

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการศึกษา

#### 1. รูปแบบการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional descriptive study)

#### 2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป้าหมาย เป็นหัวหน้าครอบครัวที่มีอายุระหว่าง 20-60 ปี อยู่ในพื้นที่รับผิดชอบการปฏิบัติงานของสถานีอนามัยจำนวน 12 แห่งของอำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร จำนวน 4,552 คน จากฐานข้อมูลคอมพิวเตอร์รายชื่อหัวหน้าครอบครัว ของสถานีอนามัย (ภาคผนวก ง)

##### เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. เป็นบุคคลที่ย้ายเข้ามาอยู่ในพื้นที่ไม่น้อยกว่า 6 เดือน ก่อนการเก็บข้อมูล (ก่อนวันที่ 1 มกราคม 2543)
2. เป็นผู้ที่สามารถสนทนาพูดคุยได้เป็นปกติ ไม่มีปัญหาด้านการพูด และการได้ยิน
3. เป็นผู้ที่ยินดีเข้าร่วมในการศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ (stratified random sampling) โดยมีสัดส่วนตามจำนวนครอบครัวในเขตรับผิดชอบของสถานีอนามัย จำนวน 12 แห่ง จำนวน 240 คน (ภาคผนวก ง)

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ผู้ศึกษาได้คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรเพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ซึ่งมีวิธีการคำนวณ ดังนี้คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 20 เท่าของจำนวนตัวแปรอิสระ (ไข่มุกข์ วิเชียรเจริญ, 2539, หน้า 11)

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาค้างนี้ คือ แบบสัมภาษณ์ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเอง ตามกรอบแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996, pp.66-73) ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ครอบครัว และความพอเพียงของรายได้

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. พฤติกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ   | จำนวน 6 ข้อ  |
| 2. พฤติกรรมด้านกิจกรรมทางร่างกาย        | จำนวน 5 ข้อ  |
| 3. พฤติกรรมด้านการโภชนาการ              | จำนวน 14 ข้อ |
| 4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล | จำนวน 5 ข้อ  |
| 5. พฤติกรรมด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ     | จำนวน 6 ข้อ  |
| 6. พฤติกรรมด้านการจัดการกับความเครียด   | จำนวน 12 ข้อ |

ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ คือ

ปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน/ทุกครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมตามข้อความนั้นๆ สม่าเสมอหรือทุกวัน หรือทุกครั้ง

ปฏิบัติเกือบทุกวัน/เกือบทุกครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมตามข้อความนั้นๆ สม่าเสมอเป็นส่วนใหญ่หรือเกือบทุกวัน หรือเกือบทุกครั้ง

ปฏิบัติบางวัน/นานๆ ครั้ง หมายถึง ผู้ตอบมีพฤติกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมตามข้อความนั้นๆ เป็นส่วนน้อย หรือบางวันหรือนานๆ ครั้ง

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ผู้ตอบไม่มีพฤติกรรมหรือไม่ปฏิบัติกิจกรรมตามข้อความนั้นๆ เลย

## เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน/ทุกครั้ง	ข้อความด้านบวก	ได้ 4 คะแนน
	ข้อความด้านลบ	ได้ 1 คะแนน
ปฏิบัติเกือบทุกวัน/เกือบทุกครั้ง	ข้อความด้านบวก	ได้ 3 คะแนน
	ข้อความด้านลบ	ได้ 2 คะแนน
ปฏิบัติบางวัน/นานๆ ครั้ง	ข้อความด้านบวก	ได้ 2 คะแนน
	ข้อความด้านลบ	ได้ 3 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติ	ข้อความด้านบวก	ได้ 1 คะแนน
	ข้อความด้านลบ	ได้ 4 คะแนน

## เกณฑ์การประเมินระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

เกณฑ์การประเมินระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหัวหน้าครอบครัว เป็นรายด้านและโดยรวม โดยประเมินค่าเฉลี่ยที่คำนวณได้ตามเกณฑ์ ดังนี้ (Pender, 1987, pp.138-142)

ระดับดีมาก	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 3.44-4.00
ระดับดี	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 3.04-3.34
ระดับพอใช้	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 2.64-3.03
ระดับไม่ดี	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 2.17-2.63

## ส่วนที่ 3 ปัจจัยด้านความคิดและความรู้สึกที่เฉพาะต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่

- 1) การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 10 ข้อ
- 2) การรับรู้อุปสรรคพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 10 ข้อ
- 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง จำนวน 7 ข้อ
- 4) อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 7 ข้อ
- 5) อิทธิพลระหว่างบุคคล จำนวน 9 ข้อ
- 6) อิทธิพลด้านสถานการณ์ จำนวน 6 ข้อ

ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 3 ระดับ คือ

เห็นด้วยทั้งหมด	หมายถึง ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความนั้นๆ ทั้งหมด
เห็นด้วยบางส่วน	หมายถึง ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความนั้นๆ บางส่วน
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง ผู้ตอบไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นๆ

เกณฑ์การให้คะแนน	
เห็นด้วยทั้งหมด	ข้อความด้านบวก ได้ 3 คะแนน ข้อความด้านลบ ได้ 1 คะแนน
เห็นด้วยบางส่วน	ข้อความด้านบวก ได้ 2 คะแนน ข้อความด้านลบ ได้ 2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ข้อความด้านบวก ได้ 1 คะแนน ข้อความด้านลบ ได้ 3 คะแนน

เกณฑ์การประเมินระดับความคิดและความรู้สึกที่เฉพาะต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การประเมินระดับความรู้ความเข้าใจและความรู้สึกที่เฉพาะต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหัวหน้าครอบครัว เป็นรายด้าน โดยใช้เกณฑ์ Mean  $\pm$  0.5 SD. ดังนี้

ระดับสูง	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 2.66-3.00
ระดับปานกลาง	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 2.39-2.65
ระดับต่ำ	หมายถึง ผู้ตอบมีคะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 1.00-2.38

#### การตรวจสอบหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือ (content Validity)

แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และแบบสัมภาษณ์ปัจจัยด้านความคิดและความรู้สึกที่เฉพาะต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ นำไปตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน (ภาคผนวก ก)

#### การทดสอบหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability)

ผู้ศึกษานำเครื่องมือที่ได้ปรับปรุงแก้ไขให้มีความตรงตามเนื้อหาและความเหมาะสมทางด้านภาษาคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ไปทดลองใช้กับหัวหน้าครอบครัวที่มีลักษณะเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษา ในเขตอำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ดังนี้

1. ความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหัวหน้าครอบครัว

$$\alpha = 0.8054$$

2. ความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ปัจจัยด้านความรู้ความเข้าใจที่เฉพาะต่อพฤติกรรม

$$\text{ส่งเสริมสุขภาพ } \alpha = 0.8645$$

#### 4. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาและผู้ช่วย ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยสัมภาษณ์หัวหน้าครอบครัวในอำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร จำนวน 240 คน ตามแบบสัมภาษณ์ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเอง ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้ศึกษาและผู้ช่วย นำหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึงสาธารณสุขอำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในพื้นที่รับผิดชอบของสถานีอนามัย จำนวน 12 แห่ง

2. ผู้ศึกษาให้ผู้ช่วย ศึกษาโครงการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจ ทำการประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง ขั้นตอนการสัมภาษณ์ การตรวจสอบความถูกต้องของแบบสัมภาษณ์ การลงรหัสข้อมูล แก่ผู้ช่วย โดยผู้ศึกษาทำการทดลองใช้แบบสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน หลังจากนั้นให้ผู้ช่วยฝึกการสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน เพื่อทำความเข้าใจแบบสัมภาษณ์และสามารถใช้แบบสัมภาษณ์ได้อย่างถูกต้อง

3. ผู้ศึกษาและผู้ช่วยดำเนินการสัมภาษณ์หัวหน้าครอบครัว โดยการชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของผู้รับการสัมภาษณ์ (ภาคผนวก ข) ในระหว่างวันที่ 19 กรกฎาคม 2543 ถึง วันที่ 4 สิงหาคม 2543

4. ผู้ศึกษาทำการลงรหัสข้อมูลตามคู่มือลงรหัส ทำการบันทึกข้อมูลลงในคอมพิวเตอร์ วิเคราะห์ข้อมูล และแปลผลทางสถิติต่อไป

#### 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้บันทึก ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS/PC<sup>+</sup>(Statistical Package for Social Science) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 วิเคราะห์และแปลผลข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

##### สถิติพรรณนา

1. การแจกแจงความถี่ (frequency) และคำนวณอัตราร้อยละ (percentage) ของข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ความพอเพียงของรายได้ และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ

2. การวัดการกระจายของข้อมูลโดยการคำนวณหาค่า ร้อยละ (percentage) ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation : S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

และคะแนนปัจจัยด้านความรู้ความเข้าใจที่เฉพาะต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เป็นรายชื่อ รายด้าน และโดยรวมของกลุ่มตัวอย่าง แล้วแปลผลตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้

### สถิติวิเคราะห์

การทดสอบสมมติฐาน โดยการวิเคราะห์อำนาจการทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ของหัวหน้าครอบครัว ด้านปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ และปัจจัยด้านความรู้ความเข้าใจและความรู้สึกที่เฉพาะต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ปฏิบัติ อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลด้านสถานการณ์ โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression analysis) และสร้างสมการถดถอยพหุคูณ

## 6. สถานที่ในการศึกษาและรวบรวมข้อมูล

อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร

## 7. ระยะเวลาในการศึกษา

กุมภาพันธ์ ถึง กันยายน 2543