

## บทที่ 3

### ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของผู้ใช้อาคารสำนักงานอิเทอรันิตี้ โดยมีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นผู้ใช้อาคารสำนักงานอิเทอรันิตี้ อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 135 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มประชากร โดยการประมาณค่าขนาดกลุ่มตัวอย่างของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970, p.108) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน

#### เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นแบบวัดเพื่อประเมินระดับความเครียดของผู้ใช้อาคารสำนักงานอิเทอรันิตี้ ซึ่งใช้แบบวัดความเครียดสวนปรุง โครงการจัดทำโปรแกรมสำเร็จรูปในการสำรวจสุขภาพจิตในพื้นที่ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (สุวัฒน์ มหัตถนิรันดร์กุล, 2545) เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ใน 5 ระดับ ตามแบบของ ลิกเคิร์ต ซึ่งมีข้อกำหนดต่างๆ ดังต่อไปนี้

น้ำหนักคะแนนการตอบแบบวัด

- 5 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความมากที่สุด
- 4 คะแนน หมายถึง มีผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความมาก
- 3 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความปานกลาง

2 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความน้อย

1 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเห็นด้วยกับข้อความน้อยที่สุด

เกณฑ์แปลผลระดับความเครียด

1.00 – 2.33 หมายถึง มีความเครียดระดับต่ำ

2.34 – 3.67 หมายถึง มีความเครียดระดับปานกลาง

3.68 – 5.00 หมายถึง มีความเครียดระดับสูง

### ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

การสร้างเครื่องมือเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาดำเนินการ ดังนี้

#### 1. ศึกษาเอกสาร ทฤษฎี

แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยของระดับความเข้มของแสงในการปฏิบัติงานในอาคารที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของผู้ใช้อาคาร ซึ่งใช้แบบวัดความเครียดสวนปรุง เพื่อทำความเข้าใจโครงสร้างด้านเนื้อหาที่จะนำมาสร้างแบบวัด

2. นำแบบวัดเสนอกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ คือ อาจารย์สมบูรณ์ เวสน์ ได้ตรวจแก้ไขเพื่อความถูกต้อง

#### 3. จัดทำเป็นฉบับสมบูรณ์เพื่อใช้เก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 100 คน

2. ผู้ศึกษาเก็บรวบรวมแบบวัดกลับคืนมาทั้งหมด 100 ชุด ซึ่งสามารถนำไปวิเคราะห์ข้อมูลได้ทั้งหมด

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการศึกษา

นำข้อมูลจากแบบวัดไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถามด้วยสถิติพรรณนา (Descriptive statistic) ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage)

2.

การวัดระดับความเข้มของแสงและระดับความเครียดของผู้ใช้อาคารสำนักงานอีเทอร์นี่ดี วิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา (Descriptive statistic) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3.

ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยระดับความเครียดของผู้ใช้อาคารสำนักงานอีเทอร์เน็ตที่ได้รับระดับความเข้มของแสงต่างกัน ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของเซฟเฟ้(Scheffe')ในกรณีที่การวิเคราะห์ความแปรปรวนมีนัยสำคัญทางสถิติ