

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ซึ่งมีชั้นตอนและวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา โดยศึกษาทั่วประเทศ จำนวน 10 โรงเรียน ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2546 จำนวนทั้งสิ้น 500 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างนั้น ผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจากนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ทั้ง 10 แห่ง ที่ไม่ใช่กลุ่มผู้ทดลองใช้แบบสอบถาม (นักเรียนทั้งหมด 703 คน ทดลองใช้แบบสอบถาม 30 คน) ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 500 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 250 คน และ นักเรียนหญิง จำนวน 250 คน ซึ่งใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. การสุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi – Stage Sampling) ดังนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มของ ทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane, 1970 อ้างถึงใน ประคอง วรรณสุด, 2535) ค่าความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ที่ระดับ .05 ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดอย่างน้อยที่สุด 400 คน

ขั้นที่ 2 สุ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียน โดยวิธีการสุ่มแบบสัดส่วน (Proportional Random Sampling) ตามจำนวนประชากรของนักเรียนแต่ละแห่ง ได้ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. โรงเรียนเศรษฐเสถียร	จำนวน	13 คน
2. โรงเรียนโสตศึกษาทุ่งมหาเมฆ	จำนวน	47 คน
3. โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดนนทบุรี	จำนวน	61 คน
4. โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดนครศรีธรรมราช	จำนวน	62 คน
5. โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดสงขลา	จำนวน	54 คน

6. โรงเรียน โสตศึกษาจังหวัดตาก	จำนวน 46 คน
7. โรงเรียน โสตศึกษาจังหวัดขอนแก่น	จำนวน 74 คน
8. โรงเรียน โสตศึกษาจังหวัดชลบุรี	จำนวน 45 คน
9. โรงเรียน โสตศึกษาอนุสารสุนทร เชียงใหม่	จำนวน 62 คน
10. โรงเรียน โสตศึกษาเพชรบูรณ์จังหวัดประจวบคีรีขันธ์	จำนวน 36 คน

ขั้นที่ 3 สุ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนแต่ละชั้นตามสัดส่วนที่ได้ในขั้นที่ 2 โดยสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีชั้นปีที่ศึกษาเป็นตัวแปรในการแบ่งชั้น ดังนี้

1. ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	จำนวน 259 คน
2. ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	จำนวน 197 คน
3. ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	จำนวน 217 คน

ขั้นที่ 4 สุ่มจำนวนนักเรียนตามตัวแปรเพศ โดยการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มตัวอย่างในขั้นที่ 3 ดังนี้

1. นักเรียนชาย	จำนวน 337 คน
2. นักเรียนหญิง	จำนวน 336 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการวิจัย 2 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List) และแบบปลายเปิด (Open Ended)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบถูกหรือผิด มีจำนวน 24 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scales) ชนิด 4 ระดับ (4-Rating Scales) คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scales) ชนิด 3 ระดับ (3-Rating Scales) คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติเลย จำนวน 20 ข้อ

ชุดที่ 2 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา โดยสัมภาษณ์อาจารย์ผู้สอนวิชาพลศึกษา

วิธีการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) ในเรื่องหลักการ จุดมุ่งหมาย โครงสร้าง การเรียนการสอน การวัดและการประเมินผล รวมทั้งศึกษาโครงสร้างเนื้อหา สาระรายวิชา คำอธิบายรายวิชา คู่มือ แผนการสอน หนังสือแบบเรียนในกลุ่มวิชาพัฒนาบุคลิกภาพ วิชาพลานามัยที่เกี่ยวกับเรื่องการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานโยบายการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานอกเวลาเรียน รูปแบบการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานอกเวลาเรียน

2. ศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาจากหนังสือ เอกสาร วารสาร และรายงานการวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง

3. สร้างแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ขึ้นจากการศึกษาหนังสือ เอกสาร วารสาร และรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยยึดหลักการให้ครอบคลุมด้านความรู้ ด้านเจตคติ ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

4. นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นเสนออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติม ให้ครอบคลุมเนื้อหา การใช้ภาษา เพื่อให้เกิดความเหมาะสมและสมบูรณ์ของแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์

5. นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ได้แก้ไขหลังจากการตรวจของอาจารย์ที่ปรึกษาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเกี่ยวข้องและมีประสบการณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา พิจารณาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นก่อนที่จะนำไปทดลองใช้

6. นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ได้รับการแก้ไขหลังจากได้รับการปรับปรุงแก้ไขจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วไปทดลองใช้ (Try - out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน ชั้นปีละ 10 คน รวม 30 คน โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระบรมราชูปถัมภ์ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) จากนั้นนำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนน ดังนี้

6.1 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนในด้านความรู้ นำมาวิเคราะห์หาค่าความยากง่าย (Level of difficulty) คัดเฉพาะข้อที่มีค่าความยากง่ายตั้งแต่ .20 ถึง .80 นำข้อที่คัดมาได้มาคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยง โดยใช้สูตรคูเลอร์ – ริชาร์ดสัน 20 (Kuder Richardson Formula 20) อ้างถึงใน ประคอง กรรณสูต (2535) ได้ความเที่ยงของแบบสอบถามเท่ากับ .784

6.2 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียนในด้านเจตคติและด้านการปฏิบัติ นำมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยงของแบบสอบถามตามวิธีของครอนบัก (Cronbach,1970) อ้างถึงใน ประคอง กรรณสูต (2535) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .788 และ .831 ตามลำดับ

7. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้มาปรับปรุงแก้ไขพร้อมกับให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบก่อน แล้วจึงนำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการทำการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ไปยังผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิเศษ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์
2. ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการทำการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนหรืออาจารย์ใหญ่โรงเรียนโสตศึกษา ทั้ง 10 โรงเรียน เพื่อขอความร่วมมือเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์
3. ผู้วิจัยส่งหนังสือขอความร่วมมือไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนหรืออาจารย์ใหญ่เพื่อขอความร่วมมือจากทางโรงเรียนมอบหมายให้อาจารย์ผู้สอนพลศึกษานำไปให้นักเรียนตอบแบบสอบถาม
4. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและส่งทางไปรษณีย์พร้อมทั้งเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมมาวิเคราะห์ด้วยตนเอง โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส พีซี (SPSS – PC : Statistical Package for the Social Sciences – Personnel Computer Plus) ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีการดำเนินการดังนี้

1. นำข้อมูลจากแบบสอบถาม ชุดที่ 1 ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง
2. นำข้อมูลจากแบบสอบถาม ชุดที่ 1 ตอนที่ 2 ข้อมูลด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา นำมาตรวจและให้คะแนนโดยข้อใดตอบถูกให้ 1 คะแนน ข้อใดตอบผิดให้ 0 คะแนน แล้วนำค่ามาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Means) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

การประเมินคะแนนด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินผลของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2535) ว่าด้วยระเบียบการประเมินผลการเรียนตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2533) ดังนี้

ระดับ 4	ความรู้ดีมาก	ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ	80 ขึ้นไป
ระดับ 3	ความรู้ดี	ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ	70 – 79
ระดับ 2	ความรู้ปานกลาง	ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ	60 – 69
ระดับ 1	ความรู้ควรปรับปรุง	ได้คะแนนตั้งแต่ร้อยละ	50 – 59
ระดับ 0	ความรู้ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนต่ำกว่าร้อยละ	49

เนื่องจากแบบสอบถามมีจำนวน 24 ข้อ คะแนนเต็มเท่ากับ 24 คะแนน ผู้วิจัยจึงนำคะแนนมาเทียบกับเกณฑ์ข้างต้น แล้วนำมาใช้เกณฑ์ประเมินไว้ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	คะแนนรวม	ความหมาย
0.80 - 1.00	22 - 24	ความรู้ดีมาก
0.70 - 0.79	19 - 21	ความรู้ดี
0.60 - 0.69	16 - 18	ความรู้ปานกลาง
0.50 - 0.59	13 - 15	ความรู้พอใช้
0 - 0.49	0 - 12	ความรู้ต้องแก้ไข

3. นำข้อมูลจากแบบสอบถาม ชุดที่ 1 ตอนที่ 3 ข้อมูลด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Means) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) นำเสนอข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง โดยกำหนดค่าของคะแนน ดังนี้

		เจตคติทางบวก	เจตคติทางลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เทียบกับคะแนน	4 คะแนน	1 คะแนน
เห็นด้วย	เทียบกับคะแนน	3 คะแนน	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	เทียบกับคะแนน	2 คะแนน	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เทียบกับคะแนน	1 คะแนน	4 คะแนน

การประเมินพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ด้านเจตคติ ใช้เกณฑ์ตามทีเบสท์ (Best, 1963) ได้กำหนดไว้ ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง	3.50 – 4.00	หมายถึง	ระดับเจตคติดีมาก
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	2.50 – 3.49	หมายถึง	ระดับเจตคดียุติ
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	1.50 – 2.49	หมายถึง	ระดับเจตคติไม่ดี
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	1.00 – 1.49	หมายถึง	ระดับเจตคติต้องแก้ไข

4. นำข้อมูลจากแบบสอบถาม ส่วนที่ 1 ตอนที่ 4 ข้อมูลด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับ พฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Means) และส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (Standard deviation) เป็นรายข้อและส่วนรวม นำเสนอในรูปของตารางประกอบ ความเรียง โดยกำหนดคะแนนดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	ค่าคะแนน	2	คะแนน
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ค่าคะแนน	1	คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติ	ค่าคะแนน	0	คะแนน

การประเมินผลของพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ด้านการปฏิบัติ ใช้เกณฑ์ตามที่เบสท์ (Best, 1963) กำหนดดังนี้

ค่าเฉลี่ย	1.34 - 2.00	หมายถึง	ดีมาก
ค่าเฉลี่ย	0.67 - 1.33	หมายถึง	ดี
ค่าเฉลี่ย	0.00 - 0.66	หมายถึง	พอใช้

5. วิเคราะห์พฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่ศึกษา โดยหาค่าร้อยละ

6. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ตามตัวแปรเพศ โดยหาค่าที (t -test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

7. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ตามชั้นปีที่ศึกษา โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way Analysis of Variance) โดยทดสอบค่าเอฟ (F -test) ถ้าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ให้ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ (Scheffe's method)

8. นำความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้สอนพลศึกษาที่ได้จากการ สัมภาษณ์มาสรุป