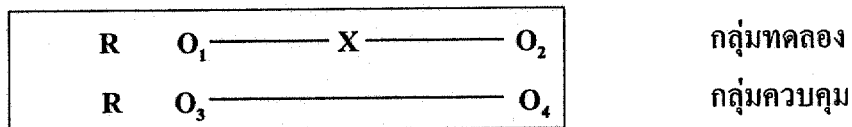


บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ชนิดสองกลุ่มทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Two Group Pretest-Posttest Design) เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมนันทนาการโดยใช้การเล่นดนตรีไทยด้วยอังกะลุงต่อภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าและอาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี ดังมีรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้



ภาพที่ 2 รูปแบบการวิจัย

เมื่อ R หมายถึง	การสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
O ₁ หมายถึง	การประเมินความซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุง
X หมายถึง	โปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุง
O ₂ หมายถึง	การประเมินระดับความซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุหลังเข้าร่วมโปรแกรมเสร็จสิ้น
O ₃ หมายถึง	การประเมินระดับความซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแลตามปกติ (กลุ่มควบคุม)
O ₄ หมายถึง	การประเมินระดับความซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแลตามปกติ (กลุ่มควบคุม)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่มารับการสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง โดยอาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุงเป็นระยะเวลามากกว่า 1 เดือน สามารถมองเห็น ได้ยินเสียงและสื่อสารได้เข้าใจ ไม่เจ็บป่วยเป็นโรคร้ายแรงที่อยู่ในระยะ

ที่แสดงอาการ เช่น โรคปอด โรคหัวใจ และโรคเอดส์ สามารถใช้แขนได้อย่างน้อย 1 ข้าง ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเล่นดนตรีไทยด้วยอังกะลุงมาก่อนและเป็นผู้สูงอายุที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีความซึมเศร้าระดับต่ำโดยใช้แบบทดสอบความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) มีคะแนนความซึมเศร้าตั้งแต่ 13 - 18 คะแนน เป็นผู้ที่ไม่ได้รับยาต้านรักษาอาการซึมเศร้า

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่สุ่มมาจากประชากรที่ศึกษา จำนวน 20 คน มีความยินดีเข้าร่วมการวิจัย แล้วสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน ผู้วิจัยจะดำเนินการสุ่มตัวอย่างเป็นตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. นำหนังสือขออนุญาตจากคณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาเสนอต่อกรมประชาสัมพันธ์เพื่อขออนุมัติในการศึกษาวิจัย
2. พบผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง จังหวัดชลบุรีเพื่อแนะนำตัวชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนของการดำเนินการวิจัย และขอรายชื่อของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง จังหวัดชลบุรี
3. พบผู้สูงอายุ แนะนำตัวเอง อธิบายวัตถุประสงค์ของการประเมินและทำการประเมินระดับความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง จังหวัดชลบุรี โดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS)
4. จัดทำบัญชีรายชื่อผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วทำการสุ่มผู้สูงอายุเข้ากลุ่มทดลอง โดยวิธีการจับสลากแบบไม่แทนที่มาทั้งสิ้น 20 คน
5. พบผู้สูงอายุที่ถูกเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างอีกครั้ง แนะนำตนเอง อธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการทดลองเพื่อขออนุญาตทำการทดลอง เมื่อผู้สูงอายุอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุลงนามยินยอมในใบพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย
6. ถ้าผู้สูงอายุมีคะแนนระดับความซึมเศร้าลดลงหรือไม่ยินยอมเข้าร่วมการทดลอง ผู้วิจัยจะจับสลากกลุ่มใหม่จนครบ 20 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ ชื่อ นามสกุล อายุ เพศ ศาสนา ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเล่นอังกะลุง สถานภาพสมรส ระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์ ประวัติการเจ็บป่วยด้วยโรคทางกายและทางจิต

