

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน ตามแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender ,1996)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ปีการศึกษา 2550 ภาคการศึกษาที่ 1 ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตอำเภอแม่ทาทั้งหมดจำนวน 36 โรงเรียน มีนักเรียนรวมทั้งสิ้น 1,305 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan , 1974) ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 297 คนและผู้ศึกษาทำการเก็บข้อมูลเพิ่มร้อยละ 20 ดังนั้นขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 360 คนโดยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างคือ เป็นผู้ที่อ่านออกเขียนได้

การสุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มโดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การสุ่มตัวอย่างในระดับโรงเรียน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) ให้ทุกโรงเรียนในแต่ละตำบลมีโอกาสได้รับเลือกเท่าๆกัน โดยการจับสลากได้ทั้งหมด 18 โรงเรียนตามสัดส่วนดังนี้

โรงเรียน	จำนวนนักเรียนทั้งหมด	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
จำตาเหิน	23	13
คอยแก้ว	18	10
บ้านร้องเรือ	82	43
หล่ายทา	24	13
ทาภู	32	17

ทาป่าสัก	78	41
ทาชมภู	20	11
ทาสองท่า	32	17
วัดทากาศ	35	19
หมื่นข้าว	21	12
คอยคำ	37	20
ป่าเลา	31	17
หนองยางไคล	25	14
สบเมย	22	12
แม่เมย	73	39
สวนหลวง	18	10
ปงแม่ลอบ	62	33
ห้วยฮ่อม	35	19
	รวม	360

ขั้นที่ 2 การสุ่มตัวอย่างในระดับนักเรียนใช้วิธี systematic random sampling โดยการสุ่มแบบมีระบบเรียงเลขที่ซึ่งเป็นเลขคู่ ตามบัญชีรายชื่อแต่ละโรงเรียนที่เรียงลำดับเพศชายทั้งหมดหลังจากนั้นเป็นเพศหญิงทั้งหมด และเลือกนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ตามสัดส่วนหากนักเรียนไม่มาโรงเรียนให้เลื่อนเป็นเลขที่ถัดไป โดยมีขนาดกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งหมด จำนวน 360 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาคั้งนี้คือแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเองตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996) ประกอบด้วยข้อมูล 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุโรงเรียน ศาสนา ระดับชั้นที่ศึกษา ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา การพักอาศัย จำนวนสมาชิกในครอบครัว งานอดิเรก โรคประจำตัว น้ำหนัก ส่วนสูง ภาวะความผิดปกติของร่างกายที่พบบ่อย การออกกำลังกาย กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา

ใช้แบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและวรรณกรรมตามกรอบแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender, 1996) ประกอบด้วยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้ง 6 ด้าน คือความรับผิดชอบต่อสุขภาพ โภชนาการ การมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล กิจกรรมทางกาย การพัฒนาทางจิตวิญญาณ และการจัดการกับความเครียด โดยมีลักษณะคำตอบของข้อคำถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้นๆเป็นประจำทุกวันหรือปฏิบัติทุกครั้ง
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้นๆเป็นส่วนใหญ่หรือปฏิบัติ 3-4 วันต่อสัปดาห์
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้นๆเป็นส่วนน้อยหรือปฏิบัติเป็นบางครั้งหรือ 1-2 วันต่อสัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติ	หมายถึง ผู้ตอบไม่มีพฤติกรรมหรือไม่มีการปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องนั้นๆเลย

คะแนนข้อความเชิงบวก

คะแนนข้อความเชิงลบ

ไม่เคยปฏิบัติ	0	คะแนน	ไม่เคยปฏิบัติ	3	คะแนน
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	1	คะแนน	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	2	คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	2	คะแนน	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	1	คะแนน
ปฏิบัติเป็นประจำ	3	คะแนน	ปฏิบัติเป็นประจำ	0	คะแนน

ในการคิดคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพกระทำโดย นำคะแนนทั้งหมดที่ได้มารวมกันแล้วหารด้วยจำนวนข้อคำถามทั้งหมด ส่วนการคิดคะแนนพฤติกรรมในแต่ละด้านกระทำโดยนำคะแนนทั้งหมดในด้านนั้นมารวมกันแล้วหารด้วยจำนวนข้อคำถามในแต่ละด้าน แบ่งคะแนนทั้งหมดออกเป็น 4 ช่วงโดยใช้หลักทางสถิติ ได้แก่ พิสัย/จำนวนชั้น = (คะแนนสูงสุด - คะแนนต่ำสุด)/4 (เต็มศรี ชำนิจารกิจ, 2540) การแปลความหมายของคะแนนดังนี้

0 - 0.74	หมายถึง	มีพฤติกรรมอยู่ในระดับน้อยมาก
0.75 - 1.49	หมายถึง	มีพฤติกรรมอยู่ในระดับน้อย
1.50 - 2.24	หมายถึง	มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง
2.25 - 3.00	หมายถึง	มีพฤติกรรมอยู่ในระดับมาก

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงของเนื้อหา (content validity) หาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญเรื่องพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ งานอนามัยโรงเรียน และด้านสาธารณสุข เป็นผู้พิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษา แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงเพิ่มเติมให้มีความเหมาะสมของภาษาและความชัดเจนของเนื้อหาตาม ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษา แล้วนำแบบทดสอบไปหาค่า ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) ได้ค่า 0.86

2. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (reliability) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามที่ผ่านการ ตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ และได้ปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมในด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้แล้วไป ทดลองใช้กับนักเรียนประถมศึกษาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้ว นำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่า 0.77

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษา ได้ทำการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยทำหนังสือขออนุญาตและนำ โครงร่างการศึกษาเสนอต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เมื่อได้รับอนุญาตให้ศึกษา ผู้ศึกษาจึงขออนุญาตผู้ปกครอง ผู้บริหาร โรงเรียนที่กลุ่มตัวอย่างกำลังศึกษา และกลุ่มตัวอย่าง เมื่อผู้ปกครองและผู้บริหารโรงเรียนอนุญาตผู้ ศึกษาจึงเข้าทำการรวบรวมข้อมูล โดยชี้แจงวัตถุประสงค์การศึกษา ประโยชน์ของการศึกษาและขอ ความร่วมมือในการรวบรวมข้อมูล รวมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงการเก็บข้อมูลว่าข้อมูลต่างๆจะเป็น ความลับการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลในภาพรวมและประโยชน์ในทางวิชาการเท่านั้น เมื่อกลุ่ม ตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการศึกษา ผู้ศึกษาจะแจกแบบสอบถามให้ตอบ หากกลุ่มตัวอย่างปฏิเสธจะไม่มี ผลกระทบใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการรวบรวมด้วยตนเองโดยดำเนินการตามขั้นตอนต่างๆดังนี้

1. ผู้ศึกษาขอหนังสือจากคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขอความร่วมมือในการรวบรวมข้อมูล
2. หลังจากได้รับหนังสืออนุมัติจากผู้อำนวยการโรงเรียน ผู้ศึกษาทำจดหมายแจ้งผู้ปกครองของนักเรียนเพื่อขออนุญาตให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการศึกษา
3. เมื่อได้รับอนุญาตจึงเข้าพบและแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่างและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม โดยชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงการรวบรวมข้อมูลในการตอบแบบสอบถาม ประโยชน์จากการทำการศึกษา แล้วทำการแจกแบบสอบถาม ผู้ศึกษาเป็นผู้แจกแบบสอบถามด้วยตนเองและเก็บคืนทันทีโดยตรวจสอบข้อมูลในแบบสอบถามให้ครบสมบูรณ์ ใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามคนละประมาณ 20-30 นาที

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ตามลำดับดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลนำมาคำนวณหาร้อยละ และค่าเฉลี่ย ตามลักษณะของข้อมูล
2. ข้อมูลการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษา อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน นำมาแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน