

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริมของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นปริญญาตรี หลักสูตร 4 ปี ปีการศึกษา 2544 โดยมีวิธีการศึกษาดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังศึกษาระดับชั้นปริญญาตรี หลักสูตร 4 ปี ที่ทำการศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2544 จำนวน 341 คน

กลุ่มตัวอย่าง

การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีวิธีการดังต่อไปนี้

1. จากประชากรนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังศึกษาระดับชั้นปริญญาตรี หลักสูตร 4 ปี มีจำนวนทั้งสิ้น 341 กลุ่มตัวอย่างได้จากการใช้ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ของ Darwin Hendel April (อ้างใน กนกทิพย์ พัฒนาพัพพันธ์, 2539) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นจำนวน 180 คน (เนื่องจากวิทยาลัยพลศึกษาแห่งนี้ เพิ่งเปิดหลักสูตรปริญญาตรีหลักสูตร 4 ปี ได้เพียง 3 ปี จึงมีเพียงนักศึกษา 3 ชั้นปี)

2. จากขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 180 คน ผู้ศึกษาใช้วิธีแบ่งตามสัดส่วน (Proportion Random Sampling) ดังนี้

ตารางที่ 3.1 แสดงขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ชั้นปี	จำนวนทั้งหมด			จำนวนตัวอย่างตามสัดส่วน		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
ปี 1	93	44	137	49	23	72
ปี 2	125	38	163	66	20	86
ปี 3	28	13	41	15	7	22

เครื่องมือที่ใช้

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาดัดแปลงจากการศึกษาของ Kim (2000) แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง เช่น เพศ อายุ ระดับชั้นที่ศึกษา ชนิดกีฬาที่เล่น รายได้หรือค่าใช้จ่าย เป็นแบบสอบถามชนิดปลายเปิดและปลายปิด

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้วิตามินและเกลือแร่เสริม เป็นแบบสอบถามชนิดปลายเปิดและปลายปิด ซึ่งแบ่งแบบสอบถามเป็น

ก. การใช้วิตามินเสริม

ข. การใช้เกลือแร่เสริม

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรงด้านเนื้อหา (content validity) เมื่อปรับปรุงเครื่องมือตามวัตถุประสงค์แล้ว นำแบบสอบถามเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน คือ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านโภชนาการ 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสถิติ 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและทำการปรับปรุงแก้ไขตามที่ผู้ทรงคุณวุฒิแนะนำ

2. การหาความเที่ยงตรง (reliability) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริงจำนวน 20 คน โดยวิธี test-retest method ได้ค่าเท่ากับ 0.95

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอนหนังสือจากสาขาวิชาไปถึงวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อชี้แจงเหตุผล และขออนุญาตเก็บข้อมูลจากนักศึกษา
2. เมื่อได้รับอนุมัติจากอาจารย์วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ เรียบร้อยแล้ว ผู้ศึกษาพบอาจารย์ฝ่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา รายละเอียดในการเก็บรวบรวมข้อมูลและขอความร่วมมือในการศึกษา
3. ผู้ศึกษาทำการสำรวจรายชื่อและจำนวนนักศึกษา จัดกลุ่มตัวอย่างแบ่งตามสัดส่วนที่วางไว้ พร้อมทั้งสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามจำนวนที่แบ่งไว้ข้างต้น
4. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 12 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2545

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากการศึกษาครั้งนี้ ได้ทำการประมวลผลข้อมูลโดยคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC (Statistical Package for the Social Science) for windows 10 โดยการประเมินผลข้อมูลเป็นจำนวนและร้อยละ