

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการรักษาโรคไม่ติดต่อตามแนวทางพุทธศาสนาเป็นการวิจัยแบบติดตามประเมินโครงการฯ (Monitoring and Evaluation Research) ซึ่งโครงการได้เริ่มต้นดำเนินการ เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2558 ถึง เดือน มกราคม พ.ศ. 2559 ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผล ตามวัตถุประสงค์ซึ่งมีขั้นตอนและดำเนินการประเมินผลดังนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชนที่ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อ

การสุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชนที่ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อ จำนวน 141 ตัวอย่าง จากโรงพยาบาลเอกชน 3 แห่ง โดยการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) ประกอบด้วย (1) การสุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota Sampling) ได้แก่ โรงพยาบาลกรุงธน (KDH) โรงพยาบาลรามคำแหง (RAM) และโรงพยาบาลสมิตเวช (SVH) โรงพยาบาลละ 47 ตัวอย่าง (2) การสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) ผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างเฉพาะผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชนที่เป็นโรคไม่ติดต่อ เท่านั้น

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการสร้างโดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1. ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ใช้มาตรวัดแบบนามบัญญัติ (Nominal Scale)
2. พฤติกรรมสุขภาพดี ตามหลัก 3 ส. 3 อ. 1 น. ใช้มาตรวัดแบบช่วงระยะ (Interval scale)

ดังนี้

ระดับคะแนนความพึงพอใจ

5	หมายถึง	มากที่สุด
4	หมายถึง	มาก
3	หมายถึง	ปานกลาง
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

3. การมีสุขภาพดี ใช้มาตรวัดแบบช่วงระยะ (Interval scale) ดังนี้

ระดับคะแนนความพึงพอใจ

5	หมายถึง	มากที่สุด
4	หมายถึง	มาก
3	หมายถึง	ปานกลาง
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการสร้างโดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ครอบคลุมเกี่ยวกับลักษณะประชากรศาสตร์ของผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และ โรคประจำตัว

ส่วนที่ 2 ครอบคลุมเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพดีตามหลัก 3 ส. 3 อ. 1 น. ได้แก่ การปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้งหรือไม่เคยปฏิบัติ ตามนาฬิกาชีวิต ได้แก่

ตารางที่ 3.1 ตารางเวลานาฬิกาชีวิต

ที่	เวลา	กิจวัตรประจำวัน
1	05.00 น.	ดื่มน้ำ 2-3 แก้ว ล้างหน้าแปรงฟัน
2	05.00 น. – 07.00 น.	สวดมนต์ ปฏิบัติสมาธิ แผ่เมตตา ออกกำลังกาย
3	07.00 น. – 08.00 น.	อาบน้ำ กินข้าว (มือหนัก)
4	08.00 น. – 12.00 น.	ปฏิบัติภารกิจชีวิตประจำวัน
5	12.00 น. – 13.00 น.	กินข้าวกลางวัน (มือหนัก)
6	13.00 น. – 16.00 น.	ปฏิบัติภารกิจประจำวัน
7	16.00 น. – 17.00 น.	ออกกำลังกาย
8	17.00 น. – 18.00 น.	พักผ่อน อาบน้ำ สรงสรรค์ในครอบครัว สังคม
9	18.00 น. – 19.00 น.	กินอาหารเย็นเบาๆ หรืออาหารว่าง
10	19.00 น. – 22.00 น.	พักผ่อน ผ่อนคลาย สบายอารมณ์ สวดมนต์ปฏิบัติสมาธิ ฟัง / อ่านธรรมะ

ส่วนที่ 3 ครอบคลุมเกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามหลัก 3 ส. 3 อ. 1 น. ของผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชนได้แก่ การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ การสนทนาธรรม การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การออกกำลังกาย การมีอารมณ์ดี และการปฏิบัติตนตามนาฬิกาชีวิต

ส่วนที่ 4 ครอบคลุมเกี่ยวกับระดับการมีสุขภาพดี ได้แก่ ความรู้ และความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเอง

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

- ศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโรคเรื้อรัง 6 โรค ได้แก่โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง และโรคเอดส์ และหลักวิถีพุทธ ได้แก่ หลัก 3 ส. 3 อ. 1 น. (สวดมนต์ สมาธิ สนทนาธรรม) (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ดี) และ (นาฬิกาชีวิต) และการพัฒนาศักยภาพของแต่ละบุคคล
- สร้างแบบสอบถามที่ครอบคลุมเนื้อหาและเรื่องราวที่ต้องการศึกษา
- นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและเสนอแนะเพิ่มเติม

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่ เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2558 ถึง เดือนมกราคม พ.ศ. 2559 โดยขอความร่วมมือจากผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชนที่ป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อ

1. นำแบบสอบถามที่ได้รับมาทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามและนำไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

2. การอธิบายข้อมูลลักษณะทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามด้านประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา อาชีพ และโรคประจำตัว โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุดและต่ำสุด

3. การอธิบายข้อมูลด้านพฤติกรรมสุขภาพดี ตามหลัก 3 ส. 3 อ. 1 น. ได้แก่ กิจวัตรประจำวันตามนาฬิกาชีวิตเพื่อสุขภาพดี การสนับสนุนพฤติกรรมกรรมการปฏิบัติตัวของผู้รับบริการ กลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง 6 โรค พฤติกรรมการสร้างสุขภาพและรักษาพยาบาลเบื้องต้น โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย เพื่อเปรียบเทียบกัน

4. การอธิบายข้อมูลด้านระดับการปฏิบัติตนตามหลัก 3 ส. 3 อ. 1 น. ของผู้ป่วยที่นอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเอกชน ได้แก่ การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ การสันทนาธรรม การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การออกกำลังกาย การมีอารมณ์ดี และการปฏิบัติตนตามนาฬิกาชีวิต โดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุดและต่ำสุดและแปลผลตามระดับความคิดเห็นที่ให้สำคัญต่อปัจจัย ทั้งนี้ได้กำหนดการให้คะแนนคำตอบแบบสอบถามแบบประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ

5. การอธิบายข้อมูลด้านระดับการมีสุขภาพดี ได้แก่ ความรู้ และความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเอง โดยได้กำหนดการให้คะแนนคำตอบแบบสอบถามแบบประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ

ระดับคะแนนความพึงพอใจ

5	หมายถึง	มากที่สุด
4	หมายถึง	มาก
3	หมายถึง	ปานกลาง
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

โดยใช้หลักการแบ่งช่วงการแปลผลตามหลักการแบ่งอันตรภาคชั้น (Class Interval) จากสูตร ดังนี้ (รศ. ดร. กัลยา วานิชย์บัญชา)

$$\begin{aligned}\text{การคำนวณอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{Mix} - \text{Min}}{\text{จำนวนอันตรภาคชั้น}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.8\end{aligned}$$

การแปลผลค่าเฉลี่ย

ค่าเฉลี่ย	การแปลผล
4.21 – 5.00	มากที่สุด
3.41 – 4.20	มาก
2.61 – 3.40	ปานกลาง
1.81 – 2.60	น้อย
1.00 – 1.80	น้อยที่สุด

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1.1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics)

- ค่าสถิติร้อยละ (Percentage)

- ค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2541:40)

$$\begin{aligned}\text{เมื่อ } \bar{X} & \text{ แทน ค่าเฉลี่ย} \\ \sum X & \text{ แทน ค่าผลรวมของคะแนนทั้งหมด} \\ n & \text{ แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง}\end{aligned}$$

1.2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) (ถ้วน สายยศ และอังคณา 2540: 53)

$$S = \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ	S	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	$\sum x^2$	แทน	ค่าผลรวมของคะแนนแต่ละตัว ยกกำลังสอง
	$(\sum x)^2$	แทน	ค่าผลรวมของคะแนนทั้งหมด ยกกำลังสอง
	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

2. การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis: MRA)

การพัฒนาการมีสุขภาพดีใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis: MRA) แบบ Stepwise เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ตัวแปรเกณฑ์ด้วยกลุ่มตัวแปรพยากรณ์ โดยใช้สูตร

2.1 หาค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ (Score Weight: b) โดยใช้สูตร (Pedhazur, 1982: 55)

$$b_j = \beta_j \frac{S_y}{S_j}$$

เมื่อ	b_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ j ในรูปคะแนนดิบ
	β_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ j ในรูปคะแนนมาตรฐาน
	S_y	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากตัวแปรตาม
	S_j	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน จากตัวแปรอิสระตัวที่ j

2.2 ค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta Weight: β) โดยใช้สูตร (Pedhazur, 1982: 55)

$$\beta_j = b_j \frac{S_j}{S_y}$$

เมื่อ	β_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ j ในรูปคะแนนมาตรฐาน
	b_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ j ในรูปคะแนนดิบ
	S_y	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากตัวแปรตาม
	S_j	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน จากตัวแปรอิสระตัวที่ j

2.3 หาสมการตัวแปรพยากรณ์ โดยการวิเคราะห์ถดถอย (Multiple Regression Analysis: MRA) ซึ่งมีสูตรสมการในรูปคะแนนดิบ ดังนี้ (Pedhazur, 1982: 55)

2.3.1 สูตรสมการในรูปคะแนนดิบ

$$\hat{Y} = a + b_1x_1 + b_2x_2 + b_3x_3 + \dots + b_kx_k$$

เมื่อ	\hat{Y}	แทน	คะแนนพยากรณ์ของตัวแปรเกณฑ์ (ตัวแปรตาม) รูปคะแนนดิบ
	a	แทน	ค่าคงที่ของสมการการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
	$b_1, b_2, b_3 \dots b_k$	แทน	ค่าน้ำหนักคะแนน หรือสัมประสิทธิ์การถดถอย ของตัวแปรพยากรณ์ตัวที่ 2 ถึงตัวที่ k ตามลำดับ ในรูปคะแนนดิบ
	$X_1, X_2, X_3 \dots X_k$	แทน	คะแนนของตัวพยากรณ์ (ตัวแปรอิสระตัวที่ 2) ถึงตัวที่ k ตามลำดับ ในรูปคะแนนดิบ
	K	แทน	จำนวนตัวพยากรณ์ (ตัวแปรอิสระ)

2.3.2 สูตรสมการในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$\hat{Z} = b_1Z_1 + b_2Z_2 + b_3Z_3 + \dots + b_kZ_k$$

เมื่อ \hat{Z}	แทน	คะแนนพยากรณ์ของตัวแปรเกณฑ์ (ตัวแปรตาม) รูปคะแนนมาตรฐาน
$b_1, b_2, b_3 \dots b_k$	แทน	ค่าน้ำหนักคะแนน หรือสัมประสิทธิ์การถดถอย ของตัวแปรพยากรณ์ตัวที่ 2 ถึงตัวที่ k ตามลำดับ ในรูปคะแนนมาตรฐาน
$Z_1, Z_2, Z_3 \dots Z_k$	แทน	คะแนนของตัวพยากรณ์ (ตัวแปรอิสระตัวที่ 2) ถึงตัวที่ k ตามลำดับ ในรูปคะแนนมาตรฐาน
K	แทน	จำนวนตัวพยากรณ์ (ตัวแปรอิสระ)

3. สถิติที่ใช้หาคุณภาพของแบบสอบถาม

หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบัก (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543:126)

เมื่อ α	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ
n	แทน	ค่าจำนวนของแบบคำถาม
$\sum s_i^2$	แทน	ค่าผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนรายข้อ
$\sum s_i^2$	แทน	ค่าความแปรปรวนของคะแนนของแบบสอบถามทั้ง

ฉบับ