

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 โดยมีวิธีการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้เป็นนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 ซึ่งประกอบด้วยศูนย์ฝึกอบรมตำรวจกลาง 100 นาย ศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 1 จำนวน 100 นาย และศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 2 จำนวน 100 นาย รวมทั้งสิ้น 300 นาย ผู้วิจัยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) โดยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง จากตารางสำเร็จรูปของมอร์แกน (Morgan อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด, 2545, หน้า 43) ได้กลุ่มตัวอย่าง 240 นาย โดยแบ่งเป็น ศูนย์ฝึกละ 80 นาย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการสร้างขึ้นและปรับปรุงโดยการศึกษาหลักการ ทฤษฎี และแนวคิดจากตำรา เอกสาร วารสาร และรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (check list)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียน นายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 มีลักษณะแบบมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับดังนี้

- 4 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายมากที่สุด
 - 3 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายมาก
 - 2 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายน้อย
 - 1 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายน้อยที่สุด
- โดยครอบคลุมถึงความต้องการการออกกำลังกายใน 5 ด้าน คือ
1. ความต้องการด้านวันและเวลาในการออกกำลังกาย
 2. ความต้องการด้านวิชาการ
 3. ความต้องการด้านอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก
 4. ความต้องการด้านกิจกรรม
 5. ความต้องการด้านส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ ข้อคิดเห็นต่าง ๆ เกี่ยวกับความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 มีลักษณะแบบปลายเปิด (open ended)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ในการสร้างแบบสอบถามเพื่อนำไปเก็บข้อมูลจากประชากรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าตำรา เอกสาร งานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องนำมาเป็นแนวทางในการพิจารณากำหนดหัวข้อ และรายการในแบบสอบถาม
2. สร้างแบบสอบถามที่ครอบคลุมเนื้อหาตามขอบเขตที่กำหนดทั้ง 5 ด้าน คือ

- 2.1 ความต้องการด้านวันและเวลาในการออกกำลังกาย
 - 2.2 ความต้องการด้านวิชาการ
 - 2.3 ความต้องการด้านอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก
 - 2.4 ความต้องการด้านกิจกรรม
 - 2.5 ความต้องการด้านส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย
3. นำแบบสอบถามเสนอกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อปรับปรุงแก้ไขแล้ว ให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่านตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) ในด้านความถูกต้องทางวิชาการ และความถูกต้องของภาษาที่ใช้
4. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (try out) เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบสอบถามโดยไปทดลองใช้กับนักเรียนนายสิบตำรวจที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 นาย โดยใช้สูตรหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น = 0.95
5. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขจนเสร็จสมบูรณ์แล้ว ไปเก็บรวบรวมข้อมูล กับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อทำการวิจัยจาก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง ถึงผู้กำกับการศูนย์ฝึกอบรมตำรวจกลาง ศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 1 และศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 2 เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. แจกแบบสอบถามให้แก่แก่นักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 ซึ่งประกอบด้วยศูนย์ฝึกอบรมตำรวจกลาง ศูนย์ฝึกอบรม-ตำรวจภูธร 1 จำนวน และศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 2
3. นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์มาทำการวิเคราะห์ค่าทางสถิติ



การวิเคราะห์ข้อมูล

นำแบบสอบถามที่ได้รับมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. แบบสอบถามตอนที่ 1 เกี่ยวกับสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้สอบแบบสอบถามลักษณะตรวจคำตอบ (checklist) ใช้การวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบของตาราง และความเรียง

2. แบบสอบถาม ตอนที่ 2 มาตรฐานประเมินค่า ใช้การวิเคราะห์ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความคิดเห็นของนักเรียนนายสิบตำรวจ สังกัดสำนักงานตำรวจแห่งชาติ ที่กำลังฝึกอบรม ในปี พ.ศ. 2553 ฝึกอบรมตำรวจกลาง ศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 1 และศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 2 นำเสนอในรูปแบบของตารางและความเรียง

การกำหนดความหมายของคะแนนในแต่ละระดับที่กำหนดดังนี้

4 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายมากที่สุด

3 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายมาก

2 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายน้อย

1 หมายถึง ความต้องการการออกกำลังกายน้อยที่สุด

การแปลผลค่าเฉลี่ยที่คำนวณได้ใช้เกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51-4.00 หมายถึง ต้องการมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.51-3.50 หมายถึง ต้องการมาก

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.51-2.50 หมายถึง ต้องการน้อย

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00-1.50 หมายถึง ต้องการน้อยที่สุด

หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) มาแจกแจงและเสนอในรูปแบบตารางและความเรียง

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนายสิบตำรวจ ระหว่างศูนย์ฝึกอบรมตำรวจกลาง ศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธร 1

และศูนย์ฝึกรวมตำรวจภูธร 2 โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way analysis of variance)

4. หากพบความแตกต่างจะทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธีของเชฟเฟ้ (Scheffe)
5. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 3 มาสรุป แล้วนำเสนอในรูปแบบตาราง และความเรียง

