

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะเแตง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะเแตง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีวิธีดำเนินการศึกษาดังนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงที่อาศัยอยู่ในชุมชน บ้านเมืองกีด ตำบลกีดช้าง อำเภอมะเแตง จังหวัดเชียงใหม่ และมีคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นบุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป
2. สามารถสื่อสาร ฟังและโต้ตอบภาษาไทยได้
3. อาศัยอยู่ในพื้นที่ซึ่งผู้ศึกษาสามารถเดินทางเข้าไปเก็บข้อมูลได้
4. ยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษา

เมื่อสำรวจปรากฏว่ามีประชากรที่มีคุณสมบัติตรงตามที่กำหนดจำนวนทั้งสิ้น 92 คน (องค์การบริหารส่วนตำบลกีดช้าง อำเภอมะเแตง จังหวัดเชียงใหม่, 2553) โดยขนาดกลุ่มตัวอย่างได้จากตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% (อนุรักษ์ โชติฉิลก, 2554) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 77 คน (ภาคผนวก จ)

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้ ประกอบด้วย

1. สัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วย เพศ อายุ และการศึกษา

ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง มีรายละเอียด ดังนี้

2.1 ปัจจัยด้านการรับประทานอาหารของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ที่มาของอาหารที่รับประทาน ผู้รับผิดชอบในการซื้ออาหาร แหล่งที่มาของวัตถุดิบอาหาร จำนวนมื้ออาหาร

ที่รับประทานต่อวัน การรับประทานอาหารว่างที่รับประทานต่อวัน ชนิดเนื้อสัตว์ที่รับประทานมากที่สุด วิธีการปรุงเนื้อสัตว์ ชนิดผักที่รับประทานมากที่สุด วิธีการปรุงผัก ประเภทข้าวที่รับประทาน แหล่งที่มาของข้าวที่รับประทาน รสชาติของอาหารที่ชอบ การใช้ผงชูรส ประเภทเครื่องดื่มและแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมเกี่ยวกับบุหรี่ มีการแปลผลด้วยค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ

2.2 ปัจจัยด้านการออกกำลังกายและการพักผ่อน ประกอบด้วย การออกกำลังกาย วิธีการออกกำลังกาย ความถี่ในการออกกำลังกาย ระยะเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย/ครั้ง สถานที่ใช้ในการออกกำลังกาย ผู้ที่ร่วมออกกำลังกาย ผลของการออกกำลังกาย เวลาเข้านอนและเวลาดึ้นนอน มีการแปลผลด้วยค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ

2.3 ปัจจัยด้านการตรวจสุขภาพและการได้รับบริการด้านสาธารณสุขของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย การตรวจสุขภาพประจำปี โรคประจำตัว การเดินทางไปสถานพยาบาล พาหนะที่ใช้เดินทาง ระยะทางไปสถานพยาบาล ระยะเวลาที่ใช้ในการเดินทาง การใช้บริการสวัสดิการทางการแพทย์ของรัฐ การเยี่ยมบ้านจากอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ความรู้ที่ได้รับ การรับปรึกษา แหล่งที่ได้รับยา และวิธีการปฏิบัติกรณีที่ไม่มียารับประทาน มีการแปลผลด้วยค่าเฉลี่ยและร้อยละ

2.4 ปัจจัยการร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างในชุมชน ประกอบด้วย การร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพ ลักษณะกิจกรรมด้านสุขภาพ การร่วมกิจกรรมด้านศาสนา/วัฒนธรรม และลักษณะของกิจกรรมด้านศาสนา/วัฒนธรรม มีการแปลผลด้วยค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ

2.5 ปัจจัยด้านรายได้และรายจ่ายของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย รายได้ต่อเดือนจากการประกอบอาชีพ รายได้ต่อเดือนจากเงินช่วยเหลือของรัฐบาล รายได้ต่อเดือนจากการช่วยเหลือของบุคคลอื่น รายจ่ายค่าอาหารเฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายค่าเสื้อผ้าและเครื่องนุ่งห่มเฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายค่าสาธารณูปโภคต่าง ๆ เฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายด้านสุขภาพเฉลี่ยต่อเดือน และรายจ่ายค่าฅาปนกิจเฉลี่ยต่อเดือน มีการแปลผลด้วยค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ

2.6 ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย บ้านที่อยู่อาศัย จำนวนสมาชิกในบ้าน สถานที่สำคัญที่อยู่ใกล้บ้าน/ที่พักอาศัย การทำความสะอาดบ้าน จำนวนครั้งการทำความสะอาดบ้านผู้ที่ทำความสะอาดบ้าน มีการแปลผลด้วยค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ

2. แบบบันทึกจากการสังเกต แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

2.1 ลักษณะร่างกายภายนอกที่สังเกตได้ของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ผม ผิวพรรณ เล็บ และอารมณ์ในการให้สัมภาษณ์

2.2 ลักษณะบริเวณที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย น้ำบริโภค การปลูกพืชผัก การจัดเก็บขยะมูลฝอย ความปลอดภัยของอากาศ และลักษณะถนนในการคมนาคม

2.3 ลักษณะ/ความปลอดภัยของบ้านกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ลักษณะบ้าน ที่ตั้งของห้องน้ำ และที่ตั้งของห้องครัว

#### การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความตรงตามเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์ (Content Validity) ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นเสนอผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เพื่อให้ตรวจสอบความชัดเจนและความถูกต้องของเนื้อหา จากนั้นผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์มาปรับปรุง แก้ไขตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิให้สมบูรณ์ถูกต้องและนำไปหาค่าดัชนีความถูกต้อง (IOC) ได้ค่าเท่ากับ 0.95

2.การทดลองใช้เครื่องมือ (Try out) ผู้ศึกษานำแบบสัมภาษณ์และแบบบันทึกการสังเกตที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้ทำการปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน เพื่อให้ได้ชุดแบบสัมภาษณ์ที่ถูกต้อง ชัดเจน และครอบคลุมประเด็นที่ศึกษามากที่สุดแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

#### การพิทักษ์สิทธิ

ผู้ศึกษาได้ชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยแจ้งถึงวัตถุประสงค์ของการศึกษา และขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์ และแจ้งให้ทราบถึงสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษารั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาในระหว่างการดำเนินการโดยไม่เกิดผลเสียต่อกลุ่มตัวอย่างไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น เมื่อกลุ่มตัวอย่างตกลงให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์และลงชื่อในหนังสือยินยอมแล้ว ผู้ศึกษาจึงทำการเก็บข้อมูล

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาทำความเข้าใจและซักซ้อมการสัมภาษณ์กับผู้ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูลอีก 3 คน และเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ระหว่างวันที่ 1 ธันวาคม 2553 ถึง วันที่ 31 ธันวาคม 2553 จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และแบบบันทึกการสังเกตมาตรวจสอบก่อนนำไปวิเคราะห์

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ด้วยการหาค่าความถี่และค่าร้อยละ (อุเทน ปัญโญ, 2549)