

POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion työelämävastaavuus

Matti Pöysti

5/2020

Tiivistelmä

Tekijä	Tutkinto
Matti Pöysti	Poliisi (AMK) / 20181
Julkaisun nimi	Julkiisuusaste
POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion työelämävastaavuus	Julkinen
Ohjaaja	Opinnäytetyön muoto
Jari Ylinen / Anu Haikansalo	Tutkimuksellinen opinnäytetyö
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämän tutkimuksen tarkoitus oli selvittää kuinka hyvin POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio vastaa kohderyhmän mielestä sitä, mitä poliisin työssä fyysisesti vaaditaan. Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella webropol -ohjelman avulla. Kysely lähetettiin jo työharjoittelunsa suorittaneille AMK -kursseille 20171, 20172, 20173, 20174, 20181 sekä POLAMKin henkilöstöstä opiskelijapalveluiden valintatiimistä kahdelle henkilölle ja kahdelle liikunnanopettajalle. Kysely lähetettiin yhteensä 432 henkilölle, josta 157 vastasi kyselyyn.</p> <p>Tutkimuksen hypoteesina oli, että POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio ei vastaa täysin poliisityön fyysisiä vaatimuksia.</p> <p>Tutkimuksen tuloksista ilmeni, että POLAMKin pääsykokeiden fyysisessä osiossa mitataan kohderyhmän mielestä alaraajojen voimatasoja puutteellisesti ja yläraajojen voimatasoja hyvin. Pääsykokeiden fyysisistä osa-alueista kestävyyskokeen koettiin vastaavan parhaiten ja penkkipunnerruksen heikoiten poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Yksittäisenä parannusehdotuksena moni vastaaja ehdotti nukenkantotestiä. Nukenkantotestin katsottiin korjaavan puutteita alaraajojen ja keskivartalon voimatasojen mittaamattomuudessa ja testin katsottiin olevan työelämälähtöinen.</p> <p>Liikunnanopettajahenkilöstö toi esille rajoittavina tekijöinä pääsykokeiden fyysisen osion muokkaamisessa mm. aikataululliset seikat sekä valvojien sitouttamisen testiin. Opiskelijapalveluiden valintatiimi toi ilmi, että pääsykokeiden soveltuvuuskoeteilla haetaan poliisikoulutukseen soveltuvia opiskelijoita, eikä valmiita poliiseja. Pääsykokeen ei siis valintatiimin näkökulmasta kuulukaan olla täysin poliisin työelämän vaatimuksia vastaava.</p>	
Sivumäärä	Tarkastuskuukausi ja -vuosi
25 + 19	5/2020
<p>Avainsanat</p> <p>Liikunta, pääsykokeet, POLAMK, fyysinen kuormittavuus, fyysiset vaatimukset, työelämävastaavuus</p>	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	2
1.1 Työn tavoite ja tarkoitus	2
1.2 Tutkimusongelmat	3
2 POLIISITYÖN FYYSISET VAATIMUKSET	4
2.1 Poliisityön fyysinen kuormittavuus	4
3 POLAMKIN PÄÄSYKOKKEIDEN FYYSINEN OSIO	6
3.1 Pääsykokeiden kuntotestaus	6
3.2 Kestävyyskoe	6
3.3 Ketteryyskoe	6
3.4 Ylätalja- ja leuanveto	7
3.5 Penkki-punnerrus	8
4 TUTKIMUSMENETELMÄ	9
4.1 Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä	9
4.2 Tutkimuksen kokonaisluotettavuus	10
4.2.1 Validiteetti	10
4.2.2 Reliabiliteetti	10
4.3 Tutkimuksen kohderyhmä	11
4.4 Kyselyn järjestäminen	11
4.5 Kyselyn sisältö	11
4.6 Tilastolliset menetelmät	12
5 TUTKIMUSTULOKSET	13
5.1 Vastaajien taustatiedot	13
5.2 Tyytyväisyys vastaavuuteen	14
5.3 Alaraajojen, yläraajojen ja keskivartalon mittaus	15
5.4 Nykyisten osa-alueiden täsmällisyys fyysisiin vaatimuksiin	16
5.5 Nykyisten osa-alueiden täsmättömyys fyysisiin vaatimuksiin	17
5.6 Osa-alueiden puutteet	18
5.7 Korjausehdotukset	18
5.8 Vapaaehtoinen palaute	19
6 POHDINTA	20
6.1 Kohderyhmä	20
6.2 Tulokset	20
6.3 Palaute	22
6.4 Tutkimuksen kokonaisluotettavuus ja jatkotutkimusmahdollisuudet	23
LÄHTEET	25
LIITTEET	27

1 JOHDANTO

1.1 Työn tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyöni aihe on POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion työelämävastaavuus. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, kuinka hyvin POLAMKin pääsykokeiden fyysiset testit mittaavat harkiten valikoidun kohderyhmän mielestä sitä, mitä poliisin työssä fyysisesti vaaditaan. Tarkoituksena on selvittää yleistä tyytyväisyyttä testeihin ja rakentaa pohja mahdollisille jatkotutkimuksille.

Vaikka poliisin työtehtäviä onkin olemassa hyvin erilaisia, niin jokaisen poliisin tulee pystyä tarvittaessa turvautumaan voimakeinoihin työtehtävissään. Poliisin oikeus voimakeinojen käyttöön säädetään poliisilaissa 2 luku 17 §. Poliisi joutuu työssään turvautumaan voimakeinoihin ja tätäkin ajatellen poliisilla tulee olla riittävä fyysinen toimintakyky työtehtävien suorittamiseen. Tämän lisäksi riittävä fyysinen toimintakyky vaikuttaa sekä poliisin työturvallisuuteen että työhyvinvointiin.

Aihe on ajankohtainen, koska POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio on ollut nyky muodollaan 1.6.2016 alkaen, eikä tästä aiheesta ole tehty aikaisemmin tutkimusta. Tämä tutkimus toteutetaan Webropol -ohjelmalla kyselytutkimuksena.

Yksittäisenä esimerkkinä nukenkantotesti lähti pois fyysisten ominaisuuksien soveltuvuuskokeesta 01.02.2016. Nukenkantotesti oli määritelty mittaamaan jalkojen ja keskivartalon voimatasoa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2014, 7.)

Tällä hetkellä POLAMKin pääsykokeiden fyysisessä osiossa testataan hakijan aerobinen ja anaerobinen kunto, kehonhallinta, koordinaatio ja motoriikka, voima suhteessa omaan kehoon yläselän ja käsien koukistajien lihaksiston osalta sekä ylävartalon voimataso ulkoista kuormaa vasten. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 7.)

Mielestäni POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion mittaamisessa on puutteita, eikä se mittaa nyky muodollaan riittävästi esim. hakijan jalkojen ja keskivartalon voimatasoa. Tämä toimii tutkimukseni hypoteesina, mutta en kuitenkaan anna henkilökohtaisen mielipiteeni vaikuttaa tutkimukseni luotettavuuteen.

Oma näkemykseni on, että hallinnossa ollaan avoimia muokkaamaan POLAMKin pääsykokeiden fyysistä osiota, jos pystytään perustellusti toteamaan, että fyysisen osion testeissä on puutteita. Kyselytutkimukseni tarjoaa pohjan pitää pääsykokeiden fyysinen osio ennallaan tai muuttaa sitä jatkotutkimusten avulla, jos tarve vaatii. Minulla on ammattikorkeakouluopinnot liikunta-alalta sekä koulutetun hierojan ammatti, jotka tukevat omalta osaltaan tämän tutkimisen tietopohjaa.

1.2 Tutkimusongelmat

Tutkimusongelmat, joihin tällä tutkimuksella on tarkoitus vastata:

1. Kokeeko kyselyn kohderyhmä POLAMKin pääsykokeiden fyysisten ominaisuuksien testaamisen täsmälliseksi suhteessa poliisin työn fyysisiin vaatimuksiin?
2. Mitkä osa-alueet kohderyhmä kokee pääsykokeiden fyysisten ominaisuuksien testauksessa suhteessa poliisityön vaatimuksiin soveltuviksi ja mitkä osa-alueet vähemmän soveltuviksi?
3. Onko kyselyn kohderyhmällä selkeitä eroja vastauksissa POLAMKin henkilöstön ja muun kohderyhmän välillä?
4. Puuttuuko kyselyn kohderyhmänryhmän mielestä POLAMKin pääsykokeiden fyysisten ominaisuuksien testaamisesta jotain oleellista suhteessa poliisin työn fyysisiin vaatimuksiin?

2 POLIISITYÖN FYYSISET VAATIMUKSET

Poliisissa on hyvin erilaisia työtehtäviä, joissa fyysisen kuormittavuuden osuus vaihtelee. Tuon tässä kappaleessa esille erilaisia työnkuvia poliisin organisaatiossa ja samalla käsittelen, miten fyysinen kuormitus näkyy yleisellä tasolla poliisityössä.

Poliisin tehtävät on määritelty (Poliisilain 2011/872, 1:1§) mukaan:

”Poliisin tehtävänä on oikeus- ja yhteiskuntajärjestyksen turvaaminen, kansallisen turvallisuuden suojaaminen, yleisen järjestyksen ja turvallisuuden ylläpitäminen sekä rikosten ennalta estäminen, paljastaminen, selvittäminen ja syyteharkintaan saattaminen. Poliisi toimii turvallisuuden ylläpitämiseksi yhteistyössä muiden viranomaisten sekä yhteisöjen ja asukkaiden kanssa ja huolehtii tehtäviinsä kuuluvasta kansainvälisestä yhteistyöstä.”

Poliisille määritellyistä tehtävistä voidaan päätellä, että poliisin työnkuva on hyvin laaja.

2.1 Poliisityön fyysinen kuormittavuus

Suurimmat määrät poliisikoulutuksen suorittaneista sijoittuvat poliisipalvelulinjalla valvonta- ja hälytystoimintasektoriin, eli kentälle tai rikostorjuntasektoriin eli tutkintaan. Poliisintyö on yleisellä tasolla havaittu olevan fyysiseltä kuormitukseltaan kevyttä, mutta työhön sisältyvän hetkellisiä kuormitushuippuja. Poliisintyölle ominaista on havaittu olevan tilanteet, joissa tulee äkillinen siirtymä nollakuormitustilanteesta maksimaaliseen kuormitukseen. (Vuorensyrjä 2012, 21, 24.)

Poliisin työn fyysinen rasittavuus voidaan katsoa syntyvän pääasiassa dynaamisesta ja staattisesta lihastyöstä. Tämä kuormittaa sekä verenkiertoelimistöä että tuki- ja liikuntaelimiä. Kuormituksen katsovan jakaantuvan melko tasaisesti dynaamiseen ja staattiseen lihastyöhön. Suurin osa tästä lihastyöstä on satunnaista ja lyhytaikaista. Tämän tyyppistä lihastyötä tapahtuu useimmiten voimankäyttötilanteissa sekä kiinniottotilanteissa. (Niemi 2015, 11.)

Hyvä motorinen taito on tärkeää sujuvan ja turvallisen työsuorituksen kannalta monella poliisin tehtävällä. Tasapainojärjestelmä kuormittuu mm. liikkuvassa hälytysajoneuvossa.

Liikkuvuus, ketteryys ja liikehallinta ovat ominaisuuksia, joita parantamalla poliisin terveys- ja turvallisuusriskejä voitaisiin vähentää. (Niemi 2015, 14.)

Poliisin eri sektoreilla on työn kuormittavuudessa eroja. Poliisin toimenkuvaan kuuluvat tehtävät tulee kuitenkin jokaisen poliisin pystyä suorittamaan huomioiden oma turvallisuus sekä muiden turvallisuus. Poliisintyössä on fyysisesti kuormittavia tehtäviä, joiden kuormitusta lisäävät mm. väkivallan uhka ja voimankäyttötilanteet. (Ahonen 2018, 13.)

(Vuorensyrjän 2012, 24.) raportissa mainitaan, kuinka poliisin työssä fyysistä kuormitusta aiheuttavat mm. nostamisesta, kantamisesta, kiinnipitämisestä ja juoksemisesta.

Lyhyiden juoksumatkojen voidaan katsoa vaativan lähinnä anaerobista suorituskykyä. Nostamisen, kantamisen sekä kiinnipitämisen voidaan katsoa taas vaativan staattista ja dynaamista voimantuoton suorituskykyä.

(Korhosen ym. 2006, 21.) Pro gradussa tuodaan esille, että poliisilta vaaditaan moitteetonta yleistä terveydentilaa sekä hyvää fyysistä ja psyykkistä kuntoa poliisityön kuormitushuippujen suorittamiseen. Tämän sanotaan otettavan huomioon poliisiksi hakeutuvien valintavaiheessa testaamalla hakijoiden fyysistä ja psyykkistä kuntoa. Pro gradussa tuotiin myös esille, kuinka poliisin työn fyysisenä kuormittavuutena ilmenevät painiminen ja kiipeäminen sekä erilaiset raahaamistehtävät. Juoksemisesta pro gradussa mainittiin juoksumatkojen olevan poliisityössä harvemmin pitkiä.

3 POLAMKIN PÄÄSYKOKOKEIDEN FYYSINEN OSIO

3.1 Pääsykokeiden kuntotestaus

POLAMKin pääsykokeiden fyysiseen osioon kuuluu Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton pohjoismainen uimataitotesti, joka suoritetaan itsenäisesti ennen pääsykokeiden kuntokoetta. Pääsykokeiden kuntokokeessa suoritetaan neljä osiota järjestyksessä: kestävyyskoe, ketteryyskoe, ylätalja / leuanveto ja penkki-punnerrus. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 6.)

3.2 Kestävyyskoe

Kestävyyskokeena toimii 1500 metrin juoksutesti. Testin on tarkoitus mitata hakijan aerobista ja anaerobista kuntoa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 7.)

Anaerobisella kynnyksellä tarkoitetaan sitä, kun syke on niin korkea, että maitohappoa alkaa kertyä lihaksiin sellaisella tahdilla, että keho ei kykene poistamaan maitohappoa samaa tahtia, kun sitä muodostuu. Anaerobinen kynnyks on tavallisesti noin 85 – 95 % henkilön maksimisykkeestä. Aerobisen ja anaerobisen kynnyksen väliin jää niin sanottu aerobinen alue. (Triathlon Suomi)

1500 metrin juoksumatkalla, juostessa maksimaalista suoritusta, aluksi sykealueet ovat aerobisella alueella ja lopuksi anaerobisella alueella. Voidaan siis päätellä, että kuntokokeen kestävyyskoe mittaa sille määriteltyä osa-aluetta.

3.3 Ketteryyskoe

Ketteryyskokeena toimii ketteryysrata, johon kuuluu ristiaskellus penkin yli 10 kertaa, kuperkeikka, keilan kierto, 50 cm korkean aidan alitus, keilan kierto ja käänös takaperin juoksuun, 10 metrin takaperin juoksu, käänös etuperin juoksuun, keilan kierto ja kolmen juoksuaidan ylitys, jotka ovat korkeudeltaan naisilla 69 cm ja miehillä 77 cm. Testin on tarkoitus mitata hakijan kehonhallintaa, koordinaatiota ja motoriikkaa. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 7, 8.)

Motoriikka itsessään voidaan jakaa hienomotoriikkaan ja karkeamotoriikkaan. Hienomotoriikalla tarkoitetaan liikkeitä, joissa työskennellään pienillä lihasryhmillä ja

karkeamorotiikalla liikkeitä, joissa työskennellään suurilla lihasryhmillä. (Jaakkola 2010, 48.)

Ketteryyskokeen liikkeet ovat suurilla lihasryhmillä tehtäviä ja näin ollen voidaan katsoa mittaavan karkeamotoriikkaa.

Kehonhallinta ja motoriikka nivoutuu yhteen siten, että kehonhallinnan voidaan katsoa olevan motorista kuntoa. (Pasanen, 2020.)

Ketteryyskokeessa mitataan karkeamotoriikkaa, joten sen voidaan katsoa mittaavan myös motorista kuntoa, eli kehonhallintaa.

Koordinaatio tarkoittaa liikkeiden yhdistämiskykyä. Koordinaatiota mitatessa tarkastellaan pään, keskivartalon sekä raajojen sulavaa ja yhdenaikaista yhdistämistä liikkeen suorittamiseksi. Esimerkiksi juoksussa raajojen toiminta tulee koordinoita saman vaiheisin vastakkaisvaiheisin liikkein sulavaksi ja yhdenaikaiseksi liikeyhdistelmäksi. (Pasanen, 2020.)

Ketteryyskokeen liikkeissä tulee osata yhdistää liikeyhdistelmiä sekä liikkeiden sisällä että liikkeestä toiseen sulavasti, joten kokeen voidaan katsoa mittaavan koordinaatiota.

3.4 Ylätalja- ja leuanveto

Ylätaljan- ja leuanvedon testaamisen on tarkoitus mitata hakijan voimaa suhteessa omaan kehoon yläselän ja koukistajien lihaksiston osalta. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 7.)

Molemmissa suoritustavoissa vedetään tanko käsin, myötäotteella, kyynärnivel oienneesta asennosta koukistettuun asentoon siten, että leuan kärki menee tangon yli. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 8.)

Leuanvedossa työskentelevät ylävartalon lihasryhmät. Leuanvedossa työskentelee erityisesti leveä selkälihas, joka lähentää olkaniveltä kohti vartaloa. Tämän lisäksi leuanvedossa työskentelevät liereälihaksen, hartialihaksen takaosa sekä kolmipäisen olkalihaksen, eli ojentajan pitkä pää. (Hulmi 2015, 80.)

Ylätaljavedossa työskentelee samalla tavalla pääsuorittajana leveä selkälihas sekä avustavina lihaksina liereälihakset. (Hulmi 2015, 80.)

Ylätalja- ja leuanvedossa pääsuorittajalihasena sekä avustavina lihaksina voidaan pitää ylävartalon lihaksistoa. Tästä voidaan päätellä, että liikkeissä mitataan hakijan yläselän ja koukistajien lihaksiston voimatasoa. Leuanvedossa liike suoritetaan omaa kehonpainoa nostaan, joten leuanvedon voidaan katsoa mittaavan hakijan voimaa suhteessa omaan kehoon yläselän ja koukistajien lihaksiston osalta.

3.5 Penkkipunnerrus

Penkkipunnerruksen testaamisen on tarkoitus mitata hakijan ylävartalon voimatasoa ulkoista kuormaa vasten. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 7.)

Suorituksessa tulee olla hartioiden levyinen ote ja jalkojen tulee olla irti maasta. (Poliisiammattikorkeakoulu 2019, 9.)

Penkkipunnerruksessa työskentelevät ylävartalon lihasryhmät. Penkkipunnerruksessa työskentelee erityisesti iso rintalihas, joka tekee olkanivelen koukistusta ja horisontaalista lähennystä. Tämän lisäksi penkkipunnerruksessa työskentelevät hartialihaksen etuosa sekä kolmipäinen olkalihas, eli ojentaja. (Hulmi 2015, 97.)

Kapea ote korostaa penkkipunnerruksessa kolmipäisen olkalihaksen roolia, kun taas leveä ote ison rintalihaksen roolia pääsuorittajana. (Hulmi 2015, 97.)

Penkkipunnerruksen pääsuorittajalihasena sekä avustavina lihaksina voidaan pitää ylävartalon lihaksistoa riippumatta oteleveydestä. Penkkipunnerruksessa ei nosteta omaa kehonpainoa, vaan tuotetaan voima ulkoista kuormaa vasten. Tästä voidaan päätellä, että liikkeissä mitataan hakijan ylävartalon voimatasoa ulkoista kuormaa vasten.

4 TUTKIMUSMENETELMÄ

Tässä opinnäytetyössä on tarkoitus kerätä kyselyn avulla tilastollista tietoa, havainnollistaa se kaavioiden avulla ja pohtia tuloksista johtopäätöksiä. Kyseessä on siis määrällinen tutkimustyyppinen opinnäytetyö.

Tieteellisessä tutkimuksessa tulee noudattaa tiettyjä sääntöjä ja vaatimuksia. Tutkimuksen tunnuspiirteiksi voidaan luetella mm. universalismi, yhteisöllisyys, puolueettomuus ja kriittinen tarkastelu. Tutkimustyötä ei tule sekoittaa kehittämistoimintaan tai projektityöhön, joiden ei tarvitse välttämättä noudattaa samanlaisia tieteenalan sääntöjä kuin tutkimustyyppisen työn. (Salonen 2013, 9.)

Määrällisen tutkimusmenetelmän on tarkoitus antaa yleiskuva mitattavien asioiden välisistä suhteista ja eroista. Määrällinen tutkimusmenetelmä vastaa yksinkertaisuudessaan kysymykseen ”kuinka paljon?”. Määrällisessä tutkimuksessa on tyypillistä, että vastaajia on paljon. Suositeltavana vähimmäismääränä pidetään noin 100 henkilöä, jos tutkimuksessa on tarkoituksena käyttää tilastollisia menetelmiä. Suuri otos kuvaa perusjoukon keskimääräistä mielipidettä, asennetta tai kokemusta paremmin tutkittavasta asiasta kuin pieni otos. (Vilka 2007, 13, 17,)

Tutkimuksessa teetetyssä kyselyssä kysymysten muoto on vakioitu, eli kaikilta kyselyyn vastaavilta kysytään samat kysymykset samassa järjestyksessä ja samalla tavalla. Kysely on paras tapa kerätä tietoa tutkittavista silloin, kun tutkittavia on suuri määrä. Kyselyssä on tärkeää huomioida myös ajoitus. Huonolla ajoituksella kyselyn vastausprosentti voi jäädä niin pieneksi, ettei se anna kattavaa kuvaa perusjoukon mielipiteistä tai asenteista. (Vilka 2007, 27, 28.)

4.1 Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä

Käytän tutkimuksessani kvantitatiivista, eli määrällistä tutkimusmenetelmää. Valitsin tämän tutkimusmenetelmän, koska haluan laajan otannan siitä, mikä on kohderyhmän yleinen mielipide tämän tutkimuksen tutkimusongelmiin.

Kvantitatiivisella tutkimusmenetelmällä selvitetään lukumääriin liittyviä kysymyksiä ja aineisto kerätään yleensä vakioidulla kyselylomakkeella. Tuloksia pohditaan numeroiden

avulla ja usein selvitetään myös eroja tai riippuvuuksia aihealueen sisällä. Kvantitatiivisella tutkimuksella ei pystytä selvittämään välttämättä tarkkoja syitä tiettyyn tutkimusongelmaan, vaan kartoitetaan olemassa olevaa tilannetta. (Heikkilä 2014.)

Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä sopii tähän tutkimukseen myös siitä syystä, että tätä aihealuetta ei ole aikaisemmin tutkittu. Tämän tutkimuksen on tarkoitus luoda pohja sille, että aiheesta voi jatkaa tarvittaessa esimerkiksi kvalitatiivisen, eli laadullisen tutkimuksen, jolla voi pureutua tässä työssä esille tulleetiin seikkoihin syvällisemmin.

Määrällisen ja laadullisen tutkimuksen eroja usein korostetaan, mutta molempaa tutkimusmenetelmää voidaan kuitenkin käyttää vaikka samassa tutkimuksessa. Määrällisellä tutkimuksella voidaan selvittää syy- ja seuraussuhteita, vertailla ja esittää tuloksia numeerisesti. Laadullisella tutkimuksella voidaan taas pyrkiä ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkitystä kokonaisvaltaisesti. (Jyväskylän yliopisto 2015.)

4.2 Tutkimuksen kokonaisluotettavuus

Tutkimuksen reliabiliteetti ja validiteetti muodostavat tutkimuksen kokonaisluotettavuuden. Kokonaisluotettavuus tutkimuksessa on hyvä silloin, kun satunnaisvirheitä on mahdollisimman vähän ja otos edustaa hyvin perusjoukkoa. (Vilka 2007, 174.)

4.2.1 Validiteetti

Tutkimuksen validiteetti tarkoittaa kiteytettynä sitä, että tehty tutkimus mittaa juuri sitä asiaa, mitä tutkimuksessa on tarkoituskin mitata. Tutkimuksen validius on varmistettava huolellisella suunnittelulla. Tutkimusongelmat on määriteltävä tarkasti, jotta ne vastaavat tutkimuksessa selvitettäviä asioita. Tiedonkeruussa tulee huomioida kysymysten yksiselitteisyys sekä se, että kysymykset kattavat kaikki tutkimusongelmat. Perusjoukko tulee määritellä selkeästi, otoksen tulee olla edustava, eli sopivalla otantamenetelmällä valittu perusjoukosta ja vastausprosentin tulee olla korkea validin tuloksen saamiseksi. (Heikkilä 2014.)

4.2.2 Reliabiliteetti

Tutkimuksen reliabiliteetti tarkoittaa sitä, että tutkimus antaa tarkkoja tuloksia ja on toistettavissa samankaltaisin tuloksin. Reliabelin tuloksen saamiseksi otoksen tulee olla

tarpeeksi suuri ja edustava, eli samankaltainen perusjoukon kanssa. Reliabiliteettia kasvattaa myös aineiston käsitteleminen ja tulosten kerääminen huolellisesti ilman virheitä. (Heikkilä 2014.)

Tutkimuksen reliabiliteettia tarkastellessa keskitytään mittaukseen liittyviin asioihin ja tarkkuuteen tutkimuksen toteuttamisessa. (Vilkkä 2008, 149.)

4.3 Tutkimuksen kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat POLAMKin kurssit 20171, 20172, 20173, 20174 ja 20181. Nämä kurssit ovat suorittaneet POLAMKin pääsykokeen fyysisen osion nykymuodossaan ja heillä oli vähintäänkin työharjoittelun verran kokemusta poliisin työstä. Tämän lisäksi kohderyhmään kuului kaksi POLAMKin liikunnanopettajaa ja kaksi opiskelijapalveluiden opiskelijavalinnoista vastaavaa henkilöä. Kysely lähetettiin 432 henkilölle ja vastauksia kerättiin 5 päivän ajan.

4.4 Kyselyn järjestäminen

Kysely toteutettiin Webropol -ohjelmaa käyttäen 27.4.2020 – 1.5.2020 välisenä aikana. Linkki kyselyyn (liite 2.) lähetettiin saatekirjeen kanssa (liite 1.) kohderyhmän sähköpostiosoitteisiin 27.4.2020 ja kyselyyn oli mahdollista vastata 1.5.2020 klo 12:00 saakka.

Vastaamattomille henkilöille lähetettiin muistutusviesti 30.4.2020 Webropol -ohjelman kautta sähköposteihin. 432 henkilöstä 157 henkilöä vastasi kyselyyn 1.5.2020 mennessä ja vastausprosentiksi saatiin näin 36 %.

4.5 Kyselyn sisältö

Kyselylomake laadittiin tutkimusongelmien pohjalta. Kysely muotoiltiin Webropol -ohjelmalla ja sen voi jakaa 8 osioon. Kyselylomakkeella selvitettiin vastaajan mielipiteitä liittyen siihen, kuinka hyvin POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

4.6 Tilastolliset menetelmät

Aineistoa analysoitiin tutkimusongelmien avulla. Tuloksia analysoitiin havaintoarvojen lukumäärillä ja keskiarvojakaumilla. Näitä tuloksia on esitetty työssä pylväsdiagrammien ja sanallisten analysointien avulla. Aineistoa tulkittiin kokonaisuutena ja verrattiin hajontaa mm. kurssien ja henkilöstön välillä.

Itse kysely oli vapaaehtoinen, mutta vastauslomakkeen 1 – 6 osioihin oli pakko vastata, jotta pääsi kyselyssä eteenpäin. 1 osiossa kysyttiin vastaajan taustatietoja ja 2 - 6 osioissa oli vastausvaihtoehtona myös ”en osaa sanoa” -vaihtoehto, jotta kyselyn kokonaisluotettavuus ei kärsisi.

5 TUTKIMUSTULOKSET

Kysely lähetettiin 432 henkilölle, joista 157 henkilöä vastasi. Vastausprosentiksi muodostui näin 36 %.

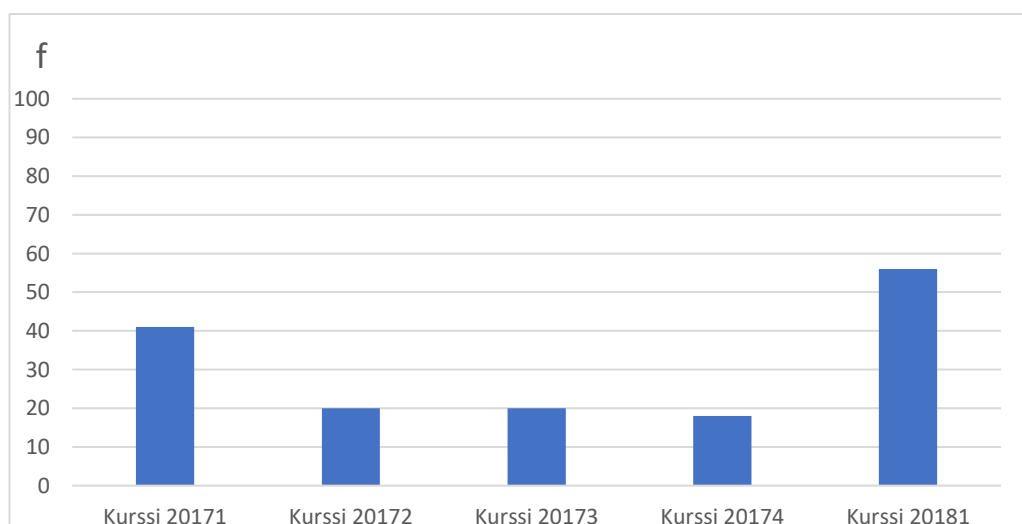
5.1 Vastaajien taustatiedot

Ensimmäisessä osiossa selvitettiin vastaajien taustatietoja. Taustatiedot koskivat vain vastaajan kurssia tai asemaa henkilöstössä, henkilötietojen suojaamisen vuoksi.

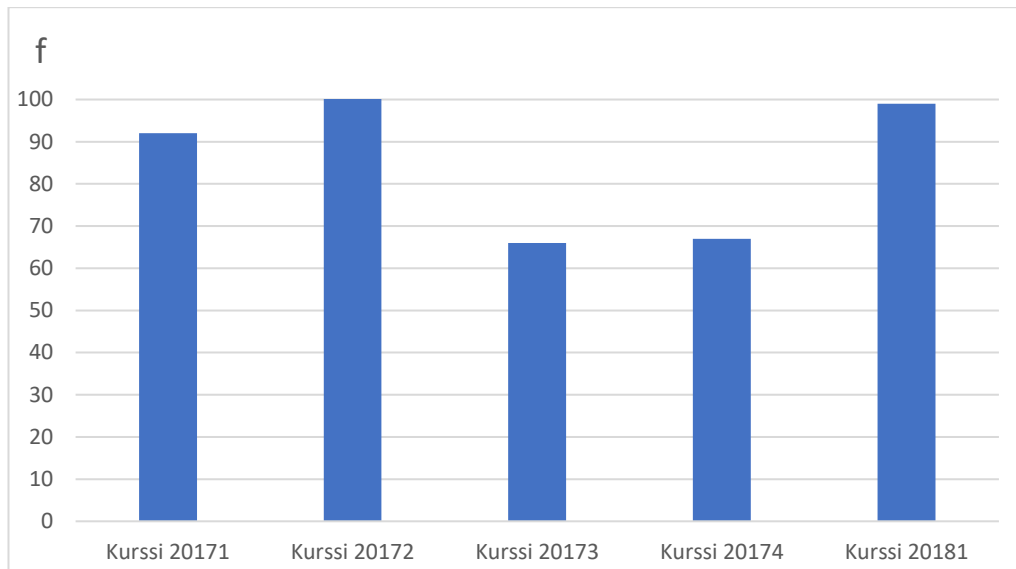
Vastaajia oli yhteensä 157 henkilöä. Kurssien osalta vastaajat painoutuivat kursseille 20171 ja 20181 (Kuvio 1). POLAMKin henkilöstön osalta yksi liikunnanopettaja ja yksi opiskelijapalveluiden opiskelijavalinnoista vastaava henkilö vastasi kyselyyn.

Kyselyyn vastanneista kursseista 41 henkilöä oli 20171 kurssilta, 20 henkilöä oli 20172 kurssilta, 20 henkilöä oli 20173 kurssilta, 18 henkilöä oli 20174 kurssilta ja 56 henkilöä oli 20181 kurssilta. (Kuvio 1.)

Kysely lähetettiin 92 henkilölle kurssilta 20171, 104 henkilölle kurssilta 20172, 66 henkilölle kurssilta 20173, 67 henkilölle kurssilta 20174 ja 99 henkilölle kurssilta 20181. (Kuvio 2.)



Kuvio 1. Kyselyyn vastanneiden kurssien jakauma määrällisesti (n = 155)



Kuvio 2. Kyselyn lähetysmäärä kursseittain (n = 428)

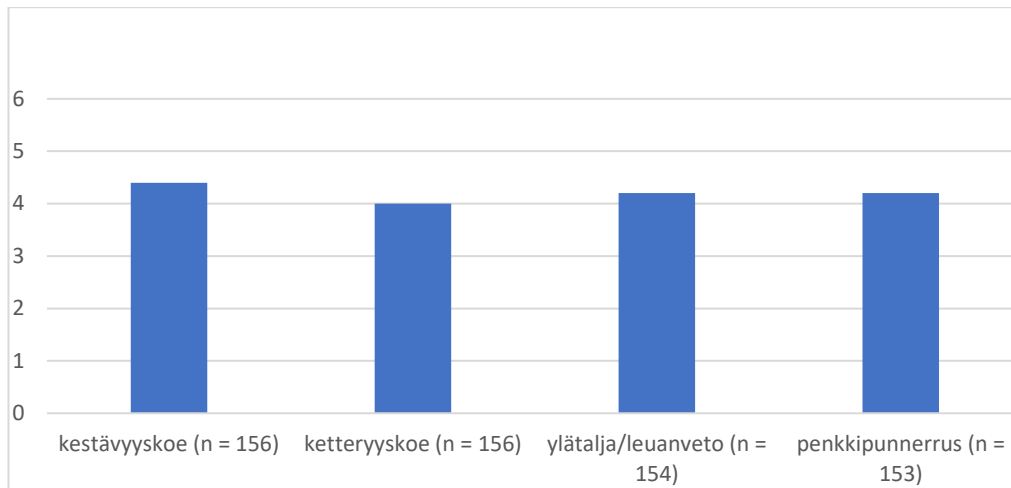
5.2 Tyytyväisyys vastaavuuteen

Toisessa osiossa selvitettiin vastaajien mielipidettä numeerisesti siihen, kuinka hyvin POLAMKin pääsykokeiden kukin fyysinen osio mittaa vastaajan mielestä poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

Kyselylomakkeen toisessa kysymyksessä kysyttiin: ” Kuinka HYVIN mielestäsi POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia? (1 = erittäin heikosti - 6 = erittäin hyvin).” Vastausvaihtoehdot olivat kestävyyskoe, ketteryyskoe, ylätalja/leuanveto sekä penkkipunnerrus.

Asteikolla 1 – 6, vastausten keskiarvoiksi tuli kestävyyskokeen osalta 4.4, ketteryyskokeen osalta 4.0, ylätaljan/leuanvedon osalta 4.2 ja penkkipunnerruksen osalta 4.2. (Kuvio 3.)

Vastaajista 1 henkilö valitsi kestävyyskokeen osalta vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa”, 1 henkilö ketteryyskokeen osalta, 3 henkilöä ylätaljan/leuanvedon osalta ja 4 henkilöä penkkipunnerruksen osalta. Asteikolle 1 – 6 vastaajia oli 156 kestävyyskokeen osalta, 156 ketteryyskokeen osalta, 154 ylätaljan/leuanvedon osalta ja 153 penkkipunnerruksen osalta. (Taulukko 1.)



Kuvio 3. Vastausjakauma siitä, kuinka hyvin kysymykseen asteikolle 1 – 6 vastanneiden mielestä POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia asteikolla 1 – 6. (1 = erittäin heikosti - 6 = erittäin hyvin)

	1	2	3	4	5	6	EOS	Yhteensä
kestävyyskoe	3	5	22	52	51	23	1	157
ketteryyskoe	3	19	32	42	46	14	1	157
ylätalja/leuanveto	5	13	21	49	54	12	3	157
penkki-punnerrus	7	11	24	45	51	15	4	157

Taulukko 1. Vastausjakauma kaikkien vastanneiden kesken siitä kuinka hyvin kyselyyn vastanneiden mielestä POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia asteikolla 1 – 6 + En osaa sanoa. (1 = erittäin heikosti - 6 = erittäin hyvin)

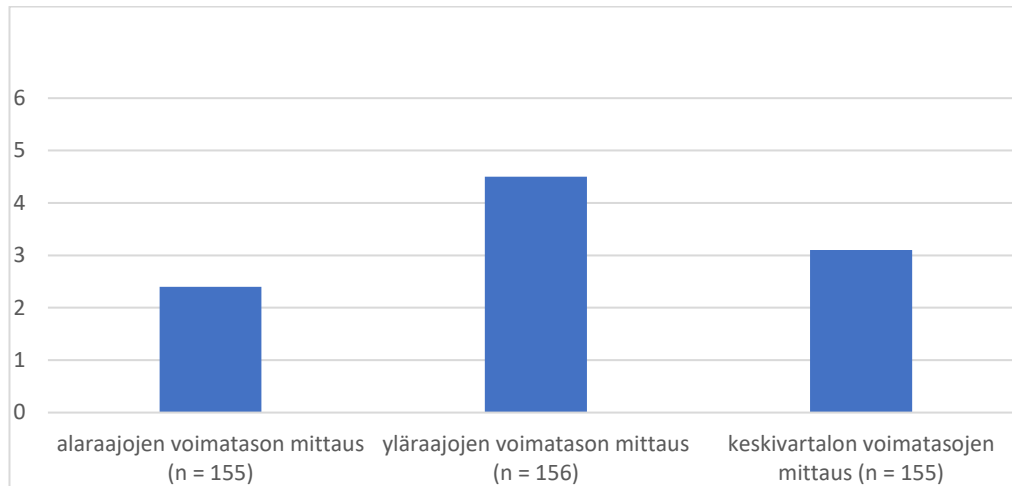
5.3 Alaraajojen, yläraajojen ja keskivartalon mittaus

Kolmannessa osiossa selvitettiin, kuinka hyvin vastaajien mielestä POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio testaa alaraajojen, yläraajojen ja keskivartalon voimatasoja.

Kyselylomakkeen kolmannessa kysymyksessä kysyttiin: ” Kuinka HYVIN mielestäsi POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio testaa (1 erittäin heikosti - 6 erittäin hyvin): alaraajojen (jalkojen) voimatasoa, yläraajojen (käsien) voimatasoa sekä keskivartalon voimatasoa?”.

Asteikolla 1 – 6 vastausten keskiarvoiksi tuli alaraajojen voimatasojen osalta 2.4, yläraajojen voimatasojen osalta 4.5 ja keskivartalon voimatasojen osalta 3.1. (Kuvio 4.)

Vastaajista 2 henkilöä valitsi alaraajojen voimatasojen osalta vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa”, 1 henkilö yläraajojen voimatasojen osalta ja 2 henkilöä keskivartalon voimatasojen osalta. Asteikolle 1 – 6 vastaajia oli siis 155 alaraajojen voimatasojen osalta, 156 yläraajojen voimatasojen osalta ja 155 keskivartalon voimatasojen osalta. (Taulukko 2.)



Kuvio 4. Vastausjakauma siitä, kuinka hyvin kysymykseen asteikolle 1 – 6 vastanneiden mielestä POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio testaa alaraajojen, yläraajojen sekä keskivartalon voimatasoja asteikolla 1 – 6. (1 = erittäin heikosti - 6 = erittäin hyvin)

	1	2	3	4	5	6	EOS	Yhteensä
alaraajojen (jalkojen) voimataso	31	70	29	17	7	1	2	157
yläraajojen (käsien) voimataso	1	4	19	46	74	12	1	157
keskivartalon voimataso	14	42	43	37	13	6	2	157

Taulukko 2. Vastausjakauma kaikkien vastanneiden kesken siitä, kuinka hyvin kyselyyn vastanneiden mielestä, POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio testaa alaraajojen, yläraajojen sekä keskivartalon voimatasoja asteikolla 1 – 6 + En osaa sanoa. (1 = erittäin heikosti - 6 = erittäin hyvin)

5.4 Nykyisten osa-alueiden täsmällisyys fyysisiin vaatimuksiin

Neljännessä osiossa selvitettiin, kokiko vastaajat jonkin POLAMKin pääsykokeen osa-alueen mittaavan hyvin poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

Kyselylomakkeen neljännessä kysymyksessä kysyttiin: ” Koetko POLAMKin pääsykokeiden, jonkin osa-alueen, mittaavan HYVIN poliisityön fyysisiä vaatimuksia? (voi

valita useamman).” Vastausvaihtoehtoina olivat kestävyyskoe, ketteryyskoe, ylätalja/leuanveto, penkkipunnerrus, mikään ei mittaa hyvin ja en osaa sanoa.

Vastaajista 66 % (103 hlöä) koki kestävyyskokeen, 46 % (73 hlöä) ketteryyskokeen, 45 % (71 hlöä) koki ylätaljan/leuanvedon ja 41 % (65 hlöä) koki penkkipunnerruksen mittaavan hyvin poliisityön fyysisiä vaatimuksia. 8 % (12 hlön) mielestä mikään ei mittaa hyvin poliisityön fyysisiä vaatimuksia ja 6 % (9 hlöä) valitsivat vaihtoehdon ”en osaa sanoa”. (Taulukko 3.)

	n / 157	%
kestävyyskoe	103 / 157	66 %
ketteryyskoe	73 / 157	46 %
ylätalja/leuanveto	71 / 157	45 %
penkkipunnerrus	65 / 157	41 %
mikään ei mittaa hyvin	12 / 157	8 %
en osaa sanoa	9 / 157	6 %

Taulukko 3. Vastausjakauma kaikkien vastanneiden kesken siitä, mitkä POLAMKin pääsykokeiden osa-alueet mittaavat vastaajien mielestä hyvin poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

5.5 Nykyisten osa-alueiden täsmällisyys fyysisiin vaatimuksiin

Viidennessä osiossa selvitettiin, kokiko vastaajat jonkin POLAMKin pääsykokeen osa-alueen mittaavan heikosti poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

Kyselylomakkeen viidennessä kysymyksessä kysyttiin: ” Koetko POLAMKin pääsykokeiden, jonkin osa-alueen, mittaavan HEIKOSTI poliisityön fyysisiä vaatimuksia? (voi valita useamman).” Vastausvaihtoehtoina olivat kestävyyskoe, ketteryyskoe, ylätalja/leuanveto, penkkipunnerrus, mikään ei mittaa hyvin ja en osaa sanoa.

Vastaajista 10 % (15 hlöä) koki kestävyyskokeen, 18 % (28 hlöä) ketteryyskokeen, 16 % (25 hlöä) koki ylätaljan/leuanvedon ja 21 % (33 hlöä) koki penkkipunnerruksen mittaavan heikosti poliisityön fyysisiä vaatimuksia. 43 % (67 hlön) mielestä mikään ei mittaa heikosti poliisityön fyysisiä vaatimuksia ja 13 % (21 hlöä) valitsivat vaihtoehdon ”en osaa sanoa”. (Taulukko 4.)

	n / 157	%
kestävyyskoe	15 / 157	10 %
ketteryyskoe	28 / 157	18 %
ylätalja/leuanveto	25 / 157	16 %
penkkipunnerrus	33 / 157	21%
mikään ei mittaa heikosti	67 / 157	43 %
en osaa sanoa	21 / 157	13 %

Taulukko 4. Vastausjakauma kaikkien vastanneiden kesken siitä, mitkä POLAMK:n pääsykokeiden osa-alueet mittaavat vastaajien mielestä heikosti poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

5.6 Osa-alueiden puutteet

Kuudennessa osiossa selvitettiin, kokiko vastaajat jonkun poliisin työssä oleellisen fyysisen osa-alueen jäävän mittaamatta kokonaan tai heikosti pääsykokeiden fyysisen osiossa.

Kyselylomakkeen kuudennessa kysymyksessä kysyttiin: ” Koetko jonkun poliisin työssä oleellisen fyysisen osa-alueen jäävän mittaamatta kokonaan tai heikosti pääsykokeiden fyysisen osiossa?”. Vastausvaihtoehtoina olivat: kyllä (minkä osa-alueen?), en sekä en osaa sanoa.

Vastaajista 60 % (94 hlöä) koki jonkin osa-alueen jäävän mittaamatta kokonaan tai heikosti pääsykokeiden fyysisessä osiossa. 17 % (27 hlöä) ei kokenut minkään osa-alueen jäävän mittaamatta kokonaan tai heikosti ja 23 % (36 hlöä) valitsivat vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa”.

Vastaajista, jotka vastasivat kokevansa jonkin osa-alueen jäävän mittaamatta kokonaan tai mitattavan heikosti, vastauksen perustelut painottuivat alaraajojen ja keskivartalon voimatasojen mittaamisen puutteeseen.

5.7 Korjausehdotukset

Seitsemännessä osiossa selvitettiin sitä, että jos joku vastaajista koki jonkun pääsykokeiden fyysisen osion puutteelliseksi, niin mikä testi tai mitkä testit korjaisivat puutteen tai puutteet pääsykokeissa.

Kyselylomakkeen seitsemännessä kysymyksessä kysyttiin: ” Jos koit pääsykokeiden fyysisen osion puutteelliseksi, mikä testi/mitkä testit korjaisivat puutteen/puutteet? (esim. liike tai muu fyysinen testi)”. Vastauspohjana oli avoin tekstikenttä.

157 kyselyyn vastanneesta 95 hlöä vastasi tähän avoimeen kysymykseen. Vastaukset painottuivat siihen, että moni koki nukenkantotestin korjaavan arvioimiansa puutteita pääsykokeiden fyysisessä osiossa.

5.8 Vapaaehtoinen palaute

Kahdeksannessa osiossa kysyttiin vapaaehtoista palautetta kyselystä. Palaute oli monipuolista ja käyn sitä tarkemmin läpi opinnäytetyöni pohdinta -osiossa. Vapaaehtoisessa palautteessa moni mainitsi, että kysely oli hyvin tehty ja siihen oli mielekästä vastata. Osa vastaajista oli sitä mieltä, että kyselyyn oli haastavaa vastata. Perusteluna kerrottiin mm. sellaisia seikkoja, että osan oli haastavaa määritellä mitä kyselyssä tarkoitetaan poliisityön fyysisillä vaatimuksilla. Osa taas mielsi, että ei pysty arvioimaan yksittäistä testiä, koska testien kokonaisuus ratkaisee, onko joku testi hyvä vai huono. Nämä olivat mielestäni hyviä nostoja kyselystä.

Nämä haasteet olisi voinut huomioida esimerkiksi saatekirjeessä täsmentämällä ”poliisityön fyysiset vaatimukset” -termiä ja tuomalla esiin sen, että kyselyssä on tarkoitus pohtia nimenomaan kuinka hyvin yksittäinen testi mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia, eikä niinkään testien kokonaiskuva. Vaikka kokonaisuus ratkaiseekin sen, onko testit tarpeeksi kattavat mittaamaan poliisityön fyysisiä vaatimuksia, niin katson silti mahdolliseksi arvioida yksittäisen testin täsmällisyyttä verraten sitä poliisityön fyysisiin vaatimuksiin.

6 POHDINTA

6.1 Kohderyhmä

Kohderyhmän kyselyyn valitsin sen perusteella, että kyseiset kurssit ovat käyneet POLAMKin pääsykokeen nykymuodossaan ja heillä oli vähintäänkin työharjoittelun verran kokemusta poliisin työstä. Tämän lisäksi kohderyhmään kuului POLAMKin henkilöstöä liikunnanopettajista ja opiskelijapalveluiden valintatiimin henkilöstöstä. Liikunnanopettajat valitsin kohderyhmään, koska liikunnanopettajilla on mielestäni hyvää ammatillista näkökulmaa aihealueeseen ja mahdollisesti myös vaikutusvaltaa pääsykokeiden fyysisen osion sisältöön. Opiskelijapalveluiden valintatiimin henkilöstön jäsenet valitsin kohderyhmään, koska mielsin heillä olevan päivitetty tieto pääsykokeiden valintaperusteista ja sisällön tarkoituksesta.

6.2 Tulokset

Tutkimusongelmiin peilaten tämän tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä, että kyselyn kohderyhmä kokee POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion mittaavan keskiarvoisesti poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Osa-alueista kestävyyskokeen koettiin mittaavan parhaiten ja penkkipunnerruksen heikoiten poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Alaraajojen, yläraajojen ja keskivartalon voimatasojen osalta kohderyhmä koki pääsykokeiden mittaavan yläraajojen voimatasoja parhaiten ja alaraajojen voimatasojen heikoiten. Vain pieni prosentti vastaajista valitsi kyseisissä kyselylomakkeen osioissa vastausvaihtoehdon ”en osaa sanoa”, joten tuloksia voidaan pitää yleistettävänä ainakin kohderyhmän osalta.

Kurssien ja henkilöstön välillä POLAMKin liikunnanopettajahenkilöstön vastaukset olivat hyvin samankaltaisia kuin AMK -kurssien vastaukset. Liikunnanopettajahenkilöstön mielestä ketteryyskoe mittaa parhaiten ja penkkipunnerrus heikoiten poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Samoin liikunnanopettajahenkilöstön mielestä pääsykokeet mittaavat yläraajojen voimatasoja parhaiten ja alaraajojen voimatasoja heikoiten.

Valtaosa vastaajista, mukaan lukien POLAMKin liikunnanopettajahenkilöstö, vastasivat kuitenkin, että mikään osa-alue ei mittaa heikosti poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Uskon tämän johtuvan siitä, että poliisin työssä voi tulla niin monenlaisia tehtäviä vastaan, että minkään osa-alueen ei koeta mittaavan heikosti poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Tässäkin kyselylomakkeen kysymyksessä kuitenkin korostui penkkipunnerruksen mittaavan

heikoiten ja kestävyyskokeen parhaiten poliisityön fyysisiä vaatimuksia kohderyhmän mielestä.

Kyselylomakkeen ensimmäisessä avoimessa kysymyksessä 97 henkilöä vastasi, että joku poliisin työssä oleellinen fyysinen osa-alue jää mittaamatta kokonaan tai mitataan heikosti pääsykokeiden fyysisessä osiossa. Moni nosti esiin alaraajojen voimatasojen mittaamattomuuden. Kyselylomakkeen seuraavassa kysymyksessä kysyttiin, mikä testi tai mitkä testit korjaisivat tämän puutteen tai nämä puutteet. Osa vastasi tähän kysymykseen jo edellisessä kysymyksessä. Moni vastaaja, joka koki pääsykokeiden fyysisen osion puutteelliseksi, oli sitä mieltä, että nukenkantotesti korjaisi tämän puutteen tai puutteet. Nukenkantotestiä perusteltiin sillä, että se mittaisi keskivartalon ja alaraajojen voimatasoja ja olisi työelämälähtöinen liike mieltien esimerkiksi päihtyneen henkilön nostamista tai kantamista.

Osa vastaajista mielsi, että olisi hyvä mitata kokonaisvaltaisemmin fyysistä kuntoa. Toiset olivat sitä mieltä, että maastaveto ja kyykky olisivat hyvä lisä pääsykokeiden fyysiseen osioon mittaamaan alaraajojen ja keskivartalon voimatasoja. POLAMKin liikunnanopettajajenkielöstö oli sitä mieltä, että jalkojen voimantuottoa voisi mitata esimerkiksi vauhdittomalla pituushypyllä sekä nukenkantotestillä. Liikunnanopettajajenkielöstöstä vastaajia oli vain yksi, mutta johtuen POLAMKin liikunnanopetuksen henkilöstmäärästä, tuloksia voidaan pitää mielestani yleistettävänä liikunnanopettajajenkielöstön osalta. Liikunnanopettajajenkielöstö toi ilmi haasteen, joka muodostuu pääsykoetilaisuudesta. Liikunnanopettajajenkielöstön mielestä rajoittavia tekijöitä pääsykokeiden muokkaamiselle ovat testien aikataulutukset sekä valvojien sitouttaminen testeihin. Mainitut maastaveto ja kyykky saattavat myös muodostua haasteellisiksi pääsykokeiden rakenteen vuoksi.

Opiskelijapalveluiden valintatiimistä saadut vastaukset olivat melko yhteneviä muiden vastausten kanssa. Opiskelijapalveluiden valintatiimin vastausten perusteella ketteryyskoe mittaa huonoiten poliisityön fyysisiä vaatimuksia ja kestävyyskoe parhaiten, joka eroaa liikunnanopettajajenkielöstön vastauksista, mutta on osittain linjassa muiden vastanneiden kanssa. Alaraajojen, yläraajojen ja keskivartalon voimatasojen osalta valintatiimissä ei osattu ottaa kantaa ja valintatiimissä koettiin kaikkien osa-alueiden mittaavan hyvin poliisityön fyysisiä vaatimuksia. Valintatiimin osalta vastaajia kyselyyn oli vain yksi, joten valintatiimin osalta vastaukset eivät välttämättä ole kovin yleistettäviä. Valintatiimistä

saadussa palautteessa tuotiin esille, että pääsykokeiden soveltuvuuskokeilla haetaan poliisikoulutukseen soveltuvia opiskelijoita, eikä valmiita poliiseja. Pääsykokeen ei siis valintatiimin näkökulmasta kuulukaan olla täysin työelämän vaatimuksia vastaava. Mielestäni tämä huomio on tärkeä ottaa huomioon työssäni ja käsitellä tätä asiaa eri näkökulmista.

Työni tarkoituksena oli selvittää sitä, kuinka hyvin POLAMKin pääsykokeiden fyysiset testit mittaavat harkiten valikoidun kohderyhmän mielestä sitä, mitä poliisin työssä fyysisesti vaaditaan. Ajattelin kyselytutkimusta laatiessani, että POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio olisi alun perinkin laadittu vastaamaan poliisin työelämän vaatimuksia. Näkökulmani kuitenkin laajeni saatuaani palautteen valintatiimin henkilöstöltä. Olen toki edelleen itse sitä mieltä, että pääsykokeiden olisi hyvä vastata myös työelämän vaatimuksia, koska siihenhän koko koulutus tähtää, että opiskelijoista valmistuisi mahdollisimman hyviä poliiseja. Mielenpitoellani ei kuitenkaan ole merkitystä siihen, että pääsykokeiden osa-alueet on rakennettu vastaamaan enemmänkin koulutukseen soveltuvuutta, eikä niinkään poliisin työhön soveltuvuutta. Tästä huolimatta uskoisin tällä tutkimustyöllä olevan jotain käyttöä harkitessa POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osa-alueen sisältöä tai mahdollista jatkotutkimusta varten, joka voisi olla esimerkiksi laadullinen tutkimus tästä aihealueesta.

6.3 Palaute

Kyselyn palautteessa tuotiin esille muun muassa sellaisia näkökulmia, että tämä tutkimus olisi ollut hyvä toteuttaa laadullisena tutkimuksena ja kyselyn saatekirjeessä olisi hyvä lukea kartoitetaanko kyselyllä vastaajien mielipiteitä, vai aiotaanko kyselyn perusteella tehdä rakennemuutoksia pääsykokeisiin. Laadullisen tutkimuksen toteuttaminen on mielestäni hyvä huomio, mutta päädyin määrälliseen tutkimukseen siitä syystä, että juuri tästä aihealueesta ei ole aikaisemmin tehty tutkimusta. Tarkoitukseni oli selvittää POLAMKin pääsykokeiden vastaavuutta poliisin työn fyysisiin vaatimuksiin. Tutkimuksen tarkoituksen olisi voinut täsmentää näin jälkeenpäin ajateltuna saatekirjeessäkin kartoittamaan pelkästään yleistä mielipidettä tähän asiaan, eikä niinkään tieteellistä faktapohjaa vastaavuuteen liittyen. Tarkoitin tällä sitä, että kyselytutkimukseni kartoittaa enemmänkin kohderyhmän mielipidettä siitä vastaako pääsykokeiden fyysinen osio poliisityön fyysisiä vaatimuksia, eikä sitä kuinka täsmällisesti pääsykokeiden fyysinen osio mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia.

Kyselyn palautteessa mainittiin myös, kysymysten samankaltaisuus ja ”poliisityön fyysiset vaatimukset” -termin käyttö. Kyselyssä oli useampia samankaltaisia kysymyksiä, mutta koin jokaisen kysymyksen kuitenkin tarpeelliseksi, koska jokainen kysymys mittaa mielestäni hieman eri asioita. ”Poliisityön fyysiset vaatimukset” -termin taas halusin jättää yleistermiksi selittämättä sitä sen tarkemmin. Valitsin kyselyyn tarkoituksella jo vähintäänkin työharjoittelunsa suorittaneita henkilöitä, jotta kaikilla vastaajilla olisi näistä vaatimuksista edes jonkinlainen käsitys. Joku saattaa toki mieltää tämän termin hieman eri tavalla kuin toinen, mutta uskoisin kuitenkin jokaisella kohderyhmään kuuluvalla olevan suhteellisen yhtenäinen käsitys poliisityön fyysisistä vaatimuksista. Termiä olisi toki voinut tarkentaa esimerkiksi siten, että saatekirjeessä tai kyselyssä olisi mainittu termin sisältävän kaiken sen, mitä poliisin työssä voi joutua kohtaamaan, huolimatta siitä millä sektorilla työskentelee. Laitoin vastausvaihtoehdoksi kuitenkin myös "en osaa sanoa" siltä varalta, että vastaaja ei pysty muodostamaan mielipidettä fyysisistä vaatimuksista tai ei pysty mielestään arviomaan luotettavasti kyseisen kysymyksen aihealuetta.

6.4 Tutkimuksen kokonaisluotettavuus ja jatkotutkimusmahdollisuudet

Tutkimuksen kokonaisluotettavuudessa tulisi pohtia ainakin validiteettia ja reliabiliteettia. Mielestäni tämä tutkimus mittaa niitä asioita, joita tutkimuksella oli tarkoituskin mitata ja uskoisin saavani samankaltaisia tuloksia, vaikka tutkimus toistettaisiin. Saatekirjeessä olisi voinut täsmentää mainitsemiani seikkoja, mutta sain kuitenkin kyselylomakkeen avulla vastaukset tutkimusongelmiin. Otos ja vastausprosentti oli mielestäni tarpeeksi iso, jotta tutkimuksen voidaan katsoa edustavan jossain määrin myös perusjoukkoa. Perusjoukolla tarkoitan henkilöitä, jotka ovat käyneet POLAMKin pääsykokeet nykymuodollansa läpi ja ovat suorittaneet vähintäänkin työharjoittelun.

Vastausprosentti oli kohtalainen ja tuloksia analysoitiin numeerisesti ja sanallisesti avaten. Tulosten analysoinnissa minimoitiin virheet käyttämällä webropol -ohjelman analyysityökaluja. Kyselylomake oli mielestäni rakennettu siten, että vastaaja pystyi vastaamaan rehellisesti ja puolueettomasti vastauksensa. Testautin kyselylomakkeen yhdellä henkilöllä ennen sen lähettämistä kohdehenkilöille. Lomakkeen testautuksen olisi voinut suorittaa laajemmin ja täsmällisemmin paremman luotettavuuden takaamiseksi.

Alkuperäisenä tarkoitukseni oli haastatella kahta POLAMKin liikunnanopettajaa ja kahta opiskelijapalveluiden valintatiimin jäsentä. Kuitenkin aikataulullisista syistä sekä

vallitsevien olosuhteitten vuoksi koronaepidemian takia, jouduin luopumaan tästä menettelytavasta. Haastattelut olisivat parantaneet mielestäni tutkimuksen kokonaisluotettavuutta. Sain kuitenkin yhdeltä liikunnanopettajalta ja yhdeltä opiskelijapalveluiden valintatiimin jäseneltä vastaukset kyselyyn, joten pystyin arvioimaan heidän vastauksiaan ja vertailemaan niitä muihin vastaajiin.

Tutkimustuloksista voidaan päätellä mielestäni perusjoukon yleistä mielipidettä tutkimusongelmiin. Kuitenkin vasta asian syvemmällä tutkimisella voitaisiin tehdä johtopäätöksiä siihen, kannattaako POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion rakennetta muuttaa jollain tavalla. Jatkotutkimuskohteena voisi olla esimerkiksi laadullinen tutkimus, jossa selvitettäisiin pääsykokeiden fyysisen osion fysiologisia ja anatomisia näkökulmia, pääsykokeiden rakenteen muokkausmahdollisuuksia ja pääsykokeiden tarkoituspää syvällisemmin.

LÄHTEET

Ahonen, Elisa 2018: Poliisin työtä tukeva fyysinen harjoittelu - Toiminnallisen harjoittelun opas ja harjoitusohjelma. Opinnäytetyö. Luettavissa:
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/151403/ON_Ahonen.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Heikkilä, Tarja 2014: Kvantitatiivinen tutkimus. Luettavissa:
<http://tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>

Jaakkola, Timo 2010: Liikuntataitojen oppiminen ja taitoharjoittelu. Juva, Bookwell Oy.

Jyväskylän yliopisto 2015: Määrällinen tutkimus. Artikkel. Luettavissa:
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/määrällinen-tutkimus>

Korhonen, Ilari & Siivonen, Timo 2006: Pro gradu -tutkielma: Jyväskylän yliopisto. Luettavissa:
https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/9423/URN_NBN_fi_jyu-2006380.pdf?sequence=1

Moilanen, Panu 2006-2008: Testausopin perusteet. Jyväskylän yliopisto. Luettavissa:
<http://users.jyu.fi/~pjmoilan/Opiskelujuttuja/Testausopin%20perusteet.pdf>

Pasanen, Kati 2020: Kehonhallinta. Artikkel. Luettavissa:
<https://www.voimanpolku.info/kehonhallinta/>

Niemi, Jorma 2015: Liikunta poliisin työkuoron ylläpidon välineenä - työpaikkaliikunnan toteutuminen, edistävät tekijät, esteet, asenteet ja odotukset. Luettavissa: https://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20150641/urn_nbn_fi_uef-20150641.pdf

Poliisiammattikorkeakoulu. Valintaperusteet. Hyväksytty 11.12.2019 ja voimassa 28.1.2020 alkaen. Luettavissa:
https://www.polamk.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/intermin/embeds/polamkwwwstructure/43589_.pdf?9ad111eef894d788

Poliisiammattikorkeakoulu. Valintaperusteet. Hyväksytty 17.12.2014 ja voimassa 3.2.2015 alkaen. Luettavissa:
https://polamk.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/intermin/embeds/polamkwwwstructure/27299_Valintaperusteet_030215.pdf?1385eaab7b21d388

Poliisiammattikorkeakoulu. Valintaperusteet. Hyväksytty 31.10.2018 ja voimassa 14.11.2018 alkaen. Luettavissa:
https://www.polamk.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/intermin/embeds/polamkwwwstructure/86934_AMK_valintaperusteet_20203_asti.pdf?9340c39efc94d788

Salonen, Kari 2013: Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Luettavissa: <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Triathlon Suomi: Sykerajojen määrittäminen ja harjoittelu. Artikkel. Luettavissa:
<http://triathlonsuomi.com/harjoittelu/harjoitusten-tehosta-maarasta-ja-palautumisesta/sykerajojen-maarittaminen-ja-harjoittelu/>

Vilka, Hanna 2007: Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki, Tammi.

Vuorensyrjä, Matti 2012: Poliisihenkilöstön työkyky ja työssä jaksaminen. Tampere, Tampereen yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Luettavissa:
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/86761/Raportteja98_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y

LIITTEET

Liite (1.)

Saatekirje:

ARVOISA VASTAANOTTAJA

Tämä sähköposti koskee sinua, jos olet kurssilta 171, 172, 173, 174, 181, POLAMKin liikunnanopettaja tai valintayksikön jäsen. Muussa tapauksessa sivuuta tämä viesti.

Teen opinnäytetyönäni POLAMKin pääsykokeiden fyysisen osion työelämävastaavuuskyselyn. Sähköisellä kyselylomakkeella kerätään tietoa siitä, mittaako POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio juuri sitä, mitä poliisin työssä fyysisesti vaaditaan. Opinnäytetyö toteutetaan kyselytutkimuksena käyttäen Webropol -ohjelmaa. Kyselyyn osallistuminen on vapaaehtoista. Vastaamalla autat kuitenkin parantamaan tutkimuksen luotettavuutta ja **vastaamiseen menee vain 2-3 minuuttia.**

Tutkimukseen on saatu asianmukainen tutkimuslupa. Vastaajan henkilökohtaiset tiedot eivät paljastu työn tuloksissa ja antamanne vastaukset käsitellään nimettöminä ja ehdottoman luottamuksellisesti.

Vastaathan kyselyyn viimeistään **pe 1.5.2020, klo 12:00 mennessä.**

Kyselyyn voit vastata oheisella linkillä, joka löytyy yhteystietojen alapuolelta.

Opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Internetissä osoitteessa www.theseus.fi.

Tämän opinnäytetyön ohjaajina toimivat Jari Ylinen & Anu Haikansalo.

Yhteistyöstä kiittää ja tarvittaessa antaa lisätietoa:

Matti Pöysti 20181C,
matti.poysti@edu.polamk.fi,
040-7625965

HUOM! Kopioi kyselylinkki @poliisi.fi -sähköpostiosoitteesta TUVE -selaimen!

Liite (2.)

Kyselylomake:**Polamk****1. Valitse asemasi kyselyssä: ***

- Kurssi 20171
 Kurssi 20172
 Kurssi 20173
 Kurssi 20174
 Kurssi 20181
 Valintayksikkö
 Liikunnanopettaja

2. Kuinka HYVIN mielestäsi POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio mittaa poliisityön fyysisiä vaatimuksia?**(1 erittäin heikosti - 6 erittäin hyvin) ***

	1	2	3	4	5	6	EN OSAA SANOA
kestävyyskoe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ketteryyskoe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ylätalja/leuanveto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
penkkipunnerrus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Kuinka HYVIN mielestäsi POLAMKin pääsykokeiden fyysinen osio testaa:**(1 erittäin heikosti - 6 erittäin hyvin) ***

	1	2	3	4	5	6	EN OSAA SANOA
alaraajojen (jalkojen) voimatasoa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
yläraajojen (käsien) voimatasoa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
keskivartalon voimatasoa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4.

Koetko POLAMKin pääsykokeiden, jonkin osa-alueen, mittaavan HYVIN poliisityön fyysisiä vaatimuksia? (voi valita useamman)

*

- kestävyyskoe
- ketteryyskoe
- ylätalja/leuanveto
- penkki-punnerrus
- mikään ei mittaa hyvin
- en osaa sanoa

5.

Koetko POLAMKin pääsykokeiden, jonkin osa-alueen, mittaavan HEIKOSTI poliisityön fyysisiä vaatimuksia? (voi valita useamman)

*

- kestävyyskoe
- ketteryyskoe
- ylätalja/leuanveto
- penkki-punnerrus
- mikään ei mittaa heikosti
- en osaa sanoa

6.

Koetko jonkun poliisin työssä oleellisen fyysisen osa-alueen jäävän mittaamatta kokonaan tai heikosti pääsykokeiden fyysisen osiossa?

*

- Kyllä (minkä osa-alueen?)
- En
- En osaa sanoa

7.

Jos koit pääsykokeiden fyysisen osion puutteelliseksi, mikä testi/mitkä testit korjaisivat puutteen/puutteet? (esim. liike tai muu fyysinen testi)

--

8. Vapaaehtoinen palaute kyselystä:
