

บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ กับปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ประกอบด้วย การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การรับรู้อุปสรรคของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ฯ การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ฯ อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติด้านที่มีผลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ฯ และอิทธิพลสถานการณ์ด้านสิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่มีผลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร การศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 7,185 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 435 ราย (มาจากกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้น้อยไม่ต่ำกว่า 400 คนและเมื่อทำการสุ่มแบบมีระบบ (Systematic Sampling) โดยการจำแนกตามคณะและชั้นปีที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามตารางที่ 1 ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างเพิ่มขึ้น 35 คน รวมเป็น 435) สำหรับขนาดของกลุ่มตัวอย่างคณะผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้มาจากการคำนวณโดยใช้สูตรของ ยามาเน่ (Yamane. 1967 : 886) และกำหนดความคลาดเคลื่อนของงานวิจัยไว้เท่ากับ 5 เปอร์เซ็นต์ ดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
 N แทน ขนาดของประชากร
 e แทน ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้

$$\text{แทนค่า} = \frac{7,815}{1 + (7,815) \times (0.05)^2}$$

จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้เท่ากับ 400 คน

2 วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

2.1 เลือกคณะที่นักศึกษาสังกัดอยู่ ทั้งหมด 12 คณะ ด้วยวิธีการเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วย คณะพยาบาลศาสตร์ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ คณะบริหารธุรกิจ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะเภสัชศาสตร์ คณะเทคนิคการแพทย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม คณะกายภาพบำบัด คณะการแพทย์แผนจีน คณะนิติศาสตร์ และคณะนิเทศศาสตร์

2.2 เลือกชั้นปี ทำการเลือกทั้ง 4 ชั้นปี (ชั้นปีที่ 1-4) ของแต่ละคณะที่นักศึกษาสังกัดอยู่ ทั้งหมด 12 คณะ ด้วยวิธีการเจาะจง (Purposive Sampling)

2.3 เลือกนักศึกษาแต่ละชั้นปี ของแต่ละคณะ (ทั้ง 12 คณะ) ให้ได้กลุ่มตัวอย่าง ไม่น้อยกว่า 400 คน ด้วยวิธีการสุ่มแบบมีระบบ (Systematic Random Sampling) โดยการนำรายชื่อของนักศึกษา ทั้งหมด 7,815 คน มาเรียงต่อกันและคำนวณหาช่วงของการสุ่ม (Sampling Interval-i) จากสูตร

$$\text{ช่วงของการสุ่ม (i)} = \frac{N}{n}$$

เมื่อ N แทน ขนาดของประชากรจากนักศึกษาปริญญาตรี
 ภาคปกติ ทุกคณะ

n แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

จากนั้นทำการสุ่มอย่างเป็นระบบตามช่วงของการสุ่มที่คำนวณได้ คือ 1 คน เว้น 18 จนครบ 435 คน ดังปรากฏตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนนักศึกษา และขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มแบบมีระบบ

(Systematic Sampling) จำแนกตามคณะและชั้นปีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ลำดับที่	คณะ	จำนวนประชากร				รวมประชากรทั้งหมด	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ค่า $I = 18$
		ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4		
1.	พยาบาลศาสตร์	175	169	191	143	678	38
2.	สังคมสงเคราะห์ ฯ	150	105	88	86	429	24
3.	ศิลปศาสตร์	429	363	281	230	1,303	72
4.	บริหารธุรกิจ	420	388	300	318	1,426	79
5.	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	111	53	52	81	297	17
6.	เภสัชศาสตร์	167	145	162	143	617	34
7.	เทคนิคการแพทย์	156	160	174	158	648	36
8.	สาธารณสุขศาสตร์	431	432	112	140	1,115	61
9.	กายภาพบำบัด	111	121	96	77	405	23
10.	การแพทย์แผนจีน	95	72	62	74	303	17
11.	นิติศาสตร์	71	40	36	41	188	11
12.	นิเทศศาสตร์	178	125	65	38	406	23
	รวมทั้งหมด	2,494	2,173	1,619	1,529	7,815	435

ที่มา : สำนักทะเบียนและประเมินผล. 2552 : ไม่ปรากฏหน้าที่ยพิมพ์

(สถิติจำนวนนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ จำแนกตามคณะ/สาขา/ชั้นปี ประจำปีการศึกษา 2552)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender' Health Promotion Model) ซึ่งแบ่งเป็น 7 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบรวบรวมข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบ ได้แก่ เพศ อายุ นั้บถือศาสนา ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะที่ศึกษา ที่พักอาศัย ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับที่พักอาศัยต่อเดือน ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหาร และเครื่องใช้ส่วนตัว ของใช้ส่วนตัว เกี่ยวตลอดจนค่ากิจกรรมต่าง ๆ การรับรู้ภาวะสุขภาพทางด้านร่างกาย และจิตใจ รวมทั้งการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จากที่ใดบ้าง

ส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะเพื่อให้เหมาะสมกับการวัดที่สอดคล้องกับการปฏิบัติจริงมากที่สุด ดังนี้

2.1 แบบวัดพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และการจัดการกับความเครียด มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) มี 5 ระดับ จำนวนทั้งหมด 30 ข้อ เป็นข้อความทั้งทางด้านบวกและลบ แบ่งเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหาร จำนวน 10 ข้อ
2. พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย จำนวน 6 ข้อ
3. พฤติกรรมด้านการจัดการกับความเครียด จำนวน 14 ข้อ

การตอบคำถามให้เลือกตอบตามความถี่ของการปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ประกอบด้วย ปฏิบัติประจำทุกวัน เกือบทุกวัน เกือบบ่อย นาน ๆ ครั้ง และไม่เคยปฏิบัติ โดยมีเกณฑ์ในการให้คะแนนดังนี้

การปฏิบัติพฤติกรรมฯ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
ประจำทุกวัน	5	1
เกือบทุกวัน	4	2
เกือบบ่อย	3	3
นาน ๆ ครั้ง	2	4
ไม่เคยปฏิบัติ	1	5

การแปลผลคะแนนมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์แปลผลระดับของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการกับความเครียด จากคะแนนเฉลี่ย ซึ่งมีค่าระหว่าง 1-5 แบ่งออกเป็น 3 ระดับโดยอิงเกณฑ์ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538:10)

ค่าเฉลี่ย 3.33 – 5.00 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี

ค่าเฉลี่ย 1.67 – 3.32 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.66 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพในระดับต่ำ

2.2 แบบวัดพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีลักษณะเป็นการสำรวจการปฏิบัติ / มีพฤติกรรม และไม่ปฏิบัติ / ไม่มีพฤติกรรมนั้น ๆ (checklist) จำนวนทั้งหมด 7 ข้อ โดยมีเกณฑ์ในการให้คะแนนดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
มีการปฏิบัติ / มีพฤติกรรม	1	0
ไม่มีการปฏิบัติ / ไม่มีพฤติกรรม	0	1

การแปลผลคะแนนมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์แปลผลระดับของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จากคะแนนเฉลี่ย แบ่งออกเป็น 3 ระดับโดยอิงเกณฑ์ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 10)

ค่าเฉลี่ย 0.67 – 1.00 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 0.34 – 0.66 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 0.00 – 0.33 หมายถึง มีพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับต่ำ

ส่วนที่ 3 แบบวัดการรับรู้ประโยชน์ต่อพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร ด้าน การออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) มี 4 ระดับ จำนวนทั้งหมด 15 ข้อ เป็นข้อคำถามทั้งทางด้านบวกและลบ โดยให้เลือกตอบตามความรู้สึกหรือความคิดเห็น คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และไม่เห็นด้วยเลย ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
เห็นด้วยมากที่สุด	4	1
เห็นด้วยมาก	3	2
เห็นด้วยน้อย	2	3
ไม่เห็นด้วยเลย	1	4

การประเมินผลมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์แปลผลระดับการรับรู้ประโยชน์ต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 2.68 – 4.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์สูง

ค่าเฉลี่ย 1.34 – 2.67 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.33 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ต่ำ

