

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional Descriptive Design)

ลักษณะของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Samples Selection)

ประชากรเป้าหมาย (Target Population) คือ ครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี

ประชากรตัวอย่าง (Sample Population) คือ ครูในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ กรมสามัญศึกษา กรมอาชีวศึกษา สำนักงานบริหารการศึกษาท้องถิ่น และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี จำนวน 1,964 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ครูในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ กรมสามัญศึกษา กรมอาชีวศึกษา สำนักงานบริหารการศึกษาท้องถิ่น และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี ที่สุ่มเลือกโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified random sampling) จำนวน 543 คน

ขนาดตัวอย่าง (Sample Size)⁽⁸⁰⁾ คำนวณโดยการใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างในการวิจัยเชิงพรรณนา

$$n = \frac{Z^2 \sigma^2}{d^2}$$

โดยมี

n = ขนาดของตัวอย่าง

Z = เป็นค่า Z จากตารางเมื่อกำหนดให้มีระดับความเชื่อมั่น 95% = 1.96

σ^2 = ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างครูที่ได้จากการทำ pilot study ครูจำนวน 30 คน จากคะแนนความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติตน เกี่ยวกับสุขภาพจิต = 0.076

d = ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ในการประมาณค่าเฉลี่ยของคะแนน = 0.025

n = 467 คน

วิธีการสุ่มตัวอย่าง

ขั้นแรก ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (stratified random sampling) โดยแบ่งสังกัดครูออกเป็น 5 สังกัด ดังนี้

1. สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ
2. สังกัดกรมสามัญศึกษา
3. สังกัดกรมอาชีวศึกษา
4. สังกัดสำนักงานบริหารการศึกษาท้องถิ่น
5. สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ขั้นที่สอง ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบให้โอกาสของการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นส่วนตามขนาดของหน่วยข้อมูลในแต่ละกลุ่มนั้น (Sampling with probability proportional to size) โดยแบ่งเป็น สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ 638 คน จำนวน 55 โรงเรียน กรมสามัญศึกษา 302 คน จำนวน 4 โรงเรียน กรมอาชีวศึกษา 52 คน จำนวน 2 วิทยาลัย สำนักงานบริหารการศึกษาท้องถิ่น 100 คน จำนวน 3 โรงเรียน และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน 872 คน จำนวน 16 โรงเรียน นำมาเป็นอัตราส่วนได้ดังนี้

สำนักงานการประถม ศึกษาแห่งชาติ	กรม สามัญศึกษา	กรม อาชีวศึกษา	สำนักงานบริหาร การศึกษาท้องถิ่น	สำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาเอกชน
638	302	52	100	872
6.38	3.02	0.52	1	8.72

แล้วนำอัตราส่วนมาคำนวณหาจำนวนครูในแต่ละสังกัดได้ดังนี้ คือ

สังกัด	จำนวนครูกลุ่มตัวอย่าง (คน)	จำนวนโรงเรียน
1. สำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ	152	13 โรงเรียน
2. กรมสามัญศึกษา	72	1 โรงเรียน
3. กรมอาชีวศึกษา	12	1 วิทยาลัย
4. สำนักงานบริหารการศึกษาท้องถิ่น	24	1 โรงเรียน
5. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	207	4 โรงเรียน

ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) ซึ่งเป็นการสุ่มตัวอย่างที่ทุกหน่วยของประชากรมีโอกาสที่จะถูกเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างได้เท่า ๆ กัน โดยการสุ่มตัวอย่างใช้วิธีจับฉลากชื่อโรงเรียน เพื่อให้ได้จำนวนครูซึ่งเป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละสังกัด รวมทั้งหมด 5 สังกัด โรงเรียนที่ได้รับการสุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยขอเก็บครูทุกคนในโรงเรียนเพื่อความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ ประกอบด้วยโรงเรียนจำนวน 55 โรงเรียน สุ่มตัวอย่างมา 13 โรงเรียน

- โรงเรียนชุมชนวัดหนองปลาหมอ	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	17 คน
- โรงเรียนวัดม่วง	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	16 คน
- โรงเรียนวัดปลักแรต	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	25 คน
- โรงเรียนชุมชนวัดท่าผา	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	12 คน
- โรงเรียนวัดโกสินารายณ์	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	11 คน
- โรงเรียนวัดลาดบัวขาว	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	17 คน
- โรงเรียนวัดอัมพวนาราม	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	9 คน
- โรงเรียนวัดตาผา	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	5 คน
- โรงเรียนวัดใหญ่	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	9 คน
- โรงเรียนวัดหัวโป่ง	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	9 คน
- โรงเรียนวัดบัวงาม	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	9 คน
- โรงเรียนวัดหัวหิน	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	7 คน
- โรงเรียนวัดหนองหญ้าปล้อง	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	6 คน

2. สังกัดกรมสามัญศึกษา ประกอบด้วยโรงเรียนจำนวน 4 โรงเรียน สุ่มตัวอย่างมา 1 โรงเรียน ได้แก่โรงเรียนรัตนราชบุรีบำรุง จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง 120 คน

3. สังกัดกรมอาชีวศึกษา ประกอบด้วยวิทยาลัยทั้งหมด 2 วิทยาลัย สุ่มตัวอย่างมา 1 วิทยาลัย ได้แก่ วิทยาลัยการอาชีพบ้านโป่ง จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง 27 คน

4. สังกัดสำนักงานบริหารการศึกษากลาง ประกอบด้วยโรงเรียนจำนวน 3 โรงเรียน สุ่มตัวอย่างมา 1 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนเทศบาลประชายินดี จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง 29 คน

5. สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ประกอบด้วยโรงเรียนจำนวน 16 โรงเรียน สุ่มตัวอย่างมา 4 โรงเรียน

- โรงเรียนดุสิต	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	65 คน
- โรงเรียนบ้านโป่งวิทยาคม	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	39 คน
- โรงเรียนวัดบ้านโป่ง "สามัคคีฯ"	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	100 คน
- โรงเรียนเพ็ญวิวัฒนาวิทยา	จำนวนครูที่เป็นตัวอย่าง	11 คน

เครื่องมือในการวัดตัวแปร

- ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
- ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเพื่อประเมินความเครียดได้จาก พรพรรณ พงศ์สุพัฒน์ (2542)⁽⁸¹⁾ ซึ่งแปลมาจากแบบวัด The Stress Test ของ Smith ลักษณะของแบบสอบถามเพื่อประเมินความเครียดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยวัดเกี่ยวกับอาการความเครียดที่แสดงออกมา มีข้อคำถามทั้งสิ้น 28 ข้อ ได้ไปทดลองใช้กับกลุ่มประชากรที่มีลักษณะคล้ายกับตัวอย่างที่ทำการศึกษา จำนวน 40 คน เพื่อทำการวิเคราะห์ Item Test Correlation ของแบบวิเคราะห์และคำนวณหาค่าความเชื่อถือ (Reliability) ของแบบสอบถามได้เท่ากับ 0.9248

ครูจะประเมินอาการของความเครียดที่เกิดขึ้นตามระดับของการวัด 5 ระดับ คือ ไม่มีเลย เล็กน้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด โดยมีลักษณะข้อคำถามในทางบวก (Positive) เท่านั้น การแปลผล การตรวจและการให้คะแนน มีดังนี้คือ

อาการที่เกิดขึ้น	คะแนน
ไม่มีเลย	1
เล็กน้อย	2
ปานกลาง	3
มาก	4
มากที่สุด	5

- ไม่มีเลย หมายถึง ผู้ตอบไม่มีความทุกข์หรือปัญหาเกี่ยวกับอาการนี้เลย
- เล็กน้อย หมายถึง ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นอยู่บ้างแต่ไม่สม่ำเสมอและเป็นจำนวนเล็กน้อย
- ปานกลาง หมายถึง ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นค่อนข้างสม่ำเสมอและเป็นจำนวนพอประมาณ ไม่รุนแรงนัก
- มาก หมายถึง ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นค่อนข้างไม่สม่ำเสมอและมีจำนวนมากพอประมาณไปจนถึงมาก
- มากที่สุด หมายถึง ผู้ตอบมีความทุกข์เกี่ยวกับอาการนั้นอย่างมาก

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของความเครียด ผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับความเครียดน้อย หมายถึง ครุมีค่าคะแนนความเครียดอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนน น้อยกว่า $\bar{X} - S.D.$

- ระดับความเครียดปานกลาง หมายถึง ครุมีค่าคะแนนความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าคะแนน ระหว่าง $\bar{X} \pm S.D.$

- ระดับความเครียดมาก หมายถึง ครุมีค่าคะแนนความเครียดอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า $\bar{X} + S.D.$

- ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเพื่อศึกษาความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติตน (KAP) เกี่ยวกับสุขภาพจิต ซึ่งสร้างขึ้นโดย รศ.พญ.นันทิกา ทวิชาชาติและคณะ⁽⁶⁷⁾ ผู้สร้างแบบสอบถามได้หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้ง 3 ด้านดังนี้

1. ด้านความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิต จำนวน 24 ข้อ เกณฑ์ในการให้คะแนนตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน คะแนนเต็ม 24 คะแนน ได้ค่า reliability 0.76

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มระดับความรู้ออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับความรู้น้อย หมายถึง ครุมีค่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนน น้อยกว่า $\bar{X} - S.D.$

- ระดับความรู้ปานกลาง หมายถึง ครุมีค่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าคะแนน ระหว่าง $\bar{X} \pm S.D.$

- ระดับความรู้มาก หมายถึง ครุมีค่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า $\bar{X} + S.D.$

2. ด้านเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิต จำนวน 21 ข้อ ลักษณะเป็นแบบ Rating Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มีข้อคำถามทางบวก และ ทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	ข้อคำถามทางด้านบวก	ข้อคำถามทางด้านลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

เจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตค่าคะแนนสูงสุด 105 คะแนน และได้ค่า reliability 0.75

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มระดับเจตคติออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับเจตคติไม่ดี หมายถึง ครุมีค่าคะแนนเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนน น้อยกว่า $\bar{X} - S.D.$
- ระดับเจตคติปานกลาง หมายถึง ครุมีค่าคะแนนเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าคะแนน ระหว่าง $\bar{X} \pm S.D.$
- ระดับเจตคติระดับดี หมายถึง ครุมีค่าคะแนนเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า $\bar{X} + S.D.$

3. ด้านทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิต จำนวน 29 ข้อ ลักษณะเป็นแบบ Rating Scale แบ่งเป็น 4 ระดับ มีข้อคำถามทางบวก และทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	ข้อคำถามทางด้านบวก	ข้อคำถามทางด้านลบ
เป็นประจำสม่ำเสมอ	4	1
บ่อย ๆ	3	2
นาน ๆ ครั้ง	2	3
ไม่เคยเลย	1	4

ทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิต ค่าคะแนนสูงสุด 116 คะแนน และได้ค่า reliability 0.73

การแบ่งระดับคะแนนเฉลี่ยเพื่ออธิบายคุณลักษณะเกณฑ์ความหมายของทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตผู้วิจัยได้จัดแบ่งกลุ่มระดับทักษะการปฏิบัติออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป็นเกณฑ์

- ระดับทักษะการปฏิบัติตนน้อย หมายถึง ครุมีค่าคะแนนทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าคะแนน น้อยกว่า $\bar{X} - S.D.$
- ระดับทักษะการปฏิบัติตนปานกลาง หมายถึง ครุมีค่าคะแนนทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าคะแนน ระหว่าง $\bar{X} \pm S.D.$
- ระดับทักษะการปฏิบัติตนมาก หมายถึง ครุมีค่าคะแนนทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าคะแนน มากกว่า $\bar{X} + S.D.$

การรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเสนอเรื่องขออนุมัติในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล ต่อหัวหน้าการประถมศึกษาอำเภอบ้านโป่ง ศึกษาธิการอำเภอบ้านโป่ง นายกเทศมนตรีเมืองบ้านโป่ง และผู้อำนวยการวิทยาลัยอาชีวศึกษาบ้านโป่ง
2. ติดต่อโรงเรียนในอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และขอความร่วมมือจากผู้บริหารของโรงเรียนแต่ละแห่ง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
3. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแต่ละโรงเรียน โดยให้ครูตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามประเมินความเครียด และแบบสอบถามความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติตนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต
4. รวบรวมข้อมูลจากจำนวนแบบสอบถามทั้งหมด 543 ฉบับ ผู้วิจัยพยายามตามเก็บแบบสอบถาม พบว่าครูไม่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 33 ฉบับ และตอบแบบสอบถามไม่สมบูรณ์จำนวน 38 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 13.07 ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด เท่ากับ 472 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ การวิเคราะห์ข้อมูลดำเนินการโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for window ซึ่งดำเนินการวิเคราะห์เป็นขั้นตอนดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ร้อยละ (Percentage) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics)
 - 2.1 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร คือ ปัจจัยด้านต่าง ๆ กับความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี ใช้ Chi-square(X^2), ค่า Likelihood statistic test กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
 - 2.2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร คือ ความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี โดยใช้ ค่า Correlation Coefficient ซึ่งใช้สถิติ Kolmogorov – Smirnov Z ทดสอบการแจกแจงของตัวแปร ถ้าพบว่า มีการแจกแจงแบบปกติ จะใช้แบบ Pearson Correlation Coefficient และถ้าพบว่า ไม่ใช่การแจกแจงแบบปกติ ใช้ Spearman's rho Correlation Coefficient กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 0.05