

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

#### รูปแบบการวิจัย ( Research Design )

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง ( Cross Sectional Descriptive Study )

#### ลักษณะของประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ( Population and Sample selection )

1. กลุ่มประชากรเป้าหมาย (Target Population) คือ พระภิกษุสงฆ์ที่จำพรรษาอยู่ที่วัดในกรุงเทพมหานคร
2. ประชากรกลุ่มตัวอย่าง (Population Samples) คือ พระภิกษุสงฆ์ที่จำพรรษาอยู่ที่วัดในสังกัดกรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัด กรุงเทพมหานคร โดยมีจำนวนวัดทั้งหมด 440 วัด<sup>(40)</sup> และมีอายุอยู่ระหว่าง 20-60 ปี บวชมาอย่างน้อย 1 พรรษา พระภิกษุสงฆ์ที่จำพรรษาอยู่ที่วัดในกรุงเทพมหานครมีจำนวน 10,349 รูป<sup>(41)</sup>
3. กลุ่มตัวอย่าง ( Samples ) คือ พระภิกษุสงฆ์ที่จำพรรษาอยู่ที่วัดในสังกัด กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร และสุ่มเลือกได้โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ( Multi-stage Cluster Sampling ) จำนวนตัวอย่างทั้งหมด 900 รูป
4. ขนาดตัวอย่าง ( Sample Size )<sup>(42)</sup>

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{z^2 pq}{d^2}$$

โดย  $n$  = ขนาดตัวอย่าง

$z$  = ค่า  $z$  จากตาราง  $z$  เมื่อ  $\alpha = 0.05$  มีค่าเท่ากับ 1.96

$p$  = สัดส่วนของผู้ที่มีความผิดปกติทางสุขภาพจิต = 0.3<sup>(32)</sup>

$q$  =  $1 - p = 0.7$

$d$  = ความคลาดเคลื่อนของโอกาสที่จะพบปัญหาสุขภาพจิต =  $0.1 \times p = 0.03$

$$\text{ดังนั้น} \quad n = \frac{(1.96)^2(0.3)(0.7)}{(0.1 \times 0.3)^2} = 896 \text{ รูป}$$

เพื่อความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล จึงเพิ่มขนาดตัวอย่างเป็น 900 รูป

### เทคนิคการสุ่มตัวอย่าง

ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ( Multi- stage Cluster Sampling ) โดยขั้นแรกแบ่งเขตตามสถานที่ตั้งของวัด ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ออกเป็น 36 เขต คือ เขตคลองเตย เขตคลองสาน เขตจตุจักร เขตจอมทอง เขตดอนเมือง เขตคูสิต เขตตลิ่งชัน เขตธนบุรี เขตบางกอกน้อย เขตบางกอกใหญ่ เขตบางกะปิ เขตบางขุนเทียน เขตบางเขน เขตบางคอแหลม เขตบางซื่อ เขตบางพลัด เขตบางรัก เขตบึงกุ่ม เขตปทุมวัน เขตประเวศ เขตพญาไท เขตพระโขนง เขตพระนคร เขตภาษีเจริญ เขตมีนบุรี เขตยานนาวา เขตราชเทวี เขตราชฎร์บูรณะ เขตลาดกระบัง เขตลาดพร้าว เขตสัมพันธวงศ์ เขตสาทร เขตสายไหม เขตหนองแขม เขตหนองจอก เขตห้วยขวาง จากนั้นทำการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายโดยวิธีจับฉลาก (Simple Random Sampling) เพื่อเลือกเขต ประมาณ 40 % ของจำนวนเขตทั้งหมด ซึ่งจะได้ทั้งหมด 14 เขต และในแต่ละเขตจะทำการสุ่มเลือกวัดโดยวิธีจับฉลาก ออกมาเขตละประมาณ 30% ของจำนวนวัดในแต่ละเขต และจะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากพระภิกษุสงฆ์ทุกรูปในวัด

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล แบ่งเป็น 2 ส่วน

1. เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับ อายุ สถานภาพสมรส ( ก่อนบวช ) ระดับการศึกษา โรคทางกาย เป็นต้น

2. เป็นเครื่องมือวัดสุขภาพจิต ชื่อ Symptom Checklist – 90 ( SCL – 90 )<sup>(43)</sup> ซึ่งคณะนักจิตวิทยาแห่งโรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา คัดแปลมาจาก Dr. Leonard R. Derogatis Covi แห่ง John Hopkin University และ Dr. Ronald S. Lipman<sup>(44)</sup> แห่ง National Institute of Mental health USA เป็นแบบทดสอบมาตราส่วนให้ค่า (Self-report rating Scale) ที่ประกอบด้วยข้อคำถามซึ่งแสดงอาการต่าง ๆ 90 ข้อ แบ่งตามลักษณะสุขภาพจิต 9 ด้าน ดังนี้

1. ความรู้สึกว่ามีอาการทางกาย ( Somatization ) ใน items นี้ เป็นด้านที่สะท้อนความไม่สบาย ( distress ) ที่เกิดจากการรับรู้ว่ามี ความผิดปกติของร่างกาย ( Bodily dysfunction ) เป็นการบ่งถึงอาการเกี่ยวกับระบบไหลเวียนโลหิต ระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินหายใจ และระบบอื่น ๆ อาการปวดศีรษะ ปวดหลังหรือรู้สึกไม่สบายตามกล้ามเนื้อมัดใหญ่ๆ ตลอดจนความไม่สมดุลของร่างกาย เนื่องจากความวิตกกังวล ( Anxiety ) ในด้านนี้ประกอบด้วยข้อคำถาม 12 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56 และ 58

2. การย้ำคิดย้ำทำ ( Obsessive – Compulsive ) ใน items นี้เป็นรูปแบบพื้นฐานที่สะท้อนให้เห็นถึงพฤติกรรมที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มอาการตามชื่อที่เรียกจุดสำคัญในการวัดด้านนี้พิจารณาจากความคิด (Thoughts) Impulse และการกระทำ ( Action ) ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ต้องการให้เกิดขึ้นแต่ก็ไม่สามารถที่จะ

ยับยั้งหรือหลีกเลี่ยงได้ ในด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55 และ 65

3. ความรู้สึกไม่กล้าติดต่อกับบุคคลอื่น ( Interpersonal Sensitivity ) อาการเหล่านี้มีพื้นฐานมาจากความรู้สึกไม่เพียงพอ ( Inadequacy ) และมีปมด้อย ( Inferiority ) โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบกับผู้อื่น ให้ค่าตัวเองต่ำ รู้สึกมีความยากลำบากมากระหว่างมีปฏิสัมพันธ์หรือติดต่อกับผู้อื่น หมกมุ่นกับความคิดของตนเองอย่างรุนแรง คิดว่าการติดต่อกับคนอื่นจะสร้างสิ่งไม่ดีกับตัวเอง ในด้านนี้ประกอบด้วยข้อคำถาม 9 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69 และ 73

4. ความซึมเศร้า ( Depression ) สะท้อนกลุ่มอาการกว้าง ๆ ซึ่งมักเกิดร่วมกับ Depressive syndrome มีอาการแสดงคือ ไม่สนใจกิจกรรมต่าง ๆ ขาดแรงจูงใจ รู้สึกสิ้นหวัง ท้อแท้ และอาจมีความคิดฆ่าตัวตาย ด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 13 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 5, 14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32 , 54, 71 และ 79

5. ความวิตกกังวล ( Anxiety ) เป็นอาการและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีความวิตกกังวลอย่างรุนแรง กระสับกระส่าย ประหม่า และตึงเครียดหรือมีอาการทางกาย เช่น ใจสั่น ตัวสั่น ด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 2, 17, 33, 39, 57 , 72 , 78, 80 และ 86

6. ความก้าวร้าว ( Hostility ) เป็นลักษณะพฤติกรรมที่แสดงถึงความโกรธ ไม่เป็นมิตร สำหรับ SCL-90 พฤติกรรมก้าวร้าวไม่เป็นมิตรในด้านนี้ พิจารณา 3 องค์ประกอบ ต่อไปนี้ คือ ความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ซึ่งรวมถึงความรู้สึกไร้ค่าอยู่ยงยากใจ พร้อมทั้งจะทำลายข้าวของ มีการโต้แย้งบ่อย ๆ และไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 11, 24 , 63 , 67, 74 และ 81

7. ความรู้สึกกลัวโดยไม่มีสาเหตุ ( Phobic Anxiety ) เป็นอาการสะท้อนถึงกลุ่มอาการที่แสดงออกในการกลัวสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยไม่มีเหตุผล มีความวิตกกังวลต่อสิ่งนั้น เช่น ความกลัวเฉพาะที่มีต่อคนสถานที่ สิ่งของ หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ โดยไม่มีเหตุผลและเกินความเป็นจริง ทำให้ต้องหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น ด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 7 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 13, 25, 47, 50, 70, 75 และ 82

8. ความคิดระแวง ( Paranoid Ideation ) เป็นการสะท้อนถึงแนวความคิดซึ่งเป็นลักษณะของความคิดระแวง เช่น การโทษคนอื่น ความไม่เป็นมิตร ความระแวงสงสัย เอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง ความหลงผิด การสูญเสียการควบคุมตัวเอง และความคิดมักใหญ่ใฝ่สูงว่าตัวเองใหญ่โต ด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 8, 18, 43, 68, 76 และ 83

9. พฤติกรรมและความคิดที่บ่งชี้ถึงอาการของโรคจิต ( Psychoticism ) ในด้านนี้เป็นการสะท้อนให้เห็นพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องหรือบ่งชี้อาการผิดปกติทางจิต ซึ่งมีตั้งแต่อาการที่ยังไม่แสดงชัดเจนไปจนถึงอาการที่แสดงออกมาอย่างชัดเจน เช่น อาการถดถอย แยกตัวเอง หนีสังคม จนถึงลักษณะความคิดของจิตเภท อาการหูแว่ว การถูกควบคุมความคิดจากภายนอก ด้านนี้ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 7, 16, 35, 62, 77, 84, 85, 87, 88 และ 90

ส่วนข้อคำถามที่ไม่จัดอยู่ใน 9 ด้าน ที่กล่าวมา มีอยู่ 7 ข้อซึ่งเป็นข้อคำถามที่เพิ่มเติมเข้ามา เพื่อความเป็นธรรมชาติของแบบสอบถาม โดยไม่ได้นำมาคิดเป็นคะแนนในด้านใดด้านหนึ่ง ได้แก่ข้อที่ 19, 60, 44, 64, 66, 59 และ 89

การตอบแบบสอบถาม SCL -90 ประกอบด้วย ข้อความซึ่งแสดงกลุ่มอาการต่าง ๆ 90 ข้อ ผู้ทดสอบจะต้องตอบว่า อาการเหล่านั้นได้รับรบกวนมากน้อยหรือไม่เพียงใดในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมา โดยคำตอบจะแบ่งเป็น 5 ระดับ

- |   |             |         |  |
|---|-------------|---------|--|
| 0 | ไม่เลย      | หมายถึง | ผู้ตอบไม่มีความทุกข์หรือปัญหาที่เกี่ยวกับอาการนี้เลย                                   |
| 1 | เล็กน้อย    | หมายถึง | ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นอยู่บ้างแต่ไม่สม่ำเสมอ และเป็นจำนวนน้อย          |
| 2 | ปานกลาง     | หมายถึง | ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นค่อนข้างสม่ำเสมอและเป็นจำนวนพอประมาณไม่รุนแรงนัก |
| 3 | ค่อนข้างมาก | หมายถึง | ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นสม่ำเสมอและมีจำนวนพอประมาณ ไปจนถึงมาก            |
| 4 | มากที่สุด   | หมายถึง | ผู้ตอบมีความทุกข์ที่เกี่ยวกับอาการนั้นอย่างมากทั้งความถี่ และความรุนแรง                |

ค่าคะแนนดิบและค่า T-score ของคนปกติจะอยู่ช่วงคะแนน T-score ที่ 40-60 ค่าคะแนนที่ได้ต่ำหรือสูงกว่าค่านี้ ถือว่าเป็นคะแนนที่ต่างไปจากคนปกติ

#### การตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้องของเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรง ( Validity ) ของแบบทดสอบ หมายถึง ประสิทธิภาพของแบบทดสอบที่สามารถวัดได้ตรงตามจุดมุ่งหมาย แต่เนื่องจากแบบทดสอบ SCL - 90 เป็นแบบทดสอบที่ใช้กันมาตลอด และเป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวาง จึงไม่ได้หา Content Validity อีก ทวี ท้าวคำลือ (2535)<sup>(45)</sup> ได้นำแบบทดสอบนี้มาหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือโดยใช้วิธี known group technique โดยนำเครื่องมือไปใช้กับคนขับรถเมล์ 30 คน และผู้ป่วยจากแผนกจิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ 30 คน เปรียบเทียบผลโดยใช้ t-test พบว่า คะแนนเฉลี่ยปัญหาสุขภาพจิตทุกด้านของผู้ป่วยจิตเวช สูงกว่าพนักงานขับรถเมล์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.001 จึงถือว่าแบบทดสอบสุขภาพจิต SCL-90 ใช้วัดได้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงในวัฒนธรรมไทยด้วยเช่นกัน

2. การหาค่าความเชื่อมั่น ( Reliability ) ของแบบทดสอบ หมายถึง คุณสมบัติของแบบทดสอบที่สามารถวัดได้คงที่แน่นอน ( Stability ) ไม่ว่าจะวัดกี่ครั้งก็ตาม ผู้วิจัยได้นำแบบทดสอบ SCL – 90 ไปทดลองสัมภาษณ์พระภิกษุสงฆ์ที่เป็นกลุ่มสำหรับการวัดความเชื่อมั่น จำนวน 30 รูป แล้วนำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนและหาความเชื่อมั่น โดยใช้ สูตร สัมประสิทธิ์แอลฟา ( Alpha – Coefficient :  $\alpha$  ) ตามวิธีการของ ครอนบาค (Cronbach) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงการหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบสุขภาพจิต SCL – 90 โดยใช้วิธี Alpha - Coefficient

ปัญหาสุขภาพจิต	ค่าความเชื่อมั่น
1. ความรู้สึกว่ามีอาการทางกาย	0.92
2. การย่ำคิดย่ำทำ	0.92
3. ความรู้สึกไม่กล้าติดต่อกับบุคคลอื่น	0.90
4. ความซึมเศร้า	0.90
5. ความวิตกกังวล	0.90
6. ความรู้สึกไม่เป็นมิตร	0.92
7. ความรู้สึกกลัวโดยไม่มีสาเหตุ	0.92
8. ความคิดระแวง	0.90
9. พฤติกรรมและความคิดที่บ่งชี้ถึงอาการของโรคจิต	0.90
รวมทั้งฉบับ	0.92

จากตารางที่ 1 แสดงว่า ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือในแต่ละด้านของคำถามของแบบทดสอบ SCL – 90 อยู่ระหว่าง 0.90-0.92 และเมื่อรวมทั้งฉบับได้เท่ากับ 0.92 ซึ่งถือได้ว่ามีค่าความเชื่อมั่นในการวัดค่อนข้างสูงมาก

### การเก็บรวบรวมข้อมูล ( Data Collection )

เมื่อผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งเครื่องมือวิจัยเรียบร้อยแล้ว จึงดำเนินการในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. จัดทำหนังสือขอความร่วมมือจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในการทำวิจัย ถึงเจ้าอาวาสวัดในกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอความอนุเคราะห์ร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยไปติดต่อดำเนินการด้วยตนเอง
2. ทำการคัดกรองพระภิกษุสงฆ์ที่มีอาการทางจิตเวชที่อาการปรากฏเห็นเด่นชัดออกจากกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้โดยการสังเกตของผู้วิจัย
3. ชี้แจงให้พระภิกษุสงฆ์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละวัดทราบถึงวัตถุประสงค์และวิธีการทำแบบสอบถามอย่างละเอียด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการที่จะไม่นำเอาข้อมูลที่ได้ไปทำให้เกิดผลกระทบต่อผู้ตอบแบบสอบถามใด ๆ ทั้งสิ้น
4. นำเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว และแบบทดสอบ SCL-90 ให้แก่พระภิกษุสงฆ์ในวัดกลุ่มตัวอย่างตอบ โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำการบันทึกข้อมูลด้วยตนเอง หากมีข้อสงสัยใด ๆ ก็สามารถถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา ระยะเวลาในการทำแบบสอบถามประมาณ 15-20 นาที
5. เมื่อได้รับแบบสอบถามคืนจะทำการตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล
6. นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ โดยใช้วิธีการทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล ( Data Analysis )

หลังจากผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาตรวจสอบความถูกต้องจนสมบูรณ์ นำผลการตอบหรือคะแนนมาลงในแบบบันทึกข้อมูล (Coding Form) แล้วนำข้อมูลในแบบบันทึกข้อมูลไปวิเคราะห์ประมวลผลทางสถิติ ด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรม SPSS ( Statistical Package For The Social Science ) <sup>(46,47)</sup>

ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา ( Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูล เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
2. สถิติเชิงอนุมาน ( Inferential Statistics) โดยใช้
  - การทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิต ในแต่ละด้าน จำแนกตามจำนวนกลุ่มของตัวแปรอิสระ สถิติที่ใช้ คือ Unpaired t-test และ ANOVA (F-test) โดยแก้ไขความผิดพลาดจากการใช้การทดสอบทางสถิติหลายครั้งบนข้อมูลชุดเดียวกัน ด้วยวิธี Bonferroni

correction สำหรับตัวแปรคะแนนสุขภาพจิตซึ่งมี 9 ด้าน จึงตั้งค่า p - value ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.005 (ประมาณ  $0.05 / 9$ )

- ทดสอบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ยปัญหาสุขภาพจิต ของกลุ่มตัวอย่างเป็นรายคู่ เมื่อทดสอบด้วย F-test แล้วมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยวิธีของเซฟเฟ (Scheffe)