

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ต้องการทราบความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ ในภาคตะวันออกเฉียงของประเทศไทย ว่ามีความสนใจมากน้อยเพียงใดเพื่อเป็นแนวทางในการ พัฒนาและส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการให้มีความแข็งแรงยิ่งขึ้น

กลุ่มตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ข้าราชการในภาคตะวันออกเฉียงของประเทศไทยจำนวน 617 คน เป็นชาย 308 คน เป็นหญิง 309 คน ซึ่งแบ่งเป็นรายจังหวัด ดังนี้ คือ

จังหวัดนครนายก	49	คน
จังหวัดปราจีนบุรี	169	คน
จังหวัดจันทบุรี	22	คน
จังหวัดชลบุรี	195	คน
จังหวัดฉะเชิงเทรา	37	คน
จังหวัดระยอง	23	คน
จังหวัดตราด	122	คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้รวม 617 คน ได้จากการสุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรของทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane, 1970) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % ความคลาดเคลื่อน 5 % ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) และการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Sampling) โดยการนำจำนวนข้าราชการในแต่ละจังหวัดมาคำนวณเป็นเปอร์เซ็นต์ แล้วนำค่าเปอร์เซ็นต์ที่ได้เทียบอัตราส่วนจำนวนคนในแต่ละจังหวัด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ
- ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับรายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นแบบตรวจคำตอบ (Check List) และแบบปลายเปิด (Open Ended)
- ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามความต้องการในการออกกำลังกายของข้าราชการ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย ซึ่งแบ่งเป็น 5 ด้าน คือ ด้านช่วงวัน-เวลา ด้านกิจกรรมทั่วไป ด้านวิชาการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ในการออกกำลังกาย เป็นแบบตรวจสอบ (Check List) แบบประเมินค่า (Rating Scale) และแบบปลายเปิด (Open Ended)

การสร้างแบบสอบถาม

1. ศึกษาค้นคว้า สืบค้น จากหนังสือ ตำรา รายงานการวิจัย วิทยานิพนธ์ และทางราชการที่เกี่ยวข้อง
2. สัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการจัดการด้านการออกกำลังกายของข้าราชการ
3. สืบค้นดูสถานที่การออกกำลังกายของรัฐบาลและเอกชน เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการสร้างแบบสอบถาม
4. นำแบบสอบถามไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ แก้ไข และนำมาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสม
5. นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจ เพื่อหาค่าความตรง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข
6. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเที่ยง ได้ค่าความเที่ยง 0.92
7. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีนำแบบสอบถามไปให้ผู้ตอบ ตอบแบบสอบถามด้วยตนเองและไปรับคืนด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อรับแบบสอบถามคืนมาแล้ว นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม เอส พี เอส เอช เอ็กซ์ (SPSSX) ดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบ คิดเป็นร้อยละ นำมาเสนอเป็นรูปของตารางและความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบแต่ละข้อ แล้วหาค่าเฉลี่ย โดยกำหนดคะแนนดังนี้

มากที่สุด	เทียบเท่ากับคะแนน	4
มาก	เทียบเท่ากับคะแนน	3
น้อย	เทียบเท่ากับคะแนน	2
น้อยที่สุด	เทียบเท่ากับคะแนน	1

เมื่อได้ค่าเฉลี่ยแล้วนำมาเรียงระดับมากน้อยของปัญหา โดยถือเกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป	ถือว่า	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.51-3.50	ถือว่า	มาก
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.51-2.50	ถือว่า	น้อย
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 0.00-1.50	ถือว่า	น้อยที่สุด

จากนั้นนำค่าเฉลี่ยที่ได้มาเสนอในรูปตาราง และความเรียง

3. เปรียบเทียบความคิดเห็นระหว่าง 2 กลุ่ม คือ
 1. กลุ่มข้าราชการหญิง
 2. กลุ่มข้าราชการชาย
 โดยใช้ค่า t-test

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. คำนวณหาขนาดของตัวอย่างประชากรด้วยสูตรของ ทาโร ซามานะ (Taro Yamane, 1970)
2. ร้อยละ
3. ค่าเฉลี่ย
4. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
5. การทดสอบ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม โดยใช้ t-test ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05
6. การวัดความเที่ยงด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (α Coefficient)²

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย