

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Surveys Research) เพื่อศึกษาความต้องการของประชาชนผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา โดยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ขั้นตอนและวิธีการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและวิธีการสร้างเครื่องมือ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นประชาชนทั่วไปที่มาใช้บริการด้านการออกกำลังกายในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ในช่วงเย็น เริ่มตั้งแต่เวลา 16.00 น. – 19.30 น. (ข้อมูลจากการบันทึกสถิติของกลุ่มงานกิจการพิเศษ พ.ศ. 2550 ที่ประชาชนเข้ามาใช้บริการ สระว่ายน้ำ ศูนย์สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย และแอโรบิกคันทันซ์) และจากการสังเกตประชาชนที่มาใช้บริการออกกำลังกายประเภท เดิน - วิ่ง มวย ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เปตอง และ ตะกร้อ โดยมีประชากรที่มาออกกำลังกายเฉลี่ยประมาณ 400 - 500 คน / วัน (ข้อมูลสถิติจำนวนผู้มาใช้บริการด้านการออกกำลังกาย ในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา 31 สิงหาคม 2550)

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา เป็นประชาชนที่มาใช้บริการด้านการออกกำลังกายในสถานประกอบการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ในช่วงเช้า - ช่วงเย็น ซึ่งประกอบด้วยประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ดังนี้

1. เดิน - วิ่ง
2. ว่ายน้ำ
3. ฝึกสมรรถภาพทางกาย
4. ฟุตบอล
5. บาสเกตบอล
6. วอลเลย์บอล
7. แอโรบิกด๊านซ์
8. เปตอง
9. ตะกร้อ
10. มวย

ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบความสะดวก (Convenience Sampling) โดยคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรไม่ทราบจำนวนประชากร (บุญชม ศรีสะอาด, 2545 : 41)

จำนวนประชากรมี	200 คน	จะใช้กลุ่มตัวอย่าง	30 - 60 คน
จำนวนประชากรมี	1,500 คน	จะใช้กลุ่มตัวอย่าง	150 - 225 คน
จำนวนประชากรมี	8,000 คน	จะใช้กลุ่มตัวอย่าง	800 - 1,200 คน
จำนวนประชากรมี	30,000 คน	จะใช้กลุ่มตัวอย่าง	1,500 - 3,000 คน

ใช้สูตรดังนี้

$$n = \frac{P(1-p)Z^2}{e^2}$$

เมื่อ	n	แทน	จำนวนสมาชิกกลุ่มตัวอย่าง
	P	แทน	สัดส่วนของประชากรที่ผู้วิจัยกำหนดสุ่ม
	Z	แทน	ระดับความเชื่อมั่นที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ คือ Z มีค่าเท่ากับ 1.96 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % (ระดับ 0.05)
	e	แทน	สัดส่วนของความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นได้

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดสัดส่วนของประชากรเท่ากับ .50 ต้องการระดับความเชื่อมั่น 95 % และยอมให้คลาดเคลื่อนได้ 5%

$$P = .50$$

$$Z = \text{ณ ระดับความเชื่อมั่น 95 \% ดังนั้น } Z \text{ มีค่าเท่ากับ } 1.96$$

$$e = \text{ความคลาดเคลื่อนที่พอจะอนุโลมได้ } 5 \% \text{ ดังนั้น } e = .05$$

$$\begin{aligned} \text{ดังนั้น } n &= \frac{(.50)(1 - (.50))(1.96)^2}{.05^2} \\ &= 384.16 \end{aligned}$$

ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวนอย่างน้อย 385 คน อย่างไรก็ตาม เนื่องจากผู้วิจัยไม่สามารถใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายได้ แต่ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบความสะดวก (ชิดชนก เจริญชาวี, 2539 :222 – 223) ดังนั้นจึงตั้งเป้าหมายให้ได้กลุ่มตัวอย่างมากที่สุดโดยประมาณ 500 คน โดยจะทำการเก็บข้อมูลในช่วง เดือนมกราคม ถึง เดือนมีนาคม พ.ศ. 2551

#### ขั้นตอนและวิธีการเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบความสะดวก เพื่อให้มั่นใจว่าประชากรกลุ่มตัวอย่างจะสามารถเป็นตัวแทนในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับประเด็นที่ต้องการจะศึกษาวิจัยได้เป็นอย่างดี โดยใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างประมาณ 500 คน และพยายามกระจายประชากรให้ครอบคลุมให้มากที่สุด โดยแบ่งตามประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่

1. เดิน – วิ่ง คาดว่าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 100 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่
  - เพศชาย จำนวน 50 คน
  - เพศหญิง จำนวน 50 คน
2. ว่ายน้ำ คาดว่าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 120 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่
  - เพศชาย จำนวน 60 คน
  - เพศหญิง จำนวน 60 คน
1. ฝึกสมรรถภาพทางกาย คาดว่าจะใช้กลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 60 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่
  - เพศชาย จำนวน 30 คน
  - เพศหญิง จำนวน 30 คน

4. ฟุตบอลลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 50 คน เป็นเพศชายทั้งหมด
5. บาสเกตบอลลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 30 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม  
ได้แก่ เพศชาย จำนวน 15 คน  
เพศหญิง จำนวน 15 คน
6. วอลเลย์บอลลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 30 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม  
ได้แก่ เพศชาย จำนวน 15 คน  
เพศหญิง จำนวน 15 คน
7. แฮโรบิกลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 50 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม  
ได้แก่ เพศชาย จำนวน 25 คน  
เพศหญิง จำนวน 25 คน
8. เปตองลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 20 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม  
ได้แก่ เพศชาย จำนวน 10 คน  
เพศหญิง จำนวน 10 คน
9. ตะกร้อลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 30 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม  
ได้แก่ เพศชาย จำนวน 15 คน  
เพศหญิง จำนวน 15 คน
10. มวยลูกเต๋าจะใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง ประมาณ 10 คน เป็นเพศชายทั้งหมด

### วิธีการเก็บข้อมูล

วิธีการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลจากผู้ที่มาออกกำลังกายในแต่ละชนิดกิจกรรมต่าง ๆ โดยวิธีการเก็บ ใช้วิธีการสังเกตประชาชนที่กำลังเดินเข้ามายังสนาม หรือในขณะที่กำลังนั่งพักก่อนในแต่ละสถานที่ออกกำลังกาย หรือในบางครั้งอาจใช้วิธีการรอให้กลุ่มตัวอย่างออกกำลังกายเสร็จก่อนจึงเข้าไปขอเก็บข้อมูล ทั้งนี้อาจปรับได้ตามความเหมาะสมของแต่ละชนิดกิจกรรมการออกกำลังกาย และเวลาที่สะดวกในการเข้าไปหากกลุ่มตัวอย่างว่าเขามีความสะดวกหรือไม่อย่างไร และการเริ่มต้นหักทายตามมารยาท พูดคุยวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย การซักถามเกี่ยวกับความสะดวกในเรื่องของเวลาที่ใช้ในการตอบแบบสอบถาม หากได้คำตอบคือการปฏิเสธ ก็จะกล่าวขอบคุณ และขอความร่วมมือใหม่ในครั้งต่อไป (หากครั้งนี้มีเวลาน้อย คิดธุระ หรือเร่งรีบ)

ในการเก็บข้อมูลการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีผู้ช่วยผู้วิจัย จำนวน 5 คน เป็นนักศึกษาโปรแกรมวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 2 ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้เตรียมความพร้อม โดยอบรมนักศึกษา ที่ทำหน้าที่

เป็นผู้ช่วยผู้วิจัยในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้มีความรู้ ความเข้าใจและชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การทำวิจัยไปครั้งนี้ และอธิบายขั้นตอนวิธีการดำเนินการเก็บข้อมูลโดยละเอียดตามขอบข่ายให้ ผู้ช่วยวิจัยฝึกซ้อมร่วมกันกับตัวผู้วิจัยในการเก็บข้อมูลเพื่อดูเป็นตัวอย่าง เพื่อให้สามารถทำการเก็บ ข้อมูลได้เป็นอย่างดี สามารถทำการเก็บข้อมูลแบบสอบถามได้ตามเป้าหมายที่ต้องการได้

### การสัมภาษณ์

การเก็บข้อมูลการสัมภาษณ์ประชาชน และการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ ผู้วิจัยจะเป็น ผู้สัมภาษณ์ด้วยตัวเอง โดยใช้การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการกับประชาชนตามประเภทกิจกรรม ต่าง ๆ และ ใช้การสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย ส่วนการสัมภาษณ์แบบ Focus group จะ ใช้สัมภาษณ์กับเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการออกกำลังกาย โดยเตรียมประเด็นคำถามไว้ล่วงหน้า (The Interview Guide) อย่างไรก็ตามในการสัมภาษณ์สามารถประยุกต์คำถามให้เหมาะสมกับ สถานการณ์ต่าง ๆ หรือในกรณีที่พบประเด็นที่น่าสนใจอื่น ๆ ที่มีได้ตั้งคำถามไว้ล่วงหน้า หรือมิได้ พบจากการเตรียมการศึกษาไว้ก่อน ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์สามารถตั้งคำถามแทรก เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น แต่อยู่ในกรอบของการศึกษาที่กำหนดไว้ โดยได้กำหนดจำนวน ประชาชนที่มาใช้บริการด้านการออกกำลังกายตามประเภทกิจกรรมการออกกำลังกายแต่ละชนิด ๑ ละ 1 คน รวม 10 คน และสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ จำนวน 3 คน สัมภาษณ์เจ้าหน้าที่รักษา ความปลอดภัย จำนวน 2 คน เนื่องจากผู้วิจัยเป็นบุคลากรของสถาบัน ฯ จึงสามารถใช้วิธีการ ประสานและติดต่อกับสถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ได้ และทำการขออนุญาตสัมภาษณ์ โดยใช้การ นัดสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ และเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยในช่วงที่ทั้งสองฝ่ายสะดวก และมีเวลาว่างที่ตรงกัน สำหรับการสัมภาษณ์ประชาชนที่มาใช้บริการด้านการออกกำลังกายแต่ละ ประเภทกิจกรรม ใช้วิธีการสังเกตผู้ที่มีเวลาว่าง สะดวกและเต็มใจที่จะให้ข้อมูลกับผู้วิจัยได้ สำหรับการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้ขออนุญาตใช้การบันทึกเทป ทั้งนี้เพื่อให้การสัมภาษณ์มีลักษณะของการ สนทนาแบบกันเองอย่างต่อเนื่อง หลังจากนั้นจึงนำเทปบันทึกข้อมูลมาถอดเทป เพื่อจัดระบบและ แบบแผนข้อมูลในการวิเคราะห์ต่อไป

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม เกี่ยวกับความต้องการของประชาชนผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกาย ในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา

แบบสอบถามที่ใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัย แบ่งออกเป็น 5 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านประชากร เป็นข้อมูลทั่วไป มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check – list) เพื่อถามข้อมูลเกี่ยวกับ ปัจจัยด้านประชากร ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ช่วงเวลาที่ออกกำลังกาย และประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความต้องการใช้บริการด้านการออกกำลังกาย มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) (พิพัตน์ ลักษณ์จิรกุล, 2544 : 4.5 – 4.9) แบ่งได้ 3 ช่วง ดังนี้

3	หมายถึง	มีความต้องการใช้บริการระดับมาก
2	หมายถึง	มีความต้องการใช้บริการระดับปานกลาง
1	หมายถึง	มีความต้องการใช้บริการระดับน้อย

ลักษณะคำตอบจัดเป็นลำดับความต้องการ ดังนี้

ระดับความต้องการมาก	หมายถึง	ความรู้สึกต่อสิ่งที่ต้องการจะเกิดขึ้นในการใช้บริการด้านการออกกำลังกายมาก
ระดับความต้องการปานกลาง	หมายถึง	ความรู้สึกต่อสิ่งที่ต้องการจะเกิดขึ้นในการใช้บริการด้านการออกกำลังกายปานกลาง
ระดับความต้องการน้อย	หมายถึง	ความรู้สึกต่อสิ่งที่ต้องการจะเกิดขึ้นในการใช้บริการด้านการออกกำลังกายน้อย

เกณฑ์ในการใช้แปลผลระดับความต้องการใช้บริการด้านการออกกำลังกายมีระดับคะแนน

สำหรับแปลผลค่าเฉลี่ยที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม ค่าเฉลี่ยอยู่ในช่วงใดจะแปลความหมายตามค่าเฉลี่ยต่อไปนี้

ค่าเฉลี่ย	2.51 - 3.00	หมายความว่า	มีความต้องการใช้บริการมาก
ค่าเฉลี่ย	1.51 - 2.50	หมายความว่า	มีความต้องการใช้บริการปานกลาง
ค่าเฉลี่ย	1.00 - 1.50	หมายความว่า	มีความต้องการใช้บริการน้อย

โดยแบ่งความต้องการใช้บริการด้านการออกกำลังกายออกเป็น 4 ด้านจำนวน 37 ข้อ ประกอบด้วย

- |                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| 1. ด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ      | จำนวน 10 ข้อ |
| 2. ด้านการจัดกิจกรรม                | จำนวน 9 ข้อ  |
| 3. ด้านสถานที่                      | จำนวน 8 ข้อ  |
| 4. ด้านอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก | จำนวน 10 ข้อ |

และใช้คำถามปลายเปิด (Open – ended questionnaire) ภายใต้อุปกรณ์ของความต้องการในการใช้บริการด้านการออกกำลังกายทั้ง 4 ด้าน

### ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัญหาการใช้บริการด้านการออกกำลังกาย

มีลักษณะเป็นคำถามปลายปิด และปลายเปิด โดยให้เลือกตอบว่า มีปัญหาหรือไม่มีปัญหา จำนวน 4 ข้อ กรณีที่ผู้ตอบแบบสอบถามมีปัญหา สามารถพิจารณาเลือกตอบคำตอบตามที่กำหนดได้หลายข้อ มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check – list) และมีคำถามปลายเปิดเพิ่มเติม (Open – ended questionnaire) โดยแบ่งปัญหาการใช้บริการด้านการออกกำลังกายออกเป็น 4 ด้าน คือ

- 3.1 ด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ
- 3.2 ด้านการจัดกิจกรรม
- 3.3 ด้านสถานที่
- 3.4 ด้านอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

โดยนำมาประมวลความคิดเห็น และข้อเสนอแนะต่าง ๆ แล้วสรุปในภาพรวม

### ตอนที่ 4 แบบสัมภาษณ์ประชาชนผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกาย จำนวน 10 คน

สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการใช้บริการด้านการออกกำลังกายในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา จำนวน 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ ด้านการจัดกิจกรรม ด้านสถานที่ ด้านอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านอื่น ๆ

### ตอนที่ 5 แบบสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ จำนวน 5 คน ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่ผู้

ให้บริการด้านการออกกำลังกาย จำนวน 3 คน และเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย จำนวน 2 คน สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการให้บริการด้านการออกกำลังกายแก่ประชาชนในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา จำนวน 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ ด้านการจัดกิจกรรม ด้านสถานที่ ด้านอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านอื่น ๆ

## วิธีการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านประชากร เพื่อรวบรวมเป็นข้อมูลในการสร้างเครื่องมือวิจัย
2. สร้างเครื่องมือวิจัยให้สามารถวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย
3. นำเครื่องมือวิจัยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ซึ่งประกอบด้วย อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการให้บริการด้านการออกกำลังกายทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา หรือวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 2 คน และผู้ทรงคุณวุฒิด้านสาธารณสุข จำนวน 1 คน ตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหา และความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ เมื่อผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 คนแล้ว ผู้วิจัยนำเครื่องมือมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ภายใต้อำนาจหน้าที่ของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
4. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับประชาชนที่มาออกกำลังกายที่ศูนย์เยาวชน เทศบาลนครยะลา อำเภอเมือง จังหวัดยะลา จำนวน 30 คน

## ขั้นตอนในการดำเนินการเก็บข้อมูล

การศึกษาความต้องการของประชาชนผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา มีขั้นตอนในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

### 1. ขั้นเตรียมการ

1.1 นำหนังสือจากภาควิชาพลศึกษา ถึงคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี เพื่อขออนุญาตให้นักศึกษาปริญญาโทสาขาสร้างเสริมสุขภาพ ทำการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย เรื่อง ความต้องการของประชาชนผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา

1.2 นำหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ถึงรองอธิการบดีสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลการศึกษาวิจัย โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขออนุญาตดำเนินการเก็บข้อมูล ตามวันและเวลาที่กำหนด

1.3 เมื่อผู้วิจัยได้รับการอนุมัติจากรองอธิการบดีสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ให้ทำการเก็บข้อมูลได้ ผู้วิจัยจึงขออนุญาตผู้ช่วยรองอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษซึ่งรับผิดชอบเกี่ยวกับงานบริการกีฬาเพื่อชุมชน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลของการศึกษาทำวิจัยในครั้งนี้



## 2. ขั้นตอนการ

การเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

2.1 ผู้วิจัยจัดทำแผนการดำเนินการเตรียมเลือกกลุ่มตัวอย่างกับประชาชนที่มาออกกำลังภายในสถานับการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา โดยแบ่งตามประเภทกิจกรรมการออกกำลังกายโดยการกำหนดวัน และเวลาในการเก็บข้อมูล

2.2 ผู้วิจัยทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างกับประชาชนที่มาออกกำลังภายในสถานับการพลศึกษา วิทยาเขตยะลา ใช้วิธีเลือกแบบความสะดวก (Convenience Sampling) โดยใช้แบบสอบถาม

2.3 ดำเนินการติดต่อประสานงานกับผู้ช่วยวิจัยซึ่งเป็นนักศึกษาโปรแกรมวิทยาศาสตรกีฬากี่จำนวน 5 คน โดยทำความเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการทำวิจัยและชี้แจงกระบวนการในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มประชาชนที่มาออกกำลังกายโดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

2.4 ดำเนินการติดต่อประสานงานกับเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ โดยขอความร่วมมือเกี่ยวกับการดำเนินการขออนุญาตเก็บข้อมูลกับประชาชนที่มาใช้บริการออกกำลังกายตามประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย

2.5 ผู้วิจัยใช้วิธีเข้าพบกลุ่มตัวอย่างโดยกระจายตามสัดส่วนของจำนวนผู้ที่มาออกกำลังกายซึ่งมีจำนวนมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับผู้มาใช้บริการตามสถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ของแต่ละชนิดกีฬา

2.6 แนะนำตัวเพื่อสร้างสัมพันธภาพ และชี้แจงวัตถุประสงค์ ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม และชี้แจงถึงกรพิทักษ์สิทธิของผู้ตอบแบบสอบถาม

2.7 เมื่อได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามโดยชี้แจงวัตถุประสงค์ และอธิบายวิธีการทำแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่าง

2.8 ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกครั้งจนครบจำนวน 500 คน โดยเก็บรวบรวมข้อมูลประมาณ 2-3 เดือน

## 3. ขั้นตอนวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการ โดยวิธีการทางสถิติตามที่ได้วางแผนไว้

## การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for window โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ความถี่ (Frequency) หาค่าร้อยละ (Percentage) เกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐาน หรือข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง ของจำนวนคนที่ตอบแบบสอบถามในตัวเลือกต่างๆ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ช่วงเวลาของการออกกำลังกาย และประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย

2. ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนความต้องการใช้บริการด้านการออกกำลังกายของประชาชน

## สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ใช้สูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 143 : 1)

$$\text{ร้อยละ} = \frac{\text{จำนวนคำตอบทั้งหมด}}{\text{จำนวนผู้ตอบทั้งหมด}} \times 100$$

2. ค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้สูตร (Ferguson, 1981 : 49)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ	$X$	แทน	ค่าเฉลี่ย
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	$N$	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

3. ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ใช้สูตร (Ferguson, 1981 : 68)

$$S = \sqrt{\frac{n \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ	$S$	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
	$(\sum X)^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
	$N$	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

4. การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$  - Coefficient) ของครอนบัก (พิพัฒน์ ลักษมีจรัสกุล, 2544 : 4.9)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S^2} \right\}$$

เมื่อ	$\alpha$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
	$n$	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	$S^2$	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนรวมของแบบสอบถาม
	$\sum S_i^2$	แทน	ผลรวมของค่าความแปรปรวนของคะแนนของแบบสอบถามแต่ละข้อ