

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

#### ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 21,041 คน จาก 91 โรงเรียน (กรมสามัญศึกษา, 2541)

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2541 จากโรงเรียนสหศึกษา ในสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 850 คน เป็นนักเรียนชาย 361 คน นักเรียนหญิง 489 คน

#### การสุ่มตัวอย่าง

##### ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 สํารวจจำนวนโรงเรียนที่เปิดสอนในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีทั้งหมด 9 กลุ่มโรงเรียน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ นำมาเพียง 8 กลุ่มโรงเรียน เนื่องจากกลุ่มโรงเรียนที่ 9 เป็นกลุ่มโรงเรียนที่อยู่นอกเขต กรุงเทพมหานคร ทั้ง 8 กลุ่มโรงเรียน มีจำนวน 91 โรงเรียน มีนักเรียนรวม 21,041 คน

ขั้นที่ 2 นำข้อมูลที่ได้มาคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตร ทาโร ยามาเน (Yamane, 1970 อ้างถึงใน ประคอง, 2538 ) ในระดับความมีนัยสำคัญที่ .05 จากสูตร

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$n$  = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

$N$  = กลุ่มประชากรจริง

$e$  = ความคลาดเคลื่อนของข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างเท่าที่จะยอมรับได้ในที่นี้ให้ 0.05

$$\begin{aligned} n &= \frac{21,041}{1 + 21,041(0.05)^2} \\ &= 392.55 \end{aligned}$$

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 850 คน

ขั้นที่ 3 การสุ่มตัวอย่างใช้โรงเรียนที่เปิดสอนในชั้นมัธยมศึกษาที่ปีที่ 6 แบบสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จาก 8 กลุ่มโรงเรียน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ออกมากลุ่มโรงเรียนละ 3 โรงเรียน

ขั้นที่ 4 หลังจากสุ่มได้โรงเรียน จำนวน 24 โรงเรียนแล้วใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย เพื่อเลือกห้องเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ออกมาโรงเรียนละ 1- 2 ห้องเรียน

ขั้นที่ 5 สุ่มนักเรียนจากห้องเรียนให้ได้จำนวนนักเรียน ชาย - หญิง ตามสัดส่วนของแต่ละโรงเรียน ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 850 คน ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามกลุ่มโรงเรียน

กลุ่มที่	ชื่อโรงเรียน	ชาย	หญิง	รวม
1	โยธินบูรณะ	29	13	42
	วัดสังเวช	4	11	15
	สุวรรณสุทธารามวิทยา	6	7	13
2	พุทธจักรวิทยา	9	16	25
	เตรียมอุดมศึกษา	28	54	82
	นนทรีวิทยา	18	20	38
3	ฤทธิยะวรรณาลัย	19	33	52
	ดอนเมืองทหารอากาศบำรุง	24	28	52
	ทอวัง	26	29	55
4	กุนนทีรุทธารามวิทยาคม	12	18	30
	ประชาราษฎร์อุปถัมภ์	9	8	17
	สุรศักดิ์มนตรี	43	44	87
5	เทพศิลา	9	15	24
	สตรีวิทยา 2 (มัธยมศึกษาตอนปลาย)	31	49	80
	มัธยมวัดบึงทองหลาง	12	13	25
6	ชิโนรสวิทยาลัย	18	26	44
	สุวรรณารามวิทยาคม	13	22	35
	มัธยมวัดดุสิตาราม	6	11	17
7	ศึกษานารีวิทยา	8	15	23
	รัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน	7	16	23
	มัธยมวัดสิงห์	12	15	27
8	จันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม	8	11	19
	ไชยนิมพลีวิทยาคม	3	4	7
	วัดรางบัว	7	11	18
<b>รวม</b>		<b>361</b>	<b>489</b>	<b>850</b>

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งตามลักษณะของเครื่องมือออกเป็น 3 ตอนดังนี้

**ตอนที่ 1** เป็นข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียน ข้อมูลเกี่ยวกับบิดามารดา ข้อมูลเกี่ยวกับการเงินของครอบครัว และสาเหตุของปัญหาการเงินของครอบครัว จำนวน 20 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check list) และแบบปลายเปิด

**ตอนที่ 2** เป็นแบบวัดความเครียดโดยใช้แบบประเมิน และวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง ของกรมสุขภาพจิต จำนวน 20 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบประเมินค่า (Rating scale)

การกำหนดคำตอบของแบบวัดความเครียด แบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ

ไม่เคยเลย	มีค่าเท่ากับ	0 คะแนน
เป็นครั้งคราว	มีค่าเท่ากับ	1 คะแนน
เป็นบ่อย ๆ	มีค่าเท่ากับ	2 คะแนน
เป็นประจำ	มีค่าเท่ากับ	3 คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ย

ระดับคะแนน	หมายถึง	ระดับอาการ
0.00-0.49	หมายถึง	ไม่เคยเลย
0.50-1.49	หมายถึง	เป็นครั้งคราว
1.50-2.49	หมายถึง	เป็นบ่อย ๆ
2.50-3.00	หมายถึง	เป็นประจำ

## วิธีการคิดคะแนนของแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง

นำคะแนนทั้ง 20 ข้อ มารวมกัน แล้วนำผลของคะแนนรวมนั้นไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนว่าอยู่ในช่วงของคะแนนใด เพื่อจะได้ทราบว่ามีความเครียดอยู่ในระดับใด

## การแปลความหมายของคะแนน

0 - 5	คะแนน	หมายถึง	มีความเครียดต่ำกว่าปกติ
6 - 17	คะแนน	หมายถึง	มีความเครียดปกติ
18 - 25	คะแนน	หมายถึง	มีความเครียดสูงกว่าปกติเล็กน้อย
26 - 29	คะแนน	หมายถึง	มีความเครียดสูงกว่าปกติปานกลาง
30 - 60	คะแนน	หมายถึง	มีความเครียดสูงกว่าปกติมาก

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามสาเหตุของความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยการศึกษาสาเหตุของความเครียดจากวรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบประเมินค่า (Rating scale) มีทั้งหมดจำนวน 58 ข้อ ประกอบด้วยสาเหตุก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งมีสาเหตุมาจากภายในตัวบุคคล และสาเหตุจากภายนอกบุคคล ดังต่อไปนี้

1. สาเหตุความเครียดภายในตัวบุคคล ประกอบด้วย
  - 1.1 ลักษณะบุคลิกภาพประจำตัว ได้แก่ ข้อ 1-8
  - 1.2 สุขภาพ ได้แก่ ข้อ 9-10
2. สาเหตุความเครียดภายนอกตัวบุคคล ประกอบด้วย
  - 2.1 การเรียน ได้แก่ ข้อ 42-45
  - 2.2 การสอบเข้ามหาวิทยาลัย ได้แก่ ข้อ 46-47
  - 2.3 การเงิน ได้แก่ ข้อ 11-32
  - 2.4 อนาคต ได้แก่ ข้อ 48-49
  - 2.5 ความคาดหวังของบิดามารดา ได้แก่ ข้อ 50-53
  - 2.6 ความสัมพันธ์กับเพื่อน ได้แก่ ข้อ 36-41
  - 2.7 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว ได้แก่ ข้อ 33-35
  - 2.8 สภาพแวดล้อมในบ้าน ได้แก่ ข้อ 54-55
  - 2.9 สภาพชุมชนแวดล้อมบ้าน ได้แก่ ข้อ 56-57
  - 2.10 สภาพสังคม ได้แก่ ข้อ 58

การกำหนดคำตอบของแบบสอบถามสาเหตุของความเครียด แบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ

ระดับความเครียด		ค่าคะแนน
เครียดมากที่สุด	มีค่าเท่ากับ	4
เครียดมาก	มีค่าเท่ากับ	3
เครียดน้อย	มีค่าเท่ากับ	2
ไม่เครียด	มีค่าเท่ากับ	1

### การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ย

3.50 - 4.00	หมายถึง	เป็นสาเหตุที่ทำให้มีความเครียดมากที่สุด
2.50 - 3.49	หมายถึง	เป็นสาเหตุที่ทำให้มีความเครียดมาก
1.50 - 2.49	หมายถึง	เป็นสาเหตุที่ทำให้มีความเครียดน้อย
1.00 - 1.49	หมายถึง	เป็นสาเหตุที่ไม่ทำให้มีความเครียด

### การสร้างแบบสอบถาม

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับความเครียดจากหนังสือ เอกสาร บทความ วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด
2. สร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับความเครียด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ อาจารย์ที่สอนสาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รวมทั้งนักจิตวิทยาของศูนย์สุขวิทยาจิต โรงพยาบาลสมเด็จพระยา
3. นำแบบสอบถามที่สร้าง ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ และนำมาปรับปรุงแก้ไข
4. นำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ (รายชื่อแสดงในภาคผนวก) จำนวน 7 ท่าน ช่วยตรวจสอบ แก้ไข เพื่อหาความตรงในเนื้อหา
5. นำแบบสอบถามมาปรับปรุง แก้ไข ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
6. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 45 คน
7. นำแบบสอบถามไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) เพื่อหาค่าความเที่ยงในการตอบแบบสอบถาม โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ผลดังนี้
  - แบบวัดความเครียดมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ 0.72
  - แบบสอบถามสาเหตุความเครียดมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ 0.94
8. ศึกษาความเป็นไปได้ และความเหมาะสมในการนำแบบสอบถามไปใช้
9. ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามให้เหมาะสม และมีประสิทธิภาพพร้อมทั้งให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบก่อนนำแบบสอบถามไปใช้จริง

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนไปยังอาจารย์ใหญ่ ผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 24 แห่ง
2. ผู้วิจัยเดินทางไปติดต่อกับทางโรงเรียน เพื่อขอเก็บข้อมูลด้วยตนเองทั้ง 24 แห่ง
3. ช่วงเวลาในการเก็บข้อมูล ประมาณ 3 สัปดาห์
4. ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยส่งแบบสอบถามไปทั้งหมด 850 ฉบับ และได้รับแบบสอบถามคืนมาเป็นฉบับสมบูรณ์ ซึ่งสามารถนำมาใช้ในการวิจัยได้ จำนวน 770 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 90.50 เป็นนักเรียนชาย จำนวน 298 คน คิดเป็นร้อยละ 38.70 และนักเรียนหญิง จำนวน 472 คน คิดเป็นร้อยละ 61.30

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนมาวิเคราะห์โดยใช้คอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ตามลำดับดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักเรียนมาแจกแจงความถี่และคิดเป็นร้อยละแล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 ซึ่งเป็นแบบประเมินผล และวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง มาแจกแจงความถี่ คิดเป็นร้อยละ หาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบความเครียดของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง โดยการทดสอบค่าที (t-test) รวมทั้งเปรียบเทียบความเครียดของนักเรียนที่มีรายได้ของครอบครัวแตกต่างกัน โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หากพบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่ต่อไป โดยใช้วิธีแอล เอส ดี (LSD) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 ซึ่งเป็นแบบสอบถามสาเหตุความเครียด มาหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

### สถิติที่ใช้ในการวิจัย

คำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) และใช้วิธี แอล เอส ดี (LSD) เมื่อค่า “ F ” จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC\* (The Statistical Package for the Social Sciences/Personal Computer Plus)



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย