

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่องต้นเหตุของความเครียด การตอบสนองต่อความเครียด และการเผชิญความเครียด ตามประสบการณ์การฝึกปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลนี้ ได้ดำเนินการวิจัยตามระเบียบวิธีการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) ซึ่งผู้วิจัยมีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักศึกษาพยาบาลที่มีประสบการณ์ในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลมาแล้ว ซึ่งเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 หลักสูตรพยาบาลศาสตร์ จากสถาบันการศึกษาพยาบาลทุกสังกัดทั่วประเทศจำนวน 43 แห่ง แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มชั้นปีที่ 2 จำนวน 3,568 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 3,296 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 3,197 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 10,061 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตรงกับลักษณะประชากรที่กำหนดดังกล่าวข้างต้น โดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi - stage Sampling) มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

1. กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของประชากรแต่ละกลุ่ม โดยใช้การคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ Taro Yamane ที่ระดับความคลาดเคลื่อน .10 ระดับความเชื่อมั่น .90 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็นชั้นปีที่ 2 จำนวน 98 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 97 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 97 คน รวมทั้งสิ้น 292 คน

2. กำหนดสถาบันการศึกษาที่จะนำมาเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยนำรายชื่อสถาบันการศึกษาทั้งหมดมาคัดเลือกด้วยวิธีการจับฉลาก คัดเลือกรายชื่อสถาบันการศึกษาโดยเลือกจากสถาบันการศึกษาที่สังกัดกระทรวงสาธารณสุขให้ครอบคลุมทุกภาคทั่วประเทศ ภาคละ 1 สถาบันรวม 4 สถาบัน ในเขตกรุงเทพมหานคร 1 สถาบัน สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานครและภูมิภาค อย่างละ 1 สถาบันรวม 2 สถาบัน สังกัดสี่เหล่าทัพ 1 สถาบัน สังกัดกรุงเทพมหานคร 1 สถาบัน สภากาชาดไทย 1 สถาบัน และเอกชน 2 สถาบัน รวมจำนวนสถาบันการศึกษาทั้งสิ้น 12 สถาบัน ทั้งนี้เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างกระจายทั่วทุกสังกัด และทุกภาคทั่วประเทศ

3. หาขนาดกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นปีของแต่ละสถาบันการศึกษาพยาบาลที่ได้รับคัดเลือก โดยใช้อัตราส่วนตามสูตร ดังนี้

$$n_n = \frac{n \times N_n}{N}$$

- เมื่อ n_n คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นปีของสถาบันการศึกษาที่สุ่มได้
 n คือ จำนวนประชากรในแต่ละชั้นปีของสถาบันการศึกษานั้น
 N_n คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่ต้องการ
 N คือ จำนวนประชากรทุกสถาบันที่สุ่มได้

ผลการคำนวณได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นปีของสถาบันที่ได้รับคัดเลือก
 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นปีของสถาบันที่ได้รับคัดเลือก

สถาบันการศึกษา	จำนวนประชากร			จำนวนกลุ่มตัวอย่าง		
	ปี 2	ปี 3	ปี 4	ปี 2	ปี 3	ปี 4
วพ. กรุงเทพ	83	72	74	7	6	7
วพ. ราชบุรี	89	74	74	7	6	7
วพ. อุตรดิตถ์	50	49	71	4	4	6
วพ. สรรพสิทธิประสงค์	97	76	71	8	6	6
วพ. นราธิวาส	50	50	50	4	4	4
วพ. คริสเตียน	53	57	50	4	5	4
วพ. เซนต์หลุยส์	60	53	55	5	5	5
วพ. สภากาชาดไทย	199	200	199	16	17	18
วพ. เกื้อการุณย์	168	178	147	14	15	13
วพ. กองทัพเรือ	62	64	55	5	5	5
ม. มหิดล (รามาริบัติ)	154	144	104	12	12	9
ม. ขอนแก่น	141	140	140	12	12	13
รวม	1,206	1,157	1,090	98	97	97

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบวัด 4 ชุด คือ

ชุดที่ 1 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับ ชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน รายได้ของครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต

ชุดที่ 2 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด

ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด

ชุดที่ 4 แบบวัดการเผชิญความเครียด

เครื่องมือทั้ง 4 ชุด มีขั้นตอนในการดำเนินการสร้างและการหาคุณภาพดังนี้

ชุดที่ 1 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาพยาบาล

ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเติมคำจำนวน 3 ข้อ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับ ชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และรายได้ของครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต

ผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากแบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตของ ศิริรัตนา ศุภพิทยากุล (2534) ซึ่งสร้างขึ้นจากแบบสำรวจพฤติกรรมแบบ A ของเจนกิน (Jenkins, 1975) โดยนำมาแปลและปรับปรุงภาษาและข้อความบางตอน แล้วจึงใช้กับพยาบาลวิชาชีพ มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.82 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตที่สร้างขึ้นนี้ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงถึง ความคิด ความรู้สึก หรือการกระทำที่เป็นไปในลักษณะของความรีบเร่ง รีบร้อน แข่งขันกับเวลา ขาดความอดทน หงุดหงิดอยู่กับงาน และต่อสู้เพื่อความสำเร็จสูง มีจำนวน 41 ข้อ ผู้วิจัยได้เปลี่ยนแปลงข้อรายการเพื่อให้เหมาะสมที่จะนำมาใช้กับนักศึกษาพยาบาล จำนวน 3 ข้อ คือ

1. “คิดว่าไม่พอใจที่จะทำงานเดิมที่กำลังทำอยู่นี้ได้นานเกิน 5 ปี” เปลี่ยนเป็น “คิดว่าไม่พอใจที่จะทำงานพยาบาลนี้ได้นานเกิน 5 ปี”

2. “หยุดพักหรือน้อยวันกว่าจำนวนวันที่มีสิทธิจะพักได้” เปลี่ยนเป็น “ในช่วงวันหยุดหรือปิดภาคเรียนมักจะหางานอื่นทำเสมอ”

3. “ทำงานนอกเวลาอยู่เป็นประจำเป็นแรมปี หรือทำงานสองเวรติดต่อกันเป็นประจำ” เปลี่ยนเป็น “ทำงานนอกเวลา หรือทำงานจนคิดติดต่อกันเป็นประจำ”

แบบวัดนี้ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ของแบบวัด แต่ละระดับมีค่าคะแนนดังนี้

ในข้อความที่เป็นบวก ซึ่งได้แก่ข้อ 1, 2, 3, 5, 7-14, 16-20, 22-41

เป็นจริงมากที่สุด ให้ 4 คะแนน

เป็นจริงมาก ให้ 3 คะแนน

เป็นจริงน้อย ให้ 2 คะแนน

เกือบหรือไม่เป็นจริงเลย ให้ 1 คะแนน

ข้อความที่เป็นลบ ซึ่งได้แก่ข้อ 4, 6, 15, 21 ให้ค่าคะแนนดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด ให้ 1 คะแนน

เป็นจริงมาก ให้ 2 คะแนน

เป็นจริงน้อย ให้ 3 คะแนน

เกือบหรือไม่เป็นจริงเลย ให้ 4 คะแนน

การแปลผลคะแนน พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต ทำโดย ใช้เกณฑ์คะแนนเฉลี่ย
ในการแปลผลดังนี้

ค่าคะแนนเฉลี่ย ตั้งแต่ 2.50 - 4.00 หมายถึง พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์
ชีวิตมุ่งความสำเร็จสูง

ค่าคะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00 - 2.49 หมายถึง พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์
ชีวิตมุ่งความสำเร็จต่ำ

การสร้างแบบวัด

แบบวัดชุดที่ 2 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อ
ความเครียด และชุดที่ 4 แบบวัดการเผชิญความเครียด แบบวัดทั้ง 3 ชุด นี้ผู้วิจัยสร้าง
ขึ้นเอง จากสถานการณ์จริงตามการฝึกปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล ประกอบ
กับทฤษฎี และแนวคิดของนักวิชาการหลายๆ ท่าน ซึ่งมีขั้นตอนการสร้างและตรวจสอบคุณ-
ภาพดังจะกล่าวต่อไปในรายละเอียด ดังต่อไปนี้

วิธีการสร้าง

การสร้างแบบวัดต้นเหตุของความเครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด
และแบบวัดการเผชิญความเครียด มีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าจากหนังสือ เอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับต้นเหตุของความเครียด การตอบสนองต่อความเครียด และการเผชิญความเครียด

2. การสร้างโครงสร้างของแบบวัดกระทำโดย ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์แนวคิดซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

2.1 ผู้ให้สัมภาษณ์ ผู้ให้สัมภาษณ์เป็นนักศึกษาระดับชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 จำนวน 10 คน แบ่งเป็นวิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ชั้นปีละ 1 คน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ชั้นปีละ 1 คน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พระพุทธบาท ชั้นปีที่ 2 จำนวน 2 คน ชั้นปีที่ 3 และ 4 ชั้นปีละ 1 คน ซึ่งนักศึกษาทั้ง 3 ชั้นปีนี้ได้ผ่านการฝึกปฏิบัติงานพยาบาลมาแล้ว

2.2 ชนิดและการสร้างแบบสัมภาษณ์ แบบสัมภาษณ์ที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ปลายเปิด ในการสร้างแบบสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากการศึกษาเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องมากำหนดเป็นกรอบในการเขียนคำสัมภาษณ์ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามหลักจำนวน 3 ข้อ ดังนี้

1. การฝึกปฏิบัติงานพยาบาลในครั้งนี้อะไรครั้งสุดท้ายที่ผ่านมา มีปัจจัยเหตุการณ์หรือสถานการณ์ใดบ้าง ที่ทำให้นักศึกษาเกิดความไม่พอใจ ไม่สบายใจ ละอายคับข้องใจ ขัดแย้งใจ หรือทำให้นักศึกษาเกิดความเครียด

2. ในขณะที่นักศึกษาประสบกับปัจจัย เหตุการณ์ หรือสถานการณ์ที่เป็นต้นเหตุของความเครียดนั้นนักศึกษามีความรู้สึก พฤติกรรม หรืออาการแสดงอย่างไร ที่แสดงว่านักศึกษามีความเครียด

3. นักศึกษามีวิธีจัดการปัญหา แก้ไขปัญหา หรือลดความเครียด ซึ่งทำให้ตนเองรู้สึกสบายใจได้อย่างไร

2.3. วิธีการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ด้วยตนเองอย่างไม่เป็นทางการ โดยการติดต่อล่วงหน้า ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยอธิบายให้ผู้สัมภาษณ์ทราบถึงวัตถุประสงค์ และขอความยินยอมจากผู้ให้สัมภาษณ์ที่จะให้ข้อมูลต่างๆ ในขณะที่สัมภาษณ์ผู้วิจัยจะบันทึกเทป พร้อมทั้งกล่าวทบทวนในข้อมูลที่สำคัญเพื่อตรวจสอบว่าผู้วิจัยมีความเข้าใจตรงกับผู้ให้สัมภาษณ์

2.4. สถานที่ สถานที่ที่จะใช้สัมภาษณ์นั้นผู้ให้สัมภาษณ์และผู้วิจัยได้ตกลงร่วมกันตามความสะดวกโดยคำนึงถึงสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการสัมภาษณ์ เช่น โต๊ะนั่งพักผ่อนบริเวณใต้ต้นไม้ ห้องเรียนที่ไม่มีนักศึกษาเรียน เป็นต้น ซึ่งจะอยู่ภายในบริเวณสถานบันการศึกษานั้น ๆ

2.5. เวลา เวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์จะใช้เวลาว่างของผู้ให้สัมภาษณ์ ซึ่งไม่ใช่เวลาเรียนหรือเวลาฝึกปฏิบัติงานพยาบาล ระยะเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์แต่ละครั้งจะใช้เวลาประมาณ 1/2 - 1 ชั่วโมง

เมื่อการสัมภาษณ์เสร็จสิ้น ผู้วิจัยได้ถอดเทปและจับประเด็นสำคัญของเนื้อหาที่ได้จากการสัมภาษณ์ และนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 2 ท่านช่วยตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของการจับประเด็นเนื้อหา ตัวอย่างผลการสัมภาษณ์อยู่ในภาคผนวก ข ซึ่ง วิธีการนี้จะได้โครงสร้างของเครื่องมือที่มีคุณภาพด้านของความตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity)

3. ตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหาในแบบวัด โดยใช้เนื้อหาที่วิเคราะห์ได้จากแบบสัมภาษณ์สร้างเป็นแบบสอบถาม เนื่องจากเป็นเนื้อหาที่ได้มาจากกลุ่มตัวอย่างจริงซึ่งแบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 จะเป็นลักษณะเลือกตอบว่า “เห็นด้วย” หรือ “ไม่เห็นด้วย” กับข้อรายการที่เป็นเนื้อหาจากการสัมภาษณ์ในการศึกษาชั้นตอนแรก เพื่อเป็นการยืนยันคำตอบที่ได้จากการสัมภาษณ์กับนักศึกษาจำนวนมากขึ้น ส่วนที่ 2 เป็นคำถามปลายเปิด ให้นักศึกษาได้เขียนตอบอย่างอิสระ เพื่อให้ได้รายละเอียดที่จะนำไปสู่การเขียนข้อรายการในแบบวัดต้นเหตุของความเครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และแบบวัดการเผชิญความเครียดให้ครอบคลุมมากขึ้น โดยนำแบบสอบถามปลายเปิดนี้ไปให้นักศึกษาชั้นปีที่ 2,3 และ 4 ชั้นปีละ 4 คน จาก 5 สถาบัน คือ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี วิทยาลัยพยาบาลมิชชั่น วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก รวมนักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามนำร่องนี้จำนวน 60 คน ตัวอย่างแบบสอบถามและผลที่ได้จากการดำเนินการขั้นนี้อยู่ในภาคผนวก ง

4. การยกร่างแบบวัด รวบรวมแนวคิดจากการศึกษาจากตำรา เอกสารต่างๆ ผลที่ได้จากการสัมภาษณ์และตรวจสอบในข้อ 2 และข้อ 3 มาจัดเป็นหมวดหมู่ในการวิจัยนี้ได้ใช้กรอบแนวคิดของนิวแมน (Neuman,1995) และยกร่างเป็นแบบวัดต้นเหตุของความ-

เครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และแบบวัดการเผชิญความเครียด ซึ่งได้แบ่งต้นเหตุของความเครียดออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ต้นเหตุของความเครียดภายในบุคคล ซึ่งได้แก่ ภาวะทางสุขภาพ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความพึงพอใจในวิชาชีพ การปฏิบัติกรพยายาม และความขัดแย้งในบทบาทนักศึกษาพยาบาล

2. ต้นเหตุของความเครียดระหว่างบุคคล ได้แก่ การนิเทศงานของอาจารย์นิเทศก์สัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลของนักศึกษาพยาบาลกับบุคลากรในทีมสุขภาพ ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และเพื่อนนักศึกษา

3. ต้นเหตุของความเครียดภายนอกบุคคล ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในหอผู้ป่วยและในชุมชน กฎระเบียบ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ

การตอบสนองต่อความเครียดแบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือ

1. การตอบสนองต่อความเครียดภายในบุคคล จะเป็นการตอบสนองที่เกิดขึ้นภายในร่างกายและจิตใจ การตอบสนองในลักษณะนี้เช่น ใจสั่น หน้ามืด วิดกกังวล โกรธ ขัดแย้งใจ คับข้องใจ อาย เป็นต้น

2. การตอบสนองต่อความเครียดระหว่างบุคคล เป็นการตอบสนองที่เกิดขึ้นในลักษณะของการติดต่อสื่อสาร สัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น การตอบสนองในลักษณะนี้ เช่น การพูดตะกุกตะกัก พูดเร็ว แยกตัวเอง ไม่พูดกับผู้อื่น เป็นต้น

ส่วนการเผชิญความเครียดนั้นผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิดจากนักวิชาการหลายๆ ท่าน และได้จัดเป็นรูปแบบในการเผชิญความเครียด ในงานวิจัยนี้ได้แบ่งการเผชิญความเครียดแบ่งออกเป็น 6 ลักษณะ คือ

1. การแก้ไขปัญหา พฤติกรรมที่ใช้ในการแก้ปัญหา ได้แก่ การพยายามวิเคราะห์ปัญหา การพยายามปรับปรุงทักษะของตนเอง การวิเคราะห์สถานการณ์

2. การยอมรับ พฤติกรรมที่อยู่ในกลุ่มนี้ เป็นการยอมรับสถานการณ์ การสัญญากับตนเองว่าจะเป็นการพยาบาลที่ดี

3. การใช้แหล่งสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมหรือความคิดในกลุ่มนี้จะใช้บิดามารดา ญาติ นักศึกษารุ่นพี่ เพื่อน พยาบาลประจำการ อาจารย์พยาบาล องค์กรพยาบาล คอยช่วยเหลือ

4. การเบี่ยงเบนความสนใจ พฤติกรรมที่จัดอยู่ในการเผชิญความเครียดแบบนี้ คือ การฟังเพลง นอนหลับ รับประทานอาหารมาก อ่านหนังสือ การพยายามคิดถึงเรื่องที่ดีๆ ในอดีต การใช้อารมณ์ขัน การมองสถานการณ์ในทางที่ดี

5. การต่อต้าน พฤติกรรมในลักษณะนี้ ได้แก่ โวยวาย ต่ำแข่ง ขว้างปาสิ่งของ ทำลายสิ่งของ การไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำของอาจารย์ในเทศก์หรือพยาบาลประจำการ

6. การหลีกเลี่ยง พฤติกรรมที่ใช้ในลักษณะนี้ คือ การหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ การพยายามลืมสถานการณ์การหนีจากบุคคลที่เกี่ยวข้อง คิดอยากออกจากวิชาชีพพยาบาล

แบบวัดต้นเหตุของความเครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และแบบวัดการเผชิญความเครียด เป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 อันดับ ลักษณะลิเคอร์ท (Likert's Scale Type) ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด

แบบวัดต้นเหตุของความเครียดนี้ เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า 5 อันดับ แบ่งตามความรู้สึกเครียดของนักศึกษาเมื่อประสบกับปัจจัย หรือสถานการณ์นั้นๆ ตั้งแต่ 'ไม่เครียด' ถึง 'เครียดมากที่สุด' จะให้คะแนนตามระดับความเครียดตั้งแต่ 1-5 คะแนนตามลำดับ ดังนี้

เครียดมากที่สุด ให้ 5 คะแนน

เครียดมาก ให้ 4 คะแนน

เครียดปานกลาง ให้ 3 คะแนน

เครียดเล็กน้อย ให้ 2 คะแนน

ไม่เครียด ให้ 1 คะแนน

ส่วนสถานการณ์ใดที่นักศึกษาไม่เคยมีประสบการณ์ ให้คะแนน 0 คะแนน โดยไม่นำมาคำนวณ

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนต้นเหตุของความเครียด มีเกณฑ์การพิจารณาโดยใช้ระดับคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 - 5.00	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดมากที่สุด
3.50 - 4.49	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดมาก
2.50 - 3.49	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดปานกลาง
1.50 - 2.49	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดเล็กน้อย
1.00 - 1.49	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นไม่ทำให้นักศึกษาเกิดความเครียด

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลจริงพบว่า มีปัจจัยหรือสถานการณ์จำนวนมากที่ทำให้ นักศึกษาเกิดความเครียดระดับปานกลาง ดังนั้นเพื่อให้เกิดความชัดเจนมากขึ้น จึงแบ่ง เกณฑ์ระดับปานกลางให้ละเอียดขึ้น ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	ความหมาย
3.17 - 3.49	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดปานกลางค่อนข้างมาก
2.83 - 3.16	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดปานกลาง
2.50 - 2.82	ปัจจัยหรือสถานการณ์นั้นทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดปานกลางค่อนข้างน้อย

ส่วนที่ 2 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด

แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียดนี้เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า 5 อันดับแบ่งตามความถี่ของการเกิดการตอบสนองต่อความเครียด ตั้งแต่ 'ไม่เคย' ถึง 'บ่อยมาก' การให้คะแนนให้ตามความถี่ที่เกิดการตอบสนองต่อความเครียด ตั้งแต่ 1 - 5 คะแนน ตามลำดับดังนี้

บ่อยมาก	ให้	5	คะแนน
บ่อยครั้ง	ให้	4	คะแนน
บางครั้ง	ให้	3	คะแนน
น้อยครั้ง	ให้	2	คะแนน
ไม่เคย	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนการตอบสนองต่อความเครียด มีเกณฑ์การพิจารณา โดยใช้ระดับคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 - 5.00	มีการตอบสนองต่อความเครียดลักษณะนี้บ่อยมาก
3.50 - 4.49	มีการตอบสนองต่อความเครียดลักษณะนี้บ่อยครั้ง
2.50 - 3.49	มีการตอบสนองต่อความเครียดลักษณะนี้เป็นบางครั้ง
1.50 - 2.49	มีการตอบสนองต่อความเครียดลักษณะนี้น้อยครั้ง
1.00 - 1.49	นักศึกษาไม่มีการตอบสนองต่อความเครียดลักษณะนี้

ส่วนที่ 3 แบบวัดการเผชิญความเครียด

แบบวัดการเผชิญความเครียดนี้ เป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 อันดับ แบ่งตามความถี่ของการใช้การเผชิญความเครียดนั้นๆ ตั้งแต่ 'ไม่ใช้' ถึง 'บ่อยครั้งมาก' การให้คะแนนจะให้ตามความถี่ที่ใช้ ตั้งแต่ 1 - 5 คะแนน ตามลำดับดังนี้

บ่อยครั้งมาก	ให้	5	คะแนน
บ่อยครั้ง	ให้	4	คะแนน
บางครั้ง	ให้	3	คะแนน
น้อยครั้ง	ให้	2	คะแนน
ไม่ใช้	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนการเผชิญความเครียด มีเกณฑ์การพิจารณาโดยใช้เกณฑ์ระดับคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
4.50 - 5.00	นักศึกษาพยาบาลใช้การเผชิญความเครียดในลักษณะนี้บ่อยครั้งมาก
3.50 - 4.49	นักศึกษาพยาบาลใช้การเผชิญความเครียดในลักษณะนี้บ่อยครั้ง
2.50 - 3.49	นักศึกษาพยาบาลใช้การเผชิญความเครียดในลักษณะนี้เป็นบางครั้ง
1.50 - 2.49	นักศึกษาพยาบาลใช้การเผชิญความเครียดในลักษณะนี้น้อยครั้ง
1.00 - 1.49	นักศึกษาพยาบาลไม่ใช้การเผชิญความเครียดในลักษณะนี้

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยทั้ง 4 ชุดนี้ ผ่านการตรวจสอบคุณภาพดังนี้

1. ความตรงเชิงเนื้อหาและเชิงโครงสร้าง

ผู้วิจัยนำเครื่องมือชุดที่ 2 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และชุดที่ 3 แบบวัดการเผชิญความเครียด ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน (ดังรายนามในภาคผนวก ก) พิจารณาตรวจสอบความถูกต้องในการแบ่งแบบวัดต้นเหตุของความเครียด การตอบสนองต่อความเครียด และการเผชิญความเครียดออกเป็นรายด้านโดยเทียบกับคำจำกัดความ ความครอบคลุมของเนื้อหา ความชัดเจน การเรียงลำดับข้อรายการและความเหมาะสมของภาษาที่ใช้

การตัดสินความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือดังกล่าว ผู้วิจัยได้ถือเกณฑ์ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิตรงกันร้อยละ 80 ของผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด ผลการพิจารณาความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือชุดที่ 1 ทั้ง 3 ส่วน ผู้ทรงคุณวุฒิได้แก้ไข ปรับปรุงความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ มีการเพิ่มเติมข้อรายการบางข้อ รวมข้อรายการบางข้อเข้าด้วยกัน แยกข้อรายการออกเพื่อให้ได้ความหมายชัดเจนขึ้น และมีการย้ายข้อรายการบางข้อไปอยู่ด้านอื่น

เมื่อผู้วิจัยได้ปรับปรุงแก้ไขข้อรายการต่างๆ ของแบบวัดทั้ง 3 ชุดแล้วจึงนำมาหาความเที่ยงต่อไป

2. ความเที่ยง

ผู้วิจัยนำแบบวัดการเผชิญสถานการณ์ชีวิต แบบวัดต้นเหตุของความเครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และแบบวัดการเผชิญความเครียด ซึ่งมีความตรงเชิงเนื้อหาและโครงสร้างแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่มีลักษณะเดียวกับประชากรต้นคนละกลุ่มกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แบ่งเป็นชั้นปีที่ 2 จำนวน 10 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 10 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 10 คน แล้วนำมาหาค่าความเที่ยงด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายใน ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช(Cronbach's Coefficient of Alpha) เกณฑ์สูงกว่า .70 (Phillips,1986:218 อ้างใน เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย และ วัลยา คุโรปรกรณ์พงษ์,2536:222) และนำมาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์รายข้อด้วยวิธี Corrected Item Total Correlation เพื่อคัดเลือกข้อรายการที่มีค่าความสัมพันธ์อยู่ในเกณฑ์ที่ใช้ได้ คือมากกว่า .20 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์พบว่าได้ค่าความเที่ยงของแบบวัดทั้ง 4 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบวัดการเผชิญสถานการณ์เครียด

ผลการวิเคราะห์พบว่า ได้ค่าความเที่ยง .70 มีข้อรายการที่มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ ต่ำกว่า .20 จำนวน 16 ข้อ จึงได้ปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตัดข้อรายการออก ผลการปรึกษาพบว่าให้ตัดข้อรายการที่มีค่าความสัมพันธ์เป็นลบออก ซึ่งมีจำนวน 10 ข้อ (รายละเอียดข้อรายการที่ตัดออกอยู่ภาคผนวก ง) ทั้งนี้เนื่องจากถ้าตัดข้อรายการที่ต่ำกว่า .20 ออกทั้งหมด จะไม่ครบเนื้อหาตามโครงสร้างของแบบวัดชุดนี้ แบบวัดชุดนี้จึงมีทั้งหมด 31 ข้อ มีข้อรายการที่เป็นบวก คือ ข้อ 1-3, 5, 7-31 ข้อที่เป็นลบคือ ข้อ 4 และ 6

ชุดที่ 2 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และชุดที่ 4 แบบวัดการเผชิญความเครียด

ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเที่ยงของแบบวัดทั้ง 3 ชุด ดังตารางที่ 2 ซึ่งแบบวัดชุดที่ 2 คือแบบวัดต้นเหตุของความเครียด ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด มีค่าความเที่ยงมากกว่าเกณฑ์ แต่การตอบสนองต่อความเครียดด้านระหว่างบุคคลยังไม่เท่าเกณฑ์แต่ไม่มีข้อรายการอื่นเพิ่มเติม จึงปรับปรุงแก้ไขภาษาที่ใช้ให้เหมาะสมมากขึ้น

ส่วนแบบวัดชุดที่ 4 แบบวัดการเผชิญความเครียด ในการวิเคราะห์รายลักษณะนั้นยังต่ำกว่าเกณฑ์ จึงได้ปรับปรุงข้อรายการบางข้อในเรื่องของภาษา และเพิ่มเติมข้อรายการของแต่ละลักษณะให้มากขึ้น แล้วนำไปทดลองใช้ใหม่กับกลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่มีลักษณะเดียวกับประชากรแต่เป็นคนละกลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างและมีใช้กลุ่มเดิมที่ได้ทดลองใช้เครื่องมือไปแล้ว จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาความเที่ยง ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach'coefficient of Alpha) และวิเคราะห์ความสัมพันธ์รายข้อด้วยวิธี Corrected Item Total Correlation อีกครั้งหนึ่ง และตัดข้อรายการที่มีค่าความสัมพันธ์ต่ำกว่า .20 ออก ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเที่ยงจากการทดลองใช้เครื่องมือครั้งที่ 2 ได้ค่าความเที่ยงใหม่ดังตารางที่ 3

จากนั้นจึงได้นำเครื่องมือที่มีคุณภาพนี้ ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 287 คน แล้วนำมาหาค่าความเที่ยงและหาความสัมพันธ์รายข้อใหม่อีกครั้ง ได้ค่าความเที่ยงดังตารางที่ 4 และค่าความสัมพันธ์รายข้อในภาคผนวก ข

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนข้อและความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญสถานการณ์ชีวิต แบบวัด
ต้นเหตุของความเครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และแบบวัดการเผชิญ
ความเครียด ที่ได้จากการทดลองใช้เครื่องมือรอบแรก (n = 30 คน)

เครื่องมือที่ใช้	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
ชุดที่ 1		
ส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรม การเผชิญสถานการณ์ชีวิต	31	.80
ชุดที่ 2 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด		
ด้านภายในบุคคล	32	.88
ด้านระหว่างบุคคล	32	.93
ด้านภายนอกบุคคล	13	.89
รวมทุกด้าน	77	.95
ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด		
ด้านภายในบุคคล	29	.88
ด้านระหว่างบุคคล	6	.60
รวมทุกด้าน	35	.90
ชุดที่ 4 แบบวัดการเผชิญความเครียด		
การแก้ไขปัญหา	13	.24
การยอมรับ	11	.70
การใช้แหล่งสนับสนุนทางสังคม	7	.67
การเบี่ยงเบนความสนใจ	14	.80
การต่อต้าน	9	.60
การหลีกเลี่ยง	7	.57
รวมทุกลักษณะ	61	.80

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนข้อและความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญความเครียด
ที่ได้จากการทดลองใช้เครื่องมือรอบสอง (n = 30 คน)

เครื่องมือที่ใช้	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
แบบวัดการเผชิญความเครียด		
การแก้ไขปัญหา	19	.92
การยอมรับ	14	.83
การใช้แหล่งสนับสนุนทางสังคม	11	.81
การเบี่ยงเบนความสนใจ	14	.70
การต่อต้าน	11	.75
การหลีกเลี่ยง	13	.78
รวมทุกลักษณะ	82	.89

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 4 จำนวนข้อ และค่าความเที่ยงของแบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต แบบวัดต้นเหตุของความเครียด แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด และแบบวัดการเผชิญความเครียด ที่ได้จากการใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง (n = 287 คน)

เครื่องมือที่ใช้	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
ชุดที่ 1		
ส่วนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรม	31	.80
การเผชิญสถานการณ์ชีวิต		
ชุดที่ 2 แบบวัดต้นเหตุของความเครียด		
ด้านภายในบุคคล	32	.91
ด้านระหว่างบุคคล	32	.94
ด้านภายนอกบุคคล	13	.86
รวมทุกด้าน	77	.96
ชุดที่ 3 แบบวัดการตอบสนองต่อความเครียด		
ด้านภายในบุคคล	29	.94
ด้านระหว่างบุคคล	6	.79
รวมทุกด้าน	35	.94
ชุดที่ 4 แบบวัดการเผชิญความเครียด		
การแก้ไขปัญหา	19	.86
การยอมรับ	14	.88
การใช้แหล่งสนับสนุนทางสังคม	11	.73
การเบี่ยงเบนความสนใจ	14	.80
การต่อต้าน	12	.81
การหลีกเลี่ยง	13	.86
รวมทุกลักษณะ	83	.93

การรวบรวมข้อมูล

ผู้ดำเนินการวิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. นำหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัยไปยังต้นสังกัดของสถาบันการศึกษาพยาบาลทุกสังกัด เพื่อให้ออกหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยถึงสถาบันการศึกษาพยาบาลที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
2. นำหนังสือจากต้นสังกัด พร้อมคำชี้แจงรายละเอียดการเก็บข้อมูล ไปยังสถาบันการศึกษาพยาบาลที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
3. ในสถาบันการศึกษาพยาบาลที่ตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยเดินทางไปเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งมีการนัดหมายไว้ล่วงหน้า คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย ตามอัตราส่วนที่ได้กำหนดไว้แล้ว
4. ในสถาบันการศึกษาที่เหลือ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้การส่งทางไปรษณีย์ โดยมีผู้ช่วยวิจัยซึ่งเป็นอาจารย์พยาบาลที่มีหน้าที่เกี่ยวกับการวิจัยของสถาบันนั้นๆ เป็นผู้แจกและรวบรวมแบบวัดให้ ให้เวลาตอบแบบวัด 2 สัปดาห์
5. ผู้วิจัยใช้เวลาในการเก็บข้อมูล 4 สัปดาห์ คือตั้งแต่วันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2539 ถึง วันที่ 12 มีนาคม 2539 เก็บข้อมูลคืนได้ทั้งหมดและข้อมูลที่ได้รับมีความสมบูรณ์สามารถนำมาวิเคราะห์ได้ จำนวน 287 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 98.29


การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมด โดยใช้โปรแกรม SPSS-PC ดังนี้

1. คำนวณจำนวน ร้อยละของข้อมูลพื้นฐาน
2. คำนวณค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุของความเครียด การตอบสนองต่อความเครียด และการเผชิญความเครียด
3. คำนวณร้อยละของกลุ่มตัวอย่างตามระดับความเครียด และหาค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุของความเครียดแต่ละข้อรายการ โดยคิดเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เคยมีประสบการณ์กับข้อรายการนั้นเท่านั้นหักกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยมีประสบการณ์ออก จากนั้นจึงนำมาเทียบกับเกณฑ์เพื่อหาระดับความเครียด

4. เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุของความเครียด การตอบสนองต่อความเครียดรายด้านและรวมทุกด้าน และการเผชิญความเครียด รายลักษณะของนักศึกษาพยาบาลที่มี ชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน รายได้ของครอบครัว แตกต่างกัน ด้วยวิธีการ One Way ANOVA ถ้าพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำมาทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Sheffe' method)

5. เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความเครียดที่เกิดจากต้นเหตุของความเครียด การตอบสนองต่อความเครียดรายด้านและรวมทุกด้าน และการเผชิญความเครียด รายลักษณะ ของนักศึกษาพยาบาลที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแตกต่างกัน โดยใช้สถิติทดสอบ t - test



ศูนย์วิทยพัชกร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย