

### บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยหัว  
เจียวเฉลิมพระเกียรติ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจแบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Survey  
Research)

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือนักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ ด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัย  
หัวเจียวเฉลิมพระเกียรติ ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2544 ทั้งหมด ประกอบด้วยนักศึกษา  
จาก 5 คณะวิชา คือ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะเทคนิคการแพทย์ คณะกาย  
ภาพบำบัด และคณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วย สาขาวิชาการบริหาร  
โรงพยาบาล สาขาวิชาอนามัยสิ่งแวดล้อม และสาขาวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย โดยมี  
จำนวนประชากร 2,601 คน<sup>1</sup> ดังต่อไปนี้

สาขาวิชาที่ ศึกษา	ชั้นปีที่ 1		ชั้นปีที่ 2		ชั้นปีที่ 3		ชั้นปีที่ 4		ชั้นปีที่ 5	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
พยาบาลศาสตร์	-	142	-	138	-	121	-	111	-	-
เภสัชศาสตร์	33	111	32	121	24	111	33	74	15	80
เทคนิคการ แพทย์	27	125	30	108	20	102	24	78	-	-
กายภาพบำบัด	8	89	5	65	7	53	10	52	-	-
การบริหารโร งพยาบาล	12	71	7	34	11	32	10	39	-	-
อนามัยสิ่งแวดล้อม	10	81	11	39	5	41	5	24	-	-
อาชีวอนามัย ฯ	10	79	12	44	4	49	3	19	-	-
<b>รวม</b>	<b>100</b>	<b>698</b>	<b>97</b>	<b>549</b>	<b>71</b>	<b>509</b>	<b>85</b>	<b>397</b>	<b>15</b>	<b>80</b>

<sup>1</sup> ข้อมูลจากสำนักทะเบียนและประมวลผล เดือนกรกฎาคม 2544

กลุ่มตัวอย่าง คือนักศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพที่ถูกสุ่มเลือก ขนาดตัวอย่างคำนวณโดยใช้สูตรของ Yamane ที่มีความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างร้อยละ 5 (Yamane, 1973 : 725 อ้างถึงใน บุญธรรม กิจปรีดาปริสฺฐ์. 2540 : 13-14)

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดของกลุ่มประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง กำหนดเท่ากับร้อยละ 5

$$n = \frac{2601}{1 + 2601(0.05)^2}$$

$$= 346.68$$

ลำรงร้อยละ 10 ของกลุ่มตัวอย่าง รวมเป็น 381.34 คน สรุปเป็น 382 คน

การสุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ตามสาขาวิชา ชั้นปี และเพศ และสุ่มอย่างมีระบบตามชั้นอีกครั้ง มีขั้นตอนดังนี้

1. รวมจำนวนนักศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพทั้งหมด
2. หาค่าสัดส่วนของนักศึกษาแต่ละสาขาจากจำนวนประชากรทั้งหมด และนำค่าสัดส่วนที่ได้ คำนวณจากกลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละสาขาวิชา
3. หาค่าสัดส่วนนักศึกษาแต่ละชั้นปีจากจำนวนประชากรของแต่ละสาขาวิชา เมื่อได้ค่าสัดส่วนแล้วนำมาคำนวณ เป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละชั้นปีในสาขาวิชา
4. หาค่าสัดส่วนเพศ ชายและหญิง จากประชากรในแต่ละชั้นปี และแต่ละสาขา ได้ค่าสัดส่วน นำไปคำนวณจากกลุ่มตัวอย่างออกเป็นจำนวนเพศหญิงและชาย
5. จากจำนวนตัวอย่างที่ได้ ตามเพศ ชั้นปี สาขาวิชา นำไปสุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างอย่างมีระบบตามลำดับที่ของรายชื่อนักศึกษาจากสำนักทะเบียนและประมวลผล ได้จำนวนตัวอย่าง 382 คน ดังต่อไปนี้

สาขาวิชาที่ ศึกษา	ชั้นปีที่ 1		ชั้นปีที่ 2		ชั้นปีที่ 3		ชั้นปีที่ 4		ชั้นปีที่ 5	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
พยาบาลศาสตร์	-	21	-	20	-	18	-	16	-	-
เภสัชศาสตร์	5	16	5	18	3	16	5	11	2	12
เทคนิคการ แพทย์	4	18	4	16	3	15	4	12	-	-
กายภาพบำบัด	1	13	1	9	1	8	1	8	-	-
การบริหารโรง พยาบาล	2	10	1	5	2	5	1	6	-	-
อนามัยสิ่งแวดล้อม	1	12	2	6	1	6	1	3	-	-
อาชีวอนามัย และความ ปลอดภัย	1	12	2	6	1	7	1	2	-	-
<b>รวม</b>	<b>14</b>	<b>102</b>	<b>15</b>	<b>80</b>	<b>11</b>	<b>75</b>	<b>13</b>	<b>58</b>	<b>2</b>	<b>12</b>

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา ได้แก่ อายุ เพศ สาขาวิชาที่ศึกษา ชั้นปีที่ศึกษา ผลการศึกษา การเรียนการสอนด้านส่งเสริมสุขภาพ สถานที่อยู่อาศัย การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพจากสื่อต่าง ๆ การได้รับคำแนะนำและสนับสนุนเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพจากบุคคลต่าง ๆ แบบอย่างด้านสุขภาพจากบุคคลต่าง ๆ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ สร้างขึ้นตามกรอบของสุขบัญญัติแห่งชาติ จำนวน 60 ข้อ ประกอบด้วยพฤติกรรมด้านอนามัยส่วนบุคคล มีข้อคำถาม 12 ข้อ ด้านการบริโภคอาหาร มีข้อคำถาม 15 ข้อ ด้านการออกกำลังกายและการตรวจสุขภาพประจำปี มีข้อคำถาม 5 ข้อ ด้านการอนุรักษ์ฟื้นฟูสภาพแวดล้อม มีข้อคำถาม 6 ข้อ ด้านสุขภาพจิต มีข้อคำถาม 6 ข้อ ด้านความปลอดภัย มีข้อคำถาม 5 ข้อ ด้านเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น มีข้อคำถาม 5 ข้อ ด้านการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ มีข้อคำถาม 6 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ดังนี้

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง นักศึกษาไม่เคยปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ๆเลย

ปฏิบัติเป็นส่วนน้อย หมายถึง นักศึกษาปฏิบัติพฤติกรรมนั้นบ้าง แต่น้อย หรือนักศึกษาปฏิบัติ 1-2 วันต่อสัปดาห์

ปฏิบัติเป็นครั้งคราว หมายถึง นักศึกษาปฏิบัติพฤติกรรมนั้นปานกลาง หรือนักศึกษาปฏิบัติ 3-4 วันต่อสัปดาห์

ปฏิบัติเป็นส่วนมาก หมายถึง นักศึกษาปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ๆ เกือบทุกครั้ง หรือนักศึกษาปฏิบัติ 5-6 วันต่อสัปดาห์

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง นักศึกษาปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ๆ ทุกครั้งหรือทุกวันในสัปดาห์

ลักษณะคำถามประกอบด้วยคำถามบวกและลบ ให้ผู้ตอบเลือกเพียงคำตอบเดียว เกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความเชิงบวก

ไม่เคยปฏิบัติ	เท่ากับ	1
ปฏิบัติเป็นส่วนน้อย	เท่ากับ	2
ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	เท่ากับ	3
ปฏิบัติเป็นส่วนมาก	เท่ากับ	4
ปฏิบัติเป็นประจำ	เท่ากับ	5

ข้อความเชิงลบ

ไม่เคยปฏิบัติ	เท่ากับ	5
ปฏิบัติเป็นส่วนน้อย	เท่ากับ	4
ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	เท่ากับ	3
ปฏิบัติเป็นส่วนมาก	เท่ากับ	2
ปฏิบัติเป็นประจำ	เท่ากับ	1

เกณฑ์การบอกระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

เกณฑ์ในการจัดระดับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ แบ่งเป็น 3 ระดับ (อุบลรัตน์ รุ่งเรืองศิลป์, 2540 : 133) ดังนี้

ระดับมาก คือ มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 80

ระดับปานกลาง คือ มีคะแนนอยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80

ระดับน้อย คือ มีคะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (คะแนนเต็ม 300 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 241-300 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 180-240 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 60-179 คะแนน

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพรายข้อ (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน > 4 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 3-4 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน < 3 คะแนน

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านอนามัยส่วนบุคคล (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 49-60 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 36-48 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 12-35 คะแนน

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการบริโภคอาหาร (คะแนนเต็ม 75 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 61-75 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 45-60 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 15-44 คะแนน

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและการตรวจสุขภาพประจำปี

(คะแนนเต็ม 25 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 21-25 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 15-20 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 5-14 คะแนน

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการอนุรักษ์ฟื้นฟูสภาพแวดล้อม (คะแนนเต็ม 30 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 25-30 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 18-24 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 6-17 คะแนน

## คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านสุขภาพจิต (คะแนนเต็ม 30 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 25-30 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 18-24 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 6-17 คะแนน

คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความปลอดภัย (คะแนนเต็ม 25 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 21-25 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 15-20 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 5-14 คะแนน

คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น

(คะแนนเต็ม 25 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 21-25 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 15-20 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 5-14 คะแนน

คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ

(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)

ระดับมาก (มากกว่าร้อยละ 80)	คะแนน 25-30 คะแนน
ระดับปานกลาง (อยู่ระหว่าง ร้อยละ 60-80)	คะแนน 18-24 คะแนน
ระดับน้อย (น้อยกว่าร้อยละ 60)	คะแนน 6-17 คะแนน

#### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. หาความตรง (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามที่เรียบเรียงแล้ว ให้ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งในภาคนักวิชาการและภาคปฏิบัติ จำนวน 5 ท่าน ซึ่งได้แก่ อาจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ นักวิชาการส่งเสริมสุขภาพของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด นักวิชาการส่งเสริมสุขภาพ ของโรงพยาบาลชุมชน ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษา
2. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นและผ่านการตรวจสอบจากข้อ 1 แล้ว หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) โดยไปทดลองใช้กับนักศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ในกลุ่มที่ไม่ได้ถูกสุ่มเลือกเป็นตัวอย่าง จำนวน 30 คน และนำข้อมูลมาหาความสอดคล้องภายในของ Cronbach's alpha แบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นที่คำนวณได้เท่ากับ 0.7948

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ตุลาคม 2544 นำจดหมายจากคณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม เสนอต่อคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะเทคนิคการแพทย์ คณะกายภาพบำบัด คณะสา

ธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัย

2. เมื่อได้รับการอนุมัติจากคณะวิชาดังกล่าวแล้ว เริ่มดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างโดยกำหนดระยะเวลาเก็บรวบรวมข้อมูลไว้ 2 เดือน(พฤศจิกายน -ธันวาคม 2544) โดยเตรียมรายชื่อนักศึกษาแต่ละชั้นปีและแต่ละคณะที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง และตรวจสอบเวลาเรียนของนักศึกษาเหล่านั้น ประสานงานกับเลขานุการคณะ รวมทั้งอาจารย์ผู้รับผิดชอบสอนในรายวิชานั้น โดยแบ่งเป็น 2 วิธี
  - 2.1 ขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอนในชั่วโมงนั้น เก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาตามรายชื่อภายหลังเรียนในชั่วโมงนั้น และนัดวันรับแบบสอบถามคืน
  - 2.2 ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาตามรายชื่อ โดยขออนุญาตจากอาจารย์ผู้สอนวิชานั้น โดยเก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังการสอนเสร็จสิ้น
3. รวบรวมแบบสอบถาม ตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล ในรอบแรก ได้แบบสอบถามกลับคืนมา จำนวน 359 ชุด คิดเป็น ร้อยละ 93.98
4. เก็บข้อมูลเพิ่มเติม ในกลุ่มตัวอย่างที่ยังได้ไม่ครบ จนครบกำหนดเวลา 2 เดือน ได้แบบสอบถามคืนมาทั้งหมด 379 ชุด คิดเป็นร้อยละ 99.21

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows โดยกำหนดความมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และทำการวิเคราะห์แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. ใช้สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคล ลักษณะทางการศึกษา และลักษณะสิ่งแวดล้อม ของนักศึกษา ใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ในการทดสอบสมมติฐานการวิจัย การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ 2 กลุ่ม ใช้ t-test ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไปใช้ Oneway-ANOVA และความแตกต่างระหว่างกลุ่มจากวิธีทดสอบของเชฟเฟ้ (Scheffe' s test)