

บทที่ 3 ระเบียบวิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสุขภาพของผู้ที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมได้ โดยมีระเบียบวิธีการศึกษาดังต่อไปนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากร คือ ผู้ที่มีภาวะไขมันในเลือดสูงผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมได้ ที่มีค่าระดับไขมันชนิดร้ายแอลดีแอล มากกว่า 100 มก./ดล. ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์และมีการบันทึกในเวชระเบียนว่ามีโรคประจำตัว ได้แก่ โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมองขาดเลือดหรือขาดเลือดชั่วคราว โรคหลอดเลือดแดงส่วนปลายตีบแข็ง โรคเบาหวาน อย่างน้อย 1 โรค และได้รับการรักษาด้วยยามานานอย่างน้อย 3 เดือน ติดต่อกัน

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีภาวะไขมันในเลือดสูงผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมได้ ที่อาศัยในตำบลโสนลอย อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลบางบัวทอง ระหว่าง 1 กรกฎาคม 2556 ถึง 31 ตุลาคม 2556 โดยมีเกณฑ์การคัดเข้าและเกณฑ์คัดออก ดังนี้

เกณฑ์การคัดเข้า

- 1) เป็นผู้ที่มีสิทธิ์การรักษาในโรงพยาบาลบางบัวทอง
- 2) ไม่ได้ตั้งครรภ์
- 3) สามารถอ่านภาษาไทยได้และไม่มีปัญหาการสื่อสาร

เกณฑ์การคัดออก

- 1) เสียชีวิตระหว่างทำการวิจัย
- 2) เปลี่ยนแปลงสิทธิ์การรักษาเป็นโรงพยาบาลอื่น

การคำนวณขนาดตัวอย่าง ใช้ตารางสำเร็จรูปเพื่อกำหนดขนาดตัวอย่างของ เครจซี่ และ มอร์แกน (บุญใจ ศรีสถิตนรากร. 2550 : 562) ที่จำนวนประชากร เท่ากับ 76 ราย ดังนั้น จำนวนกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 65 ราย

3.2 เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการประยุกต์แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของ เพนเดอร์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาปรับปรุงให้เหมาะสม ประกอบด้วย 2 ชุด

ชุดที่ 1 เป็นแบบสอบถามและการตรวจร่างกาย ประกอบด้วย 4 ส่วน (ภาคผนวก ง)

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

1) แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ภาวะหมดประจำเดือน ประวัติบุคคลในครอบครัวเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจก่อนวัยอันควร ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว และระดับความเครียดในระยะเวลา 6 เดือนที่ผ่านมา (กรมสุขภาพจิต. 2541)

ตัวอย่าง

1. ท่านอายุ ปี

2. เพศ

1. ชาย

2. หญิง

3. สถานภาพสมรส

1. โสด

2. หม้าย/หย่า/แยก

3. คู่

4. ภาวะหมดประจำเดือน (เพศหญิง) (ประจำเดือนไม่มาติดต่อกันเป็นระยะเวลา 1 ปี)

1. หมดประจำเดือน

2. มีประจำเดือน

5. ท่านมีบุคคลในครอบครัวเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจก่อนวัยอันควรหรือไม่ (ก่อนวัยอันควร หมายถึง เพศชายก่อนอายุ 55 ปี หรือเพศหญิงก่อนอายุ 65 ปี)

1. ไม่มีบุคคลในครอบครัวเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจก่อนวัยอันควร

2. มีบุคคลในครอบครัวเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจก่อนวัยอันควร

6. ท่านจบการศึกษาสูงสุดชั้นใด

1. ไม่ได้เรียนหนังสือ

2. ประถมการศึกษา

3. มัธยมศึกษา/ปวช.

4. อนุปริญญาตรี/ประกาศนียบัตร/ปวส.