ส่วนที่ 4 แบบวัดการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) มี 4 ระดับ จำนวนทั้งหมด 15 ข้อ เป็นข้อคำถามทางด้านลบทุกข้อ โดยให้เลือกตอบตามความรู้สึกหรือความคิดเห็น คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และไม่เห็นด้วยเลย ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เห็นด้วยมากที่สุด	1	คะแนน
เห็นด้วยมาก	2	คะแนน
เห็นด้วยน้อย	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วยเลย	4	คะแนน

การประเมินผลมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์แปลผลระดับการรับรู้อุปสรรคต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 2.68 – 4.00 หมายถึง มีการรับรู้อุปสรรคสูง

ค่าเฉลี่ย 1.34 – 2.67 หมายถึง มีการรับรู้อุปสรรคปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.33 หมายถึง มีการรับรู้อุปสรรคต่ำ

ส่วนที่ 5 แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) มี 4 ระดับ จำนวนทั้งหมด 15 ข้อ เป็นข้อคำถามทั้งทางด้านบวกและลบ โดยให้เลือกตอบตามความรู้สึกหรือความคิดเห็น คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และไม่เห็นด้วยเลย ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
เห็นด้วยมากที่สุด	4	1
เห็นด้วยมาก	3	2
เห็นด้วยน้อย	2	3
ไม่เห็นด้วยเลย	1	4

การประเมินผลมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์แปลผลระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 2.68 – 4.00 หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับดี

ค่าเฉลี่ย 1.34 – 2.67 หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.33 หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับต่ำ

ส่วนที่ 6 แบบวัดอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) มี 4 ระดับ จำนวนทั้งหมด 14 ข้อ เป็นข้อคำถามทั้งทางด้านบวกและลบ โดยให้เลือกตอบตามความรู้สึกหรือความคิดเห็น คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และไม่เห็นด้วยเลย ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
เห็นด้วยมากที่สุด	4	1
เห็นด้วยมาก	3	2
เห็นด้วยน้อย	2	3
ไม่เห็นด้วยเลย	1	4

การประเมินผลมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์และแปลผลระดับการรับรู้อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 2.68 – 4.00	หมายถึง	มีการรับรู้อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในระดับดี
ค่าเฉลี่ย 1.34 – 2.67	หมายถึง	มีการรับรู้อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.33	หมายถึง	มีการรับรู้อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในระดับต่ำ

ส่วนที่ 7 แบบวัดแบบวัดอิทธิพลด้านสถานการณ์สิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติด้านการบริโภคอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด และด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) มี 4 ระดับ จำนวนทั้งหมด 14 ข้อ เป็นข้อความทางด้านบวกทุกข้อ โดยให้เลือกตอบตามความรู้สึกหรือความคิดเห็น คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และไม่เห็นด้วยเลย ตามเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เห็นด้วยมากที่สุด	4	คะแนน
เห็นด้วยมาก	3	คะแนน
เห็นด้วยน้อย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยเลย	1	คะแนน

การประเมินผลมีดังนี้

ทำการวิเคราะห์และแปลผลระดับการรับรู้อิทธิพลด้านสถานการณ์สิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ฯ เกี่ยวกับพฤติกรรมก่อสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 2.68 – 4.00 หมายถึง มีการรับรู้อิทธิพลด้านสถานการณ์สิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ฯ ในระดับดี

ค่าเฉลี่ย 1.34 – 2.67 หมายถึง มีการรับรู้อิทธิพลด้านสถานการณ์สิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ฯ ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.33 หมายถึง มีการรับรู้อิทธิพลด้านสถานการณ์สิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ฯ ในระดับต่ำ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการหาคุณภาพของเครื่องมือ ตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. การหาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content validity)

1.1 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเกี่ยวกับปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก่อสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ที่สร้างเสร็จแล้วให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา โดยอาศัยดุลยพินิจของผู้เชี่ยวชาญ เป็นรายชื่อว่า แต่ละข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องของลักษณะเฉพาะกลุ่มพฤติกรรมหรือไม่ โดยใช้เกณฑ์กำหนดคะแนนดังนี้

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2538)

- + 1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นเป็นตัวแทนลักษณะเฉพาะกลุ่มพฤติกรรมนั้น
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นเป็นตัวแทนลักษณะเฉพาะกลุ่มพฤติกรรมนั้น
- 1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่เป็นตัวแทนลักษณะเฉพาะกลุ่มพฤติกรรมนั้น

บันทึกผลการพิจารณาความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในแต่ละข้อแล้วนำไปหาค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.33 หรือมากกว่า ซึ่งแสดงว่าข้อคำถามนั้นมีความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ส่วนข้อคำถามที่มีค่าดัชนีน้อยกว่า 0.33 จะถูกคัดออก ได้แบบวัดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

จำนวน 37 ข้อ และแบบวัดการรับรู้เกี่ยวกับปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทุกฉบับรวม 73 ข้อ

1.2. นำแบบสอบถามที่ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข

1.3. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (try out) กับนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ชุด

2. **การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability)** ผู้วิจัยนำแบบวัดการรับรู้ปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ๗ และแบบวัดพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ที่ผ่านการทดลองใช้แล้วมาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1970) ของแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) ได้แก่ ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ๗ (ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการกับความเครียด) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.81 แบบวัดการรับรู้ประโยชน์เกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ๗ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.88 การรับรู้อุปสรรคเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ๗ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.87 การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ๗ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.86 การรับรู้อิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ๗ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.87 และการรับรู้อิทธิพลด้านสถานการณ์สิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ๗ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.81 และหาค่าความยากเป็นรายข้อ ของคูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson : KR20) (Cortina.1993:98-104) สำหรับแบบวัดที่มีลักษณะเป็น Dichotomous คือ แบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.83

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยแนะนำตัวขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร ทำการชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินงานเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย สิทธิของนักศึกษา ให้อิสระแก่นักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติในการซักถามและตัดสินใจ ในการเข้าร่วมการวิจัยตามความสมัครใจ เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้ลงนามยินดีเข้าร่วมในการวิจัย และเมื่อเข้าร่วมโครงการแล้วถ้านักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติต้องการยุติการตอบแบบสอบถามสามารถกระทำได้โดยทันทีและไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อนักศึกษา ๗ ทั้งสิ้น ข้อมูลของนักศึกษา ๗ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจะถูกเก็บเป็นความลับ และใช้เฉพาะในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ภายหลังจากได้รับอนุมัติให้ทำการวิจัยแล้ว คณะผู้วิจัยทำหนังสือถึงคณบดีของแต่ละคณะ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวันและเวลาที่ขอความร่วมมือ ซึ่งเป็นช่วงเวลาเรียนบ้าง ช่วงว่างระหว่างเรียนทั้งในระหว่างวันและช่วงเย็นของเวลาหลังจากนักศึกษาของแต่ละคณะเลิกเรียนในแต่ละวันแล้ว

2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติที่ต้องการ ด้วยการแนะนำตัว สร้างสัมพันธภาพ บอกวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขอความร่วมมือในการวิจัย ประมาณ 30-35 นาที โดยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านเอกสารการพิทักษ์สิทธิ์ และลงนามในเอกสารดังกล่าว พร้อมทั้ง ชี้แจงวิธีการตอบแบบสอบถาม

3. เริ่มทำส่วนที่ 1 คือ แบบรวบรวมข้อมูลทั่วไป หลังจากนั้นให้ทำในส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคฯ ก่อน ต่อจากนั้นให้ทำในส่วนที่ 3-7 ต่อไป ใช้เวลาในการทำประมาณ 30-35 นาทีต่อคน

4. เมื่อกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเสร็จแล้ว ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลที่ได้รับคืน แล้วนำมาให้คะแนนตามที่กำหนดไว้

5. กล่าวขอบคุณกลุ่มตัวอย่าง ในแต่ละชั้นปี ของคณะต่าง ๆ

6. รวบรวมข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

7. ทำหนังสือขอบคุณ เสนอหน่วยงานที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) โดยการวิเคราะห์การแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ นำเสนอในรูปแบบตารางแจกแจงความถี่

2. พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ฯ และปัจจัยแต่ละด้านนำมาวิเคราะห์ด้วยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

3. วิเคราะห์ปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ด้วยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis)