) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องในเรื่องของความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความสอดคล้องแล้วนำผลการตรวจสอบมาคำนวณหาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม (IOC: Item Objective Congruence Index) ถ้าข้อคำถามใดที่มีความตรงเชิงเนื้อหาตั้งแต่ 0.50 - 1.00 และถ้าข้อใดมีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 ผู้วิจัยได้นำแบบวัดกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ มาปรับปรุงแก้ไขข้อคำถามใหม่ ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

1.4 นำแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพไปทดลองใช้กับพยาบาลวิชาชีพที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะเมตาบอลิกซินโดรม จำนวน 30 ราย ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพथ์ทหารเรือ ที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยแบบวัดในการวิจัยครั้งนี้ได้ทดสอบหาค่าความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค เท่ากับ 0.79 (ดังภาคผนวก)

1.5 นำแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพมาปรับปรุงและไปดำเนินการกับกลุ่มตัวอย่างในการทดลอง

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ผู้วิจัยสร้างโปรแกรม โดยศึกษาทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ตลอดจนการฝึกปฏิบัติการให้การปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนการสร้าง โปรแกรมให้เหมาะสมกับปัญหา โดยกำหนดระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ได้แก่วันอังคาร และวันพฤหัสบดี ช่วงเวลา 14.30 – 16.00 น. จำนวน 4 สัปดาห์ ทั้งหมดจำนวน 8 ครั้ง โดยมีรายละเอียดดังนี้

ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ

ครั้งที่ 2 การรักษาสัมพันธภาพและการพัฒนากระบวนการกำกับตนเองในด้านการ

สังเกต

ครั้งที่ 3 การพัฒนากระบวนการกำกับตนเองในด้านการสังเกต

ครั้งที่ 4-5 การกำกับตนเองในด้านกระบวนการตัดสินใจ

ครั้งที่ 6-7 การกำกับตนเองในด้านกระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

ครั้งที่ 8 ปฐมนิเทศและยุติการให้การปรึกษา

จากนั้นผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ไป ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบ ความชัดเจน ความถูกต้องของภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา จากนั้นผู้วิจัยนำข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะมาปรับแก้โดยนำไปปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา แล้วนำไปดำเนินการวิจัย กับกลุ่มตัวอย่าง

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้พิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยดำเนินการเสนอโครงร่างงานวิจัยต่อคณะกรรมการ จริยธรรมของมหาวิทยาลัยบูรพา หลังจากที่ได้รับความเห็นชอบแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการโดยชี้แจง วัตถุประสงค์และประโยชน์ที่จะได้รับให้กลุ่มตัวอย่างทราบ และสอบถามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมวิจัย ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีอิสระในการตอบรับหรือปฏิเสธที่จะไม่เข้าร่วม การวิจัย หรือหากเข้าร่วมการวิจัยแล้ว กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิในการยกเลิกการเข้าร่วมโครงการเมื่อใด ก็ได้โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อหน้าที่การทำงานหรือสวัสดิการที่กลุ่มตัวอย่างได้รับจากโรงพยาบาล แต่อย่างใด หากผู้วิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างขออนุญาตไม่เข้าร่วมกลุ่ม 1 ครั้ง ผู้วิจัยจะเสริมโปรแกรม เพิ่มให้เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างไม่เสียสิทธิ์ หลังจากนั้นผู้วิจัยจะประเมินและสอบถามความพร้อม ในการเข้าร่วมกลุ่มต่อจนครบ 8 ครั้งตามกำหนด หากกลุ่มตัวอย่างไม่พร้อมสามารถขอยกเลิก การเข้าร่วมกลุ่มได้ทันทีและข้อมูลที่ได้จากการศึกษาทั้งหมดในครั้งนั้น ผู้วิจัยจะเก็บไว้

ในคอมพิวเตอร์ของผู้วิจัย โดยมีรหัสที่ผู้วิจัยทราบและสามารถเปิดเข้าดูข้อมูลได้เพียงคนเดียว โดยไม่มีการเปิดเผยข้อมูลของผู้เข้าร่วมวิจัยผ่านสาธารณชน รวมทั้งจะนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเพื่อวัตถุประสงค์ทางวิชาการของการวิจัยเท่านั้น

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ โดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้จำนวน 24 คน และทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งโดยการจับสลาก (Random Assignment) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 12 คน มีการทดสอบระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 509) โดยมีแบบแผนการวิจัย ดังนี้

	b1 ...	b2 ...	b3 ...
a1	G1 ...	G1 ...	G1 ...
a2	G2 ...	G2 ...	G2 ...

ภาพที่ 4 แบบแผนการทดลอง (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 509)

หมายเหตุ	a1	แทน	กลุ่มทดลอง
	a2	แทน	กลุ่มควบคุม
	b1	แทน	ระยะก่อนการทดลอง
	b2	แทน	ระยะหลังการทดลอง
	b3	แทน	ระยะติดตามผล
	G1	แทน	จำนวนคนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
	G2	แทน	จำนวนคนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

วิธีการดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนในการดำเนินการทดลองดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 เสนอแบบขออนุมัติทำวิทยานิพนธ์ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย เพื่อตรวจสอบขั้นตอนในการทดลองมิให้มีผลกระทบต่อสิทธิและเสรีภาพหรือมีอันตรายใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่างและได้รับอนุมัติให้ดำเนินการวิจัย

1.2 ทำหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัย

1.3 หลังจากได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ เพื่อแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย

2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

2.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มพยาบาลวิชาชีพที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคในกลุ่ม เมตาบอลิกซินโดรม (Metabolic Syndrome) จำนวน 275 ราย ทำแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ จากนั้นคัดเลือกเฉพาะพยาบาลวิชาชีพที่มีระดับคะแนนการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพ ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และสัมภาษณ์ความสมัครใจของผู้ร่วมการทดลอง แล้วแบ่งกลุ่มโดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้จำนวน 24 คน และทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งโดยการจับสลาก (Random Assignment) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน ผู้วิจัยทำความเข้าใจและชี้แจงขั้นตอนในการให้คำปรึกษา โดยสมาชิกต้องเข้าร่วมโปรแกรมการทำกลุ่มครบทั้งหมด 8 ครั้ง และหากมีความจำเป็นไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ครั้งใด ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้าโดยอนุญาตให้ไม่ต้องเข้ากลุ่มได้ 1 ครั้งต่อราย หากเกินกว่านั้นจำเป็นต้องออกจากการวิจัย

2.2 ระยะการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงตามโปรแกรมกับกลุ่มทดลองจำนวน 12 ราย โดยการเข้าร่วมกลุ่มกำหนดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ได้แก่วันอังคาร และวันพฤหัสบดี ช่วงเวลา 14.30 - 16.00 น. จำนวน 4 สัปดาห์ รวม 8 ครั้ง และหากสมาชิกที่มีความจำเป็นไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ ผู้วิจัยจะดำเนินการจัดโปรแกรมเสริมให้เฉพาะรายละ 1 ครั้ง และระหว่างดำเนินการวิจัยหากสมาชิกท่านใดไม่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจนครบตามกำหนด สามารถออกจากกลุ่มได้ตลอดเวลา

2.3 กลุ่มควบคุม ดำเนินกิจกรรมตามปกติ

3. ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดกระบวนการทดลองแล้ว ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามอีกครั้ง เพื่อเป็นคะแนนในระยะหลังการทดลอง

4. ระยะติดตามผล ห่างจากระยะหลังการทดลองเป็นเวลา 2 สัปดาห์ให้กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามอีกครั้ง เพื่อเป็นคะแนนในระยะติดตามผล

5. นำคะแนนระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ

ในกระบวนการทดลอง ผู้วิจัยได้มีวิธีการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อน ดังนี้

1. ห้องที่ใช้ในการทดลองเป็นสถานที่ที่มีความมิดชิด ไม่สามารถมองเห็นคนเดินด้านนอกได้และคนที่อยู่ด้านนอกก็ไม่สามารถมองเข้ามาในห้องทดลองได้
2. กำหนดเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม 60 – 90 นาทีต่อครั้ง
3. กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มปิด คือ ไม่มีสมาชิกเข้ามาเพิ่ม
4. การปฏิบัติตามกฎที่ตกลงไว้ในงานประชุมนิเทศสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคย

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐานหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์
2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่การหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (IOC) และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดตามวิธีการของครอนบาค
3. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน ใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variance: One Between-subjects Variable and One Within-subjects Variable) (Howell, 1977, p. 458, 1999, p. 357)