

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยประยุกต์แนวคิดการรับรู้ความสามารถตนเอง (Self – efficacy Theory) ตามองค์ประกอบของ แบนดูรา (Bandura, 1997) ร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเอง ร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรี จังหวัดสมุทรปราการ วิธีการดำเนินการวิจัยประกอบด้วย

1. รูปแบบการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. ขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย
6. การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

รูปแบบการวิจัย

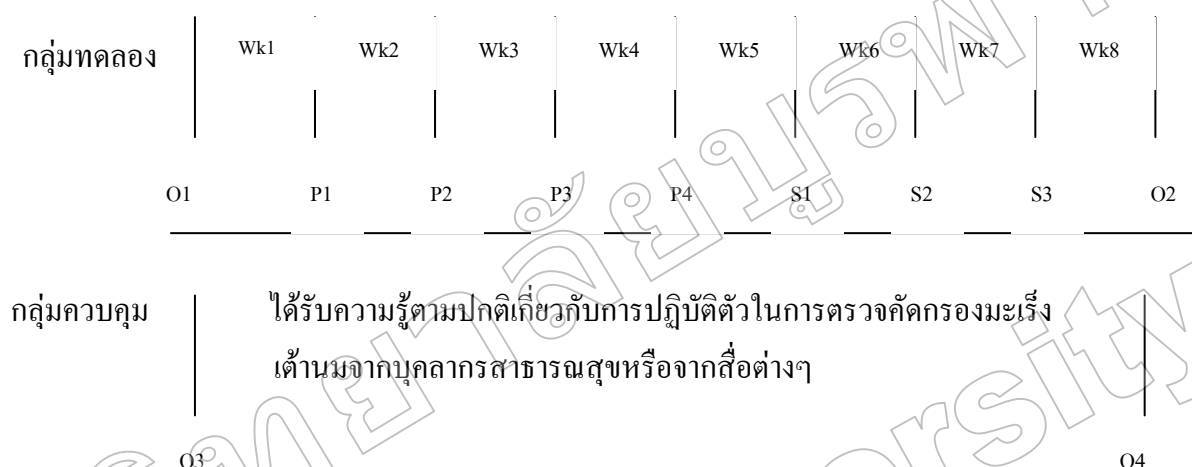
การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษากึ่งทดลอง แบบ 2 กลุ่ม วัดสองครั้ง กลุ่มทดลองจะเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการตรวจ เต้านมด้วยตนเองของสตรี เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรี ซึ่งมีแบบการวิจัยดังนี้

O1 X	O2	กลุ่มทดลอง
O3 ~X	O4	กลุ่มควบคุม

เมื่อ O1, O3 = การเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนทดลอง
X = โปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ
O2, O4 = การเก็บรวบรวมข้อมูลหลังทดลอง

~X = ได้รับความรู้ตามปกติเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวในการตรวจคัดกรองมะเร็ง
 ด้านมาจากบุคลากรสาธารณสุขหรือจากสื่อต่างๆ

แบบแผนการทดลองดังภาพที่ 4



ภาพที่ 4 แบบแผนการทดลอง

O1 หมายถึง ประเมินการรับรู้การตรวจด้านมด้วยตนเองและพฤติกรรมตรวจด้านมด้วยตนเองก่อนให้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรมตรวจด้านมด้วยตนเองในกลุ่มทดลอง

O3 หมายถึง ประเมินการรับรู้การตรวจด้านมด้วยตนเองและพฤติกรรมตรวจด้านมด้วยตนเองก่อนให้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรมตรวจด้านมด้วยตนเองในกลุ่มควบคุม

P1 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 1 กิจกรรมการสร้างความสัมพันธ์และการเสริมสร้างความรู้ โดยนำกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มาใช้ พร้อมกับการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การตรวจด้านมด้วยตนเอง การบรรยายเรื่องการตรวจด้านมด้วยตนเองและการสร้างแรงจูงใจ พร้อมแจกคู่มือการตรวจด้านมด้วยตนเอง

P2 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 2 เป็นการพัฒนาทักษะเพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจด้านมด้วยตนเอง กิจกรรมประกอบด้วย การประชุมกลุ่มย่อย การนำเสนอตัวแบบ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การสร้าง

ความรู้จากประสบการณ์ การตัวแบบสาธิตการตรวจเต้านมด้วยตนเอง การฝึกทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองตามตัวแบบ การนำวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองไปปฏิบัติตามความชอบและความถนัด

P3 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 3 เป็นการประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์ โดยการนำปัญหาอุปสรรค มาอภิปรายกลุ่มเพื่อวางแผนแก้ไขร่วมกัน เสริมสร้างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และกระตุ้นเตือนจากผู้วิจัยและเพื่อนเพื่อสร้างพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป

P4 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 4 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ โดยการอภิปรายกลุ่มในเรื่องผลของการตรวจเต้านมด้วยตนเองหลังร่วมกิจกรรมและ ประเมินผลที่ได้จากการกิจกรรมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง พร้อมทั้งอภิปรายเพื่อหาแนวทาง พัฒนาที่ยั่งยืน

S1-S3 หมายถึง การกระตุ้นเตือนจากผู้วิจัยเพื่อให้เกิดพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง

O2 หมายถึง ประเมินการผลของการรับรู้ความสามารถในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง หลังให้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ ส่งผลต่อพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองในกลุ่มทดลอง

O4 หมายถึง ประเมินการผลของการรับรู้ความสามารถในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง หลังให้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ ส่งผลต่อพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองในกลุ่มควบคุม

Wk1 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 1
Wk2 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 2
Wk3 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 3
Wk4 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 4
Wk5 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 5
Wk6 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 6
Wk7 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 7
Wk8 หมายถึง	สัปดาห์ที่ 8

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป้าหมาย (Target population) ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สตรี อายุ 35-60 ปี ที่อาศัยอยู่ในอำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ จำนวนทั้งสิ้น 40,563 คน จากการสำรวจพบว่าสตรีในเขตอำเภอพระประแดงเคยตรวจเต้านมด้วยตนเองในช่วงปี พ.ศ. 2550-2552 เท่ากับร้อยละ 12.6, 15.8 และ 25.9 ตามลำดับ และไม่เคยตรวจเต้านมด้วยตนเอง เท่ากับร้อยละ 84.4, 84.2 และ 74.1 ตามลำดับ (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอพระประแดง, 2552) ช่วงของการทำวิจัยอยู่ระหว่างเดือนกรกฎาคม 2553 – กันยายน 2553 โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้าศึกษา 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีลักษณะที่คล้ายคลึงกันมากที่สุด จึงใช้สตรีในเขตอำเภอพระประแดงทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยเลือกต่างตำบลเพื่อลดโอกาสที่กลุ่มตัวอย่างได้พบและแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยทำการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีบ้านห้วยรอบ ตำบลทรงคนอง อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ และบ้านบางยอ ตำบลบางยอ อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งมีขั้นตอนการคัดเลือก ดังนี้

ระดับอำเภอ พบว่า อำเภอพระประแดง พบผู้ป่วยที่ได้รับการรักษา ณ โรงพยาบาลสมุทรปราการ จากสาเหตุความผิดปกติของเต้านมและเนื้องอกที่เต้านม จำนวน 136 ราย คิดเป็นอัตราป่วยร้อยละ 121.43 ต่อประชากรแสนคน (โรงพยาบาลสมุทรปราการ, 2552)

ระดับตำบล มี 15 ตำบล โดยสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีจับสลาก โดยตำบลที่จับได้ครั้งแรกจะถูกเลือกเป็นกลุ่มทดลอง สุ่มได้ตำบลทรงคนอง อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ ตำบลที่ 2 เป็นกลุ่มควบคุม สุ่มได้ตำบลบางยอ อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ และทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างจากตำบล โดยเลือกสตรีที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และสุ่มสตรีที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มทดลองเพื่อเข้ากลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน

โดยเลือกสตรีที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ คือ

1. เป็นสตรีที่มีอายุระหว่าง 35- 60 ปี
2. มีสามีหรือแต่งงานแล้ว ไม่ว่าปัจจุบันอยู่กับสามีหรือไม่ก็ตาม
3. ไม่เคยได้รับการตรวจมะเร็งเต้านมมาก่อนและ/หรือเคยได้รับการตรวจครั้งสุดท้ายเป็นระยะเวลา 1 ปีขึ้นไป
4. ไม่เคยตรวจมะเร็งเต้านมด้วยตนเองมาก่อนและ/หรือเคยตรวจนานๆ ครั้งไม่เป็นประจำทุกเดือน

5. มีภูมิปัญญาอาศัยอยู่ในเขตอำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ

6. สตรีมีความสนใจและยินดีเข้าร่วมกิจกรรมจึงเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์วัดการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ การสร้างแรงจูงใจและพฤติกรรม การตรวจด้านมด้วยตนเอง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ซึ่งแบ่งแบบสอบถามออกเป็นสองส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ฐานะทางเศรษฐกิจ สถานภาพสมรส โดยข้อคำถามเป็นลักษณะใช้ตัวเลือก (Check list)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลการรับรู้ความสามารถในการตรวจด้านมด้วยตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจด้านมด้วยตนเอง การสร้างแรงจูงใจในการตรวจด้านมด้วยตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถามที่มีลักษณะทั้งด้านบวกและด้านลบ มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) กำหนดให้ผู้ตอบเลือกได้สี่ตัวเลือก คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

การรับรู้ความสามารถตนเองในด้านบวก

(Positive statement)

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4 คะแนน
เห็นด้วย	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน

การรับรู้ความสามารถตนเองในด้านลบ

(Negative statement)

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน
เห็นด้วย	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4 คะแนน

การรับรู้ความสามารถตนเองในการตรวจด้านมด้วยตนเอง มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนน 0-40 คะแนน ในการวิเคราะห์แบ่งระดับการรับรู้เป็นสามระดับ โดยแปลผลตามคะแนนการรับรู้ความสามารถตนเองของสตรี โดยใช้เกณฑ์ของเบสท์ ดังนี้

- 0-13 คะแนน ถือว่ามีการรับรู้ความสามารถตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับต่ำ
 14-27 คะแนน ถือว่ามีการรับรู้ความสามารถตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง
 28-40 คะแนน ถือว่ามีการรับรู้ความสามารถตนเองในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับสูง

ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนน 0-40 คะแนน ในการวิเคราะห์แบ่งระดับการรับรู้เป็นสามระดับ โดยแปลผลตามคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์ของสตรี โดยใช้เกณฑ์ของเบสท์ ดังนี้

- 0-13 คะแนน ถือว่ามีระดับความคาดหวังในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับต่ำ
 14-27 คะแนน ถือว่ามีระดับความคาดหวังในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง
 28-40 คะแนน ถือว่ามีระดับความคาดหวังในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับสูง

การสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนน 0-40 คะแนน ในการวิเคราะห์แบ่งระดับการรับรู้เป็นสามระดับ โดยแปลผลตามคะแนนการสร้างแรงจูงใจของสตรี โดยใช้เกณฑ์ของเบสท์ ดังนี้

- 0-13 คะแนน ถือว่ามีระดับการสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับต่ำ
 14-27 คะแนน ถือว่ามีระดับการสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง
 28-40 คะแนน ถือว่ามีระดับการสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับสูง

ข้อมูลพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ประกอบด้วยข้อความที่ปฏิบัติในการตรวจเต้านมด้วยตนเองในแต่ละครั้ง มีลักษณะแบบให้เลือกรับและแบบเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) โดยกำหนดให้ผู้ตอบเลือกตอบได้สี่ตัวเลือก คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัตินานๆครั้ง ไม่ปฏิบัติ โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความการปฏิบัติในทางบวก		ข้อความการปฏิบัติในทางลบ	
เป็นประจำ	4 คะแนน	เป็นประจำ	1 คะแนน
บ่อยครั้ง	3 คะแนน	บ่อยครั้ง	2 คะแนน
นานๆครั้ง	2 คะแนน	นานๆครั้ง	3 คะแนน
ไม่ปฏิบัติ	1 คะแนน	ไม่ปฏิบัติ	4 คะแนน

พฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองมีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนน 0-40 คะแนน ในการวิเคราะห์แบ่งระดับพฤติกรรม การออกกำลังกายเป็นสามระดับ โดยแปลผลตามคะแนนพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองของสตรี โดยใช้เกณฑ์ของเบสท์ ดังนี้

0-13 คะแนน ถือว่ามีพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับต่ำ

14-27 คะแนน ถือว่ามีพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับปานกลาง

28-40 คะแนน ถือว่ามีพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองระดับสูง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์ ประกอบด้วยเนื้อหา 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการรับรู้ ความคาดหวังในผลลัพธ์ การสร้างแรงจูงใจ และ

ข้อมูลพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง แบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์การสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ตอนที่ 4 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดข้อมูลพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ได้มีการตรวจสอบคุณภาพ ดังนี้

1.1 การหาความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยนำเครื่องมือทุกส่วนให้

ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน โดยผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 4 ท่าน ดังรายนามในภาคผนวก ขอความร่วมมือในการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาของเครื่องมือทุกฉบับ ภายหลังจากตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้วิจัยจึงได้นำข้อเสนอแนะมาพิจารณา และปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติมภายใต้คำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

1.2 การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability)

1.2.1 นำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับแก้เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบ และได้จัดทำเป็นฉบับสมบูรณ์และนำเสนอต่อคณะกรรมการจริยธรรม มหาวิทยาลัยบูรพา

2.2.2 นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำไปหาค่าความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์ และทดลองใช้ (Try out)

กับสตรี อายุ 35-60 ปี ที่อาศัยอยู่ในอำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ ที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ในเดือนกรกฎาคม 2553 และนำมาหาค่าความเที่ยงโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ปรากฏว่ามีค่าความเที่ยง ดังนี้

- | | |
|-----------------------------------|------------------------|
| 1. การรับรู้ความสามารถตนเอง | มีค่าความเที่ยง 0.9455 |
| 2. ความคาดหวังในผลลัพธ์ | มีค่าความเที่ยง 0.8319 |
| 3. การสร้างแรงจูงใจ | มีค่าความเที่ยง 0.7215 |
| 4. พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง | มีค่าความเที่ยง 0.9455 |

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ในการวิจัยนี้ใช้กิจกรรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ ประกอบด้วย

2.1 แผนการสอน เรื่อง โรคมะเร็งเต้านม วิธีป้องกัน รวมถึงการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ใช้ในการประชุมกลุ่ม อภิปรายแสดงความคิดเห็นร่วมกันเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ ร่วมกันวิเคราะห์ปัญหาและหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกันพัฒนาพฤติกรรมตรวจเต้านมด้วยตนเองและการสร้างแรงจูงใจ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในด้านสุขภาพต่อไป

2.2 การใช้ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ คือ คู่มือการตรวจเต้านมด้วยตนเอง แผ่นพับความรู้ ชุดอุปกรณ์สาธิต และตัวแบบบุคคลที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ

2.3 การฝึกปฏิบัติการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

2.4 การกระตุ้นเตือนเพื่อสร้างความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วย

ตนเอง

2.5 กระบวนการสร้างแรงจูงใจ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เครื่องที่ใช้ในการทดลอง คือ คือ โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ คู่มือการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และแบบบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองได้มีการตรวจสอบคุณภาพ ดังนี้

1. คู่มือกิจกรรมโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ คู่มือการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และแบบบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เป็นเครื่องมือสำหรับการวิจัย โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือตามขั้นตอน ดังนี้ ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถตนเอง การสร้างแรงจูงใจ และพฤติกรรมตรวจเต้านมด้วยตนเอง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้าง

แรงจูงใจให้เหมาะสมกับปัญหาผู้เข้าร่วมกิจกรรม แล้วนำโปรแกรมที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและนำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงแก้ไข นำโปรแกรมที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขไปตรวจสอบความเที่ยง โดยผู้ทรงคุณวุฒิ และนำโปรแกรมที่สร้างขึ้นมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ แล้วนำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปดำเนินการทดลอง

การทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ได้แบ่งขั้นตอนการดำเนินงานออกเป็นสามระยะ ได้แก่ ระยะก่อนการทดลอง ระยะดำเนินการทดลอง และระยะหลังการทดลอง รายละเอียดดังนี้

1.ระยะก่อนการทดลอง

- 1.1 ขอความร่วมมือจากองค์กรต่างๆในพื้นที่ เพื่อทำการศึกษาวิจัย
- 1.2 จัดเตรียมสถานที่ในการดำเนินการวิจัย
- 1.3 เตรียมผู้ช่วยวิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการทำวิจัยเพื่อให้เข้าใจขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยและชี้แจงบทบาทของผู้ช่วยวิจัยดังนี้
 - 1.3.1 เก็บรวบรวมข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์ทั้งกลุ่มทดลองกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
 - 1.3.2 ประสานงานเกี่ยวกับสถานที่ โสตทัศนูปกรณ์ในการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม
 - 1.3.3 ช่วยกระตุ้นให้กลุ่มทดลองปฏิบัติตามกิจกรรมโปรแกรมอย่างต่อเนื่อง
 - 1.3.4 สังเกตการณ์เข้าร่วมกิจกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองของกลุ่มทดลอง

2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรมตรวจด้านมด้วยตนเองในกลุ่มทดลอง ตามรายละเอียดดังต่อไปนี้

สัปดาห์ที่ 1 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย พร้อมทั้งเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผลการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์การสร้างแรงจูงใจและพฤติกรรมตรวจด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลองด้วยแบบสัมภาษณ์

สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมการสร้างความสัมพันธ์และการเสริมสร้างความรู้

1. จัดกิจกรรมสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มโดยการแนะนำตนเอง โดยเล่นเกม “ครึ่งหนึ่ง ครึ่งหนึ่ง” และเกม “ต่อวงกลม”
2. กิจกรรมปูพื้นฐานเพื่อแสดงความคาดหวังตนเองต่อการตรวจด้านมด้วยตนเอง

โดยเล่นเกม “ระเบิดเวลา” ผู้วิจัยสรุปความคาดหวังตนเอง

3. กิจกรรมนำเข้าสู่การเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

แบ่งกลุ่มวาดภาพที่พึงปรารถนาของการปลอดภัยจากโรคมะเร็งเต้านม

4. ใช้กระบวนการจัดการความรู้โดยการสร้างความรู้เกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเองจากประสบการณ์ของสตรี โดยให้สมาชิกกลุ่มเล่าประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เพื่อการป้องกัน โดยเล่นเกม “โทโส” เพื่อให้เกิดการสร้างความรู้เกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

5. ผู้วิจัยบรรยายในหัวข้อเรื่อง โรคมะเร็งเต้านม วิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ประโยชน์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และอันตรายจากโรคมะเร็งเต้านม รวมทั้งการสังเกตอาการผิดปกติของเต้านม

6. ให้สมาชิกกลุ่มสรุปและหาแนวทางในการป้องกันโรคมะเร็งเต้านม

7. แจกคู่มือการตรวจเต้านมด้วยตนเองเพื่อนำไปทบทวนความรู้

8. ฝึกทักษะการสังเกตอาการผิดปกติของเต้านม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการแนะนำการจดบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองตามคู่มือ

ลำดับที่ 3 การพัฒนาทักษะเพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ ดังนี้

1. นำเข้าสู่บทเรียน โดยใช้เกม “ทายนิสัยจากรูปทรง” เพื่อสร้างบรรยากาศสนุกสนาน และส่งเสริมด้านดีของสมาชิก พร้อมทั้งเป็นการทดสอบและทำความเข้าใจตนเอง เป็นการพัฒนาตนเองในการเข้าร่วมกิจกรรม

2. จัดกิจกรรมสร้างความเชื่อมั่นในความสามารถตนเอง โดยการเล่นเกม “ลองทำดู คุณทำได้”

3. ผู้วิจัยเสนอแนวทางการปฏิบัติ โดยใช้แบบที่มีการส่งเสริมสุขภาพทางด้านการตรวจเต้านมด้วยตนเอง โดยการสัมภาษณ์แนวคิด ประสบการณ์ การปฏิบัติและผลที่ได้รับในการปฏิบัติ รวมทั้งปัญหาอุปสรรค จากการตรวจเต้านมด้วยตนเองพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้สตรีซักถามในประเด็นที่ยังสงสัย

4. ตัวแบบสาธิตวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

5. สตรีฝึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองตามตัวแบบ

6. ผู้วิจัยสรุปถึงผลดีของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง โดยการพูดกระตุ้นเตือนให้สตรีทุกคนมีพฤติกรรมดังกล่าว

สัปดาห์ที่ 4 การประเมินการรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลดีของการตรวจด้านมด้วยตนเอง ดังนี้

1. จัดกิจกรรมสร้างการรับรู้ถึงผลดีของการตรวจด้านมด้วยตนเองโดยเล่นเกม “ยิ่งทำ ยิ่งเก่ง”
2. ผู้วิจัยเปิดประเด็นร่วมอภิปรายเพื่อเป็นการจัดการความรู้ด้านการตรวจด้านมด้วยตนเองในเรื่องต่อไปนี้
 - 2.1 แนวทางที่สตรีได้นำไปใช้ในการปฏิบัติจริง
 - 2.2 ผลที่ได้จากการปฏิบัติ
 - 2.3 การแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการปฏิบัติ
3. กลุ่มช่วยกันสรุปประเด็นถึงแนวทางที่ควรนำไปใช้และวิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหา
4. ให้สตรีที่ประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติมาแล้วถึงประสบการณ์ที่ตนเองปฏิบัติให้กลุ่มฟังสมาชิกซักถามในประเด็นที่สงสัย

1. ผู้วิจัยสรุปเน้นถึงสำคัญของการมีพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเอง ผลดีที่สตรีจะได้รับถ้าหากมีการปฏิบัติที่ถูกต้องและต่อเนื่องพร้อมทั้งพูดกระตุ้นเตือนให้สตรีทุกคนมีพฤติกรรมที่ต่อเนื่องต่อไป

สัปดาห์ที่ 8 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ ดังนี้

1. จัดกิจกรรมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากกิจกรรมของการวิจัย โดยใช้กระบวนการ ดังนี้
 - 1.1 เรื่องเล่าเร้าใจ เป็นการพยายามดึงเอาเรื่องเล่าที่มีเกร็ดความรู้มาใส่ไว้ (Tacit Knowledge)
 - 1.2 สรุปประเด็นและข้อเสนอแนะซึ่งถือว่าเป็นแก่นความรู้ (Explicit knowledge)
2. สตรีอภิปรายและเสนอแนวคิดที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองอย่างยั่งยืน
3. ผู้วิจัยสรุปเน้นถึงสำคัญของการมีพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเอง ผลดีที่สตรีจะได้รับถ้าหากมีการปฏิบัติที่ถูกต้องและต่อเนื่องพร้อมทั้งพูดกระตุ้นเตือนให้สตรีทุกคนมีพฤติกรรมที่ต่อเนื่องต่อไป

สัปดาห์ที่ 3 และ 4 การให้กำลังใจและการกระตุ้นเตือน เป็นขั้นการกระตุ้นเตือนจากผู้วิจัยเพื่อให้เกิดพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากการที่ตรวจด้านมด้วยตนเองในสัปดาห์ที่ผ่านมา นำปัญหาและอุปสรรคมาอภิปรายกลุ่มเพื่อวางแผนแก้ไขร่วมกัน เสริมสร้างกำลังใจซึ่งกันและกัน ผู้วิจัยสรุปโดยเน้น

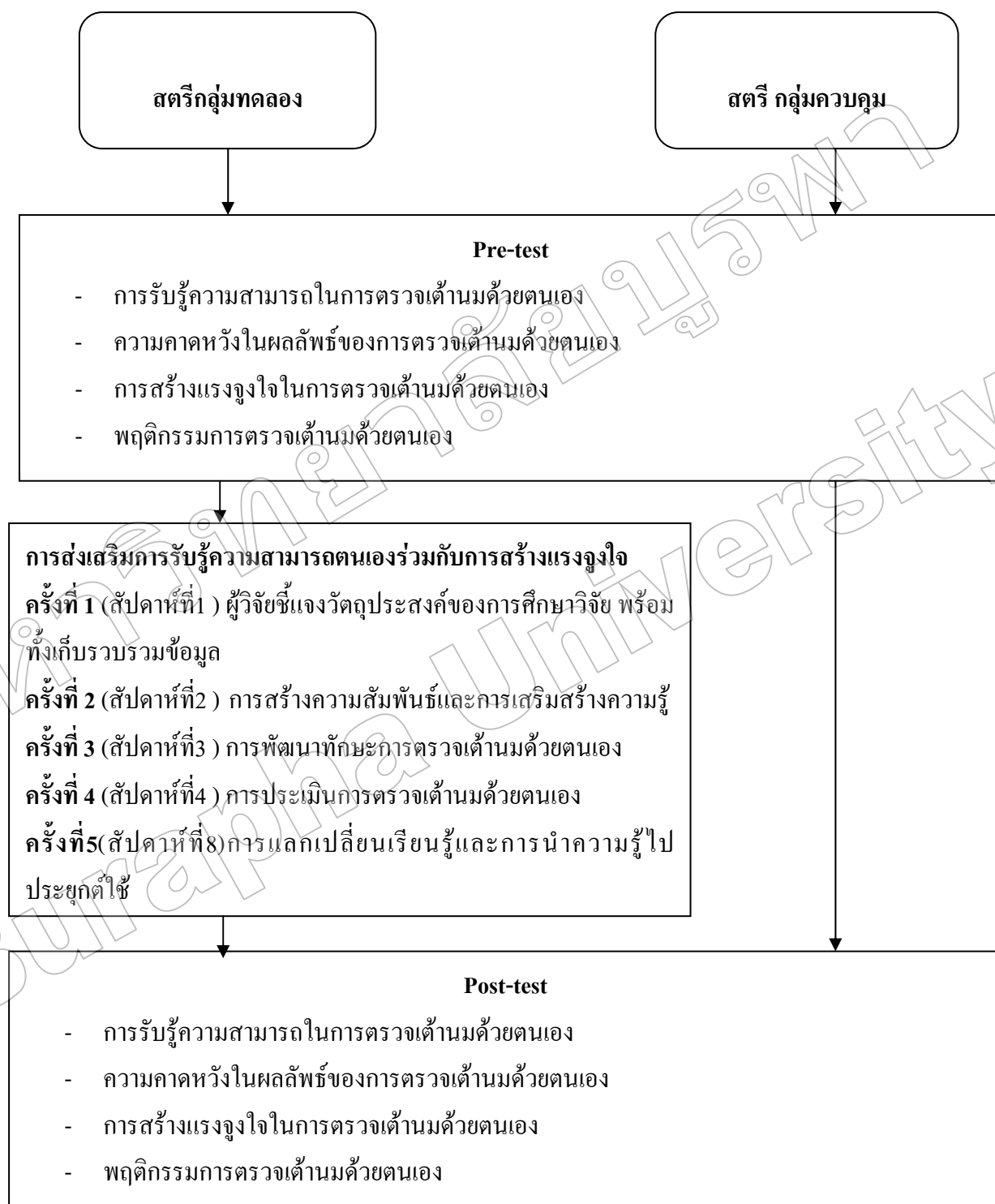
ความสำคัญของการมีพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเอง ผลดีที่สตรีจะได้รับการมีการปฏิบัติอย่างถูกต้องต่อเนื่อง

สัปดาห์ที่ 5-8 เป็นระยะเวลาของการตรวจด้านมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องและขั้นตอนการสังเกตพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองโดยผู้วิจัยและผู้ช่วยผู้วิจัย

3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 เก็บข้อมูลหลังการทดลอง โดยใช้แบบสัมภาษณ์ชุดเดิม เพื่อประเมินการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ การสร้างแรงจูงใจและพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3.2 สรุปแนวทางการตรวจด้านมด้วยตนเองเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ



ภาพที่ 5 แผนการจัดโปรแกรมการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลจากนั้นนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาทั้งหมดไปวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์

1.สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ใช้วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) เพื่อทดสอบสมมติฐานทางสถิติ โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ 0.05 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ตามรายละเอียดดังนี้

2.1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ การสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเองและพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Paired t-test

2.2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ การสร้างแรงจูงใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเองและพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Independent t-test

2.3 การเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Independent t-test

2.4 การเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Paired t-test

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอขอจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยบูรพา และได้รับการรับรองจริยธรรมในการวิจัยครั้งนี้ ส่วนการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้จัดทำเอกสารพิทักษ์สิทธิแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย ก่อนเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ ของการวิจัยและอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง การเข้าร่วมโครงการเป็นไปตามความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างมีอิสระในการให้ข้อมูลและมีสิทธิ์ปฏิเสธการเข้าร่วมโครงการวิจัย และระหว่างเข้าร่วมโครงการวิจัยกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยการบอกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรมการวิจัยนี้จะไม่มีผลใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง