

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงสภาพปัจจุบันของผู้สูงอายุเฉพาะกลุ่มกรณีศึกษา ซึ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีลักษณะสำคัญ คือ เป็นผู้สูงอายุที่ห่วงใยสุขภาพ ซึ่งทำการศึกษาทั้งในด้านสภาพทางสังคม เศรษฐกิจ และสภาพการดำเนินชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุนี้ โดยเน้นเฉพาะในส่วนของสภาพของที่อยู่อาศัยเป็นประเด็นหลัก นอกจากนี้เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้สูงอายุดังกล่าวต่อที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุว่าควรมีลักษณะเป็นอย่างไร รูปแบบใด และเห็นด้วยหรือไม่ต่อที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุที่จัดสร้างขึ้นสำหรับผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ เช่น ชุมชนผู้สูงอายุ (Retirement Community)

#### 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ เป็นการศึกษากลุ่มประชากรเฉพาะกรณี คือ ผู้สูงอายุซึ่งเป็นสมาชิกชมรมร้อยปี-ชีวีเป็นสุข ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป หรือผู้ที่เกิดก่อนปี พ.ศ. 2496 โดยมีรายละเอียดของประชากรดังนี้ (ร่างระเบียบการของชมรมร้อยปี-ชีวีเป็นสุข, 2540)

ชื่อชมรม	:	ชมรมร้อยปี-ชีวีเป็นสุข (Centenarian Club)
สถานที่ตั้ง	:	191/3 ซอยระนอง 1 ถนนพระราม 6 เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร
ประธานชมรม	:	ดร. ระเด่น ทักษณา
เลขานุการ	:	นพ. บรรจบ ชุนทสวัสดิกุล
แนวความคิด	:	มนุษย์เราสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขได้ยาวนาน นับตั้งแต่เกิดจนมีอายุถึงหนึ่งร้อยปี หรือกว่านั้น หากได้ประพฤติหรือปฏิบัติตนอย่างถูกต้องตามหลักวิชาการที่ได้มีการศึกษาและวิจัยกันมาแล้วเป็นอย่างดี
วัตถุประสงค์	:	1. การปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดผลตามปณิธานของชมรม คือ การมีชีวิตรอยู่ถึงหนึ่งร้อยปี หรือมากกว่านั้นอย่างมีความสุข 2. เผยแพร่ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเพื่อให้บรรลุผลตามวัตถุประสงค์ข้อ 1 3. สนับสนุนส่งเสริมให้มีการศึกษาวิจัยด้านอายุวัฒนะ

4. เป็นศูนย์กลางการติดต่อสื่อสารเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจ ระหว่างชมรมหรือองค์กรต่าง ๆ ที่ดำเนินกิจกรรมในแนวเดียวกัน ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ
5. ดำเนินกิจกรรมที่นำสังคมมนุษย์ไปสู่แนววิถีชีวิตที่ถูกต้องตามหลัก วิชาอายุวัฒนะ หรือเพื่อให้เกิดผลตามปณิธานของชมรม
6. อื่น ๆ ที่สอดคล้องต้องตามปณิธานของชมรม
- กิจกรรม :
1. จัดให้มีการฝึกอบรมความรู้ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการผ่อนคลายความเครียดอย่างถูกต้อง เป็นต้น
  2. จัดให้มีการติดต่อสื่อสารกันโดยผ่านจดหมายข่าว วารสาร และ เครือข่ายคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคล เป็นต้น
  3. จัดให้มีการตอบปัญหาต่าง ๆ โดยทางโทรศัพท์ และจดหมายอิเล็กทรอนิกส์
  4. รวบรวมข้อมูลและนำเสนอแนวทางปฏิบัติของผู้มีอายุยืนยาว ทั้ง ในประเทศ และต่างประเทศเพื่อเป็นแบบอย่างให้นำไปปฏิบัติตาม
  5. แลกส่งข่าวผ่านสื่อมวลชนเพื่อชี้นำสังคมไปในแนวทางที่ถูกต้อง โดยเฉพาะด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกายและการคลาย เครียด หรือด้านอื่น ๆ ตามแต่จะเห็นสมควรในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม
  6. กิจการหรือกิจกรรมอื่นใดที่คณะกรรมการบริหารชมรมเห็นสมควร จัดให้มีขึ้น
- จำนวนสมาชิก : ประมาณ 1,000 คน (ที่ยังคงสภาพสมาชิก ณ เวลาทำการวิจัย)
- ลักษณะสมาชิก : บุคคลทั่วไป ทั้งนี้ส่วนใหญ่สมาชิกมีอายุระหว่าง 45-60 ปี

กลุ่มประชากรดังกล่าวมีความน่าสนใจที่จะนำมาศึกษา เนื่องจาก

1. เป็นกลุ่มผู้สูงอายุและผู้ที่กำลังจะก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ ที่มีความห่วงใยสุขภาพ ต้องการมีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข
2. เป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่ยังสนใจกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับการ ทำให้มีสุขภาพที่ดี เช่น การเข้าร่วมสัมมนา
3. เป็นกลุ่มที่มีความรู้ และความสามารถทางเศรษฐกิจค่อนข้างดี

จึงน่าจะเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างจากกลุ่มผู้สูงอายุทั่วไป เนื่องจากเป็นผู้ที่น่าจะมีความรู้ค่อนข้างดี มีความตระหนักถึงปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีความพร้อมด้านเศรษฐกิจ รวมถึงน่าจะตระหนักถึงปัญหาอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่นปัญหาสภาวะแวดล้อมและที่อยู่อาศัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพผู้สูงอายุ จึงน่าจะมีการวางแผนในเรื่องที่อยู่อาศัยเพื่อให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ ซึ่งจะทำให้การดำเนินชีวิตในวัยสูงอายุเป็นไปด้วยดีและหลีกเลี่ยงอัตราเสี่ยงต่อภาวะทุพพลภาพ

เนื่องจากกลุ่มประชากรดังกล่าวมีจำนวนโดยประมาณ 1,000 คน การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม คือ 244 ตัวอย่าง โดยได้อิงตามการกำหนดของ Herbert Arkin and Raymond R. Colton ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% (แสดงในตารางที่ 3-1)

ตารางที่ 3-1 แสดงจำนวนของกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษาตามจำนวนประชากรที่ขอบเขตความเชื่อมั่น 95%

ขนาดของประชากร	จำนวนตัวอย่าง
1,000	244
2,000	278
3,000	291
4,000	299
5,000	303
10,000	313
20,000	318
50,000	321
100,000	321
>500,000	322

ที่มา : Herbert Arkin And Raymond R.Colton. Tables For Statisticians.

(New York : Barnes & Nobels, Inc., 1963) p. 151-152

สำหรับการสุ่มตัวอย่างนั้น เป็นการสุ่มโดยบังเอิญ โดยทำการสุ่ม 3 รอบ ดังนี้

1. ทำการสุ่มตัวอย่างจากสมาชิกที่เข้าร่วมงานสัมมนาของชมรม ทั้งนี้ชมรมมีการจัดสัมมนาสมาชิกเป็นประจำทุกปี โดยมีวัตถุประสงค์ในการให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่

สมาชิก ซึ่งในช่วงทำการศึกษาี้ ทำการสุ่มตัวอย่างโดยแจกแบบสอบถามให้กับสมาชิกที่เข้าร่วมงานสัมมนาที่จัดขึ้นที่สวนไผ่สุภาพ สนามเป้า วันที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2545 ซึ่งมีผู้เข้าร่วมสัมมนาจำนวนประมาณ 130 คน ได้แจกและรับแบบสอบถามจากประชากรทั้งหมด และคัดเลือกแบบสอบถามที่สมบูรณ์ จากนั้นทำการบันทึกชื่อสมาชิกที่ได้กรอกแบบสอบถามรอบนี้ไว้ เพื่อคัดออกจากการสุ่มตัวอย่างในรอบที่ 2

2. สุ่มรายชื่อจากฐานข้อมูลสมาชิกชมรมฯ โดยคัดเลือกเฉพาะผู้ที่เกิดก่อนปี พ.ศ. 2496 และมีรายชื่อไม่ซ้ำกับการสุ่มครั้งแรก โดยทำการส่งแบบสอบถามจำนวน 500 ชุดทางไปรษณีย์
3. สำหรับการสุ่มตัวอย่างรอบ 3 เพื่อการสัมภาษณ์ข้อมูลเพิ่มเติม ทำการสุ่มจากผู้ตอบแบบสอบถามที่เต็มใจให้ที่อยู่ติดต่อขอข้อมูลเพิ่มเติมเท่านั้น โดยกำหนดจำนวนตัวอย่างจากผู้สูงอายุที่แสดงความคิดเห็นเข้ามาที่แตกต่างกัน คือ ผู้สูงอายุที่เห็นด้วยกับการจัดให้มีชุมชนผู้สูงอายุจำนวน 5 ราย และไม่เห็นด้วยจำนวน 5 ราย โดยใช้วิธีติดต่อไปยังผู้สูงอายุทางโทรศัพท์เพื่อขอสัมภาษณ์เพิ่มเติม

### 3.2 วิธีทำการศึกษา

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยแบ่งการศึกษาออกเป็น 2 ขั้นตอน คือ (แสดงในแผนผังที่ 3-1)

1. การศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) โดยการค้นคว้ารวบรวมข้อมูลจากหนังสือ วารสาร เอกสารต่างๆ รวมทั้งการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. การวิจัยภาคสนาม (Field Research) เป็นการศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study) โดยผู้ศึกษาได้กำหนดแนวคิดต่างๆ แล้วนำไปสร้างเครื่องมือวิจัย เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง จากผู้สูงอายุจำนวน 260 ราย และทำการสัมภาษณ์กับผู้สูงอายุซึ่งมีความแตกต่างในความคิดเห็นเพื่อใช้อธิบายข้อเท็จจริงเพิ่มเติม จำนวน 10 ราย จากผู้ให้ความสนใจไปอยู่ชุมชนผู้สูงอายุ 5 ราย และผู้ที่ไม่ให้ความสนใจไปอยู่ชุมชนผู้สูงอายุ 5 ราย โดยการสุ่มโดยบังเอิญ

### 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม อันประกอบไปด้วยข้อคำถามแบบปลายปิด และปลายเปิด เนื่องจากต้องการความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามอย่างอิสระภายใต้

ได้กรอบที่กำหนด นอกจากนี้ ใช้การสัมภาษณ์ตามแบบสอบถามเพิ่มเติม เพื่อนำมาประกอบการอภิปรายผลในบางประเด็น โดยเฉพาะความคิดเห็นต่าง ๆ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้รวบรวมขึ้นมาจากแนวคิดทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ โดยในแบบสอบถามนั้น มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 30 ข้อ โดยมีรายละเอียดในการสร้างและตรวจสอบคุณภาพ ดังนี้

1. กำหนดโครงสร้างของแบบสอบถาม โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 2 ประเด็นหลัก (แสดงในแผนผังที่ 3-2)
2. กำหนดตัวแปรในแต่ละประเด็น โดยวิเคราะห์และคัดเลือกจากแนวความคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. พิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำโครงสร้างแบบสอบถามที่ประกอบด้วย ประเด็นหลัก การกำหนดน้ำหนักของแต่ละประเด็น การกำหนดตัวแปรในแต่ละประเด็น ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความถูกต้องตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และวรรณกรรม (Literature) ที่เกี่ยวข้อง
4. สร้างข้อคำถามและตัวเลือก แล้วจัดพิมพ์
5. นำแบบสอบถามที่ได้ไปทดลองใช้ (Pilot Test) กับกลุ่มประชากรจริง และกลุ่มที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มประชากร จำนวน 50 ชุด แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข
6. จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับจริง โดยออกแบบให้มีการลงรหัส (Code) และกำหนดตัวแปรและค่าตัวแปร เพื่อความสะดวกในการวิเคราะห์ข้อมูล นอกจากนี้ ออกแบบให้แบบสอบถามใช้ตัวอักษรที่ใหญ่ มีการระบุชื่อ เบอร์ติดต่อผู้ตอบแบบสอบถาม เพื่อสะดวกในการขอข้อมูลเพิ่มเติม

### 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามด้วยตนเอง โดยได้เริ่มการสำรวจระหว่างวันที่ 3 พฤศจิกายน - 31 ธันวาคม พ.ศ. 2545 รวมระยะเวลาที่ใช้ในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้นประมาณ 2 เดือน

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม แบ่งได้เป็น 2 วิธี คือ

1. แจกแบบสอบถามด้วยตนเอง

ผู้วิจัยได้ติดต่อชมรมฯ เพื่อเข้าแจกแบบสอบถามกับสมาชิกชมรมฯ ซึ่งเข้าร่วมการสัมมนาของชมรมฯ ในการวิจัยครั้งนี้ ได้นำแจกแบบสอบถามในงานสัมมนา ซึ่งจัดขึ้นวันที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2545 ณ สวนไผ่สุภาพ สนามเป้า โดยแจกแบบสอบถาม ณ จุดลงทะเบียน และขอรับแบบสอบถามกลับในวันดังกล่าว มีการกำหนดรหัสของแบบสอบถามแต่ละชุด เพื่อสามารถติดตามผู้ตอบในกรณีต้องการข้อมูลเพิ่มเติม

จำนวนการแจกแบบสอบถามทั้งสิ้น 130 ชุด

จำนวนการส่งกลับ 130 ชุด

คัดเลือกชุดที่สมบูรณ์ที่สุดได้ทั้งสิ้น 75 ชุด

2. จัดส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์

ผู้วิจัยได้จัดส่งแบบสอบถามเพิ่มเติมทางไปรษณีย์ ภายหลังจากตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม โดยติดต่อขอรายชื่อจากชมรมฯ และจัดส่งพร้อมหนังสือแนะนำและขอความร่วมมือโดยเลขานุการชมรมฯ นพ.บรรจบ ชุณหสวัสดิกุล เพื่อให้เกิดผลตอบรับที่ดีจากสมาชิกชมรม

จำนวนการส่งแบบสอบถามทั้งสิ้น 500 ชุด

จำนวนการส่งกลับ 256 ชุด

คัดเลือกชุดที่สมบูรณ์ที่สุดได้ทั้งสิ้น 185 ชุด

ในการแจกแบบสอบถามนั้น ผู้วิจัยได้ทำการแจกแบบสอบถามไปทั้งสิ้น 630 ชุด และได้รับกลับคืนจำนวน 386 ชุด (ร้อยละ 61.2) ผู้วิจัยได้คัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่ตอบกลับมาอย่างสมบูรณ์ที่สุด คือ มีการตอบแบบสอบถามเกือบครบทุกข้อ หรือไม่ตอบเพียงไม่เกิน 5 ข้อ กระจายไปตามส่วนต่าง ๆ ของแบบสอบถามไม่ใช้ส่วนใดส่วนหนึ่งของแบบสอบถาม และเป็นไปตามจำนวนตัวอย่างที่กำหนด รวมทั้งสิ้น 260 ชุด

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลเพิ่มเติมจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่ให้ความคิดเห็นที่แตกต่างกันทางโทรศัพท์ รวมจำนวน 10 ตัวอย่าง โดยคัดเลือกผู้ที่ให้ความสนใจไปอยู่ชุมชนผู้สูงอายุ 5 ราย และผู้ที่ไม่สนใจไปอยู่ชุมชนผู้สูงอายุ 5 ราย ทั้งนี้ ความสนใจไปอยู่ชุมชนผู้สูงอายุ

หรือไม่ นั่นถือเป็นประเด็นสำคัญในการวิจัยครั้งนี้เนื่องจากจะทำให้ทราบถึงความเห็นของผู้สูงอายุต่อทางเลือกหนึ่งของที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

### 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

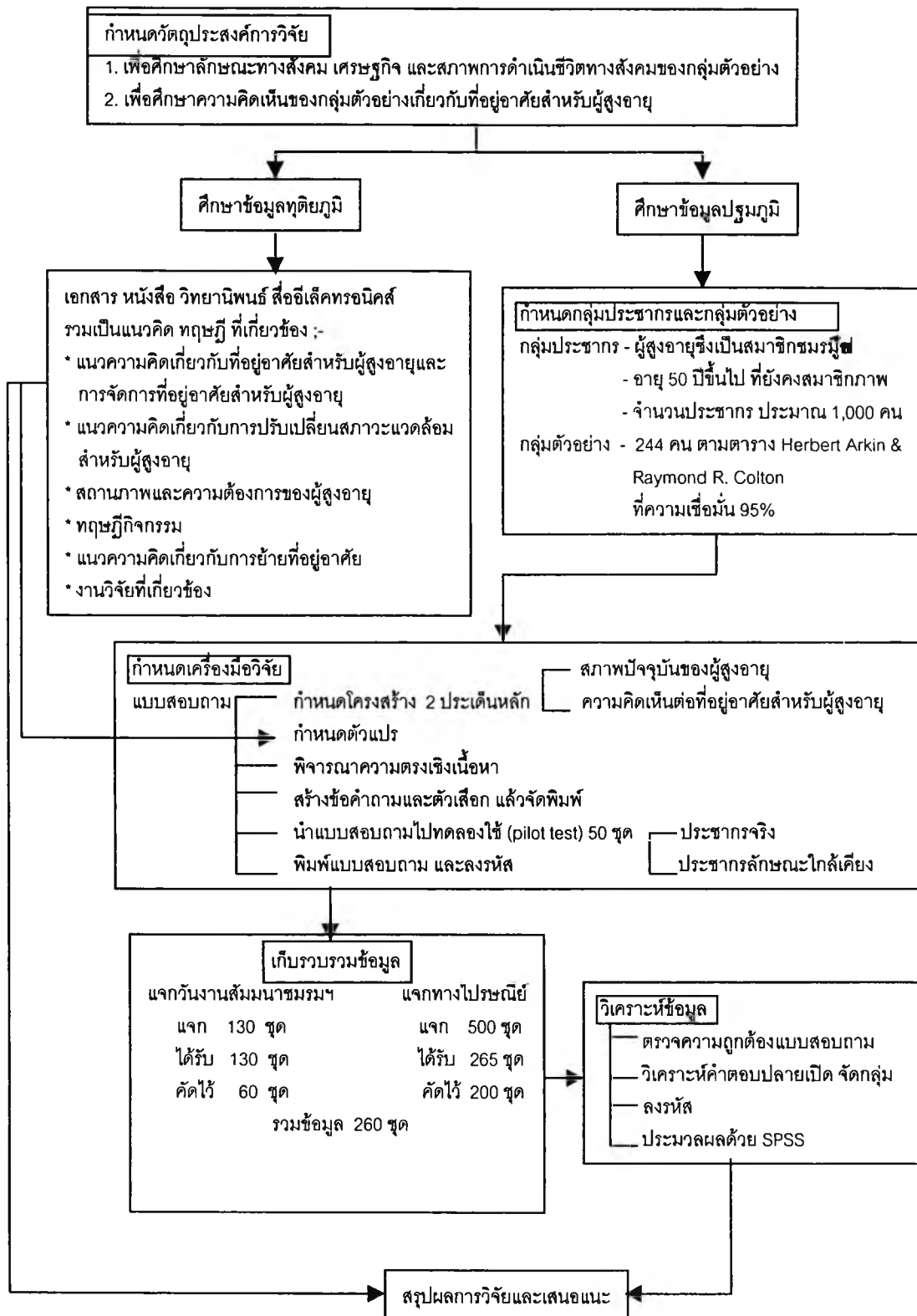
หลังจากเก็บรวบรวมแบบสอบถามที่ได้รับการตอบกลับคืนมาเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ ดังนี้

1. นำแบบสอบถามทุกชุดที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความถูกต้อง และความครบถ้วนของคำตอบ โดยติดต่อเพื่อขอทราบข้อมูลเพิ่มเติมจากผู้ตอบแบบสอบถามในกรณีแบบสอบถามไม่ครบถ้วนในบางประเด็นหลัก และคัดแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ออก
2. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) สำหรับคำถามแบบปลายเปิด เพื่อจัดกลุ่มคำตอบ
3. ลงรหัส (Coding) ที่กำหนดไว้แล้วสำหรับคำถามปลายปิด นำมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS โดยมีรายละเอียดดังนี้

- 3.1 ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์เพื่อเสนอข้อเท็จจริงทั่วไป เป็นค่าสถิติบรรยาย (Descriptive Statistic) ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าสูงสุด (Maximum) ค่าต่ำสุด (Minimum) ค่าเฉลี่ย (Mean)
- 3.2 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่สำคัญ โดยนำเสนอในรูปแบบของตารางความสัมพันธ์ (Cross tab)

ส่วนการสัมภาษณ์เพิ่มเติม นั้น ผู้ศึกษาใช้เพื่ออธิบายความคิดเห็นเพิ่มเติม และเขียนรายงานในรูปแบบเชิงพรรณนา

แผนผังที่ 3-1 แสดงวิธีดำเนินการวิจัย เรื่องแนวทางการจัดเตรียมที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ชุมรมอยู่ร้อยปี





แผนผังที่ 3-2 แสดงการกำหนดประเด็น น้าหนัก และตัวแปรต่าง ๆ ในการวิจัย

