

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่องการปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 มีวิธีดำเนินการศึกษาดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ศึกษาในครั้งนี้คือผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่อาศัยอยู่ในตำบลอินทขิล อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งใช้บริการตรวจรักษาที่คลินิกโรคเบาหวานโรงพยาบาลแม่แตง และที่ศูนย์สุขภาพชุมชนเทศบาลเมืองแกน ตำบลอินทขิล อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ ยามาเน่ (อ้างใน ยุทธพงษ์ กัยวรรณ, 2543) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 140 คน ใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามคุณสมบัติที่กำหนดดังนี้

1. เป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ซึ่งได้รับการรักษาด้วยยาชนิดรับประทานอย่างน้อย 1 ปีขึ้นไป
2. ช่วยเหลือตัวเองและสามารถปฏิบัติการดูแลตนเองได้
3. สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยหรือภาษาท้องถิ่นได้ดี
4. ยินดีให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน ความพึงพอใจของรายได้ ลักษณะครอบครัว จำนวนสมาชิกในครอบครัว บทบาทของผู้ป่วยในครอบครัว ประวัติการเป็นเบาหวานในครอบครัว ระยะเวลาที่เป็นโรคเบาหวาน ความถี่ของการนัดมาตรวจ การมาตรวจตามนัด

โรคที่เป็นร่วม โรคที่เป็น ระดับน้ำตาลในเลือด ภาวะโภชนาการ การสูบบุหรี่ และ แหล่งความรู้

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการปฏิบัติกรดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพ ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม จำนวน 56 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวก 47 ข้อ และทางลบ 9 ข้อ แบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้

- | | |
|--|--------|
| 1. การปฏิบัติกรดูแลตนเองด้านโภชนาการ | 20 ข้อ |
| 2. การปฏิบัติกรดูแลตนเองด้านการรับประทานยา | 5 ข้อ |
| 3. การปฏิบัติกรดูแลตนเองด้านการออกกำลังกาย | 7 ข้อ |
| 4. การปฏิบัติกรดูแลตนเองเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน | 24 ข้อ |

การปฏิบัติกรดูแลตนเองด้านโภชนาการ ด้านการรับประทานยา และด้านการป้องกันภาวะแทรกซ้อน คำถามแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก 4 ระดับ ดังนี้

- ปฏิบัติประจำ หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมนั้นอย่างสม่ำเสมอทุกครั้ง
 ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมนั้นบ่อยครั้งหรือเกือบทุกครั้งหรือทุกวัน
 ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมนั้นเป็นบางครั้งหรือบางวัน
 ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมนั้นเลย

เกณฑ์การให้คะแนน ข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก และทางลบ มีดังนี้

		ทางบวก	ทางลบ
ปฏิบัติประจำ	ได้คะแนน	3	0
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ได้คะแนน	2	1
ปฏิบัติบางครั้ง	ได้คะแนน	1	2
ไม่เคยปฏิบัติ	ได้คะแนน	0	3

เกณฑ์การแปลผล โดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ย (อุเทน ปัญญโญ, 2549) ดังนี้

- คะแนน 2.50 - 3.00 หมายถึง การปฏิบัติกรดูแลตนเองอยู่ในระดับ ดีมาก
 คะแนน 2.00 - 2.49 หมายถึง การปฏิบัติกรดูแลตนเองอยู่ในระดับ ดี
 คะแนน 1.50 - 1.99 หมายถึง การปฏิบัติกรดูแลตนเองอยู่ในระดับ พอใช้
 คะแนน 0.00 - 1.49 หมายถึง การปฏิบัติกรดูแลตนเองอยู่ในระดับ ควรปรับปรุง

การปฏิบัติการดูแลตนเองด้านการออกกำลังกายคำถามแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก มี 3 ระดับ ดังนี้

ปฏิบัติประจำ หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมนั้นอย่างสม่ำเสมอ 3-7 วันต่อสัปดาห์
 ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมนั้นต่ำกว่า 3 วัน ต่อสัปดาห์
 ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมนั้นเลย

เกณฑ์การให้คะแนน		ข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก และทางลบ มีดังนี้	
		ทางบวก	ทางลบ
ปฏิบัติประจำ	ได้คะแนน	2	0
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ได้คะแนน	1	1
ไม่เคยปฏิบัติ	ได้คะแนน	0	2

เกณฑ์การแปลผล โดยพิจารณาค่าเฉลี่ย (อุเทน บุญโญ , 2549) ดังนี้

คะแนน 1.50 - 2.00 หมายถึง การปฏิบัติการดูแลตนเองอยู่ในระดับ ดีมาก
 คะแนน 1.00 - 1.49 หมายถึง การปฏิบัติการดูแลตนเองอยู่ในระดับ ดี
 คะแนน 0.50 - 0.99 หมายถึง การปฏิบัติการดูแลตนเองอยู่ในระดับ พอใช้
 คะแนน 0.00- 0.49 หมายถึง การปฏิบัติการดูแลตนเองอยู่ในระดับ ควรปรับปรุง

ตาราง 3.1 เกณฑ์การประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้ดัชนีสุขภาพ

ภาวะโภชนาการ	ดัชนีสุขภาพ (ซ.ม. – ก.ก.)
อ้วนอันตราย	≤ 82
อ้วน	$> 82-95$
ท้วม	$> 95-100$
ปกติ	$> 100-112$
ผอม	> 112

ที่มา: S. Pruenglampoo, B. Pruenglampoo, C. Kingkeow and A. Mangklabruks (2003)

ค่าเฉลี่ยระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 จำนวน 3 ครั้ง ที่ผ่านมาระยะเวลา 3 - 6 เดือน และครั้งที่ 3 คือวันที่รวบรวมข้อมูลตรวจโดยใช้เครื่องวัดชนิดพกพาเจาะจากปลายนิ้ว ประเมินจากระดับระดับ Fasting plasma glucose (FPG) โดยใช้เกณฑ์ของกระทรวงสาธารณสุข ดังนี้

ตาราง 3.2 เกณฑ์การประเมินระดับน้ำตาลในเลือด

น้ำตาลในเลือด (มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร)	การแปลผล
80 - 120	ระดับดี
121 - 140	ระดับดีพอใช้
141 - 180	ระดับพอใช้
>180	ระดับไม่ดี

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ในการหาคุณภาพเครื่องมือ มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพยาบาล 3 ท่าน และผู้ทรงคุณวุฒิ ด้านโภชนาการ 2 ท่าน คำนวณค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index) ได้ค่าเท่ากับ .96

2. การหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามที่ผ่าน การตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มาใช้บริการคลินิกเบาหวานศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลสันมหาพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน คำนวณหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach' alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83

การพิทักษ์สิทธิ

ผู้ศึกษาได้จัดทำเอกสารพิทักษ์สิทธิ เพื่อใช้ในการพิทักษ์สิทธิของผู้ป่วยเบาหวาน โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขอความร่วมมือจากผู้ป่วยเบาหวาน ซึ่งข้อมูลที่ได้รับถือเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น การตัดสินใจตอบรับหรือปฏิเสธในการเข้าร่วมการศึกษารั้งนี้ไม่มีผลต่อการรักษาพยาบาลที่ผู้ป่วยจะได้รับและสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลา เมื่อผู้ป่วยเบาหวานยินยอมให้ความร่วมมือในการศึกษาและลงชื่อในเอกสารพิทักษ์สิทธิแล้ว ผู้ศึกษาจึงดำเนินการรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

1. ผู้ศึกษาทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดจากนั้นนัดหมายผู้ป่วยเบาหวานแจ้งการพิทักษ์สิทธิของผู้ป่วย และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. ผู้ศึกษาดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและฝึกผู้ช่วยจำนวน 2 คน ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้ผู้ป่วยตอบแบบสอบถาม ถ้าเป็นผู้สูงอายุหรือไม่สามารถอ่านออกเขียนได้ ผู้ศึกษาหรือผู้ช่วยได้อ่านจากแบบสอบถามแล้วให้กลุ่มตัวอย่างเลือกคำตอบจากนั้นผู้ศึกษาตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูล ลงรหัสข้อมูลแล้วนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (อุเทน ปัญโญ, 2549)

1. ข้อมูลทั่วไปวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ยตามลักษณะ ของข้อมูล
2. การปฏิบัติการดูแลตนเองด้านโภชนาการและสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน วิเคราะห์โดยใช้ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน