

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเพื่อหาความสัมพันธ์ (Correlational research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง การรับรู้ภาวะสุขภาพ การปฏิบัติกิจกรรม การสนับสนุนจากครอบครัว กับ ความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร

ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร คือ ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเขตกรุงเทพมหานคร
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเขตกรุงเทพมหานคร และมีคุณสมบัติดังนี้
 - 2.1 อายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป
 - 2.2 เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ขึ้นทะเบียนกับ สหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุ และมีการเข้าร่วมกิจกรรมของชมรม อย่างสม่ำเสมอ (อย่างน้อย 1 ครั้งต่อ สัปดาห์)
 - 2.3 ไม่มีปัญหาในเรื่องความคิด ความจำ การรับรู้ การพูด และการได้ยิน ฟังภาษาไทยเข้าใจและสามารถตอบโต้ได้ดีกับผู้วิจัยขณะซักถาม
 - 2.4 มีความสมัครใจในการเข้าร่วมการศึกษา
3. ขนาดกลุ่มตัวอย่าง คำนวณโดยใช้สูตรการคำนวณกลุ่มตัวอย่างของ Thorndike, 1978 อังโน บุญใจ ศรีสถิตนรากุล (2547) โดยสูตรในการคำนวณ มีดังนี้
$$N = 10K + 50$$
$$N = (10 \times 18) + 50$$
$$N = 230 \text{ ราย}$$

4. การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ปัจจุบัน มีชมรมผู้สูงอายุที่ขึ้นทะเบียนต่อสหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร จำนวน 250 ชมรม แบ่งเป็น 23 กลุ่มชมรม มีสมาชิกทั้งสิ้น 26,657 คน ประกอบด้วย เพศชาย 6754 คน เพศหญิง 19,903 คน (กองส่งเสริมสุขภาพ สำนักอนามัย และ สหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร, 2550) มีการบริหารงาน โดย ประธานสหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร และมีหน่วยงานของกรุงเทพมหานคร ให้การสนับสนุน ดังตารางที่ 1 ตารางที่ 1 เครือข่ายของสหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2550

ชมรมผู้สูงอายุ	ชมรม (แห่ง)	สมาชิก		
		ชาย (คน)	หญิง (คน)	รวม (คน)
สำนักอนามัย				
กลุ่มที่ 1 ศูนย์ภาค 1	17	300	830	1,130
กลุ่มที่ 2 ศูนย์ภาค 2	13	156	687	843
กลุ่มที่ 3 ศูนย์ภาค 3	33	658	2,414	3,072
กลุ่มที่ 4 ศูนย์ภาค 4	20	465	1,466	1,931
กลุ่มที่ 5 ศูนย์ภาค 5	22	321	1,375	1,696
กลุ่มที่ 6 ศูนย์ภาค 6	16	384	1,232	1,616
กลุ่มที่ 7 ศูนย์ภาค 7	41	1,759	3,666	5,425
กลุ่มที่ 8 ศูนย์ภาค 8	16	311	1,100	1,411
กลุ่มที่ 9 ศูนย์ภาค 9	4	132	297	429
กลุ่มที่ 10 ศูนย์ภาค 10	21	498	1,614	2,112
กลุ่มที่ 11 ศูนย์ภาค 11	11	194	618	812
กลุ่มที่ 12 ศูนย์ภาค 12	21	525	857	1,382
กลุ่มที่ 13 ชมรมผู้สูงอายุข้าราชการ กรุงเทพมหานคร	3	161	551	712
สำนักพัฒนาสังคม				
กลุ่มที่ 14 ชมรมผู้สูงอายุลูกจ้างประจำ กรุงเทพมหานคร	2	283	527	810

ชมรมผู้สูงอายุ	ชมรม (แห่ง)	สมาชิก		
		ชาย (คน)	หญิง (คน)	รวม (คน)
สำนักงานแพทย์				
กลุ่มที่ 15 ชมรมผู้สูงอายุวชิรพยาบาล	1	20	90	110
กลุ่มที่ 16 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลกลาง	1	86	204	290
กลุ่มที่ 17 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลตากสิน	2	101	893	994
กลุ่มที่ 18 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลเจริญ กรุงประชารักษ์	1	134	291	425
กลุ่มที่ 19 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลหลวง พ่อทวีศักดิ์	1	31	76	107
กลุ่มที่ 20 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลหนอง จอก	1	48	205	253
กลุ่มที่ 21 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล ลาดกระบัง	1	33	202	235
กลุ่มที่ 22 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลราช พิพัฒน์	1	95	285	380
กลุ่มที่ 23 ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสิรินธร	1	59	423	482
รวมสมาชิก		6,754	19,903	26,657

ผู้วิจัยทำการสุ่มตัวอย่าง แบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) ดังนี้

1. ทำการสุ่มกลุ่มชมรม โดยวิธีการจับฉลากแบบไม่แทนที่ จำนวน 5 กลุ่มชมรมผู้สูงอายุ จาก 23 กลุ่มชมรมผู้สูงอายุ ที่สังกัดสหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร ได้ กลุ่มที่ 1 กลุ่มที่ 2 กลุ่มที่ 4 กลุ่มที่ 11 และกลุ่มที่ 17

2. ทำการสุ่มชมรม โดยวิธีการจับฉลากแบบไม่แทนที่ จำนวน 2 ชมรมผู้สูงอายุ จากแต่ละกลุ่มชมรมผู้สูงอายุที่จับฉลากได้ ในข้อ 1 ได้ 10 ชมรม ดังต่อไปนี้

- ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 9 ประชาธิปไตย
- ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 38 จี๊ด ทองคำ บำเพ็ญ
- ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 16 ลุมพินี
- ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 5 จุฬาลงกรณ์

- ชมรมผู้สูงอายุ วัดรอดธรรมมาราม
- ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 14 คลองเตย
- ชมรมผู้สูงอายุ นิมมานรดี
- ชมรมผู้สูงอายุ ศิริเกษมพัฒนา
- ชมรมผู้สูงอายุ รพ.ตากสิน
- ชมรมผู้สูงอายุ รพ.สมเด็จพระเจ้าพระยา

3. พบประธานชมรมผู้สูงอายุแต่ละชมรมทำการสอบถาม จำนวนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้ง และรายชื่อของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างน้อย 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ทำการสุ่มผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการจับฉลาก แสดงดังตารางที่ 2 และข้อมูลส่วนบุคคลที่ได้จากการเก็บข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 2 กลุ่มตัวอย่างชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครที่ได้จากการสุ่ม จำแนกตามชื่อชมรม และจำนวนกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มที่	จำนวนชมรม	ชื่อชมรมที่สุ่มได้	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
1	17	ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 9 ประชาธิปไตย	30
		ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 38 จีดี ทองคำ บำเพ็ญ	20
2	13	ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 16 ลุมพินี	30
		ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 5 จุฬาลงกรณ์	20
4	20	ชมรมผู้สูงอายุ วัดรอดธรรมมาราม	20
		ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 14 คลองเตย	20
11	11	ชมรมผู้สูงอายุ นิมมานรดี	30
		ชมรมผู้สูงอายุ ศิริเกษมพัฒนา	10
17	2	ชมรมผู้สูงอายุ รพ.ตากสิน	30
		ชมรมผู้สูงอายุ รพ.สมเด็จพระเจ้าพระยา	20
รวม			230

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร จำนวน 250 คน จำแนกตาม เพศ ช่วงอายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา รายได้ ลักษณะรายรับ รายจ่ายของครอบครัว โรคประจำตัว

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	161	64.4
ชาย	89	35.6
อายุ		
อายุ 60-69 ปี	114	45.6
อายุ 70 – 79	132	52.8
อายุ 80 ปีขึ้นไป	4	1.6
สถานภาพสมรส		
โสด	27	10.8
คู่	141	56.4
หม้าย	75	30.0
หย่า	7	2.8
ศาสนา		
พุทธ	236	94.4
คริสต์	14	5.6
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าประถมศึกษา	42	16.8
ประถมศึกษา	148	59.2
มัธยมศึกษา	31	12.4
อุดมศึกษาขึ้นไป	29	11.6
อาชีพ		
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	167	66.8
ธุรกิจส่วนตัว	13	5.2
อื่นๆ	70	28

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
รายรับของผู้สูงอายุ		
ต่ำกว่า 5000 บาท ต่อเดือน		23.6
5,000 ถึง 10,000 บาท ต่อเดือน	59	50.4
10,001 ถึง 15,000 บาท ต่อเดือน	126	8.8
15,0001 บาท ขึ้นไป ต่อเดือน	22	17.2
ลักษณะรายรับต่อรายจ่ายของผู้สูงอายุ	43	
รายรับมากกว่ารายจ่าย		18.0
รายรับเท่ากับรายจ่าย	45	51.6
รายรับน้อยกว่ารายจ่าย	129	30.6
โรคประจำตัว	76	
มี		72.4
ไม่มี	181	27.6
	69	

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถาม 5 ส่วนได้แก่

- ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล
- ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ
- ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม
- ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว
- ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความผาสุกทางใจ

การสร้างเครื่องมือและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล เป็นแบบสอบถามทั่วไปของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา รายได้ แหล่งที่มาของรายได้ ลักษณะรายรับ รายจ่ายในครอบครัว โรคประจำตัว ชมรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม

2. แบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ เป็นแบบประเมินการรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ โดยปรับปรุงภาษาและข้อความให้สอดคล้องกับบริบทของผู้สูงอายุ จากแบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ ตามแนวคิดของ Wang และ Laffrey (2001) ประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ข้อ โดยแต่ละข้อมีมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ คือ ไม่ดี ปานกลาง และดี โดยกำหนดมาตราส่วนประมาณค่าไว้ดังนี้

ไม่ดี	หมายถึง	รับรู้สุขภาพโดยทั่วไปไม่ดี
ปานกลาง	หมายถึง	รับรู้ภาวะสุขภาพโดยทั่วไปอยู่ในระดับปานกลาง
ดี	หมายถึง	รับรู้สุขภาพทั่วไปดี
มีเกณฑ์การให้คะแนน คือ		
ดี	ให้คะแนน	3 คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่ดี	ให้คะแนน	1 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลคะแนน ข้อคำถามมีมาตรวัดเป็นแบบประมาณค่า 3 ระดับ แต่ละข้อมีคะแนนตั้งแต่ 1-3 คะแนน คะแนนมากกว่าถือว่า มีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองว่าอยู่ในระดับดี คะแนนน้อยกว่ามีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองว่าอยู่ในระดับที่ไม่ดี การแปลผลพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยดังนี้ คือ คะแนนแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยคะแนนรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 1 – 3 คะแนน การ

คำนวณความกว้างของแต่ละระดับตามสูตรดังนี้ (Daniel, 1991 อ้างถึงใน สกุลรัตน์ เตียววานิช, 2545)

$$\text{พิสัยของช่วงคะแนน} = \frac{\text{ค่าคะแนนสูงสุด} - \text{ค่าคะแนนต่ำสุด}}{\text{ระดับที่ต้องการ}}$$

1.00 – 1.67	คะแนน	หมายถึง รับรู้ภาวะสุขภาพทั่วไปไม่ดี
1.68 – 2.34	คะแนน	หมายถึง รับรู้ภาวะสุขภาพทั่วไปอยู่ในระดับปานกลาง
2.35 – 3.00	คะแนน	หมายถึง รับรู้ว่าสุขภาพทั่วไปอยู่ในระดับดี

3. แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม ประเมินโดยผู้วิจัยดัดแปลงแบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ของ มธุรส จันทร์แสงศรี (2540) ซึ่งสร้างจากการศึกษาแนวคิดกิจกรรมของ Lemon และคณะ (1972) โดยแบ่งกิจกรรมเป็น 3 ด้าน คือ

1. กิจกรรมแบบไม่เป็นทางการ จำนวน 10 ข้อ
2. กิจกรรมแบบเป็นทางการ จำนวน 6 ข้อ
3. การปฏิบัติกิจกรรมตามลำพัง จำนวน 4 ข้อ

การปฏิบัติกิจกรรม มี 4 ระดับ คือ

ปฏิบัติสม่ำเสมอ	หมายถึง ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมนั้น 3 ครั้งขึ้นไปใน 1 สัปดาห์ ให้ 3 คะแนน
ปฏิบัติบ้างเป็นบางครั้ง	หมายถึง ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมนั้น 1-2 ครั้งขึ้นไปใน 1 สัปดาห์ ให้ 2 คะแนน
ปฏิบัติน้อยมาก	หมายถึง ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมนั้นน้อยกว่า 1 ครั้งไปใน 1 สัปดาห์ ให้ 1 คะแนน
ไม่ปฏิบัติเลย	หมายถึง ผู้สูงอายุไม่ปฏิบัติกิจกรรมนั้นเลย ให้ 0 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลคะแนน ข้อคำถามมีมาตรฐานเป็นแบบประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีคะแนนตั้งแต่ 0-3 คะแนน คะแนนมากกว่าถือว่ามี การปฏิบัติกิจกรรมในระดับมาก คะแนนน้อยกว่าถือว่ามี การปฏิบัติกิจกรรมในระดับน้อย การแปลผลพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยดังนี้ คือ คะแนนแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยคะแนนรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 0 – 3 คะแนน การคำนวณความกว้างของแต่ละระดับตามสูตรดังนี้ (Daniel, 1991 อ้างถึงใน สกุลรัตน์ เตียววานิช, 2545)

$$\text{พิสัยของช่วงคะแนน} = \frac{\text{ค่าคะแนนสูงสุด} - \text{ค่าคะแนนต่ำสุด}}{\text{ระดับที่ต้องการ}}$$

2.01 – 3.00	คะแนน	หมายถึง ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมในระดับมาก
1.01 – 2.00	คะแนน	หมายถึง ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลาง
0.00 – 1.00	คะแนน	หมายถึง ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมในระดับน้อย

4. แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว ผู้วิจัยสร้างจากแนวคิดการสนับสนุนจากครอบครัวของจันทรทิพย์ แสงเทียนฉาย และคณะ (2544) ประกอบด้วยโดยลักษณะคำถาม ประกอบด้วยข้อคำถามที่มีความหมายทางบวกทั้งหมดจำนวน 17 ข้อคำถาม แบ่งเป็นการสนับสนุนจากครอบครัว 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการให้เงิน ด้านการให้สิ่งของหรือสิ่งอื่นที่ไม่ใช่เงิน ด้านการดูแลยามเจ็บป่วย ด้านการทำงานบ้าน ด้านการเลี้ยงหลาน ด้านการให้การศึกษา ด้านการติดต่อเยี่ยมเยียน ด้านการสนใจเอาใจใส่ ด้านการอบรมสั่งสอน แต่ละข้อคำถามแบ่งมาตราส่วนประมาณค่าเป็น 4 ระดับ ดังนี้

- คะแนน 3 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวตามข้อความนั้นมาก
- คะแนน 2 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวตามข้อความนั้นปานกลาง
- คะแนน 1 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวตามข้อความนั้นน้อย
- คะแนน 0 หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวตามข้อความนั้นไม่ได้รับเลย

เกณฑ์การแปลผลคะแนน ข้อคำถามมีมาตรวัดเป็นแบบประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีคะแนนตั้งแต่ 0-3 คะแนน นำค่าคะแนนทุกข้อมารวมกัน คะแนนเต็มทั้งหมด 68 คะแนน แปลผลตามคะแนน จากน้อยที่สุดถึงมากที่สุด 4 ระดับการสนับสนุนจากครอบครัว เป็น ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวสูง ปานกลาง ต่ำและไม่ได้เลย การแปลผลพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยโดยคะแนนรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 0-3 คะแนน คำนวณความกว้างของแต่ละระดับตามสูตรดังนี้ (Daniel, 1991 อ้างถึงใน สกุศลรัตน์ เตียววานิช, 2545)

$$\text{พิสัยของช่วงคะแนน} = \frac{\text{ค่าคะแนนสูงสุด} - \text{ค่าคะแนนต่ำสุด}}{\text{ระดับที่ต้องการ}}$$

2.26 – 3.00	คะแนน	หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวสูง
1.51 – 2.25	คะแนน	หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวปานกลาง
0.76 – 1.50	คะแนน	หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวต่ำ
0.00 – 0.75	คะแนน	หมายถึง การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวไม่ได้เลย

5. แบบสอบถามความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ

เป็นแบบสอบถามความผาสุกทางใจ ผู้วิจัยใช้ แบบสอบถามความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ ของ ยุพิน อังสุโรจน์ และคณะ (2544) ซึ่งสร้างจากกรอบแนวคิด ความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุไทย 5 มิติดังนี้

1. ความสามัคคีปรองดอง จำนวน 6 ข้อ
2. ความสงบสุขและการยอมรับ จำนวน 5 ข้อ
3. การพึ่งพาอาศัยกัน จำนวน 8 ข้อ
4. ความเคารพนับถือ จำนวน 6 ข้อ
5. ความเบิกบาน จำนวน 7 ข้อ

ข้อคำถามประกอบด้วยข้อความทางบวกและข้อความทางลบ กำหนดลักษณะคำตอบเป็น มาตราส่วนประมาณค่า (Likert scale) 4 ระดับ กำหนดเป็นคะแนน 1-4 ดังนี้

การตอบแบบสอบถามพิจารณาเกณฑ์ ดังนี้

ไม่ใช่อะไรเลย	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกไม่เป็นจริงอย่างยิ่งตามข้อความในคำถามนั้น
ไม่ใช่	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกไม่เป็นจริงตามข้อความในคำถามนั้น
ใช่	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกเป็นจริงตามข้อความในคำถามนั้น
ใช่อย่างยิ่ง	หมายถึง	ผู้ตอบมีความรู้สึกเป็นจริงอย่างยิ่งตามข้อความในคำถามนั้น

โดยในแบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถามทั้งด้านบวก และด้านลบ ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ข้อความที่มีความหมายทางบวก ข้อความที่มีความหมายทางลบ

ถ้าเลือกไม่ใช่อะไรเลย	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน
ถ้าเลือกไม่ใช่	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ถ้าเลือกใช่	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ถ้าเลือกใช่อย่างยิ่ง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลคะแนน ความผาสุกทางใจดังนี้ ข้อคำถามมีมาตรวัดเป็นแบบประมาณค่า 4 ระดับ แต่ละข้อมีคะแนนตั้งแต่ 1-4 คะแนน การแปลผลพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยดังนี้ คือ คะแนนแบ่งเป็น 4 ระดับ การคำนวณความกว้างของแต่ละระดับตามสูตรดังนี้ (Daniel, 1991 อ้างถึงใน สกฤษรัตน์ เตียววานิช, 2545)

$$\text{พิสัยของช่วงคะแนน} = \frac{\text{ค่าคะแนนสูงสุด} - \text{ค่าคะแนนต่ำสุด}}{\text{ระดับที่ต้องการ}}$$

- 3.50-4.00 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกทางใจระดับสูงมาก
 2.50-3.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกทางใจระดับสูง
 1.50-2.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกทางใจระดับต่ำ
 1.00-1.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกทางใจระดับต่ำมาก

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

1.1 นำแบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว และแบบสอบถามความผาสุกทางใจ ไปตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) ความถูกต้องเหมาะสมของภาษา ความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ความครอบคลุมของเนื้อหา ตลอดจนการให้ข้อเสนอแนะปรับปรุงแก้ไข โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่านดังนี้

1.1.1 อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวช และอนามัยชุมชน 1 ท่าน

1.1.2 อาจารย์พยาบาล ผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ 3 ท่าน

1.1.3 นักวิชาการส่งเสริมสุขภาพระดับ 8 ซึ่งปฏิบัติงานดูแลผู้สูงอายุที่

เข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร

1.2 นำแบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว และแบบสอบถามความผาสุกทางใจ ที่ผ่านการตรวจสอบแก้ไข และให้ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิมาคำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) และใช้เกณฑ์ค่า $CVI \geq 0.80$ โดยคำนวณค่า CVI จากผลการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับคำนิยามหรือกรอบแนวคิดทฤษฎี โดยกำหนดระดับการแสดงความคิดเห็น เป็น 4 ระดับ ดังนี้

1 หมายถึง ข้อคำถามไม่สอดคล้องกับคำนิยาม

2 หมายถึง ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนและปรับปรุงอย่างมาก จึงจะมีความสอดคล้องกับคำนิยาม

3 หมายถึง ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนและปรับปรุงเล็กน้อย จึงจะมีความสอดคล้องกับคำนิยาม

4 หมายถึง ข้อคำถามมีสอดคล้องกับคำนิยาม

สูตรการคำนวณ CVI =
$$\frac{\text{จำนวนข้อคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญทุกท่านให้ค่าเป็นในระดับ 3 และ 4}}{\text{จำนวนข้อคำถามทั้งหมด}}$$

ค่าความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) ที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของภาษา ความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ครอบคลุมของเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน แสดงดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index, CVI)

แบบสอบถาม	ค่าความตรงตามเนื้อหา (CVI)
1. แบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ	1.0
2. แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม	0.95
3. แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว	0.82
4. แบบสอบถามความผาสุกทางใจ	1.0

2. การหาความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability)

ผู้วิจัยนำ แบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว และแบบสอบถามความผาสุกทางใจ ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และการปรับแก้ไขข้อคำถาม ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิเรียบร้อยแล้วไปหาความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์ โดยนำไปทดลองใช้จริงกับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร กลุ่มเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ราย และนำข้อมูลที่ได้มาคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability)

แบบสอบถาม	ความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability)
1. แบบสอบถามการรับรู้ภาวะสุขภาพ	0.80
2. แบบสอบถามการปฏิบัติกิจกรรม	0.78
3. แบบสอบถามการสนับสนุนจากครอบครัว	0.89
4. แบบสอบถามความผาสุกทางใจ	0.90

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองร่วมกับผู้ช่วยวิจัย 2 ท่าน มีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยเตรียมผู้ช่วยวิจัย ซึ่งเป็นพยาบาล จำนวน 2 ท่าน โดยการฝึกอบรมผู้ช่วยวิจัย เพื่อช่วยในการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ การวิจัย พร้อมทั้งอธิบายทำความเข้าใจเกี่ยวกับแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูล และนำแบบสอบถามไปใช้กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง ที่ศูนย์ผู้สูงอายุชุมชนพิณี โดยให้ผู้ช่วยวิจัย บันทึกข้อมูลลงในแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยต้องมีการบันทึกข้อมูลในแบบสอบถาม ถูกต้อง และตรงกับผู้วิจัย
2. ผู้วิจัย นำหนังสือขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยจากคณะบดีคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงประธานสหพันธ์ชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร ขอความร่วมมือในการทำวิจัย กับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร
3. ผู้วิจัยเข้าพบเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การทำวิจัยและขอความร่วมมือในการทำวิจัย กับประธานชมรมผู้สูงอายุแต่ละชมรมที่เข้าเก็บข้อมูล ในวันและเวลาที่ มีกิจกรรมของแต่ละชมรมที่เก็บข้อมูล พร้อมทั้งขอทราบข้อมูลจำนวนและรายชื่อผู้สูงอายุที่มาเข้าร่วมกิจกรรม อย่างน้อย 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์ เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการสุ่มกลุ่มตัวอย่างต่อไป
4. เข้าพบผู้สูงอายุ ตามกลุ่มตัวอย่างที่ได้ทำการสุ่มไว้ ผู้วิจัยแนะนำตัว ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล ชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดการวิจัย พร้อมอธิบายถึงสิทธิที่ผู้สูงอายุสามารถปฏิเสธหรือไม่ให้ข้อมูลได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องบอกเหตุผลให้ผู้วิจัยทราบ และรับรองว่า จะไม่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรม ในชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร และข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ จะนำเปิดเผยเฉพาะที่เป็นข้อมูลสรุปผลการวิจัยเท่านั้น
5. หากผู้สูงอายุยินดียินดีร่วมมือในการวิจัยโดยกล่าวยินยอมด้วยวาจา ผู้วิจัยจะเริ่มให้ผู้สูงอายุตอบแบบสอบถาม โดยผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัย จะอ่านแบบสอบถามให้แก่ผู้สูงอายุฟัง และบันทึกข้อมูลตามที่ผู้สูงอายุตอบทุกข้อ ใช้เวลาประมาณ 10 – 15 นาที ต่อผู้สูงอายุ 1 ท่าน
6. ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลทั้งหมดอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นมอบของที่ระลึก และกล่าวขอบคุณผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือวิจัยเป็นอย่างดี
7. ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 31 มีนาคม ถึง 8 เมษายน 2551 ได้จำนวนทั้งสิ้น 250 ราย มาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ (เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณ ได้จาก สูตร เท่ากับ 230 ราย แต่ข้อมูลที่เก็บได้ทั้ง 250 ชุด มีความสมบูรณ์ผู้วิจัย จึงนำข้อมูลดังกล่าว มาใช้ในการคำนวณทั้งหมด)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยแนะนำตัวและขอความร่วมมือในการวิจัย โดยแจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบอย่างเป็นทางการเป็นลายลักษณ์อักษร โดยชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนในการดำเนินการเก็บข้อมูลในการศึกษาวิจัย ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม และชี้แจงให้ผู้สูงอายุทราบว่าผู้สูงอายุมีสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งจะไม่มีผลใดๆต่อกลุ่มตัวอย่าง และข้อมูลที่ได้จะเป็นความลับพร้อมกับนำเสนอในภาพรวมทั้งจะนำประโยชน์ไปใช้ในการวิจัยเท่านั้น เมื่อผู้สูงอายุยินดีเข้าร่วมการวิจัยโดยขึ้นอยู่กับความสมัครใจแล้ว ถ้าต้องการออกจากกรวิจัยก่อนสิ้นสุดการศึกษาวิจัยครั้งนี้ก็สามารถทำได้โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผลและไม่มีผลกระทบใดๆ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS for Window (Statistical Package for the Social Sciences) ซึ่งมีรายละเอียดต่อไปนี้ กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ใช้ในการทดสอบทั้งหมดที่ระดับ 0.05 ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ ลักษณะรายรับรายจ่ายในครอบครัว และโรคประจำตัว โดยใช้ความถี่ ร้อยละ

2. วิเคราะห์ข้อมูล การรับรู้ภาวะสุขภาพ การปฏิบัติกิจกรรม การสนับสนุนจากครอบครัว ความผาสุกทางใจ โดยคำนวณ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพ การปฏิบัติกิจกรรม การสนับสนุนจากครอบครัวกับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) โดยกำหนดกฎเกณฑ์การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ดังนี้ (บุญใจ ศรีสถิตนรากุล, 2547)

$r = \pm 1.00$	หมายความว่า	ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์
$r = \pm .70$ ถึง $\pm .99$	หมายความว่า	ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง
$r = \pm .30$ ถึง $\pm .69$	หมายความว่า	ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง
$r = \pm .01$ ถึง $\pm .29$	หมายความว่า	ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ
$r = 0$	หมายความว่า	ตัวแปรไม่มีความสัมพันธ์กัน