

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การดำเนินการทดลอง
5. วิธีดำเนินการทดลอง
6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร เป็นผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี มีอายุ 65 ปีขึ้นไปทั้งเพศชายและหญิงที่สมัครใจรวมทั้งมีการเคลื่อนไหวร่างกายและพูดคุยได้ปกติ จำนวน 47 คน ที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยความผาสุกในชีวิตตั้งแต่ 1.00 - 2.49 (หมายถึง ผู้ที่มีความผาสุกในชีวิตตั้งแต่ระดับน้อยถึงปานกลางค่อนข้างน้อย)

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากกลุ่มประชากรที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยความผาสุกในชีวิตตั้งแต่ระดับน้อยจนถึงปานกลางค่อนข้างน้อย โดยวิธีสุ่มอย่างง่าย จำนวน 21 คน และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งแบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 7 คน ประกอบด้วย กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการระลึกถึงความหลังแบบกลุ่ม

ผู้วิจัยจัดทำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังแบบกลุ่มจากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการระลึกถึงความหลังตลอดจนขอคำปรึกษาแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ทรงคุณวุฒิ คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วารี กังใจ และผู้ช่วยศาสตราจารย์

ดร.สมคิด บุญเรือง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการจัดทำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังแบบกลุ่มที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยและสามารถนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการทดลองได้

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบกลุ่ม

ผู้วิจัยจัดทำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบกลุ่มจากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยม ตลอดจนขอคำปรึกษาแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ทรงคุณวุฒิ คือ นางธีรพร สติธังกูร และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมคิด บุญเรือง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการจัดทำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบกลุ่มในผู้สูงอายุที่ถูกต้องเหมาะสมสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยและเหมาะสมกับการนำไปใช้เป็นเครื่องมือทดลอง

3. แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิต

แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้ ผู้วิจัยนำมาจากแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตสำหรับผู้สูงอายุที่สร้างขึ้นโดยเซอร์ ทอมเพ็ญ (2537) ซึ่งสร้างโดยอาศัยแนวคิดที่เกี่ยวกับความผาสุกในชีวิตซึ่งนักวิชาการต่างประเทศได้ทำการศึกษาไว้ คือ ลอว์ตัน (Lawton, 1983) และริฟ (Ryff, 1989) เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์จะกล่าวถึงการยอมรับตนเองทั้งในสิ่งดีและไม่ดี การกล้าคิดกล้าตัดสินใจในสิ่งที่ตนเห็นว่าดีการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น การเปิดใจกว้าง ยอมรับประสบการณ์ใหม่ๆ เพื่อพัฒนาตนเองให้มีประสิทธิภาพ ความพึงพอใจในชีวิต และความรู้สึกว่าเรเบิกบานใจหรือมีความสุขในการดำเนินชีวิตโดยที่ผู้ถูกศึกษาหรือกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประเมินความรู้สึกดังกล่าวด้วยตนเอง

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้มีทั้งหมด 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อที่มีความหมายทางบวก และข้อที่มีความหมายทางลบในแต่ละข้อเป็นประโยคบอกเล่า ประกอบมาตราประเมินค่า 4 หน่วย ตั้งแต่ “เห็นด้วยมากที่สุด” จนถึง “ไม่เห็นด้วย” โดยให้ผู้ถูกสัมภาษณ์เลือกตอบเพียง 1 คำตอบเท่านั้นในแต่ละข้อเกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวก มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

- 4 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า “เห็นด้วยมากที่สุด” เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเป็นประจำ
- 3 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า “เห็นด้วยมาก” เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นบ่อย
- 2 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า “เห็นด้วยน้อย” เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง

1 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า “ไม่เห็นด้วย” เมื่อข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้น

ข้อความที่มีความหมายทางลบจะทำให้คะแนนตรงกันข้ามกับข้อความที่มีความหมายทางบวกเกณฑ์การตัดสินระดับความผาสุกในชีวิต มีดังนี้

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 - 1.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.50 - 2.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.50 - 3.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างมาก

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.50 - 4.00 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับมาก

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรง (validity) หลังจาก ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการระลึกถึงความหลังแบบกลุ่มและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบกลุ่มแล้ว ได้นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหาความเหมาะสมของภาษาที่ใช้และข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้ สำหรับแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตนั้น เนื่องจากผู้วิจัยได้นำแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตสร้างโดยเชอร์ ทونغเพ็ญ (2537) ทำการศึกษาและหาความเที่ยงตรงแล้วเมื่อปี 2537 ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำแบบสัมภาษณ์ไปหาค่าความเชื่อมั่นก่อนนำไปใช้เท่านั้น

2. การหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ผู้วิจัยนำโปรแกรมการระลึกถึงความหลังแบบกลุ่มและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบกลุ่มไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุอำเภอบางระจัน เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ วิธีดำเนินการและเวลาในการทำกลุ่มก่อนนำไปใช้จริงและผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตของคุณเชอร์ ทونغเพ็ญ (2537) ไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุอำเภอบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 33 ราย โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ แอลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบาคเพื่อวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของเครื่องมือได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือทั้งฉบับ .87

การดำเนินการทดลอง

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบสุ่มกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (randomized control group pretest posttest design ดังแสดงในแผนภูมิ

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

	ก่อนทดลอง	ระยะทดลอง	หลังทดลอง	ระยะติดตามผล
RE_1	T_1	X_1	T_2	T_3
RE_2	T_1	X_2	T_2	T_3
	RC	T_1	T_2	T_3

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการวิจัย

- R แทน การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
- E_1 แทน กลุ่มทดลองที่ 1
- E_2 แทน กลุ่มทดลองที่ 2
- C แทน กลุ่มควบคุม
- T_1 แทน การทดสอบก่อนการทดลอง
- T_2 แทน การทดสอบหลังการทดลอง
- T_3 แทน การทดสอบระยะติดตามผล
- X_1 แทน การระลึกถึงความหลัง
- X_2 แทน การให้คำปรึกษาแบบทวิทาง

วิธีดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี เพื่อขออนุมัติในการศึกษาวิจัยและขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัย

1.2 ผู้วิจัยทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาถึงประธานชมรมผู้สูงอายุอำเภอบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี เพื่อขออนุญาตนำแบบสัมภาษณ์ความผาสุกในชีวิตไปหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือทั้งฉบับ .87

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ระยะก่อนการทดลอง

2.1.1 ผู้วิจัยขออนุญาตผู้ดำเนินการกลุ่มผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ทำการสุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่สมัครใจและอยู่ในเกณฑ์ของการพิจารณาจำนวน 129 คน ให้ทำแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิต เลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยความผาสุกในชีวิตตั้งแต่ 1.00 - 2.49 (หมายถึงผู้ที่มีความผาสุกในชีวิตระดับน้อยถึงปานกลางค่อนข้างน้อย) จำนวน 47 คน ทำการสุ่มตัวอย่างครั้งแรกโดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย จำนวน 21 คน และสุ่มอย่างง่ายครั้งที่สองเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่มและกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ใช้คะแนนจากการทำแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างครั้งแรกเป็นคะแนนระยะก่อนทดลอง

2.1.2 ผู้วิจัยเข้าพบผู้สูงอายุทั้ง 21 คน เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการเข้าร่วมการวิจัย

2.2 ระยะทดลอง

2.2.1 ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง

2.2.2 ดำเนินการทดลองโดยผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุที่ได้รับโปรแกรมการระลึกถึงความหลังเข้าร่วมกลุ่มกันในวันจันทร์และพฤหัสบดี และกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเข้าร่วมกลุ่มกันในวันอังคารและศุกร์หรือเปลี่ยนแปลงวันตามความเหมาะสมกับสถานการณ์ แต่ในแต่ละกลุ่มจะต้องเข้าร่วมกลุ่มกันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที เป็นจำนวนกลุ่มละ 8 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมดำเนินกิจวัตรประจำวันตามปกติของตน เริ่มดำเนินการทดลองในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการระลึกถึงความหลังครั้งแรกในวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2546 และกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมครั้งแรกในวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2546

2.3 ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดตามโปรแกรมกลุ่มการระลึกถึงความหลัง ในวันที่ 15 มีนาคม 2546 และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมรายกลุ่ม ในวันที่ 16 มีนาคม 2546 แล้วให้ผู้เข้าร่วมวิจัยและกลุ่มควบคุมตอบแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตเป็นคะแนนหลังการทดลอง (post - test)

2.4 ระยะติดตามผล หลังจากจบการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ คือ ในวันที่ 28 มีนาคม 2546 ผู้วิจัยนัดผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิตทั้ง 3 กลุ่ม เป็นคะแนนในระยะติดตามผล (follow - up)

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (repeated measured analysis of variable : one between subject variable and one with - subject variable) ของฮาวเวล (Howell, 1997, p. 357) และตรวจสอบความถูกต้องของการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยใช้ภาษาคิวเบสิก (QBASIC) (ไพรัตน์ เรืองนาม, 2540) และเมื่อพบความแตกต่างจึงทำการทดสอบด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls procedure)