ส่วนที่ 2 แบบวัดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทย เป็นแบบวัดที่กลุ่มฟื้นฟูสมรรถภาพสมองของไทยได้รวมกลุ่มแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านระบบประสาทและสมอง จิตแพทย์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ พยาบาลจิตเวชศาสตร์ และนักจิตวิทยา ทั้งหมด 29 คน จาก 14 สถาบันทั่วประเทศไทยมาประชุมร่วมกันเพื่อพัฒนาสร้างแบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทยขึ้น โดยใช้ต้นแบบจากแบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุ (Geriatric Depression Screening Scale: GDS) ของ เชซาเวจและคณะและแบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุฉบับภาษาไทยซึ่งแปลโดย อรรพรรณ ลิ้มทองอิน (2535) ที่มีความเชื่อมั่น .94 เป็นหลัก การสร้างแบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทยนี้ได้มีการเรียงเรียงคำถามขึ้นใหม่ในบางหัวข้อเพื่อให้เกิดความชัดเจนและเข้าใจง่ายสำหรับผู้สูงอายุไทย ลักษณะคำถามจะเป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม เป็นการตอบประเมินความรู้สึกของตนเองในช่วงระยะเวลาหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา โดยการตอบคำถามว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” ใน 30 ข้อคำถาม สำหรับการให้คะแนนจะเป็นระบบได้ 0 หรือ 1 คะแนนในแต่ละข้อคำถาม โดยมีข้อความที่เป็นความรู้สึกทางด้านบวก 10 ข้อและความรู้สึกทางด้านลบ 20 ข้อ เมื่อนำแบบวัดนี้ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง 275 รายทั่วประเทศไทย ซึ่งจำแนกเป็นเพศชาย 121 คน เพศหญิง 154 คน ผลพบว่า เวลาเฉลี่ยที่ใช้ในการตอบแบบวัด คือ 10.09 นาที จากนั้นนำคะแนนที่ได้ไปหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือด้วยสูตร คูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson-K-R₂₀) พบว่าได้ค่าความเชื่อมั่นในผู้สูงอายุหญิงเท่ากับ .94 และผู้สูงอายุชายเท่ากับ .91 โดยมีค่าความเชื่อมั่นรวมเท่ากับ .93 (กลุ่มฟื้นฟูสมรรถภาพสมอง, 2537)

เกณฑ์การให้คะแนน คะแนนรวมของแบบสัมภาษณ์อยู่ระหว่าง 0-30 คะแนน

คะแนน 0-12 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุไม่มีภาวะซึมเศร้า

คะแนน 13-18 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้าในระดับต่ำ

คะแนน 19-24 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้าในระดับปานกลาง

คะแนน 25-30 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้าในระดับสูง

ส่วนที่ 3 แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นแบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) ที่ เขวลักษณ์ มหาสิทธิวัฒน์ (2529) ได้แปลและดัดแปลงให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ ทดสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 8 ท่าน และนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุจำนวน 20 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .87 เป็นแบบประเมินชนิดมาตราส่วนประมาณค่า ประกอบด้วยข้อคำถาม 10

ข้อ โดยมีข้อความด้านบวก 5 ข้อและข้อความด้านลบ 5 ข้อโดยผู้สูงอายุเลือกตอบได้ 4 ระดับ ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นอย่างมาก

เห็นด้วย หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้น

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้น

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นอย่างมาก

การให้คะแนนในข้อความที่เป็นบวก ถ้าเห็นด้วยอย่างยิ่งให้ 4 คะแนน เห็นด้วยให้ 3 คะแนน ไม่เห็นด้วยให้ 2 คะแนนและไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งให้ 1 คะแนน ส่วนข้อความที่เป็นลบนั้น ถ้าเห็นด้วยอย่างยิ่งให้ 1 คะแนน เห็นด้วยให้ 2 คะแนน ไม่เห็นด้วยให้ 3 คะแนนและไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งให้ 4 คะแนน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยใช้การเล่นอังกะลุง อังกะลุง และแผ่นกระดานบรรจุโน้ตเพลง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยใช้การเล่นอังกะลุง เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าได้เข้ากลุ่มเพื่อสร้างสัมพันธภาพ เรียนรู้เกี่ยวกับจังหวะ โน้ตเพลง การร้องเพลง การพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและการฝึกเล่นอังกะลุงร่วมกันด้วยความสนใจ มุ่งสนับสนุนให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน การแสดงออกทางพฤติกรรม ความคิด อารมณ์ และร่างกาย เพื่อลดความซึมเศร้าและเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยศึกษาจากตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมกลุ่ม กิจกรรมนันทนาการ การเล่นเกมปริศนาอังกะลุง และการจัดกิจกรรมทางดนตรี การสัมภาษณ์แบบเจาะลึกอาจารย์ผู้สอนอังกะลุงและผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลชลบุรีเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเล่นอังกะลุง นำแผนการจัดกิจกรรมที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและโครงสร้างของแต่ละกิจกรรม จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขและนำไปทดลองใช้ก่อนนำไปใช้จริง ในแผนการจัดกิจกรรมประกอบด้วย วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ ระยะเวลา สถานที่ดำเนินการ สื่อ/อุปกรณ์ประกอบกิจกรรมและเหตุผลเชิงทฤษฎี

2. อังกะลุง เป็นเครื่องดนตรีไทยประเภทดีชชนิดหนึ่ง ประดิษฐ์มาจากไม้ไผ่ มีถิ่นกำเนิดมาจากชวา มีวิธีการเล่นทำให้เกิดเสียงด้วยการเขย่าให้มีการกระทบกันของไม้และกระบอก ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยนำอังกะลุงมาจากบริษัทผลิตเครื่องดนตรีไทยที่มีคุณภาพและมาตรฐาน จำนวน 1 ชุด (14 ดับ) โดยประยุกต์ให้ผู้สูงอายุถืออังกะลุงคนละ 1 ดับ เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุซึ่งมีข้อจำกัดทั้งในด้านของความคิดและความจำสามารถจำโน้ตอังกะลุงที่ตนถือและฝึกเล่นอังกะลุงได้ง่ายขึ้น

3. แผ่นกระดาศบรรจุโน้ตเพลงเพื่อให้ผู้สูงอายุอ่านขณะฝึกเล่นอังกะลุง เป็นแผ่นกระดาศบรรจุโน้ตเพลงที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นโดยได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำจากอาจารย์สอนดนตรีไทยและนักดนตรีบำบัดในเรื่องความถูกต้องของโน้ตเพลงและความเหมาะสมของเพลงที่นำมาใช้ในการจัดกิจกรรมรวมทั้งการใช้ขนาดตัวอักษรและสีที่ง่ายต่อการอ่าน และการมองเห็นของผู้สูงอายุ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทยและแบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยจะตรวจสอบคุณภาพ โดยนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี และมีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 รายและคำนวณค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

2.1 แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยใช้การเล่นอังกะลุง หลังจากผู้วิจัยได้สร้างแผนการจัดกิจกรรมแล้วจะนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้สูงอายุ 2 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลจิตเวช 1 ท่าน นักดนตรีบำบัด 1 ท่าน และนักดนตรีไทย 1 ท่าน เพื่อพิจารณาความถูกต้อง ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้และการจัดลำดับเนื้อหา หลังจากนั้นผู้วิจัยนำข้อเสนอแนะมาพิจารณาและปรับปรุงภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์แล้วนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านจันทบุรี จังหวัดจันทบุรี จำนวน 10 ราย เพื่อประเมินประสิทธิภาพในการปฏิบัติจริงและเป็นการศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการนำไปใช้

2.2 อังกะลุงและแผ่นกระดาศบรรจุโน้ตเพลงสำหรับเล่นอังกะลุง ผู้วิจัยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 2 ท่าน คือ นักดนตรีไทยและนักดนตรีบำบัดตรวจสอบคุณภาพของเครื่องดนตรีและความถูกต้องเหมาะสมของโน้ตเพลง หลังจากนั้นผู้วิจัยนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 10 ราย เพื่อประเมินประสิทธิภาพในการปฏิบัติจริงและเป็นการศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการนำไปใช้

การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นเตรียมการ

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตจากคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาเสนอต่อกรมประชาสัมพันธ์ เพื่อขออนุญาตทำการรวบรวมข้อมูลเพื่อทำการวิจัย เมื่อได้รับบันทึกตอบแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง จังหวัดชลบุรี เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขอความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการทำวิจัย

2. การเตรียมผู้ช่วยวิจัย ผู้ช่วยวิจัยเป็นพยาบาลวิชาชีพประจำแผนกอายุรกรรม โรงพยาบาลชลบุรี จำนวน 2 คน ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ช่วยวิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยผู้นำกลุ่มในการทำกิจกรรมนันทนาการและสัมภาษณ์ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างในระยก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยผู้วิจัยเตรียมผู้ช่วยวิจัยด้วยการชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ทำความเข้าใจแบบสัมภาษณ์ ข้อคำถามและวิธีการจดบันทึก นอกจากนี้ผู้ช่วยวิจัยยังต้องทดลองฝึกการเป็นผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม การใช้แบบสัมภาษณ์กับผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในสถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 10 ราย ซึ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่นำแบบสัมภาษณ์และโปรแกรมการเล่นดนตรีไทยด้วยอังกะลุงไปทดลองใช้ ทั้งนี้เพื่อเป็นการฝึกความชำนาญในการเป็นผู้ช่วยผู้นำกลุ่มและการใช้แบบสัมภาษณ์ก่อนทำการทดลองจริง

3. การเตรียมผู้วิจัย ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มในการทำกิจกรรม โดยผู้วิจัยศึกษาเกี่ยวกับการทำกิจกรรมกลุ่ม การสอนผู้ใหญ่ พื้นฐานการเล่นดนตรีไทยในเรื่องเกี่ยวกับจังหวะ โน้ตเพลง การจับ การเขย่าอังกะลุง การเล่นดนตรีไทยด้วยอังกะลุงจากตำราเอกสารและงานวิจัย รวมทั้งฝึกเล่นอังกะลุงกับอาจารย์สอนดนตรีไทย ณ ศูนย์วัฒนธรรมอำเภอพนัสนิคมและผู้สูงอายุ ณ ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลชลบุรี ศึกษาเกี่ยวกับเทคนิค ปัญหาและอุปสรรคในการสอนอังกะลุงกับผู้สูงอายุกับอาจารย์สอนอังกะลุงที่มีประสบการณ์ในการสอนผู้สูงอายุ หลังจากนั้นผู้วิจัยนำความรู้ที่ได้รับมาสร้างแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการและทดลองฝึกการเป็นผู้นำกลุ่มในการทำกิจกรรมตามแผนที่สร้างขึ้นกับผู้สูงอายุที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อฝึกความชำนาญและนำข้อบกพร่องที่พบมาแก้ไขปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริง

ขั้นตอนการวิจัย

เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยจะดำเนินการทดลองตามขั้นตอนดังนี้

1. กลุ่มควบคุม

สัปดาห์ที่ 1 ผู้วิจัยพบผู้สูงอายุเป็นรายบุคคลครั้งแรกที่สถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง โดยจะชี้แจงการเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา และขั้นตอนการวิจัยพร้อมกับ

สัมภาษณ์ผู้สูงอายุตามแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แบบสัมภาษณ์ความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทย และแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ดำเนินการสร้างสัมพันธภาพ และนัดหมายผู้สูงอายุ เพื่อพบกันครั้งที่ 2 ในสัปดาห์ที่ 6

ผู้สูงอายุซึ่งอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรีจะได้รับการดูแล ตามปกติจากเจ้าหน้าที่ในสถานสงเคราะห์

สัปดาห์ที่ 6 ผู้วิจัยพบผู้สูงอายุเป็นรายบุคคลครั้งที่ 2 ที่สถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี โดยสัมภาษณ์ผู้สูงอายุตามแบบสัมภาษณ์ชุดเดิม ยกเว้นข้อมูลทั่วไป กล่าวขอบคุณและอำลา

2. กลุ่มทดลอง

การเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง ผู้วิจัยพบผู้สูงอายุเป็นรายบุคคลครั้งแรกที่สถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี โดยจะชี้แจงการเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา และขั้นตอนการวิจัยพร้อมกับสัมภาษณ์ผู้สูงอายุตามแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป แบบสัมภาษณ์ความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทย และแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ดำเนินการสร้างสัมพันธภาพ

การทดลอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามแผนการจัดกิจกรรมที่วางไว้ (รายละเอียดในภาคผนวก ก หน้า 99 - 115) โดยสรุปได้ดังนี้

ผู้วิจัยพบผู้สูงอายุสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ตามขั้นตอน ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ผู้วิจัยพบผู้สูงอายุเป็นกลุ่ม ณ สถานที่ที่จัดเตรียมไว้ สำหรับฝึกเล่นอังกะลุงตามวันและเวลาที่กำหนดไว้ โดยกิจกรรมในการเข้ากลุ่มในสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ประกอบด้วย ขั้นตอนต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยนำผู้สูงอายุเข้าสู่กระบวนการกลุ่ม ด้วยการสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับผู้สูงอายุและระหว่างผู้สูงอายุที่เข้ากลุ่ม โดยผู้วิจัยติดป้ายชื่อให้กับผู้สูงอายุทุกคนที่เข้ากลุ่ม ให้ผู้สูงอายุได้กล่าวแนะนำตนเอง จากนั้นผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม ขั้นตอนและระยะเวลาของการเข้ากลุ่ม

2. การฝึกทักษะเกี่ยวกับการเล่นอังกะลุง

3. การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และข้อเสนอแนะ

4. สรุปผลการทำกิจกรรมกลุ่มและนัดหมายผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป

สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 3 – สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 18 ผู้วิจัยพบผู้สูงอายุเป็นกลุ่ม ณ สถานที่ที่จัดเตรียมไว้สำหรับฝึกเล่นอังกะลุงตามวันและเวลาที่กำหนดไว้ คิดปายชื่อให้กับผู้สูงอายุทุกคนที่เข้ากลุ่มโดยกิจกรรมในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้งจะประกอบด้วย ขั้นตอนต่อไปนี้

1. การสร้างสัมพันธภาพ ความคุ้นเคย และความไว้วางใจ โดยการพูดคุยกันในเรื่องทั่วไปที่ผ่านมาในช่วงที่ไม่ได้พบกัน การทบทวนความทรงจำเกี่ยวกับสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเล่นอังกะลุงในครั้งที่แล้ว

2. การบอกวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง

3. การดำเนินกิจกรรมการเล่นอังกะลุง

4. การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุแสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และข้อเสนอแนะ

5. การให้แรงเสริมโดยการให้กำลังใจและคำชมเชย

6. การสรุปผลการทำกิจกรรม

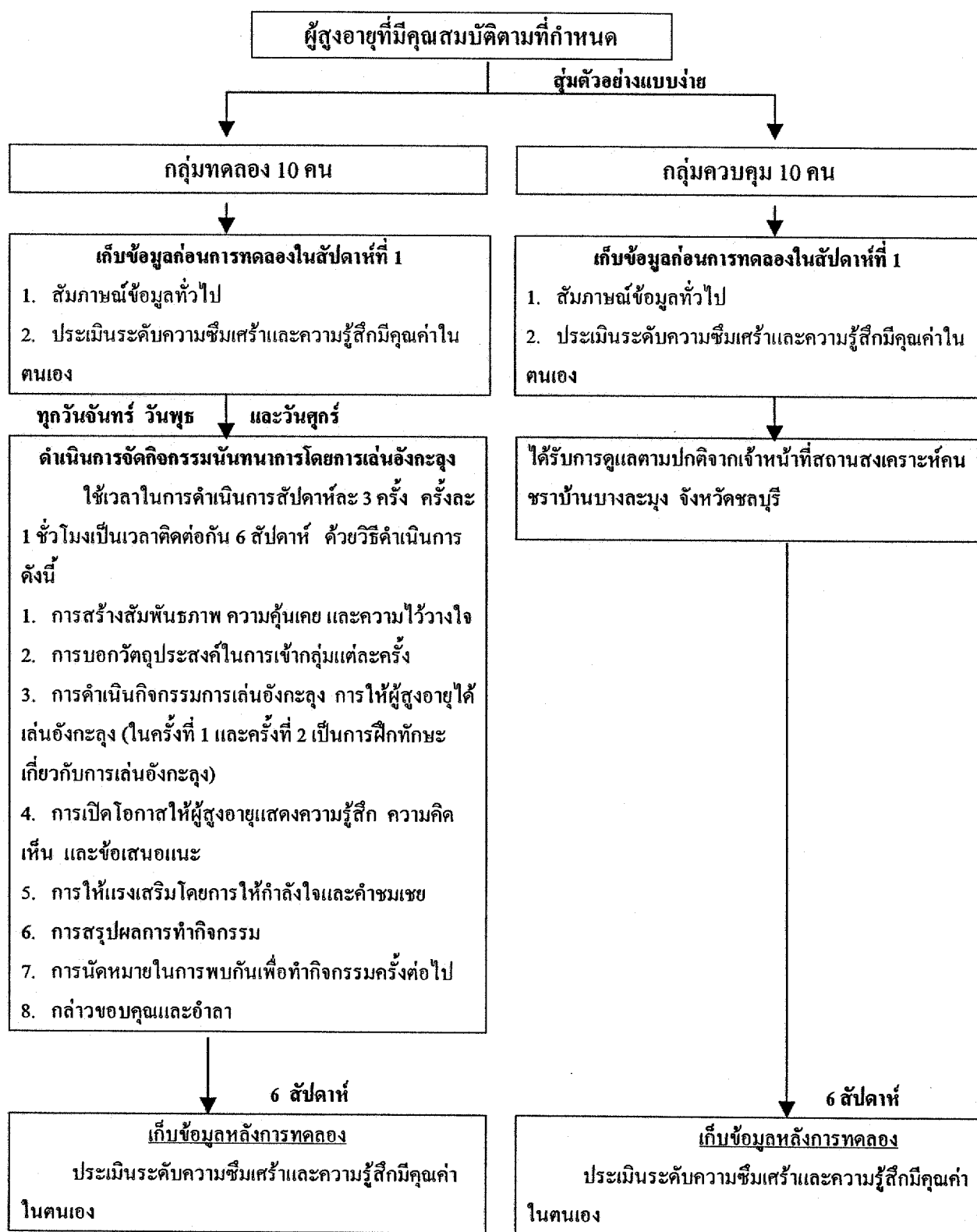
7. การนัดหมายในการพบกันเพื่อทำกิจกรรมครั้งต่อไป

8. กล่าวขอบคุณและอำลา

ในการเข้ากลุ่มทำกิจกรรมนั้นพบว่าการในสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 นั้น พบปัญหาในเรื่องของผู้สูงอายุบางท่านไม่มาตามเวลาที่นัดหมาย เนื่องจากจำวันและเวลาที่นัดหมายไว้ไม่ได้ และบางท่านเกิดความไม่มั่นใจว่าจะเล่นอังกะลุงได้หรือไม่จึงไม่กล้ามาเข้ากลุ่ม แต่หลังจากผู้สูงอายุมาเข้ากลุ่มทำกิจกรรมแล้วเกิดการสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และสมาชิกภายในกลุ่ม รวมทั้งได้ฝึกทักษะเกี่ยวกับการเล่นอังกะลุงจนสามารถเล่นได้ ทำให้เกิดแรงจูงใจและความมั่นใจในการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป รับรู้ว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่มีความสำคัญหากไม่มาเข้ากลุ่มจะทำให้สมาชิกคนอื่นรอ และทำกิจกรรมไม่ได้ ประกอบกับการเน้นย้ำให้ผู้สูงอายุทราบถึงวันและเวลาในการทำกิจกรรม ทำให้การทำกิจกรรมในครั้งต่อมาไม่พบปัญหาเรื่องการไม่มาตามวันและเวลาที่นัดหมาย เมื่อถึงเวลาทำกิจกรรมผู้สูงอายุจะซักชวนและพากันมาทำกิจกรรม มีสัมพันธภาพอันดีต่อกัน มีการช่วยเหลือและสอนแนะกันระหว่างผู้สูงอายุภายในกลุ่ม มีความตั้งใจในการทำกิจกรรมแต่ละครั้งเป็นอย่างดี สามารถเขย่าอังกะลุงและเล่นอังกะลุงตามโน้ตได้ทุกท่าน การจัดกิจกรรมดำเนินไปตามแผนการจัดกิจกรรมและสำเร็จลุล่วงด้วยดี แต่เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมบางครั้งอาจเกินเวลาที่กำหนดไว้ประมาณ 15 – 30 นาที เนื่องจากผู้สูงอายุสมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ยังมีความสนุกสนานเพลิดเพลินต้องการทำกิจกรรมต่อ สำหรับการยุติการจัดกิจกรรมนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ต้องการยุติการทำกิจกรรมและไม่สามารถทำกิจกรรมเองได้โดยไม่มีผู้นำกลุ่ม จึงจำเป็นต้องมีการแจ้งให้ผู้สูงอายุทราบถึงวันยุติการจัด

กิจกรรม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มเป็นระยะ ๆ และอธิบายให้ทราบถึงเหตุผลและความจำเป็นของการยุติการจัดกิจกรรม รวมทั้งต้องมีการประสานงานกับเจ้าหน้าที่สถานสงเคราะห์คนชรารับบางละมุง จังหวัดชลบุรีในการเตรียมผู้นำกิจกรรมและดำเนินกิจกรรมต่อไปเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องของการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุหลังจากเสร็จสิ้นการทำวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลอง สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 18 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรม ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ระดับความเข้มแข็งและความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ด้วยแบบวัดชุดเดิม กล่าวขอบคุณและอำลา



ภาพที่ 3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบตามที่กำหนดไว้แล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows เพื่อวิเคราะห์ค่าสถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ
2. คะแนนความซึมเศร้า และคะแนนความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเอง ในระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น วิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้า และความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองในระยะก่อนและหลังการทดลองเสร็จสิ้นระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ t – Test for Independent Samples หลังจากทำการทดสอบการแจกแจงข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติ Kolmogorov – Smirnov One Sample Test แล้วพบว่าข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้า และความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองเสร็จสิ้นของกลุ่มทดลองด้วยสถิติ t – Test for Dependent Samples ใช้การเปรียบเทียบแบบ Paired t-Test หลังจากทำการทดสอบการแจกแจงข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติ Kolmogorov – Smirnov One Sample Test แล้วพบว่าข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