

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – experimental research design) โดยประยุกต์แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจของกิบสัน (Gibson,1993) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังทดลอง (Two Group Pretest – Posttest Design) ซึ่งมีแบบการวิจัยดังนี้

O1 X O2 กลุ่มทดลอง

O3 O4 กลุ่มควบคุม

O1, O3 หมายถึง การเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง

O2, O4 หมายถึง การเก็บข้อมูลหลังการทดลอง

X หมายถึง โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

— หมายถึง ได้รับความรู้ตามปกติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือจากสื่อต่างๆ

กลุ่มทดลอง	wk1	wk2	wk3	wk4	wk5	wk6	wk7	wk8	wk9	wk10
O1	P1	P2		P3	P4				O2	ส ส

กลุ่มควบคุม	ได้รับความรู้ตามปกติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือจากสื่อต่างๆ								
O3									
									O4

ภาพที่ 2 แบบแผนการทดลอง

O1 หมายถึง ประเมินการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุและพฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพก่อนการทดลองในกลุ่มทดลอง

O3 หมายถึง ประเมินการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุและพฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพก่อนการทดลองในกลุ่มควบคุม

P1-P4 หมายถึง การจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยการเสริมพลังอำนาจ ได้แก่ การค้นพบสถานการณ์จริง สะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม และการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ เป็นขั้นตอนที่บุคคลมีความสามารถในการตนเองมีความเชื่อมั่น รู้สึกมีพลังอำนาจในการจัดการสิ่งต่างๆที่เปลี่ยนไปตามสถานการณ์และคงไว้ซึ่งพฤติกรรมในการแก้ปัญหาไว้ใช้ครั้งต่อไป

O2 หมายถึง ประเมินการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุและพฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง

O4 หมายถึง ประเมินการรับรู้พลังอำนาจของผู้สูงอายุและพฤติกรรมในการส่งเสริมสุขภาพหลังการทดลองในกลุ่มควบคุม

Wk 1 หมายถึง สัปดาห์ที่ 1

Wk 6 หมายถึง สัปดาห์ที่ 6

Wk 2 หมายถึง สัปดาห์ที่ 2

Wk 7 หมายถึง สัปดาห์ที่ 7

Wk 3 หมายถึง สัปดาห์ที่ 3

Wk 8 หมายถึง สัปดาห์ที่ 8

Wk 4 หมายถึง สัปดาห์ที่ 4

Wk 9 หมายถึง สัปดาห์ที่ 9

Wk 5 หมายถึง สัปดาห์ที่ 5

Wk 10 หมายถึง สัปดาห์ที่ 10

สส หมายถึง การดำเนินการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุหลังจากการสิ้นสุดการวิจัยที่มีการดำเนินการอยู่

ประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่อายุ 60 ปีขึ้นไปทั้งเพศชายและหญิงที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยอาศัยในพื้นที่อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 180 คน (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอบางปะหัน, 2552) โดยมีเกณฑ์เลือกผู้ที่มีคุณสมบัติดังนี้

1. ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปทั้งเพศชายและหญิง ที่อยู่ในชมรมผู้สูงอายุ
2. รับรู้และสื่อความหมายเข้าใจ
3. มีความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันปกติ
4. มีความเต็มใจ ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย

5. คัดเลือกจากแบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่สามารถตอบแบบประเมินความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ จำนวน 6 ข้อจาก 10 ข้อ

2. กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุที่อายุ 60 ปีขึ้นไปอยู่ในชมรมผู้สูงอายุอำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 40 คน ที่ได้รับการคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง

3. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง ทำการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Sampling) อำเภอบางปะหันมีจำนวน 17 ตำบล มีการแบ่งเขตพื้นที่เป็น 2 โซน จากลักษณะภูมิประเทศและการเดินทาง ดังนั้นในการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบง่ายจากพื้นที่ในโซนเดียวกันเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีลักษณะพื้นฐานที่ใกล้เคียงกันมากที่สุด จำนวนผู้สูงอายุมีจำนวนใกล้เคียงจึงเลือกมา 2 ตำบล โดยใช้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นพื้นที่ต่างตำบลเพื่อลดโอกาสที่กลุ่มตัวอย่างได้พบและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ความคิดเห็นกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และทำการเลือกกลุ่มตัวอย่าง จากตำบลที่สุ่มแบบง่าย โดยเลือกผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ข้างต้นเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 20 คน และสุ่มเลือกผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มทดลองเพื่อเข้ากลุ่มควบคุม จำนวน 20 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรม ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหา 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน (Modified Barthel Activity Daily Living Index : BAL) เป็นการวัดว่าผู้สูงอายุทำอะไรบ้าง(ทำอะไรได้จริง) เป็นการสอบถามถึงกิจวัตรประจำวันที่เกิดขึ้นในระยะเวลา 24-48 ชั่วโมง ซึ่งเป็นข้อคำถามที่ใช้ในการวัดการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์การรับรู้พลังอำนาจผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากการทบทวนวรรณกรรมโดยอาศัยแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจของกิบสัน (Gibson, 1993) ซึ่งเป็นข้อคำถามที่แสดงว่าตนเองมีพลังอำนาจในตนเองในการที่สามารถที่จะดูแลตนเองได้และสามารถที่จะเป็น

ตัวอย่างแก่บุคคลอื่นๆได้ด้วย โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ แบ่งข้อคำถามได้ จำนวน 15 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนและประเมินระดับการรับรู้พลังอำนาจ ดังนี้

ระดับมากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของผู้ตอบมากที่สุด ให้ 5 คะแนน

ระดับมาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของผู้ตอบมาก ให้ 4 คะแนน

ระดับปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของผู้ตอบปานกลางให้ 3 คะแนน

ระดับน้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของผู้ตอบน้อย ให้ 2 คะแนน

ระดับน้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความคิดเห็นของผู้ตอบน้อยที่สุด ให้ 1 คะแนน

การแปรผลตามคะแนนการรับรู้พลังอำนาจผู้สูงอายุ โดยใช้เกณฑ์ ของเบสท์ คือ

0 - 25 หมายถึง การรับรู้พลังอำนาจต่ำ

26 - 50 หมายถึง การรับรู้พลังอำนาจปานกลาง

51 - 75 หมายถึง การรับรู้พลังอำนาจสูง

ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยสร้างเองจากการทบทวนวรรณกรรม วารสาร เอกสารเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์

ซึ่งข้อคำถามเป็นทางบวกและทางลบ โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ แบ่งข้อคำถามได้ จำนวน 15 ข้อ ให้ค่าแต่ละระดับปฏิบัติมีความหมาย ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ท่านปฏิบัติในข้อคำถามนั้นเป็นประจำสม่ำเสมอ 5-7 วันต่อสัปดาห์ ข้อละ 5 คะแนน

ปฏิบัตินานๆครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติในข้อคำถามนั้นอย่างน้อย 1-4 วันต่อสัปดาห์ ข้อละ 3 คะแนน

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติในข้อคำถามนั้นเลยข้อละ 0 คะแนน

การแปรผลของคะแนนการรับรู้พลังอำนาจผู้สูงอายุ โดยใช้เกณฑ์ ของเบสท์

0 - 10 หมายถึง พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพระดับต่ำ

11 - 21 หมายถึง พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพระดับปานกลาง

22 - 30 หมายถึง พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพระดับสูง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือเป็นการหาความตรงและความเชื่อมั่นและประสิทธิภาพในการใช้เครื่องมือ ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยส่วนต่างๆ ดังนี้

1. แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป
2. โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
3. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
4. แบบบันทึกกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. การหาความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยนำเครื่องมือทุกส่วนให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ซึ่งประกอบด้วย

โดยผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน ขอความร่วมมือในการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาของเครื่องมือทุกฉบับ ภายหลังการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์การรับรู้พลังอำนาจ และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

2. หาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability)

นำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบและได้จัดทำเป็นฉบับสมบูรณ์และนำเสนอต่อคณะกรรมการจริยธรรม มหาวิทยาลัยบูรพา

โดยนำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขเพิ่มให้สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อให้มีความถูกต้องชัดเจนสอดคล้องกับกรอบทฤษฎีและนำไปทดลอง (Try out) ใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุ ในเขตอำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ราย แล้วนำข้อมูลที่ได้จากแบบสัมภาษณ์การรับรู้พลังอำนาจและแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ซึ่งเครื่องมือทุกชุดมีค่าความเที่ยง ดังนี้

1. การรับรู้พลังอำนาจ มีค่าความเที่ยง 0.73
2. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ มีค่าความเที่ยง 0.84

หลังจากนั้นปรับปรุงแบบสอบถามอีกครั้ง ก่อนไปใช้เก็บข้อมูลจริงกับกลุ่มตัวอย่าง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย 3 ประเภท ได้แก่

1. โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยสร้างแผนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ โดยบูรณาการแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจของกิบสัน (Gibson, 1993) เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีรูปแบบในการส่งเสริมสุขภาพตนเอง มีความสามารถในการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพของตนเอง ผ่านกระบวนการการเสริมสร้างพลังอำนาจ 4 ขั้นตอน คือ การค้นพบสถานการณ์จริง การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม และการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการค้นพบปัญหาที่ส่งผลต่อสุขภาพของตนเองและการเลือกแนวทางในการดูแลสุขภาพของตนเองเพื่อให้ตนเองเป็นบุคคลที่มีสุขภาพที่ดีและสามารถที่จะเป็นแบบอย่างให้กับบุคคลอื่นๆในชุมชนต่อไป ระยะเวลาในการจัดโปรแกรม 9 สัปดาห์ ประกอบด้วยจัดกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการส่งเสริมสุขภาพ 5 ครั้ง มีการจัดกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 1, 2, 4 และ 7 มีการจัดกิจกรรมที่บริเวณศูนย์กลางของชุมชน สัปดาห์ละ 1 วันๆละ 45 นาที

2. แบบบันทึกกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เป็นการบันทึกกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีการปฏิบัติตนเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง

3. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยครอบคลุมเนื้อหา 3 ด้าน คือ การนำหลัก 3 อ ของกระทรวงสาธารณสุขเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมในการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย อาหาร อารมณ์

การทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยในกลุ่มทดลอง ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ได้แบ่งขั้นตอนการดำเนินงานออกเป็นสามระยะ ได้แก่ ระยะก่อนการทดลอง ระยะดำเนินการทดลอง และระยะหลังการทดลอง รายละเอียดดังนี้

1.1.ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยของหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย พร้อมแบบรายงานรับรองโครงการวิจัยจากคณะกรรมการวิจัยมหาวิทยาลัยบูรพา ถึง สาธารณสุขอำเภอบางปะหัน และผู้อำนวยการ โรงพยาบาลบางปะหันจังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อขออนุญาตเข้าดำเนินการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง

ภายหลังได้รับอนุญาต ผู้วิจัยเข้าชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและรายละเอียดต่างๆต่อ สาธารณสุขอำเภอบางปะหัน และผู้อำนวยการ โรงพยาบาลบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อขอความร่วมมือและชี้แจงวิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยขอหนังสือขอความร่วมมือในการดำเนินงานวิจัยจากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอบางปะหัน ถึงหัวหน้าสถานีอนามัยที่ได้รับการสุ่มคัดเลือกแล้ว และขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางปะหัน ถึง หัวหน้ากลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน เพื่อขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยในพื้นที่ หลังจากนั้นทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดโดยแบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน

1.2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยจัดกิจกรรมตาม โปรแกรมการรับรู้พลังอำนาจในการส่งเสริมสุขภาพด้านของพฤติกรรมบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียดในกลุ่มทดลอง ตามรายละเอียดดังต่อไปนี้

ครั้งที่1(สัปดาห์ที่ 1) การสร้างสัมพันธภาพ และการชี้แจงการดำเนินการวิจัย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ดำเนินกิจกรรมโดยกระบวนการกลุ่ม ดังนี้

การค้นหาสถานการณ์จริง เป็นกิจกรรมกลุ่มที่ผู้สอนตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้ แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและจากประสบการณ์ที่ผู้สูงอายุเองมีการส่งเสริมสุขภาพสำหรับตัวเองอย่างไรบ้างที่ผ่านมา และใช้การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็น

ครั้งที่2 (สัปดาห์ที่ 2) กิจกรรมการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณของผู้สูงอายุ การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณของผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดมุมมองใหม่โดยการให้ผู้สูงอายุมีการสาธิตรูปแบบในการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง มีการตัดสินใจเลือกรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับและวางแผนร่วมกันฝึกทักษะกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ผู้วิจัยให้ความรู้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ คู่มือการส่งเสริมสุขภาพ

ครั้งที่3 (สัปดาห์ที่4) กิจกรรม วิธีการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสม

โดยดำเนินการติดตามผู้สูงอายุที่มีการนำรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจากครั้งที่2 ไปปฏิบัติ โดยให้ผู้สูงอายุเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเองและมีการบันทึกกิจกรรมในการส่งเสริมสุขภาพ

ครั้งที่4 (สัปดาห์ที่5) กิจกรรมการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับตนเอง

โดยดำเนินการติดตามผลการส่งเสริมสุขภาพที่ผู้สูงอายุได้เลือกเป็นการส่งเสริมสุขภาพสำหรับตนเอง และเพื่อให้มีการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติโดยการมีการจดบันทึกกิจกรรมทุกครั้ง มีการทำแบบทดสอบหลังการทดลอง ผู้วิจัยประเมินผู้สูงอายุ

ครั้งที่5 (สัปดาห์ที่7) กิจกรรมเพื่อติดตามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยการเสริมสร้างพลังอำนาจให้เกิดการปฏิบัติที่ยั่งยืน

โดยดำเนินการติดตามผลการแก้ไขปัญหาในการเสริมสร้างพลังอำนาจ จากการสอบถาม และการปฏิบัติตามที่ได้วางแผนร่วมกันระหว่างผู้วิจัยกับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยประเมินผู้สูงอายุ ครั้งที่6 (สัปดาห์ที่9) กิจกรรมประเมินผลการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ในภาพรวมทั้งหมดเป็นรายบุคคล

ให้กำลังใจในความสำเร็จและสนับสนุนให้มีการดำเนินการส่งเสริมสุขภาพต่อทั้งในด้านของพฤติกรรมและการส่งเสริมสุขภาพของตนเองและการเป็นต้นแบบแก่บุคคลอื่น

1.3.ระยะหลังการทดลอง

ครั้งที่7 (สัปดาห์ที่10)

ใช้แบบสอบถามสุขภาพชุดเดิม เพื่อประเมินการรับรู้หลังจากเสร็จสิ้นการทดลองทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพที่บริเวณลานวัดและมีการติดตามการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่บ้านด้วยตนเองในกลุ่มทดลอง

2. ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยในกลุ่มควบคุม

2.1 ระยะก่อนการทดลอง หลังจากได้รับการคัดเลือกให้เป็นกลุ่มควบคุมผู้วิจัยสำรวจคัดเลือกผู้สูงอายุที่มีอายุ ตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ โดยพิทักษ์กลุ่มตัวอย่างโดยอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการเก็บข้อมูล ระยะเวลาที่ทำการศึกษา ให้สิทธิในการตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัย รวมทั้งบอกข้อยกเว้นให้มีความร่วมมือในขั้นตอนใดๆของการวิจัยโดยไม่ต้องบอกเหตุผล และไม่มีผลต่อการรักษาพยาบาลที่สถานอนามัยและโรงพยาบาล ที่ได้รับตามสิทธิที่สถานอนามัยและโรงพยาบาล เมื่อผู้สูงอายุสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย ให้เซ็นชื่อในแบบฟอร์มแสดงความยินยอม จึงดำเนินการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามชุดเดิมไป แบบวัดการรับรู้พลังอำนาจ และแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถามเมื่อได้รับแบบสอบถามคืน

2.2 ระยะดำเนินการวิจัย

ครั้งที่1 – ครั้งที่5 (สัปดาห์ที่1-สัปดาห์ที่8)

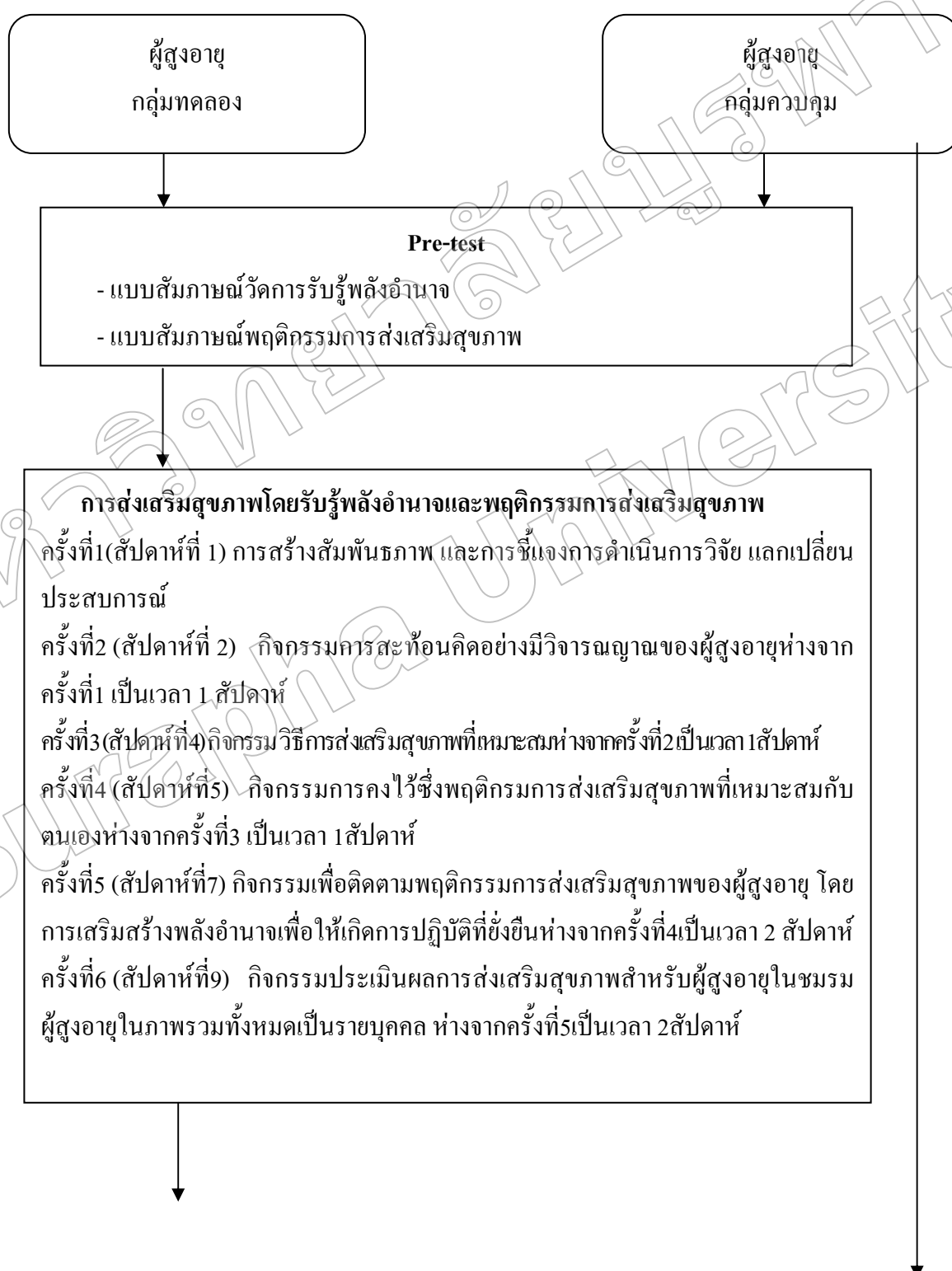
กลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุแต่ได้รับความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพตามปกติในวันที่มีการประชุมประจำเดือนสำหรับชมรมผู้สูงอายุจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือจากสื่อต่างๆ

ระยะหลังการทดลอง

ครั้งที่6 (สัปดาห์ที่9)

ผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามชุดเดิม (Posttest)

จัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพที่บริเวณลานวัดและมีการติดตามการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่บ้านด้วยตนเองในกลุ่มควบคุม



Post-test

ครั้งที่ 7 (สัปดาห์ที่ 10)

เก็บข้อมูลหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามลักษณะเดิม เพื่อประเมินการรับรู้หลังจากเสร็จสิ้นการทดลองทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพที่บริเวณลานวัดและมีการติดตามการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่บ้านด้วยตนเองในกลุ่มทดลอง

ภาพที่ 3 แผนการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว ทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล นำมาลงรหัสและวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์สถิติ รายละเอียดดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมของการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ข้อมูลการรับรู้ถึงอำนาจและพฤติกรรมของการส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และจำแนกระดับการรับรู้ถึงอำนาจและพฤติกรรมของการส่งเสริมสุขภาพ
3. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ถึงอำนาจและพฤติกรรมของการส่งเสริมสุขภาพก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุของกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Paired t - test
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ถึงอำนาจและพฤติกรรมของการส่งเสริมสุขภาพ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent t - test

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และระยะเวลาของการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ โดยไม่มีผลกระทบต่อการมารับบริการที่สถานี

อนามัยหรือการได้รับการดูแลเรื่องการส่งเสริมสุขภาพแต่อย่างใด นอกจากนี้ระหว่างการวิจัยหากกลุ่มตัวไม่พอใจหรือไม่ต้องการเข้าร่วมการวิจัยจนครบตามกำหนดเวลา กลุ่มตัวอย่างสามารถบอกเลิกได้ โดยไม่มีผลต่อการมารับบริการที่สถานีนามัย รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพหรือที่จะได้รับข้อมูลต่างๆที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลต่างๆจะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุล เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัยสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านเอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มตัวอย่าง เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัยให้เซ็นชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย