

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษา การส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลตนเองในหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่

โดยผู้วิจัยได้กำหนดแผนการดำเนินการและวิธีวิจัย ดังนี้

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร ตำราวิชาการ รายงานการวิจัย สถิติ วิทยานิพนธ์ แนวคิด ทฤษฎีต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อรวบรวมข้อมูลให้ได้มาซึ่งกรอบแนวคิดเพื่อกำหนด แนวทางในการศึกษาวิจัยและสร้างเครื่องมือ เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล และผู้วิจัยได้ไปปรึกษาขอ คำแนะนำในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง จากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อความชัดเจนและสมบูรณ์ ยิ่งขึ้นในการทำวิจัย

ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก ที่มีอายุครรภ์ตั้งแต่ 14-28 สัปดาห์ ที่มาใช้บริการคลินิกวัยรุ่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่ ระหว่าง เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2558 ถึงเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2558

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1. แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ของครอบครัว ลักษณะครอบครัว ความต้องการในการมีบุตร และภูมิหลังความสัมพันธ์ของบิดามารดา

2. แบบสอบถามพฤติกรรม การดูแลตนเองของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ แบ่งออกเป็น 6 ด้าน คือ ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ โภชนาการ การทำกิจกรรมและการออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ประกอบด้วยคำถามในด้านพฤติกรรมเชิงบวกและเชิงลบ แบบประเมินค่า (Licert Scale) มีระดับปฏิบัติ 5 ระดับ ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

การให้คะแนน	ข้อความด้านบวก	ข้อความด้านลบ
ปฏิบัติประจำ	5 คะแนน	1 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	4 คะแนน	2 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	3 คะแนน	3 คะแนน
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	2 คะแนน	4 คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย	1 คะแนน	5 คะแนน

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

1. แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงร่างกายเมื่อตั้งครรภ์ และภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การเตรียมโภชนาการสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กิจกรรมการฝึกบริหารร่างกายขณะตั้งครรภ์ การดูแลตนเองระหว่างการตั้งครรภ์

2. คู่มือเรื่อง การปฏิบัติตนสำหรับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาดำรงและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย เนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลตนเองที่ถูกต้อง ในด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการ ด้านการทำกิจกรรมและการออกกำลังกาย ด้านการจัดการกับความเครียด ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการนำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงร่างกายเมื่อตั้งครรภ์ และภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การเตรียมโภชนาการสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กิจกรรมการฝึกบริหารร่างกายขณะตั้งครรภ์ การดูแลตนเองระหว่างการตั้งครรภ์ และคู่มือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบเนื้อหาและภาษาที่ใช้ แล้วนำไปแก้ไข หลังจากนั้นจึงนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เพื่อหาความตรงเชิงเนื้อหา ความถูกต้องเหมาะสมของภาษา ความเหมาะสมของสื่อที่ใช้ ตลอดจนการจัดลำดับของเนื้อหาและความเหมาะสมของเวลาในแต่ละกิจกรรม หลังจากผ่านการพิจารณาโดยผู้ทรงคุณวุฒิแล้วนำมาปรับปรุงให้มีความเหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

จากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือมาพิจารณาแก้ไขปรับปรุงให้สมบูรณ์ ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ หลังจากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือไปทดลองใช้ (Try out) กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด โดยทดลองสอนหญิงตั้งครรภ์เป็นรายกลุ่มจำนวน 15 คน เพื่อประเมินแผนการสอนและอุปกรณ์ต่าง ๆ ไปใช้ และนำผลที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินด้านพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากเด็กเล็ก โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.89

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยทำหนังสือถึงผู้อำนวยการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลจากผู้มารับบริการที่คลินิกวัยรุ่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่
2. เลือกกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา โดยการเลือกแบบเจาะจงจำนวน 30 คน (Purposive Sampling)
3. ดำเนินการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก
4. รายละเอียดของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีดังนี้

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงร่างกายเมื่อตั้งครรภ์ และภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมเพื่อให้หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์มีความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงร่างกายเมื่อตั้งครรภ์ และภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สามารถวิเคราะห์ ความเสี่ยงในขณะตั้งครรภ์ที่จะก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อน และแสดงความคิดเห็นในการปฏิบัติงานเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ โดยผู้วิจัยจะเป็นผู้นำกลุ่มในการสนทนากลุ่มร่วมกัน การสร้างสัมพันธภาพระหว่างกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น โดยให้แต่ละคนแสดงความคิดเห็น เพื่อเป็นการระดมความคิดและประสบการณ์เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ สรุปกิจกรรมโดยผู้วิจัย โดยให้กลุ่มหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์วิเคราะห์ถึงความเสี่ยงในขณะตั้งครรภ์ที่จะก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อน ภายหลังจากสิ้นสุดกิจกรรมผู้วิจัย ได้แจกคู่มือเรื่อง การปฏิบัติตนสำหรับหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก ให้หญิงตั้งครรภ์ได้ศึกษาต่อ

กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมการเตรียมโภชนาการสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

วัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองด้าน โภชนาการของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก โดยหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรกสามารถอธิบายถึงความสำคัญของการเตรียมโภชนาการสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ และตระหนัก เห็นคุณค่าของโภชนาการที่ส่งเสริมสุขภาพของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ได้ถูกต้อง โดยผู้วิจัยจัดให้หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรกได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิก เพื่อใช้ประกอบการสอนเรื่องการเตรียมโภชนาการสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และจัดให้หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรกได้สังเกตวิธีการจัดเตรียมอาหารสำหรับหญิงตั้งครรภ์อย่างถูกต้องเหมาะสม ผ่านภาพพลิกและตัวอย่างอาหารจริงที่จัดให้ดู มีการเปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์ร่วมกันอภิปรายถึงโภชนาการที่ส่งเสริมสุขภาพของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก

กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมการฝึกบริหารร่างกายขณะตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมเพื่อการดูแลสุขภาพของตนเองและทารกโดยผู้วิจัยจะเป็นผู้นำกลุ่มในการฝึกบริหารร่างกายขณะตั้งครรภ์ร่วมกัน

กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมการดูแลตนเองระหว่างการตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมเพื่อให้หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเองในระหว่างการตั้งครรภ์ และสิ่งที่ควรปฏิบัติในการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพจิตใจ เพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์แรก โดยการสนทนากลุ่มในประเด็นการดูแลตนเอง

กิจกรรมที่ 5 การประเมินผล

กิจกรรมครั้งนี้เป็นการทบทวน เกี่ยวกับกิจกรรมที่ผ่านมาทั้ง 4 ครั้ง โดยให้กลุ่มหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ทบทวนความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงร่างกายเมื่อตั้งครรภ์ และภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแนวทางการดูแลตนเอง ทั้งหมดตลอดจนการเข้าร่วม

กิจกรรมที่ผ่านมา โดยผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้กลุ่มหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ได้พูดคุยถึงวิธีการ แนวทางในการดูแลตนเองที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม ว่ามีอุปสรรคและปัญหาหรือไม่อย่างไร หลังจากนั้นให้กลุ่มหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่เข้าร่วมกิจกรรมช่วยกันแก้ไข สรุปกิจกรรมโดยผู้วิจัย และตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลในแบบสอบถามความรู้ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลในด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ด้วยการพรรณนา ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ตามลำดับดังนี้

1. แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป โดยการแจกแจงความถี่ และคิดเป็นอัตราร้อยละ
2. แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved