

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการสอบถาม ความคาดหวังเกี่ยวกับการจัดการบริการด้านการ
ออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกศูนย์สุขภาพ ในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้
ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

กลุ่มตัวอย่างประชากร

กลุ่มตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สมาชิกของศูนย์สุขภาพใน
กรุงเทพมหานคร ที่มาใช้บริการของศูนย์สุขภาพ ระหว่างวันที่ 1 มกราคม 2537 ถึงวันที่
31 มกราคม 2537 ซึ่งเป็นศูนย์สุขภาพที่มีลักษณะตรงตามคำจำกัดความของการวิจัย ซึ่งได้
มาจากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

การสุ่มตัวอย่างประชากร

1. สํารวจจำนวนสมาชิกของศูนย์สุขภาพทั้ง 10 แห่ง ประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่าง
ประชากร จากสูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างประชากรของยามานะ (Yamane, 1970) ที่
ระดับความเชื่อมั่น 95 เปอร์เซ็นต์ ความคลาดเคลื่อน 5 เปอร์เซ็นต์ ได้จำนวนตัวอย่าง
ประชากรขนาดน้อยที่สุด 360 คน ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเทียบสัดส่วนและได้จำนวนตัวอย่าง
ประชากร ดังนี้ ได้ผลดังนี้

ศูนย์สุขภาพ	จำนวนสมาชิก (คน)	จำนวนตัวอย่าง ประชากร(คน)
ราชกรีฑาสโมสร (โปโลคลับ)	400	40
อัสสัมชัญ คอมเพล็กซ์	200	20

ศูนย์สุขภาพ	จำนวนสมาชิก (คน)	จำนวนตัวอย่าง ประชากร(คน)
รอยัล การ์เด้น ฟิตเนสคลับ	400	40
คล้ากแฮทซ์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์	400	40
ศูนย์สุขภาพและความงามแจ่มจันทร์สมุนไพรมะลิ	400	40
ฟิตเนส อินเตอร์เนชั่นแนล	400	40
เอราวิณ เฮลท์คลับ	400	40
นพรัตน์สปอร์ตคลับ	400	40
กิติคมสปอร์ตคลับ	200	20
หมู่บ้านสุดจิตต์นิเวศน์	400	40
รวม	3,600	360

2. สุ่มตัวอย่างประชากร สมาชิกศูนย์สุขภาพ โดยใช้ในการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ
- ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับ รายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List) และแบบปลายเปิด (Open Ended)
- ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความคาดหวัง ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ เกี่ยวกับ การจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพสมาชิกของศูนย์สุขภาพมีลักษณะแบบประเมินค่า (Rating Scale) และแบบปลายเปิด (Open Ended)

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ศึกษาค้นคว้าจากวารสาร เอกสาร ตำรา วิทยานิพนธ์ รายงานการวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับความคิดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย

2. รวบรวมข้อมูล เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม โดยให้เนื้อหาครอบคลุมด้านต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

2.2 ด้านช่วงวัน-เวลาในการออกกำลังกาย

2.3 ด้านกิจกรรมในการออกกำลังกาย

2.4 ด้านวิชาการ

2.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจแก้ไข และปรับปรุง ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) เพื่อให้ข้อเสนอแนะ

4. ดำเนินการปรับปรุงแบบสอบถามโดยผ่านความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์

5. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับสมาชิกศูนย์สุขภาพ ใน ศูนย์สุขภาพ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างประชากร จำนวน 40 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถาม ได้ค่าความเที่ยง 0.81

6. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้ว มาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปใช้กับกลุ่ม ตัวอย่างประชากรของการวิจัยครั้งนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย จากบัณฑิตวิทยาลัยและแบบสอบถามไปติดต่อกับผู้จัดการของศูนย์สุขภาพ

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปให้ผู้ตอบ ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง และไปปรับ คินด้วยตนเอง หรือให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่งคืนทางไปรษณีย์ โดยใช้เวลาในการเก็บข้อมูล 1 เดือน คือ ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2537 ถึงวันที่ 31 มกราคม 2537

การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบ แล้วนำมาวิเคราะห์ โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป สำหรับการวิจัยสถิติทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Sciences Version X : SPSS^x) ดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบ คิดเป็นร้อยละ นำมาเสนอเป็นรูปตารางและความเรียง

2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบแต่ละข้อ แล้วหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยกำหนดคะแนนดังนี้

มีความคาดหวังมากที่สุด เทียบเท่ากับคะแนน 4

มีความคาดหวังมาก เทียบเท่ากับคะแนน 3

มีความคาดหวังน้อย เทียบเท่ากับคะแนน 2

มีความคาดหวังน้อยที่สุด เทียบเท่ากับคะแนน 1

เมื่อได้คะแนนเฉลี่ยแล้วนำมาเรียงลำดับมากน้อยของความคาดหวัง โดยถือเกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป ถือว่ามีความคาดหวัง มากที่สุด

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.50 - 3.49 ถือว่ามีความคาดหวัง มาก

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.50 - 2.49 ถือว่ามีความคาดหวัง น้อย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 0.00 - 1.49 ถือว่ามีความคาดหวัง น้อยที่สุด

จากนั้นนำค่าเฉลี่ยที่ได้มาเสนอในรูปตาราง และความเรียง

3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นระหว่าง 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มสมาชิกชาย

2. กลุ่มสมาชิกหญิง

โดยใช้ค่า "ที" (t-test)

4. กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. คำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างประชากรด้วยสูตรของ ทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane, 1970)
2. ร้อยละ
3. ค่าเฉลี่ย (\bar{X})
4. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
5. การทดสอบ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม โดยใช้ค่า "ที" (t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05
6. การวัดความเที่ยงด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (α Coefficient)