

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาภาวะสุขภาพ และพฤติกรรม การสร้างเสริม สุขภาพของ บุคลากรในมหาวิทยาลัย ราชภัฏสวนสุนันทา เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ มาจากบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ทั้งสิ้น จำนวน 1,052 คน จาก 10 คณะ ซึ่งได้แก่ คณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะเทคโนโลยี อุตสาหกรรม คณะวิทยาการจัดการ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะศิลปกรรมศาสตร์ บัณฑิต วิทยาลัย วิทยาลัยนวัตกรรมการจัดการ วิทยาลัยนานาชาติ และวิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพ และจาก 9 สำนักงาน ซึ่งได้แก่ กองกลาง กองนโยบายและแผน กองบริการการศึกษา กองบริหารงาน บุคคล กองพัฒนานักศึกษา ศูนย์การศึกษาทั่วไปและสื่อการศึกษา ศูนย์ภาษา สถาบันวิจัยและ พัฒนา สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 234 คน โดยใช้ตารางเครซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970) กลุ่มผู้วิจัยมีขั้นตอนการหากกลุ่มตัวอย่าง โดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) การสุ่มตัวอย่างแบบนี้ต้องแยกประเภทของประชากรเป็นกลุ่มย่อยก่อน การสุ่ม แบบแบ่งชั้นนี้จะใช้กับประชากรที่มีลักษณะที่แตกต่างกัน จนสามารถแยกเป็นกลุ่มย่อย ๆ ตาม ลักษณะที่แตกต่างกัน กลุ่มย่อยที่ได้มีลักษณะเป็น Homogeneous คือมีลักษณะเหมือนกันภายใน กลุ่ม แล้วจึงค่อยสุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มย่อยอีกที โดยใช้วิธี การสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยหลักการ คือการให้แต่ละหน่วยตัวอย่างของประชากรมีโอกาสได้รับการ เลือกเท่ากันและเป็นอิสระจากกัน โดยสามารถเลือกกลุ่มตัวอย่างมาได้ จำนวน 234 คน จำแนกตาม คณะได้ดังนี้

คณะ/สำนักงาน	จำนวน
คณะครุศาสตร์	6
คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม	14
คณะมนุษยศาสตร์ ฯ	46
คณะวิทยาการจัดการ	8
คณะวิทยาศาสตร์ ฯ	6
คณะศิลปกรรมศาสตร์	11
บัณฑิตวิทยาลัย	9
วิทยาลัยนวัตกรรมการจัดการ	16
วิทยาลัยนานาชาติ	9
วิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพ	17
กองกลาง	5
กองนโยบายและแผน	21
กองบริการการศึกษา	9
กองบริหารงานบุคคล	15
กองพัฒนานักศึกษา	4
ศูนย์การศึกษาทั่วไปและสื่อการศึกษา ฯ	13
ศูนย์ภาษา	4
สถาบันวิจัย	15
สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ	6
รวมจำนวน	234

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นบนพื้นฐานของทฤษฎีเกี่ยวกับ ภาวะสุขภาพ และพฤติกรรม การสร้างเสริม สุขภาพกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ในการวิจัย โดยแบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามปัจจัยทางชีวสังคม จำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วย เพศ สายปฏิบัติงาน หน่วยงานที่สังกัด อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพอิสระ รายได้ต่อเดือน ชั่วโมงทำงาน

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับ ภาวะสุขภาพกาย คือ ดัชนีมวลกาย อาการปวดหลังและบั้นเอว หรือมีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อบ่าและต้นคอ การปฏิบัติตัว การตรวจสุขภาพประจำปี การตรวจวินิจฉัยโดยแพทย์ และการรักษาหรือติดตามอาการเจ็บป่วย

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิต ตามถึงประสบการณ์ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา จนถึงปัจจุบัน ให้ผู้ตอบสำรวจตัวเองและประเมินเหตุการณ์ อาการ ความคิดเห็นและความรู้สึกของว่าอยู่ในระดับใด เป็นข้อคำถามแบบมีตัวเลือกให้ตอบและข้อคำถามเป็นแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียว จำนวน 15 ข้อ โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
มากที่สุด ให้คะแนน	4	1
มาก ให้คะแนน	3	2
เล็กน้อย ให้คะแนน	2	3
ไม่เลย ให้คะแนน	1	4

ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง เป็นข้อคำถามแบบมีตัวเลือกให้ตอบและข้อคำถามเป็นแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียว จำนวน 5 ด้าน ทั้งหมด 33 ข้อ โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
ปฏิบัติสม่ำเสมอ หมายถึง ปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอ ให้คะแนน	4	1
ปฏิบัติบ่อยๆ หมายถึง ปฏิบัติบ่อยครั้ง ให้คะแนน	3	2
ปฏิบัตินานๆครั้ง หมายถึง ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ให้คะแนน	2	3
ไม่ปฏิบัติเลย หมายถึง ไม่ได้ปฏิบัติเลย ให้คะแนน	1	4

3.3 วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้างเครื่องมือ มีการดำเนินงานตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ตำราทางวิชาการ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถามสำหรับการวิจัย
2. ศึกษาเอกสาร ตำรา วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ
3. นำข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการศึกษามาสร้างแบบสอบถาม มีเนื้อหาสาระครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย
4. นำเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ เพื่อพิจารณาความถูกต้องและนำมาปรับปรุงแก้ไข
5. การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ
 - 5.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยการให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องในด้านเนื้อหา ภาษาที่ใช้ และนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้แบบวัดมีความสมบูรณ์
 - 5.2 การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) โดยนำแบบสอบถามที่ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาแล้วไปทดลองใช้ (Tryout) กับบุคลากรภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลจากการทดลองใช้มาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่น ของแบบสอบถามทั้งหมดเท่ากับ 0.88
6. นำผลการวิเคราะห์มาปรับปรุงแบบสอบถามขั้นสุดท้าย เพื่อตรวจสอบจนอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ก่อนนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลจริง

3.4 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยติดต่อประสานงานขอความร่วมมือจาก คณบดี ผู้อำนวยการ และหัวหน้าสำนักงาน แต่ละหน่วยงานภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้
2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล โดยมี การชี้แจงวัตถุประสงค์ และอธิบายวิธีการ ตอบแบบสอบถามโดยละเอียดพร้อมทั้งแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างตอบและเก็บแบบสอบถามคืน

3. เมื่อกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเสร็จแล้ว ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ ครบถ้วนของแบบสอบถาม เมื่อพบว่าข้อมูลยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์จะมีการสอบถามเพิ่มเติม

3.5 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

นำแบบสอบถามที่เก็บได้ทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่

1. สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำมาใช้วิเคราะห์ข้อมูล เพื่ออธิบายให้เห็นลักษณะของข้อมูล ปัจจัยทางชีวสังคม ภาวะสุขภาพกาย ภาวะสุขภาพจิต ระดับภาวะสุขภาพจิตของบุคลากร พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากร

2. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมกับ พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ โดยทดสอบด้วยสถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ ด้วยค่าไคสแควร์ (Chi – square)

3. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพกายกับ พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ โดยทดสอบด้วยสถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ ด้วยค่าไคสแควร์ (Chi – square)

4. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตกับ พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ โดยทดสอบด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)