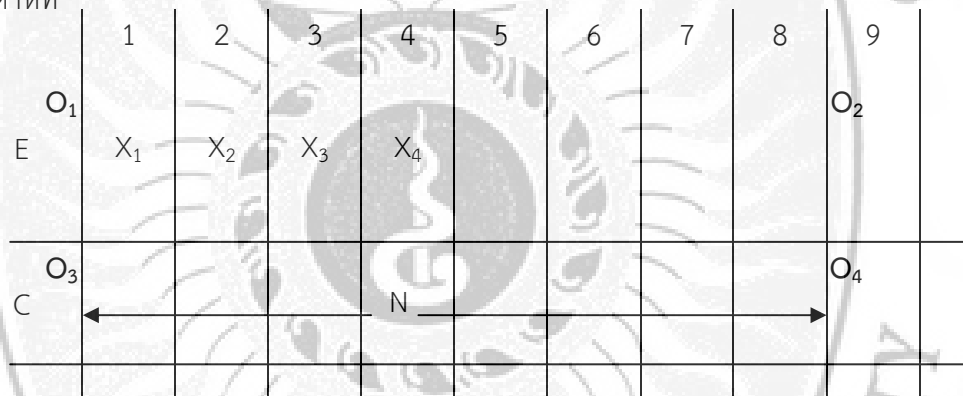


บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยทดลองจริง (True - experimental research) เพื่อศึกษาผลการสร้างการรับรู้ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มเสี่ยงที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรงในตำบลคลองแห อำเภอลำปาง จังหวัดสงขลา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 3) เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 4) เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ซึ่งมีการออกแบบการวิจัยดังนี้

สัปดาห์ที่



โดยกำหนดให้

- O₁ หมายถึง การเก็บข้อมูลการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง
- O₃ หมายถึง การเก็บข้อมูลพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง
- O₂ หมายถึง การเก็บข้อมูลการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองหลังการทดลอง
- O₄ หมายถึง การเก็บข้อมูลพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง
- X₁ หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 1 โดยวิธีการบรรยาย
- X₂ หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 2 โดยวิธีการบรรยายประกอบการใช้ตัวแบบ

X₃ หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 3 โดยใช้วิธีการสาธิตและฝึกปฏิบัติ
พฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน

X₄ หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 4 โดยใช้วิธีการฝึกปฏิบัติพฤติกรรม
ป้องกันโรคเบาหวาน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ศึกษา ได้แก่ ประชาชนอายุ 35 ปีขึ้นไปที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรง ได้แก่ พ่อ หรือ แม่ หรือ พี่ หรือ น้อง ในตำบลคลองแห อำเภอลาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 441 คน (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห, 2553)

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคครั้งนี้ เป็นกลุ่มตัวอย่างเจาะจง

2.1 ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน

2.2 วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

2.2.1 ใช้การเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยกำหนดคุณสมบัติดังนี้

1) ประชาชนอายุ 35 ขึ้นไปที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรง ได้แก่ พ่อ หรือ แม่ หรือ พี่ หรือ น้อง

2) อาศัยอยู่จริงในตำบลคลองแห อำเภอลาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

3) ไม่มีความผิดปกติใด ๆ เกี่ยวกับการได้ยิน การพูด และการมองเห็น

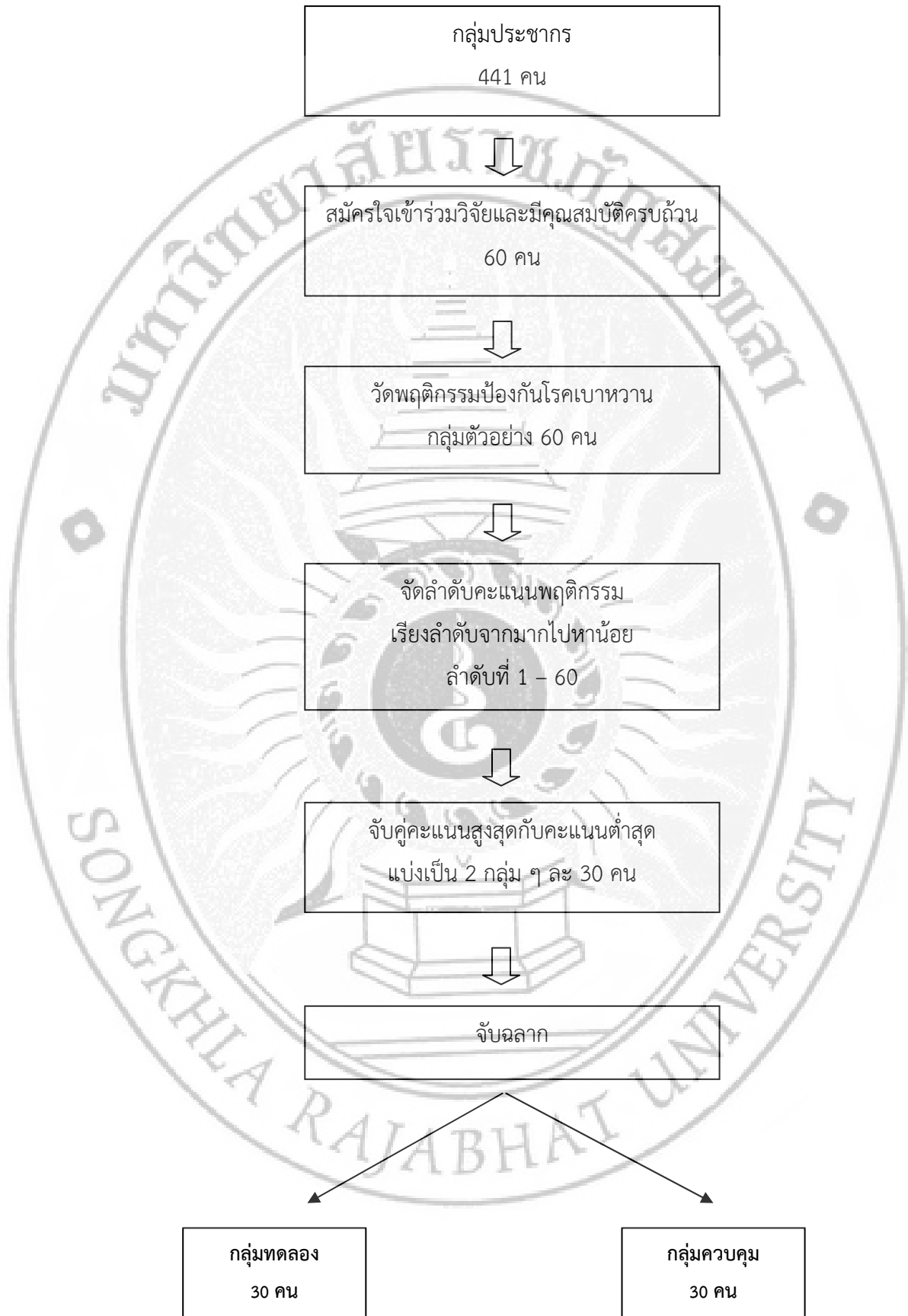
4) สมัยครใจและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดการวิจัย

2.2.2 วัดพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน แล้วจัดลำดับ 1 – 60 ตามลำดับคะแนน จากมากไปหาน้อย แล้วแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละ 30 คน ดังตาราง 1

ตาราง 1 การจัดแบ่งกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มที่ 1	กลุ่มที่ 2
ประกอบด้วยคะแนนลำดับที่	ประกอบด้วยคะแนนลำดับที่
1+60, 3+58, 5+56, 7+54, 9+52, 11+50, 13+48, 15+46, 17+44, 19+42, 21+40, 23+38, 25+36, 27+34, 29+32	2+59, 4+57, 6+55, 8+53, 10+51, 12+49, 14+47, 16+45, 18+43, 20+41, 22+39, 24+37, 26+35, 28+33, 30+31

2.2.3 ใช้การสุ่มอย่างง่ายโดยการจับฉลากเพื่อแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



ภาพ 4 แสดงขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

แต่ทั้งนี้เมื่อจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 1 กลุ่มทดลองสามารถเข้าร่วมได้ จำนวน 26 คน ครั้งที่ 2 จำนวน 24 คน ครั้งที่ 3 จำนวน 28 คน และครั้งที่ 4 จำนวน 25 คน โดยในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ทั้ง 4 ครั้ง มีกลุ่มทดลองที่สามารถเข้าร่วมได้ครบทั้ง 4 ครั้ง จำนวน 22 คน ดังนั้นขนาดกลุ่มทดลองในการวิจัยครั้งนี้ เท่ากับ 22 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย

1.1 ชุดการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง จากการศึกษาเอกสารตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

1.1.1 การบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงสามารถบอกการเกิดโรคเบาหวาน ประเภทของโรคเบาหวาน ปัจจัยเสี่ยงของโรคเบาหวาน อาการของโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน และสามารถระบุกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานได้ถูกต้อง ดำเนินการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห ใช้เวลา 2 ชั่วโมง โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับโรคเบาหวาน ได้แก่ ประเภทของโรคเบาหวาน ปัจจัยเสี่ยงของโรคเบาหวาน อาการของโรคเบาหวาน ภาวะแทรกซ้อนของโรคเบาหวาน และกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน โดยจะมีการวัดความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน หลังจบการบรรยาย

1.1.2 การบรรยายประกอบการใช้ตัวแบบ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงสามารถบอกวิธีการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเบาหวานได้ถูกต้อง ดำเนินการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห ใช้เวลา 3 ชั่วโมง โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับการป้องกันโรคเบาหวาน 4 ด้าน ได้แก่ การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพทั่วไป และการจัดการความเครียด ประกอบกับการใช้ตัวแบบคือผู้ป่วยเบาหวานซึ่งเป็นบุคคลที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรงมาเล่าประสบการณ์ตรงของตนเองเรื่องการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพ ทั้งก่อนป่วยและหลังจากป่วยเป็นโรคเบาหวานแล้วเพื่อให้กลุ่มเสี่ยงเกิดความตระหนักในการป้องกันโรคเบาหวาน และร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับกลุ่มเสี่ยง โดยจะมีการวัดความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานหลังจบการบรรยาย

1.1.3 การสาธิตและฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงสามารถจัดรายการอาหาร ออกกำลังกาย และฝึกการผ่อนคลายความเครียดได้อย่างถูกต้อง ดำเนินการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห ใช้เวลา 3 ชั่วโมง โดยมีการสาธิตด้านการควบคุมอาหาร ได้แก่ การจัดรายการอาหาร ประกอบด้วย การจัดหมวดหมู่อาหาร การเลือกชนิดอาหารหรืออาหารตามโซนสี การจัดสัดส่วนอาหารที่ควรรับประทานต่อวัน ด้านการออกกำลังกายมีการสาธิตการออกกำลังกายแบบกายบริหารด้วยยางยืด และด้านการจัดการความเครียดมีการสาธิตการผ่อนคลายความเครียดโดยวิธีการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ โดยให้กลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติไปพร้อมกันที่ละขั้นตอน และจะมีการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน ทั้ง 3 ด้าน

1.1.4 การฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มเสี่ยงสามารถฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานในด้านการจัดรายการอาหาร ด้านการออกกำลังกายแบบกายบริหารด้วยยางยืด ด้านการผ่อนคลายความเครียดได้ถูกต้อง ดำเนินการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห ใช้เวลา 3 ชั่วโมง โดยมีการฝึกปฏิบัติด้านการควบคุมอาหาร ได้แก่ การจัดรายการอาหาร ประกอบด้วย การจัดหมวดหมู่อาหาร การเลือกชนิดอาหารหรืออาหารตามโซนสี การจัดสัดส่วนอาหารที่ควรรับประทานต่อวัน ด้านการออกกำลังกายโดยการออกกำลังกายแบบกายบริหารด้วยยางยืด และด้านการจัดการความเครียดโดยการผ่อนคลายความเครียดโดยวิธีการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และจะมีการวัดความสามารถในการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานทั้ง 3 ด้าน

1.2 แบบสัมภาษณ์ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโรคเบาหวาน ประกอบด้วย 3 ตอน คือ

1.2.1 ตอนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล มีจำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วยข้อมูลด้านเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้

1.2.2 ตอนที่ 2 การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ลักษณะคำถามเป็นแบบชนิดให้เลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ รู้ และไม่รู้ จำนวน 45 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ ข้อที่ตอบรู้ให้ 1 คะแนน และข้อที่ตอบไม่รู้ให้ 0 คะแนน

สำหรับเกณฑ์ในการแบ่งระดับการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ใช้แบบอิงเกณฑ์ (Criteria Reference) ดังนี้ (บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, 2540, 280)

คะแนน	ระดับการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน
ร้อยละ 80 ขึ้นไป	สูง
ร้อยละ 60 – 79.99	ปานกลาง
น้อยกว่าร้อยละ 60	ต่ำ

1.2.3 ตอนที่ 3 พฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน ซึ่งข้อคำถามแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย ด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป และด้านการจัดการความเครียด โดยลักษณะคำถามใช้ตัวเลือกแบบมาตราส่วนประมาณค่าแบบจำกัดคำตอบ (Itemized Rating Scale) มี 4 ตัวเลือก คือ 1 2 3 และ 4 มีจำนวน 24 ข้อ

ข้อคำถามเชิงบวก มีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 5, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 19, 20, 21, 22 และ 23

ข้อคำถามเชิงลบ มีจำนวน 11 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 16, 17, 18 และ 24

เกณฑ์การให้คะแนนพฤติกรรมป้องกันการป้องกันโรคเบาหวาน ดังนี้

	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
พฤติกรรมป้องกันหมายเลข 1	1	4
พฤติกรรมป้องกันหมายเลข 2	2	3
พฤติกรรมป้องกันหมายเลข 3	3	2
พฤติกรรมป้องกันหมายเลข 4	4	1

เกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

1) ด้านการควบคุมอาหาร

- | | | |
|---|---------|-----------------------------|
| 4 | หมายถึง | ปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน |
| 3 | หมายถึง | ปฏิบัติ 4 – 6 วันต่อสัปดาห์ |
| 2 | หมายถึง | ปฏิบัติ 1 – 3 วันต่อสัปดาห์ |
| 1 | หมายถึง | ไม่เคยปฏิบัติเลย |

2) ด้านการออกกำลังกาย ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ

(1) ความถี่ของการออกกำลังกาย (Frequency)

- | | | |
|---|---------|-------------------------------|
| 4 | หมายถึง | ปฏิบัติ 5 วันขึ้นไปต่อสัปดาห์ |
| 3 | หมายถึง | ปฏิบัติ 3 – 4 วันต่อสัปดาห์ |
| 2 | หมายถึง | ปฏิบัติ 1 – 2 วันต่อสัปดาห์ |
| 1 | หมายถึง | ไม่เคยปฏิบัติเลย |

(2) ระยะเวลาของการออกกำลังกาย (Time)

- | | | |
|---|---------|----------------------------------|
| 4 | หมายถึง | ออกกำลังกายครั้งละ 31 นาทีขึ้นไป |
| 3 | หมายถึง | ออกกำลังกายครั้งละ 21 – 30 นาที |
| 2 | หมายถึง | ออกกำลังกายครั้งละ 10 – 20 นาที |
| 1 | หมายถึง | ไม่เคยปฏิบัติเลย |

(3) ความต่อเนื่องสม่ำเสมอของการออกกำลังกาย

4 หมายถึง	ใน 1 เดือน ออกกำลังกาย 3 – 4 สัปดาห์
3 หมายถึง	ใน 1 เดือน ออกกำลังกาย 1 – 2 สัปดาห์
2 หมายถึง	ไม่ต่อเนื่อง
1 หมายถึง	ไม่เคยปฏิบัติเลย

3) ด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป

4 หมายถึง	ปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน
3 หมายถึง	ปฏิบัติ 4 – 6 วันต่อสัปดาห์
2 หมายถึง	ปฏิบัติ 1 – 3 วันต่อสัปดาห์
1 หมายถึง	ไม่เคยปฏิบัติเลย

4) ด้านการจัดการความเครียด

4 หมายถึง	ปฏิบัติทุกครั้ง
3 หมายถึง	ปฏิบัติบ่อยครั้ง (มากกว่า 3 ครั้งต่อเดือน)
2 หมายถึง	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง (1 – 3 ครั้งต่อเดือน)
1 หมายถึง	ไม่เคยปฏิบัติเลย

สำหรับเกณฑ์ในการแบ่งระดับพฤติกรรมป้องกันการโรคเบาหวาน ใช้แบบอิงเกณฑ์ (Criteria Reference) ดังนี้ (บุญธรรม กิจปรีดาภิรัชต์, 2540: 280)

เกณฑ์การบ่งชี้ระดับพฤติกรรมป้องกันการโรคเบาหวาน

คะแนนเฉลี่ย	ระดับพฤติกรรมป้องกันการโรคเบาหวาน
3.50 – 4.00	ดี
2.50 – 3.49	ค่อนข้างดี
1.50 – 2.49	ไม่ค่อยดี
1.00 – 1.49	ไม่ดี

2. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ

ในการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ มีการดำเนินการตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

2.1 ชุดการจัดประสบการณ์การเรียนรู้

2.1.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อวิเคราะห์เนื้อหาตามวัตถุประสงค์ของการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันการโรคเบาหวานและนำมาเป็นข้อมูลในการกำหนดชุดการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน

2.1.2 นำชุดการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ที่สร้างขึ้นเสนอประธานที่ปรึกษา วิทยาลัยนิพนธ์และกรรมการที่ปรึกษาวิทยาลัยนิพนธ์ตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหา ความถูกต้องและรับ ข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

2.1.3 นำชุดการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการสอน จำนวน 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัย จำนวน 1 ท่าน เพื่อประเมินความเหมาะสมในประเด็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม เนื้อหา กิจกรรม สื่อ/วัสดุที่ใช้ และเวลา โดยกำหนดระดับคะแนนความเหมาะสมตั้งแต่ 1 – 5 คะแนน ซึ่งได้ผลการประเมินความ เหมาะสมของบันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ดังนี้

1) บันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยผลการประเมิน ความเหมาะสมของบันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เท่ากับ 4.20 หมายถึง บันทึกการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้มีความเหมาะสมมาก แต่ผู้ทรงคุณวุฒิก็ได้เสนอข้อเสนอแนะอยู่บ้าง

2) บันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยผลการประเมิน ความเหมาะสมของบันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เท่ากับ 4.13 หมายถึง บันทึกการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้มีความเหมาะสมมาก แต่ผู้ทรงคุณวุฒิก็ได้เสนอข้อเสนอแนะอยู่บ้าง

3) บันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 3 มีคะแนนเฉลี่ยผลการประเมิน ความเหมาะสมของบันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เท่ากับ 4.33 หมายถึง บันทึกการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้มีความเหมาะสมมาก แต่ผู้ทรงคุณวุฒิก็ได้เสนอข้อเสนอแนะอยู่บ้าง

4) บันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ครั้งที่ 4 มีคะแนนเฉลี่ยผลการประเมิน ความเหมาะสมของบันทึกการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เท่ากับ 4.40 หมายถึง บันทึกการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้มีความเหมาะสมมาก แต่ผู้ทรงคุณวุฒิก็ได้เสนอข้อเสนอแนะอยู่บ้าง

ทั้งนี้ได้นำข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน มาปรับปรุงแก้ไขชุดการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้ให้มีเหมาะสมและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2.2 แบบสัมภาษณ์

2.2.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อวิเคราะห์เนื้อหาตามวัตถุประสงค์ ของการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน

2.2.2 กำหนดขอบเขตของคำถามแล้วสร้างแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงต่อ การเป็นโรคเบาหวาน จำนวน 49 ข้อ และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน จำนวน 34 ข้อ

2.2.3 นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นเสนอประธานที่ปรึกษาวิทยาลัยนิพนธ์และกรรมการ ที่ปรึกษาวิทยาลัยนิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้องและรับข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

2.2.4 นำแบบสัมภาษณ์เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคเบาหวาน จำนวน 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัย จำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหาตามวัตถุประสงค์การวิจัย โดยนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Index of consistency) แล้วจึงคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ได้แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน จำนวน 45 ข้อ แบ่งเป็นด้านการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน 15 ข้อ ด้านการรับรู้ความรุนแรงของโรค 11 ข้อ ด้านการรับรู้ถึงประโยชน์ของการป้องกันโรค 15 ข้อ และด้านการรับรู้ต่ออุปสรรคในการป้องกันโรค 4 ข้อ และแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน จำนวน 24 ข้อ แบ่งเป็นด้านการควบคุมอาหาร 11 ข้อด้านการออกกำลังกาย 3 ข้อ ด้านการดูแลสุขภาพทั่วไป 4 ข้อ และด้านการจัดการความเครียด 6 ข้อ

2.2.5 นำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปตรวจสอบคุณภาพ โดยนำไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานตำบลคูเต่า อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 30 คน แล้วตรวจให้คะแนนความเชื่อมั่น (Reliability) โดยแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน ใช้ KR₂₀ (Kuder-Richardson Formula 20) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90 และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน ใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของ Cronbach ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.71

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากประชากรกลุ่มเสี่ยงที่มีประวัติโรคเบาหวานในญาติสายตรงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ โดยมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ประสานงานโดยการขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองแห เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด
3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา วิธีการ และขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม และการเก็บข้อมูลแก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
4. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาแก่กลุ่มตัวอย่าง พร้อมอธิบายภาพรวมของกิจกรรมรวมทั้งขอความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์ก่อนและหลังการทดลองตามแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้

5. เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 1 โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน เพื่อวัดพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานสำหรับนำมาใช้ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 30 คน

6. จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่กลุ่มทดลอง จำนวน 4 ครั้ง

7. เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 2 หลังเสร็จสิ้นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แล้ว 1 เดือนโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และรวบรวมแบบสัมภาษณ์ พร้อมทั้งตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสัมภาษณ์ทุกฉบับเพื่อให้ได้ข้อมูลครบถ้วน

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำประมวลผลข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติดังนี้

1. การรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวาน โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบการรับรู้ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบ Paired Sample t - test
3. เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันโรคเบาหวานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยการทดสอบทีอิสระ (Independent t - test)