

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ตำบลต้นแบบการสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ อย่างมีความสุข ตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วม และประเมินความสุขผู้สูงอายุ ในการร่วมกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่บนฐานคิดของกระบวนทัศน์ปฏิบัตินิยม (Pragmatism)

#### พื้นที่ที่ศึกษา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้กำหนดพื้นที่การศึกษาในตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่  
รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ใช้กระบวนการ วิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Methodology )แบบแผนแบบสามเส้า( Triangulation Design) ดำเนินการทั้งการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)และวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) (Creswell, 2007) แล้วสรุปผลการศึกษาวิจัยในขั้นตอนสุดท้าย ผู้วิจัยแบ่งขั้นตอนการศึกษาวิจัยออกเป็นดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาและสำรวจข้อมูลเบื้องต้นเพื่อกำหนดกรอบความคิดในการวิจัยและศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการของชุมชน เพื่อเป็นข้อมูลประกอบในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 2 พัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วม

ขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 4 ประเมินความสุขของผู้สูงอายุและการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 5 ประเมินโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 6 เวกที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุแก่ชุมชน

#### วิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบแผนการทดลองจริง (True-experimental Design) ใช้แบบแผนกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง วัตถุประสงค์ก่อนหลัง (Pretest –Posttest Control Group Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ศึกษาได้แก่ ผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ ที่อาศัยอยู่ตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่จำนวน 376 คน

กลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย จำนวน 60คนได้มาโดยวิธีการกำหนดคุณสมบัติ (Inclusion Criteria) ดังนี้

- 1) เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
- 2) เป็นผู้สูงอายุที่สามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติเหมือนคนธรรมดา (กลุ่มติดสังคม)
- 3) ไม่ป่วยเป็นโรคเรื้อรังโรคติดต่อร้ายแรง หรืออาการป่วยทางจิต

นำกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน มาแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้กลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน

### การวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research) )

ใช้กระบวนการวิจัยแบบสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ผู้ให้ข้อมูล (Participant) คือ กลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรมในตำบล ได้แก่ ปราชญ์ชาวบ้าน นายกองค์การบริหารส่วนตำบล ประธานชมรมผู้สูงอายุ อสม.และกลุ่มผู้นำกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอลอง จังหวัดแพร่ รวมทั้งสิ้น 10 คน

ผู้ให้ข้อมูล (Participant) ได้มาด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

### การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

**การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือขึ้นมาเอง โดยศึกษาจากแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำมาสร้างเครื่องมือให้ครอบคลุมตามประเด็น วัตถุประสงค์ การวิจัยซึ่งสอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการและการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุของตำบลบ่อเหล็กทอง ดังนี้

- 1) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ศึกษาจากแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ชื่อโปรแกรม วัตถุประสงค์ วันเวลา สถานที่ กลุ่มเป้าหมาย กิจกรรมนันทนาการ

- 2) แบบสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) (ศิริพร จิรวัฒนกุล, 2552 หน้า 141)

- 3) แบบสอบถามการมีส่วนร่วมลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มี 5ระดับคือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

- 4) แบบประเมินสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ฉบับสั้น(Thai Geriatric Mental Health Assessment Tool(T-GMHA-15) ของกรมสุขภาพจิต ลักษณะคำถามเป็นแบบประมาณค่า (Rating scale) มี 4 ระดับคือ มากที่สุด มาก น้อย ไม่เลย (กรมสุขภาพจิต,2560)

### การหาคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือการวิจัย เมื่อสร้างเสร็จแล้วได้นำไปให้ ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในด้าน ความตรงตามเนื้อหา ความถูกต้อง ความครบถ้วนตามหลักวิชาการ

วัตถุประสงค์และนิยามศัพท์ โดยนำแบบประเมินให้ผู้เชี่ยวชาญเลือกตอบ 3 ข้อ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย หลังจากนั้นนำคะแนนที่ได้จากการประเมินของผู้เชี่ยวชาญไปคำนวณ หาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ IOC (Item-Objective Congruence) รายชื่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน

- |                                   |                                |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| 1) ศ.ดร.บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์ | คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยบูรพา  |
| 2) ผศ.ดร.ปัทมา สุพรรณกุล          | คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยนเรศวร |
| 3) ผศ.ดร.ศิริไลซ์ วรรณรัตน์จิตร   | คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยนเรศวร |

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

IOC = ดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ

R = คะแนนที่ผู้เชี่ยวชาญให้แต่ละข้อ

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ พบว่า แบบสอบถามแต่ละส่วนมีความตรงเชิงเนื้อหา รายข้อ ดังนี้

การมีส่วนร่วม รายข้อมีค่าระหว่าง 0.33-1.0

นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปทดสอบคุณภาพเครื่องมือ (Try out) กับกลุ่มประชาชน จำนวน 30 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในผู้สูงอายุตำบลบ่อเหล็กทอง และนำหาค่าความเที่ยงแบบคงที่ภายใน (Internal Consistency) ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha) (อ้างใน บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, 2553, หน้า 144-148) ได้ค่าความเที่ยงดังนี้

การมีส่วนร่วม มีค่าความเที่ยงคือ 0.85

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินงานพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ มีขั้นตอนดังนี้

1. แต่งตั้งแกนนำผู้สูงอายุ ของชมรมผู้สูงอายุบ่อเหล็กทอง

2. จัดประชุมชี้แจงรายละเอียดของการดำเนินงานการวิจัย และพัฒนาศักยภาพ ด้านความรู้และทักษะ ให้แก่กลุ่มแกนนำเพื่อเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

3. สนทนากลุ่ม (Focus group discussion) กลุ่มผู้สูงอายุผู้เชี่ยวชาญ ที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน มีความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมในตำบล ในด้านปัญหาสุขภาพ และความต้องการเกี่ยวกับรูปแบบการจัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุของตำบลบ่อเหล็กทอง
4. ผู้วิจัยและทีมแกนนำผู้สูงอายุ ดำเนินการพัฒนา ร่างโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการฯ
5. ดำเนินการทดสอบ Pretest ระดับความสุข ในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนนำโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ ไปทดลองปฏิบัติกับผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ใช้เวลาในการทดลองรวม 4 ครั้งๆ ละ 1 วันๆ ละไม่เกิน 3 ชั่วโมง ระยะเวลา 3 เดือน
6. บันทึกการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการทุกครั้ง
7. ประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการฯ แล้วนำมาจัดทำโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตำบลบ่อเหล็กทอง ฉบับสมบูรณ์
8. สอบถามการมีส่วนร่วม และประเมินระดับความสุข ในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังสิ้นสุดกระบวนการทดลองโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการฯ
9. จัดเวทีเพื่อวิพากษ์แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสะท้อนความคิดเห็นต่อโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตำบลบ่อเหล็กทอง

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยตรวจสอบสมบูรณ์ ให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

1. แบบสอบถามการมีส่วนร่วมและประเมินความสุขของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้
  - 1) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลการมีส่วนร่วม ข้อมูลความสุขโดยแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
  - 2) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการมีส่วนร่วม โดยวิธีการหาค่าเฉลี่ย (Arithmetic Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ซึ่งได้กำหนดค่าเฉลี่ยมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ของ พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2543 : 107-108) ดังนี้
 

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.50 – 5.00	หมายถึง ส่วนร่วม อยู่ในระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.50 – 4.49	หมายถึง ส่วนร่วม อยู่ในระดับมาก
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.50 – 3.49	หมายถึง ส่วนร่วม อยู่ในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.50 – 2.49	หมายถึง ส่วนร่วม อยู่ในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.49	หมายถึง ส่วนร่วม อยู่ในระดับน้อยที่สุด
  - 3) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความสุข จากคะแนนเต็มทั้งหมด 60 คะแนนเมื่อรวมคะแนนทุกข้อได้คะแนนเท่าไร นำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ (กรมสุขภาพจิต,2560) ดังนี้

คะแนนระหว่าง 50 – 60 หมายถึง ความสุข อยู่ในระดับมากกว่าคนทั่วไป  
 คะแนนระหว่าง 43 – 49 หมายถึง ความสุข อยู่ในระดับเท่ากับคนทั่วไป  
 คะแนนระหว่าง 1 – 42 หมายถึง ความสุข อยู่ในระดับต่ำกว่าคนทั่วไป  
 การเปรียบเทียบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (Independent t-test, Pair t-test)

4) แบบประเมินประสิทธิผลกิจกรรม หลังการทดลองโปรแกรมฯ ในด้านความเหมาะสม ความเป็นไปได้ โดยแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ

## 2. แบบสนทนากลุ่ม สำหรับผู้สูงอายุผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

วิเคราะห์โดยใช้วิธีการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) ด้วยการวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Inductive) โดยการจำแนกและจัดระบบข้อมูล (Typology and Taxonomy) โดยผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้อาจจัดเป็นระบบโดยจำแนกว่าใครพูดอะไร นำมาหาความหมายแยกแยะองค์ประกอบที่เชื่อมโยง หาความสัมพันธ์ของข้อมูล เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ของข้อมูลต่างๆ

### สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถิติเชิงบรรยายได้แก่ ค่าร้อยละค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) การทดสอบค่าที (Independent t-test, Pair t-test)

### จริยธรรมและการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย

การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย ได้ยึดหลัก เคารพในสิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย ตั้งแต่เริ่มกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล จนกระทั่งการนำเสนอผลวิจัย ซึ่งผู้วิจัยนำเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในมนุษย์ ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง ซึ่งเป็นส่วนราชการที่ทำความตกลงร่วม(MOU)ในด้านการเรียนการสอนด้านสาขาวิชาสาธารณสุขชุมชนกับมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง เลขที่ E2560/015รับรองวันที่ 1 ตุลาคม 2560