

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อศึกษาความชุกของการปวดประจำเดือน พฤติกรรมการจัดการตนเอง และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการปวดประจำเดือนชนิดปฐมภูมิของนักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม โดยมีระเบียบวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

- 3.1 การออกแบบงานวิจัย
- 3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา
- 3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 3.5 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ
- 3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การออกแบบงานวิจัย (Research design)

วิธีดำเนินการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research)

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Sample)

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม ชั้นปีที่ 1 – 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 5,685 คน จาก 9 คณะวิชา ได้แก่คณะวิทยาศาสตร์จำนวน 255 คน วิศวกรรมศาสตร์จำนวน 111 คน การบัญชีจำนวน 692 คน บริหารธุรกิจจำนวน 1,842 คน นิเทศศาสตร์จำนวน 938 คน นิติศาสตร์จำนวน 190 คน ศิลปศาสตร์จำนวน 1,130 คน พยาบาลศาสตร์จำนวน 377 คน และเภสัชศาสตร์จำนวน 150 คน

เลือกตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) มีการสุ่มจากแต่ละกลุ่มคณะ โดยคำนวณตามสัดส่วนประชากรของแต่ละกลุ่มคณะ จากประชากรทั้งหมด 5,685 คน ขนาดตัวอย่างที่ต้องการ 376 คน โดยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของยามานะ (Yamane, 1988 อ้างอิงใน พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2543: 284 – 285) ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

ได้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม ชั้นปีที่ 1 – 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 9 คณะวิชา ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์จำนวน 17 คน วิศวกรรมศาสตร์จำนวน 7 คน การบัญชีจำนวน 46 คน บริหารธุรกิจจำนวน 122 คน นิเทศศาสตร์จำนวน 62 คน นิติศาสตร์จำนวน 13 คน

ศิลปศาสตร์จำนวน 74 คน พยาบาลศาสตร์จำนวน 25 คน เกษศาสตร์จำนวน 10 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 376 คน

3.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ในการศึกษานี้จะมุ่งศึกษาถึงความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ ที่มีต่ออาการปวดประจำเดือน โดยแบ่งตัวแปรต้นออกเป็น ตัวแปรด้านคุณลักษณะประชากร ตัวแปรด้านพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมทางด้านร่างกายและพฤติกรรมด้านจิตใจ และตัวแปรตามคือระดับอาการปวดประจำเดือน

ตัวแปรด้านคุณลักษณะของประชากร (Demographic characteristics) ประกอบไปด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล ประวัติการมีประจำเดือน และอาการร่วมขณะมีประจำเดือน ผลกระทบที่มีต่อการดำเนินชีวิต

ตัวแปรด้านพฤติกรรมด้านร่างกาย ประกอบด้วย การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การรับประทานอาหารถูกหลักโภชนาการ การหลีกเลี่ยงฟิงพาสารเสพติด การมีสุขอนามัยส่วนบุคคล การป้องกันโรค

ตัวแปรด้านพฤติกรรมด้านจิตใจ ประกอบด้วย การจัดการความเครียด และการจัดการอารมณ์และความรู้สึก การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived Self-Efficacy) และการสนับสนุนทางสังคม (Social Facilitation)

ความรุนแรงของอาการปวดประจำเดือน ประกอบด้วย อาการปวดระดับน้อย (mild) ระดับปานกลาง (moderate) และระดับรุนแรง (severe)

3.4 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามประเภทเลือกตอบประกอบด้วยแบบสอบถาม 3 ชุด

ชุดที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย อายุ การศึกษา ศาสนา สถานภาพสมรส การทำงาน รายได้ของครอบครัว ภูมิสำเนาและ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีประจำเดือน ประกอบด้วย ประวัติการมีประจำเดือน ความรุนแรงของอาการปวดประจำเดือน อาการร่วมขณะมีประจำเดือน วิธีการจัดการอาการปวดประจำเดือน และผลกระทบที่มีต่อการดำเนินชีวิต

ชุดที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการจัดการตนเองด้านร่างกาย จำนวน 20 ข้อประกอบด้วยคำถามด้าน การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ 4 ข้อ การรับประทานอาหารถูกหลักโภชนาการ 4 ข้อ การหลีกเลี่ยงฟิงพาสารเสพติด 4 ข้อ การมีสุขอนามัยส่วนบุคคล 4 ข้อและการป้องกันโรค 4 ข้อ

ชุดที่ 3 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการจัดการตนเองด้านจิตใจ จำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วยคำถามด้านการจัดการความเครียด 4 ข้อ การจัดการอารมณ์และความรู้สึก 4 ข้อ การสนับสนุนทางสังคม (Social Facilitation) 4 ข้อ และ การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived Self-Efficacy) 4 ข้อ

3.5 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างเอง โดยมีขั้นตอนสร้างและพัฒนาเครื่องมือดังนี้

3.5.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี หลักการจากรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

3.5.2 นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาประมวล เพื่อกำหนดเป็นโครงสร้างของเครื่องมือและขอบเขตของเนื้อหา

3.5.3 สร้างแบบสอบถามตามขอบเขตของเนื้อหา ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.5.4 ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.5.4.1 ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถามโดยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิรวมทั้งสิ้น 3 ท่านเพื่อตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหาในประเด็นและสาระสำคัญตรงตามพฤติกรรมที่ต้องการวัดรวมถึงความเหมาะสมของสำนวนภาษา โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence : IOC)

3.5.4.2 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นและผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม ชั้นปีที่ 1 - 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน และหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.86

3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.6.1 ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลถึงอธิการบดีมหาวิทยาลัยสยาม

3.6.2 นำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเข้าพบคณบดีคณะต่างๆ

3.6.3 แนะนำตัวพร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการศึกษา และให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจด้วยตนเองและให้เซ็นชื่อในใบตอบรับเข้าร่วมวิจัย ก่อนเริ่มการตอบแบบสอบถามต่อไป

3.6.4 นำข้อมูลที่ได้ไปประมวลผลทางสถิติและสรุปผลการวิจัย

3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยทำการวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา โดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนโดยใช้ ANOVA และทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธี แอลเอสดี (LSD) และหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตามโดยใช้สถิติ Correlation