5. ปริญญาตรี

6. สูงกว่าปริญญาตรี

7. รายได้ของครอบครัว.....บาทต่อเดือน

ตัวอย่าง ระดับความเครียด

คำถามในระยะ 6 เดือนที่ผ่านมา	ระดับของความเครียด					สำหรับ ผู้วิจัย
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	เล็กน้อย	ไม่รู้สึก เครียด	
กลัวทำงานผิดพลาด						
ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้						

การแปลผลระดับความเครียดจะมี คะแนนรวมไม่เกิน 100 คะแนน (20 ข้อ) โดยผลรวมที่ได้ แบ่งออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนน 0 – 24	เครียดน้อย
คะแนน 25 – 42	เครียดปานกลาง
คะแนน 43 – 62	เครียดสูง
คะแนน 63 ขึ้นไป	เครียดรุนแรง

2) การตรวจร่างกาย ประกอบด้วย การวัดสัดส่วนของร่างกาย (Anthropometric Measurement) และการวัดความดันโลหิต โดยนำค่าที่ได้จากการวัดมาเทียบกับค่ามาตรฐาน

2.1) การวัดสัดส่วนของร่างกาย ได้แก่

(1) ดัชนีมวลกาย เป็นค่าที่คำนวณจากน้ำหนักและส่วนสูง เพื่อใช้เปรียบเทียบ ความสมดุระหว่างน้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัมต่อความสูงของมนุษย์วัดเป็นเมตรยกกำลังสอง คำนวณได้จากสูตร ค่าดัชนีมวลกาย (กก.ต่อ ตรม.) = น้ำหนัก (กิโลกรัม)/ส่วนสูง (เมตร)²

(2) เส้นรอบเอว เพื่อประเมินการสะสมของไขมันในร่างกาย วิธีการวัดจะให้ ผู้ใช้บริการอยู่ในท่ายืน ใช้สายวัดวัดรอบเอวโดยผ่านสะดือ วัดในช่วงหายใจออก (ท้องแฟบ) โดยให้ สายวัดแนบกับลำตัว ไม่รัดแน่นและระดับของสายวัด อยู่ในแนวขนานกับพื้น

2.2) การวัดความดันโลหิต ปฏิบัติกับผู้ใช้บริการ ดังนี้

- (1) ให้ใส่เสื้อผ้าหลวม ๆ
- (2) ให้นั่งพักอย่างน้อย 5 นาที
- (3) ถ้าใส่เสื้อแขนยาวไม่ม้วนจนรัดต้นแขน เพราะจะทำให้วัดได้ค่าต่ำกว่าปกติ
- (4) เลือกผ้าที่พันแขนด้วยขนาดที่เหมาะสม
- (5) ชักประวัติการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา ชา กาแฟ และไม่รับประทานยากระตุ้นระบบประสาท เช่น ยาลดน้ำหนัก ยาขยายรูม่านตา ก่อนวัดความดันโลหิต 30 นาที
- (6) ถ้าผู้บริการปวดปัสสาวะให้ไปเข้าห้องน้ำเพื่อถ่ายปัสสาวะก่อน

ตัวอย่าง

1. น้ำหนัก.....กิโลกรัม
2. ส่วนสูง.....เซนติเมตร
3. ค่าดัชนีมวลกาย.....กก./ม²
4. เส้นรอบเอว.....เซนติเมตร
5. ความดันโลหิต.....มม.ปรอท

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยด้านความคิดและอารมณ์ ประกอบด้วย การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลจากสถานการณ์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
เห็นด้วยมากที่สุด	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด	4
เห็นด้วยมาก	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นเป็นส่วนมาก	3
ไม่เห็นด้วย	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกนั้นตรงกับข้อความนั้นน้อย	2
ไม่เห็นด้วยที่สุด	ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. การหลีกเลี่ยงอาหารประเภท ทะเล (กุ้ง ปู ปลาหมึก) ช่วยควบคุมระดับไขมันในเลือด					
2. การงดอาหารประเภท เครื่องในสัตว์ทุกชนิด มีประโยชน์ต่อการควบคุมระดับไขมันในเลือด					

2) แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรค ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
เห็นด้วยมากที่สุด	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด	4
เห็นด้วยมาก	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นเป็นส่วนมาก	3
ไม่เห็นด้วย	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกนั้นตรงกับข้อความนั้นน้อย	2
ไม่เห็นด้วยที่สุด	ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. การควบคุมการรับประทานอาหารเพื่อลดระดับไขมันในเลือดเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก					
2. การเตรียมอาหารประเภทผักผลไม้ไว้รับประทานเป็นสิ่งที่ยุงยาก					

3) แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
มั่นใจมากที่สุด	ท่านมั่นใจมากที่สุดว่าจะสามารถทำได้	4
มั่นใจมาก	ท่านมั่นใจมากกว่าจะสามารถทำได้	3
ไม่มั่นใจ	ท่านมั่นใจน้อยว่าจะสามารถทำได้	2
ไม่มั่นใจมากที่สุด	ท่านไม่มั่นใจเลยว่าจะสามารถทำได้	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	มั่นใจมากที่สุด	มั่นใจมาก	ไม่มั่นใจ	ไม่มั่นใจมากที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอาหารที่เหมาะสมกับภาวะไขมันในเลือดที่ผิดปกติได้อย่างเหมาะสม					
2. ข้าพเจ้าสามารถเลิกหรือไม่สูบบุหรี่ได้					

4) แบบสอบถามความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
เห็นด้วยมากที่สุด	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด	4
เห็นด้วยมาก	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นเป็นส่วนมาก	3
ไม่เห็นด้วย	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกนั้นตรงกับข้อความนั้นน้อย	2
ไม่เห็นด้วยที่สุด	ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. การควบคุมอาหารทำให้ท่านรู้สึกดีต่อสุขภาพ					
2. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการเลิกหรือไม่ดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ดีต่อสุขภาพ					

5) แบบสอบถามอิทธิพลระหว่างบุคคล ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
เป็นจริงมากที่สุด	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด	4
เป็นจริงมาก	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงเป็นส่วนมาก	3
ไม่เป็นจริง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงเล็กน้อย	2
ไม่เป็นจริงที่สุด	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกละเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงมาก	ไม่เป็นจริง	ไม่เป็นจริงที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. ข้าพเจ้าได้รับการสนับสนุนเรื่องการจัดเตรียมอาหารที่เหมาะสมกับภาวะไขมันในเลือดผิดปกติจากครอบครัว					
2. ครอบครัวของข้าพเจ้ารับประทานอาหารเช้าที่เน้นผัก ผลไม้ ลดอาหารมัน ๆ					

6) แบบสอบถามอิทธิพลจากสถานการณ์ ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
เห็นด้วยมากที่สุด	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด	4
เห็นด้วยมาก	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกตรงกับข้อความนั้นเป็นส่วนมาก	3
ไม่เห็นด้วย	ท่านมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกนั้นตรงกับข้อความนั้นน้อย	2
ไม่เห็นด้วยที่สุด	ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. มีการประชาสัมพันธ์เผยแพร่เกี่ยวกับข่าวสารด้านสุขภาพ โดยผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุหรือหนังสือพิมพ์					
2. ชุมชนของข้าพเจ้ามีการจัดเขตปลอดบุหรี่					

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติพฤติกรรมลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
ความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติมากที่สุด	มีความตั้งใจในการปฏิบัติกับข้อความนั้นมากที่สุด	4
ความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติมาก	มีความตั้งใจในการปฏิบัติกับข้อความนั้นมาก	3
ความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติน้อย	มีความตั้งใจในการปฏิบัติกับข้อความนั้นบางครั้ง	2
ความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติไม่มี	ไม่มีความตั้งใจในการปฏิบัติกับข้อความนั้นเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	ความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติ				สำหรับผู้วิจัย
	มากที่สุด	มาก	น้อย	ไม่มี	
1. ข้าพเจ้ามีความตั้งใจในการรับประทานเนื้อสัตว์ เนื้อไม่ติดมัน					
2. ข้าพเจ้ามีความตั้งใจในการรับประทานผักและผลไม้รสไม่หวานจัด					

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกาย โภชนาการ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล การพัฒนาด้านจิตวิญญาณ และการจัดการความเครียด ลักษณะคำตอบเป็นการประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีความหมายและค่าคะแนน ดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	ค่าคะแนน
ปฏิบัติสม่ำเสมอ	พฤติกรรมนั้นท่านทำเป็นประจำทุกวันหรือเกือบทุกวัน	4
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	พฤติกรรมนั้นท่านทำบ่อย ๆ เว้นบ้างเป็นบางวัน	3
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	พฤติกรรมนั้นท่านทำเป็นบางครั้งหรือน้อยมาก	2
ไม่ปฏิบัติเลย	พฤติกรรมนั้นท่านไม่เคยทำเลยหรือแทบจะไม่ได้ทำเลย	1

ตัวอย่าง

ข้อความ	การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ				
	เป็นประจำ	บ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่ปฏิบัติ	สำหรับ ผู้วิจัย
ความรับผิดชอบด้านสุขภาพ					
1. ข้าพเจ้าปรึกษาแพทย์ พยาบาล หรือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันที เมื่อมี อาการ ผิดปกติ เช่น อาการเจ็บแน่นหน้าอก เหนื่อย เป็นต้น					
2. ข้าพเจ้าแสวงหาและปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้ ชีวิตมีความสุข เช่น การไปวัด การสวดมนต์					
กิจกรรมทางกาย					
1. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ ละ 3 วันต่อสัปดาห์ ครั้งละ 30 นาที					
2. ข้าพเจ้ามีการเตรียมร่างกายให้พร้อม อบอุ่น 3 – 5 นาที ก่อนออกกำลังกาย					
โภชนาการ					
1. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารครบ 3 มื้อ หลักและในเวลาใกล้เคียงกันทุกวัน					
2. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารครบ 5 หมู่ คือ ข้าว เนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ ไขมัน ครบทุกมื้อ					

ข้อความ	การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ				สำหรับ ผู้วิจัย
	เป็นประจำ	บ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่ปฏิบัติ	
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล					
1.ญาติพี่น้องหรือคนใกล้ชิดของข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือเมื่อข้าพเจ้าต้องการ					
2. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนบ้านได้ดี					
การพัฒนาด้านจิตวิญญาณ					
1. ข้าพเจ้าปฏิบัติตามคำสอนของศาสนา					
2. ข้าพเจ้านั่งสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบสุข					
การจัดการความเครียด					
1. ข้าพเจ้าพยายามหาทางแก้ไขเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น					
2. ข้าพเจ้าบอกกับตนเองว่าปัญหาทุกอย่างแก้ไขได้					

การแปลผลคะแนนของแบบสอบถาม

การแปลผลคะแนนของแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 3 และ 4 กระทำโดยการนำคะแนนจริงที่ได้จากแบบสอบถามมาหารด้วยจำนวนข้อเป็นคะแนนเฉลี่ย และแบ่งเป็นระดับการปฏิบัติโดยใช้เกณฑ์การแบ่งระดับของ เบสท์ (Best. 1998) จากคะแนนสูงสุดลบด้วยคะแนนต่ำสุดแล้วหารด้วยระดับที่ต้องการจะได้ช่วงคะแนนของแต่ละระดับ ซึ่งในหัวข้อนี้คะแนนสูงสุด - คะแนนต่ำสุด คือ $4 - 1 = 3$ โดยแบ่งคะแนนออกเป็น 3 ระดับ จะได้ช่วงค่าคะแนนแต่ละระดับเท่ากับ 1.00 ดังนี้

ระดับต่ำ	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง	1.00 – 1.99
ระดับปานกลาง	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง	2.00 – 2.99
ระดับมาก	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง	3.00 – 4.00

ชุดที่ 2 แบบบันทึกข้อมูลจากการทบทวนแฟ้มเวชระเบียนโรงพยาบาลบางบัวทอง ประกอบด้วย เส้นฐานระดับการตรวจไขมันในเลือด (ระดับไขมันโคเลสเตอรอล และระดับไขมันชนิดร้ายแอลดีแอล) ย้อนหลังไปอีกอย่างน้อย 3 เดือน นับจากการตรวจครั้งล่าสุดในช่วงวันที่ 1 กรกฎาคม 2556 ถึง 31 ตุลาคม 2556 และโรคประจำตัว (ภาคผนวก ง)

ตัวอย่าง แบบเก็บข้อมูลจากเวชระเบียน จากโรงพยาบาลบางบัวทอง

ระดับไขมันในเลือดย้อนหลังอย่างน้อย 3 เดือน

รายการ	ระดับไขมันในเลือดย้อนหลังอย่างน้อย 3 เดือน (ก่อน 1 กรกฎาคม 2556 - 31 ตุลาคม 2556)
Total cholesterol	
Low density lipoprotein cholesterol	

โรคประจำตัว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> โรคความดันโลหิตสูง | <input type="checkbox"/> โรคไตวายเรื้อรัง |
| <input type="checkbox"/> โรคเบาหวาน | <input type="checkbox"/> โรคไทรอยด์ |
| <input type="checkbox"/> โรคหลอดเลือดหัวใจ | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ |
| <input type="checkbox"/> โรคหลอดเลือดสมองขาดเลือดหรือขาดเลือดชั่วคราว | |
| <input type="checkbox"/> โรคหลอดเลือดส่วนปลายตีบตีบแข็ง | |

3.3 การทดสอบความตรงและความเชื่อถือได้ของเครื่องมือ

3.3.1 ความตรงของเนื้อหา (Content validity) เป็นการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาสาระของคำถาม (Item content) กับเนื้อหาของตัวแปรตาม นิยามเชิงปฏิบัติการตัวแปรและแนวคิดทฤษฎี โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลด้านอายุรกรรม 3 ท่าน หลังจากนั้นผู้วิจัยรวบรวมความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index = CVI) โดยมีขั้นตอน ดังนี้ (บุญใจ ศรีสถิตยน์รากูร. 2550 : 224)

1) นำแบบสอบถามพร้อมโครงสร้างการวิจัยฉบับย่อซึ่งมีคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่ศึกษาไปให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความสอดคล้องระหว่างคำถามกับคำนิยาม เชิงปฏิบัติการของตัวแปร ซึ่งกำหนดความคิดเห็นเป็น 4 ระดับ คือ 1, 2, 3 และ 4 ซึ่งมีความหมายดังนี้

- | | | |
|-----------|-------------------|----------------------------|
| 4 หมายถึง | มีความสอดคล้องมาก | มีค่าความสอดคล้องเท่ากับ 1 |
| 3 หมายถึง | ค่อนข้างสอดคล้อง | มีค่าความสอดคล้องเท่ากับ 1 |
| 2 หมายถึง | สอดคล้องบางส่วน | มีค่าความสอดคล้องเท่ากับ 0 |
| 1 หมายถึง | ไม่สอดคล้อง | มีค่าความสอดคล้องเท่ากับ 0 |

2) ผู้วิจัยรวบรวมความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่าน และนำมาคำนวณค่าหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา ค่าความสอดคล้องที่สามารถนำข้อคำถามไปใช้ คือ ตั้งแต่ 0.66 ขึ้นไป รวมทั้งแก้ไขข้อคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญให้ความเห็นระดับ 1 และ 2 เพื่อเพิ่มความชัดเจนด้านเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษา ผลการคำนวณพบว่าค่า CVI เท่ากับ 0.93

3.3.2 ความเชื่อถือได้ของเครื่องมือ (Reliability) ผู้วิจัยนำเครื่องมือวิจัยที่ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ที่ภาวะไขมันในเลือดผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมได้จำนวน 30 ราย ในพื้นที่ศูนย์อนามัยตลิ่งชัน แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ได้ค่าดังนี้

1) แบบสอบถามปัจจัยด้านความคิดและอารมณ์

- (1) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ เท่ากับ 0.89
- (2) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการรับรู้อุปสรรค เท่ากับ 0.89
- (3) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง เท่ากับ 0.79
- (4) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความรู้สึกที่มีต่อการทำกิจกรรม เท่ากับ 0.91
- (5) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามอิทธิพลระหว่างบุคคล เท่ากับ 0.90
- (6) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามอิทธิพลจากสถานการณ์ เท่ากับ 0.77

2) แบบสอบถามปัจจัยด้านค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติพฤติกรรม เท่ากับ 0.94

3) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ

- (1) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความรับผิดชอบต่อสุขภาพ เท่ากับ 0.76
- (2) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามกิจกรรมทางกาย เท่ากับ 0.92
- (3) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามโภชนาการ เท่ากับ 0.83
- (4) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เท่ากับ 0.81
- (5) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการพัฒนาด้านจิตวิญญาณ เท่ากับ 0.71
- (6) ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการจัดการความเครียด เท่ากับ 0.85

ค่าความเที่ยงทั้งฉบับของแบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้ที่มีภาวะไขมันในเลือดผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมได้ เท่ากับ 0.91

3.4 จริยธรรมในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามกระบวนการจริยธรรมการวิจัย ดังนี้

1. รับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยและได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ตามเลขที่ อ.212/2557 ในวันที่ 6 พฤษภาคม 2556

2. เมื่อผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างได้แนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย และแจ้งสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการปฏิเสธหรือยอมรับการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ว่าขึ้นอยู่กับความสมัครใจโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อการรักษาพยาบาลหรือสิทธิอื่น ๆ ที่พึงได้ หากกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจึงจะเก็บรวบรวมข้อมูล ในระหว่างตอบแบบสอบถาม หากกลุ่มตัวอย่างอึดอัดหรือคับข้องใจ สามารถสอบถามจากผู้วิจัยได้ตลอดเวลา หรือหากเปลี่ยนใจก็มีสิทธิยุติการเข้าร่วมวิจัยและถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาหรือขอยกเลิกข้อมูลที่ให้ได้ โดยผู้วิจัยได้ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีชื่อของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยและนำเสนอในภาพรวม

3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. นำหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ เสนอผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางบัวทอง
2. ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการโรงพยาบาลบางบัวทองและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ชี้แจงผู้ช่วยเก็บข้อมูลการวิจัย เพื่อทำความเข้าใจการใช้เครื่องมือวิจัย ซึ่งประกอบด้วยพยาบาลวิชาชีพ จำนวน 2 ราย และ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำนวน 7 ราย โดยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และรายละเอียดของเครื่องมือและให้ทดลองใช้ 1-2 ราย หลังจากนั้นนำปัญหาที่พบมาทำความเข้าใจกับผู้วิจัย
4. แบ่งพื้นที่การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ตามพื้นที่ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็น หมู่ 1 หมู่ 2 หมู่ 3 หมู่ 4 หมู่ 5 และหมู่ 6
5. เตรียมการเก็บข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถาม ตารางการทำแบบสอบถาม สถานที่ทำแบบสอบถาม เครื่องวัดความดันโลหิต เครื่องชั่งน้ำหนัก สายวัด กล้องถ่ายรูป
6. เตรียมกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด เพื่อชี้แจงและขอความร่วมมือตามความสมัครใจ พร้อมทั้งให้ลงนามแสดงความยินยอมในใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนัดวันเวลาเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลโดยคำนึงถึงความสะดวกของกลุ่มตัวอย่างเป็นหลัก
7. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลตามวัน เวลาที่กำหนด โดยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตนเองชี้แจงวัตถุประสงค์การทำวิจัยก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป โดยมีรายละเอียดการวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

1. **ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล** ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ภาวะหมดประจำเดือน ประวัติบุคคลในครอบครัวเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจก่อนวัยอันควร ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว ระดับความเครียด น้ำหนักเกินและภาวะอ้วน ค่าความดันโลหิต เส้นฐานระดับไขมันในเลือด โรคประจำตัว วิเคราะห์โดยใช้ความถี่ ร้อยละ

2. **ข้อมูลปัจจัยด้านความคิดและอารมณ์** ได้แก่ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถตนเอง ความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลจากสถานการณ์ วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. **ข้อมูลปัจจัยด้านความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติพฤติกรรม** วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4. การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ จำแนกดังนี้

4.1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส ภาวะหมดประจำเดือน ประวัติบุคคลในครอบครัวเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจก่อนวัยอันควร ระดับการศึกษา และโรคประจำตัว วิเคราะห์หาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ไบซีเรียล (Point biserial correlation)

4.2) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ รายได้ของครอบครัว ระดับความเครียด น้ำหนักเกิน และภาวะอ้วน เส้นฐานระดับไขมันในเลือด วิเคราะห์หาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's product moment correlation)

4.3) ปัจจัยด้านการความคิดและอารมณ์ ได้แก่ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลจากสถานการณ์ วิเคราะห์หาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์เพียร์สัน

4.4) ปัจจัยด้านความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติพฤติกรรม วิเคราะห์หาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์เพียร์สัน