

613.71

ช 3948

7.3

สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ
ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547

116 ต.ธ. 2548

บทคัดย่อ
ของ
ชัยพจน์ เทียมตะวัน

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2548

ชัยพจน์ เทียมตะวัน. (2548). *สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ, อาจารย์ลำพอง ทรัพย์รุ่ง.

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นสมาชิกที่มาใช้บริการ ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน โดยการเลือกแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีค่าความเชื่อมั่นที่ .98 วิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมพบว่าไม่พึงพอใจ โดยมีเครื่องทำน้ำเย็นให้บริการไม่เพียงพอมากที่สุด ส่วนปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มีปัญหาในระดับปานกลาง โดยความสะอาดของสถานที่ออกกำลังกาย มีปัญหาในระดับมากที่สุด

2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมพบว่าอยู่ในระดับพึงพอใจ โดยบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม พึงพอใจมากที่สุด ส่วนปัญหาด้านบุคลากรผู้ให้บริการ อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัญหาด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์มากที่สุด

3. ด้านการจัดการการให้บริการ

สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมพบว่า อยู่ในระดับพึงพอใจ โดยอัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บกับผู้ใช้บริการพึงพอใจมากที่สุด ส่วนปัญหาด้านการจัดการการให้บริการ อยู่ในระดับปานกลาง โดยการจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการมีระดับปัญหามากที่สุด

THE STATE AND PROBLEMS WITH EXERCISE OF MEMBERS IN USING
SERVICES OF LUMPINI YOUTH CENTRE IN BANGKOK IN 2004

AN ABSTRACT
BY
CHAIPOJ THIAMTAWAN

Presented in Partial Fulfillment of Requirements
for the Master of Education Degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University

May 2005

Chaipoj Thiamtawan. (2005). *The State and Problems of the Exercise of Members at the Lumpini Youth Centre, Bangkok 2004*. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committees : Asst. Prof. Thawuth Pluemsamran, Mr. Lampong Sorrungrung.

The purpose of this study was to study the state and problems of the exercise of members at the Lumpini Youth Centre, Bangkok 2004. The subjects were totally 400 members using the services at the Lumpini Youth Centre, Bangkok through stratified random sampling. The instrument in this research was the questionnaire created by the researcher with the reliability at .98. The statistical methods for analyzing the data of this research were the frequency and percentage.

The results were as follows :

1. Place, Equipments and Facilities

The state of place, equipments and facilities was considered at the unsatisfactory level with the highest level of inadequate cooling-water service.

The problem of place, equipments and facilities was considered at the moderate level, especially the cleanness of the exercising place at the Centre at the highest level.

2. Staffs

The state of staffs was considered at the satisfactory level with the highest level of satisfaction for appropriateness of dressing.

The problem of staffs was considered at the moderate level, especially the personality and relationship cleanness at the highest level.

3. Services and Management

The state of services and management was considered at the satisfactory level with the highest level of satisfaction of service fee rate.

The problem of services and management was considered at the moderate level, especially the management of servicing staffs at the highest level.

สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ
ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547

ปริญญาณิพนธ์
ของ
ชัยพจน์ เทียมตะวัน

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2548

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญาบัตร

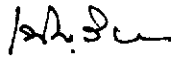
เรื่อง

สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี
กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547

ของ

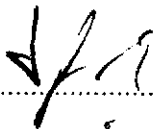
นายชัยพนธ์ เทียมตะวัน

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ 11 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2548

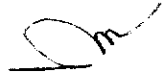
คณะกรรมการสอบปริญญาบัตร




.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ)



.....กรรมการ
(อาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง)



.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์)



.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยตามกรุณาอย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชาวุฒิ ปลื้มสำราญ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ลำพอง ทรัพย์รุ่ง กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติมที่ให้ความกรุณาเสนอแนะและแก้ไขปรับปรุง
ขอขอบพระคุณให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพฤษถ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นางสถาพร วิเศษรัตน์ หัวหน้าศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความกรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ สมาชิกผู้มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถาม

สุดท้ายผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คุณพ่อแสงชัย คุณแม่ชนวรรณ เทียมตะวัน ที่คอยให้การสนับสนุนและเป็นกำลังใจมาโดยตลอด ตลอดจนญาติพี่น้องทุกคน ที่คอยห่วงใยและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา ถ้าหากผลงานวิจัยมีสิ่งดีงามเป็นประโยชน์สูงสุด ผู้วิจัยขออุทิศสิ่งดีงามแก่ผู้มีพระคุณทุกท่าน และขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ชัยพจน์ เทียมตะวัน

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	2
ความสำคัญของการวิจัย.....	2
ขอบเขตของการวิจัย.....	2
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	2
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	2
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	3
กรอบแนวความคิดในการวิจัย.....	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
เอกสารที่เกี่ยวข้อง.....	5
ความหมายของการออกกำลังกาย.....	5
ความสำคัญของการออกกำลังกาย.....	6
ประเภทของการออกกำลังกาย.....	8
ประโยชน์ของการออกกำลังกาย.....	9
ความเป็นมาของศูนย์เยาวชนลุมพินี.....	10
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	12
งานวิจัยในประเทศ.....	14
สรุปเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	18
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	19
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	19
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	19
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	21
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	21
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	23
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	23

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4(ต่อ) การวิเคราะห์ข้อมูล.....	23
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	23
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	62
สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย.....	62
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	63
สรุปผลการวิจัย.....	63
อภิปรายผล.....	68
ข้อเสนอแนะ.....	69
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป.....	70
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก.....	75
ภาคผนวก ก.....	76
ภาคผนวก ข.....	85
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	87

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างแยกตามอายุและเพศ.....	20
2 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	24
3 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	25
4 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	27
5 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย ด้านการจัดการให้บริการ.....	28
6 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	29
7 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	31
8 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง ด้านการจัดการให้บริการ.....	32
9 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 8 -18 ปี ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	33
10 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 8 -18 ปี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	35
11 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 8 - 18 ปี ด้านการจัดการให้บริการ.....	36
12 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 19 ปีขึ้นไป ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	37
13 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 19 ปีขึ้นไป ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	39
14 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านการจัดการให้บริการ.....	40
15 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	41

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
16	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	43
17	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี ด้านการจัดการการให้บริการ.....	44
18	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	45
19	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	47
20	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านการจัดการการให้บริการ.....	48
21	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	49
22	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	51
23	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี ด้านการจัดการการให้บริการ.....	52
24	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	53
25	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	55
26	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านการจัดการการให้บริการ.....	56
27	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์.....	57
28	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	59
29	ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก ด้านการจัดการการให้บริการ..	60

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การศึกษาเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความสำคัญยิ่งของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ดังจะเห็นได้จากทุก ๆ ประเทศที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้มนุษย์ทุกคนได้เล่นกีฬา เนื่องจากกิจกรรมกีฬาเป็นกิจกรรมที่มีความจำเป็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในทุกเพศทุกวัยให้มีความสมบูรณ์ทั้งสติปัญญา ร่างกาย อารมณ์ และสังคม กล่าวคือ การกีฬาช่วยในการพัฒนาด้านสติปัญญาโดยใช้กระบวนการวางแผน การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ อย่างสุขุมและรอบคอบมากขึ้น ตลอดจนมีความถูกต้องและแม่นยำอีกด้วย สำหรับการพัฒนาทางด้านร่างกายจะช่วยทำให้ร่างกายมีความแข็งแรง สมบูรณ์ มีความสง่างาม มีสุขภาพที่ดี และมีการเจริญเติบโตเป็นไปตามวัย ส่วนการพัฒนาการทางด้านอารมณ์ ช่วยให้ความอดทนอดกลั้น มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัย เป็นผู้มีอารมณ์สดชื่น แจ่มใส ร่าเริง เบิกบานอยู่เสมอ การพัฒนาการทางด้านสังคม จะช่วยทำให้รู้จักเคารพในกฎกติกา และกฎหมายต่าง ๆ ของบ้านเมือง ความสามัคคีในหมู่คณะ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ตลอดจนการเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อสังคมอีกด้วย (ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา. 2528 : 1)

ในยุคโลกาภิวัตน์ที่โลกถูกรอบร่ำด้วยอำนาจของเทคโนโลยีใหม่เหมือนกันนี้ ทำให้บ้านเมืองมีสภาวะแวดล้อมและลักษณะของปัญหาต่าง ๆ คล้ายคลึงกัน การพัฒนาทั้งสังคมและเศรษฐกิจมากขึ้นเท่าไร ปัญหาของมนุษย์ก็มากขึ้นเท่านั้น ส่งผลให้ต้องมีภาระหน้าที่ที่จะต้องรับผิดชอบมากขึ้น การใช้เวลาทุกนาทีให้เกิดประโยชน์และประสิทธิภาพมากที่สุด จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อการทุ่มเทกำลังกาย และสติปัญญาให้กับหน้าที่การงานเพื่อค่าตอบแทนในการเลี้ยงครอบครัวทำให้มนุษย์ในสภาพสังคมปัจจุบันมีเวลาให้กับการดูแลรักษาสุขภาพน้อยลงประชาชนทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพของประชาชนในประเทศ การพัฒนาประเทศจึงจำเป็นต้องพัฒนาประชาชนในประเทศ เพราะประเทศที่เจริญจะต้องประกอบด้วยประชาชนที่มีสุขภาพที่มีสุขภาพแข็งแรง มีสุขภาพอนามัยดี การที่ประชาชนมีคุณภาพชีวิตไม่ดีก็จะส่งผลต่อความเจริญก้าวหน้าของประเทศ เพราะมนุษย์ถือว่าเป็นทรัพยากรที่สำคัญยิ่ง (นิรุจ อักษรพิมพ์. 2545 : 1)

การพัฒนาประเทศต้องเริ่มจากจุดเล็กไปหาจุดใหญ่คือ เริ่มจากจุดที่เล็กที่สุดซึ่งเป็นส่วนประกอบของประเทศ นั่นก็คือคนหรือมนุษย์นั่นเองการพัฒนาประเทศนั้นมีหลายด้านด้วยกันที่ต้องพัฒนา เช่น ทางเศรษฐกิจ ทางการเมือง การศึกษา สังคม สาธารณสุข วัฒนธรรม จิตวิทยา คมนาคม ฯลฯ ปัญหาก็คือ เมื่อมีสิ่งที่ต้องการพัฒนามากมายหลายอย่างดังกล่าแล้ว เราจะต้องพัฒนาที่จุดใดก่อน เพื่อให้เกิดปฏิกิริยาลูกโซ่ทำให้เกิดการพัฒนาในด้านอื่นๆ ตามมาเองอีกด้วย และที่สำคัญที่สุด คือ ทำอย่างไรที่จะทำให้ประชาชนที่พัฒนาแล้วยังคงดำรงอยู่และพัฒนาต่อไป (กวี ทั้งสุบุตร. 2533 : 60)

ในปัจจุบันคนไทยสนใจการออกกำลังกายกันมากขึ้น เนื่องจากได้สังเกตเห็นความสำคัญ ของการออกกำลังกายจึงได้มีหน่วยงานต่างๆ คอยให้การสนับสนุนให้ได้ออกกำลังกายกันอย่างกว้างขวาง ศูนย์เยาวชนลุมพินีก็เป็นสถานที่หนึ่งที่ประชาชนเข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมาก เป็นศูนย์เยาวชนที่มีประวัติความเป็นมายาวนาน โดยเริ่มดำเนินการครั้งแรกเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2504 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนมีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจมีสถานที่ออกกำลังกาย เล่นกีฬา รวมถึงการประกอบกิจกรรมทางด้านวัฒนธรรมต่างๆ จึงมีประชาชนให้ความสนใจเป็นจำนวนมาก โดยเห็นได้จากสถิติของการเข้ามาใช้บริการของสมาชิกที่เพิ่มมากขึ้นทุกๆ ปี ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกศูนย์ เยาวชนลุมพินี เพื่อทราบถึงปัญหาของสมาชิกที่มาใช้บริการและเป็นแนวทางในการดำเนินการให้บริการที่เหมาะสม เพราะในปัจจุบันปัญหาในด้านกีฬาและกิจกรรมการออกกำลังกายของประชาชนมีแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้น

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อทราบสภาพและปัญหาในการออกกำลังกาย ของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบถึงสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ในสถานะของการให้บริการในปัจจุบันว่าเป็นไปในทิศทางใด มีปัญหาอย่างไรสามารถที่จะดำเนินการอย่างไรเพื่อให้ได้ประโยชน์อย่างสูงสุด

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายภายในศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร จำนวน 3,097 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง เป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน เป็นชาย 199 คน เป็นหญิง 201 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

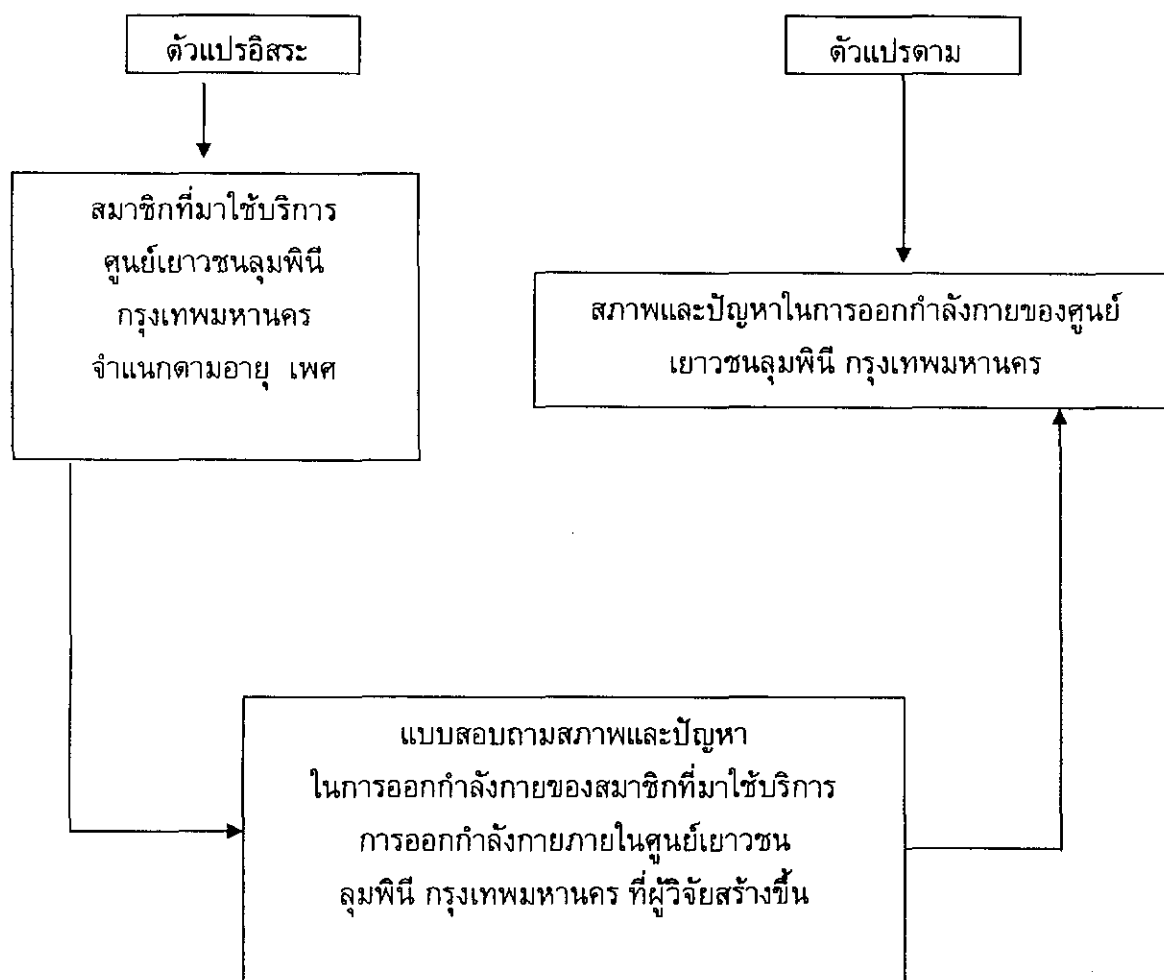
ตัวแปรอิสระ ได้แก่ สมาชิกที่มาใช้บริการศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุและ เพศ

ตัวแปรตาม ได้แก่ สภาพและปัญหาในการใช้บริการการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **สภาพการออกกำลังกาย** หมายถึง ภาวะหรือสภาพที่มีหรือเป็นอยู่ในปัจจุบันที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย ซึ่งประกอบด้วยปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากร ผู้มาใช้บริการที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย มีความเหมาะสมอยู่ในระดับใด
2. **ปัญหาการออกกำลังกาย** หมายถึง สิ่งที่ทำให้เกิดความสะดุดสลายในการดำเนินการหรือการกระทำ กิจกรรม และต้องการการแก้ไข เพื่อที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งต่างๆที่ดีขึ้น
3. **การออกกำลังกาย** หมายถึง การที่เราทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงานหรือกำลังงานที่มีอยู่ในตัวนั้น เพื่อให้ร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การกระโดด การวิ่ง การทำงาน หรือในการเล่นกีฬา การออกกำลังกาย แต่ละกิจกรรมร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของงานนั้นว่าจะมากน้อยหรือหนักเบาแค่ไหน
4. **ผู้มาใช้บริการ** หมายถึง สมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร โดยมี 2 ระดับ คือ เยาวชนอายุ 8 - 18 ปี และ เยาวชนและประชาชนอายุ 19 ปีขึ้นไป
5. **ศูนย์เยาวชนลุมพินีกรุงเทพมหานคร** หมายถึง สถานที่ดำเนินการให้บริการการออกกำลังกายของกรุงเทพมหานคร คือ อาคาร สถานที่ออกกำลังกาย โดยผู้ที่มาใช้บริการสามารถที่จะเลือกกิจกรรมการออกกำลังกาย

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง
 - 1.1 ความหมายของการออกกำลังกาย
 - 1.2 ความสำคัญของการออกกำลังกาย
 - 1.3 ประเภทของการออกกำลังกาย
 - 1.4 ประโยชน์ของการออกกำลังกาย
 - 1.5 ความเป็นมาของศูนย์เยาวชนลุมพินี
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1 ความหมายของการออกกำลังกาย

เจริญทัศน์ จินตนเสรี (2520 : 23 – 24) กล่าวว่า การออกกำลังกาย คือ การออกแรงการเล่นกีฬาต่างๆ การออกกำลังกายจะมีผลต่อการเจริญเติบโต คนไม่ออกกำลังกายไม่ใช้กล้ามเนื้อเลยกล้ามเนื้อจะลีบเล็ก รูปทรงจะเปลี่ยนไป สำหรับกระดูกถ้าขาดการออกกำลังกายสักระยะหนึ่งกระดูกจะบางลง การวิ่งหรือการกระโดด กระตุ้นให้เกิดการสร้างเซลล์กระดูกแล้ว หินปูนและแคลเซียมจะเข้ามาพอกพูนมีการเคลื่อนย้ายธาตุแคลเซียมและฟอสฟอรัสมาสะสมในกระดูกมากขึ้น เป็นการช่วยเร่งการเจริญเติบโต อีกประการหนึ่งที่สำคัญคือ แรงดึงของกล้ามเนื้อที่กระทำต่อกระดูก ขณะออกกำลังกายจะทำให้กระดูกบริเวณที่กล้ามเนื้อเกาะอยู่เพิ่มความหนาขึ้น กระดูกจะแข็งแรงขึ้นและหนาขึ้นเพื่อเป็นที่เกาะของกล้ามเนื้อให้ตีมากขึ้น สำหรับกล้ามเนื้อนั้น การเพิ่มประมาณกล้ามเนื้อเป็นผลโดยตรงจากการออกกำลังกายเหมือนกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งตั้งแต่ในครรภ์ ระยะเวลาคลอดจนกระทั่งเข้าวัยหนุ่มสาว กล้ามเนื้อจะเพิ่มเซลล์มากขึ้นเมื่อมีการออกกำลังกาย การมีเซลล์มากเป็นสิ่งที่ดี และมีประโยชน์ที่โตเต็มที่ เป็นผู้ใหญ่แล้วเซลล์จะไม่เพิ่มจำนวน ถ้าเซลล์ตาย ก็อาจจะเพิ่มขนาดได้โดยมีการนำไปประสมมากขึ้น ทำให้เกิดแรงมากขึ้น เนื่องจากแรงของกล้ามเนื้อขึ้นอยู่กับขนาดพื้นที่หน้าตัดของกล้ามเนื้อ

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2525 : 37) ได้ให้ความหมายของคำว่าออกกำลังกาย คือ การที่เราทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงานหรือกำลังงานที่มีอยู่ในตัวนั้น เพื่อให้ร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของ

ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การกระโดด การวิ่ง การทำงาน หรือในการเล่นกีฬา การออกกำลังกายแต่ละกิจกรรม ร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของงานนั้นว่าจะมากน้อยหรือหนักเบาแค่ไหน

ณรงค์ หลงสมบุญ (2527) ให้ความหมายของการออกกำลังกายว่า การออกกำลังกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อจุดประสงค์คือมุ่งหวังให้ได้ประโยชน์อย่างจริงๆ จังๆ (ข้อต่อ, กล้ามเนื้อ) ส่วนการทำงานหรือการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน คือ การเคลื่อนไหวเพื่อจุดประสงค์อื่นๆ ที่ไม่ใช่ส่วนตัวนั้น เช่น เพื่อทำงานอย่างหนึ่งให้ลุล่วงไป เพื่อทำงานหาเงิน เขียนหนังสือ หรือหยิบข้าวใส่ปาก

อำนาจ อะโน (2527) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย (Exercise) หมายถึง กิจกรรมทางกายที่กระทำด้วยความรู้สึกตั้งใจ (Conscious) โดยมีจุดมุ่งหมาย (Purpose) ซึ่งมีลักษณะที่เห็นเด่นชัดของการออกกำลังกาย คือ การบังคับให้กล้ามเนื้อหดตัวหรือเกร็งตัวโดยปกติแล้วผลการออกกำลังกายจะทำให้การหายใจ (Respiratory) การไหลเวียนเลือด (Circulatory) มีการเพิ่มปริมาณการทำงานมากขึ้น การออกกำลังกายเป็นกิจกรรม ไม่มีกระบวนการ ไม่มีวิธีการ หากแต่ใครชอบออกกำลังกายลักษณะใดต้องแล้วแต่ความต้องการ เช่น การวิ่ง การเดิน การเล่นกีฬาบางอย่างและสิ่งในร่างกายเปลี่ยนไปจากเดิมหลังจากการออกกำลังกาย คือ ร่างกายสูญเสียกำลังงาน กล้ามเนื้อ กระดูก ข้อต่อทำงานมากขึ้น หัวใจ ปอด ต่อมเหงื่อ ทำงานมากขึ้น เกิดของเสีย โดยเฉพาะก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์เพิ่มขึ้น เกิดความเมื่อยล้า และอุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้น

1.2 ความสำคัญของการออกกำลังกาย

สำหรับบทบาทของการออกกำลังกายได้มีผู้เชี่ยวชาญทางด้านกายภาพบำบัดและการศึกษาหลายท่าน ได้แสดงความคิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้

อวย เกตุสิงห์ และคณะ (2520 : 44) กล่าวว่า การออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนตั้งแต่เกิดจนตาย คล้ายกับอาหาร ผู้ที่ออกกำลังกายไม่เพียงพอ ร่างกายจะเสื่อมโทรมจนเป็นต้นเหตุของการเกิดโรคต่างๆ ถ้าเราเอาคนหรือสัตว์ไปขังไว้ในที่แคบๆ ไม่สามารถออกกำลังกายได้ ก็จะมีการขาดการออกกำลังกายเกิดขึ้น และอาการเช่นนี้ ก็จะพูดได้ว่าคล้ายคลึงกับการขาดสารอาหาร เช่น มีอาการเมื่อยขบ และในที่สุดก็จะเกิดโรคแทรกขึ้นมา ทำให้ตายได้

สุพิตร สมานิติ (2525 : 173) ได้กล่าวว่า บุคคลที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะรู้สึกได้ว่ามีการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายของตนเองหลายอย่างด้วยกัน เช่น

1. มีการตื่นตัว คล่องแคล่วว่องไว และจะรู้สึกเหน็ดเหนื่อยช้าลงในขณะทำงานหรือออกกำลังกาย
2. ความดันโลหิตจะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น
3. สุขภาพของหัวใจจะแข็งแรงขึ้น อัตราการเต้นของหัวใจระยะพักจะช้าลง ช่วยทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง และลดปริมาณของไขมันที่เกาะตามหลอดเลือด

4. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและช่วยป้องกันการบาดเจ็บ ซึ่งอาจจะเกิดจากข้อเท้าแพลง หรือกล้ามเนื้อฉีกขาดได้

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา องค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย (2528 : 10 – 13) ได้สรุปถึงคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายในทางการแพทย์ คือ การจัดชนิดของความหนัก ความนาน และความบ่อยของการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับเพศ วัย สภาพร่างกายและจุดประสงค์ของแต่ละคน เปรียบได้กับการใช้ยา ซึ่งถ้าหากสามารถจัดให้เหมาะสมได้คุณประโยชน์ ดังนี้

1. การเจริญเติบโต การออกกำลังกาย จัดเป็นปัจจัยสำคัญอันหนึ่งที่มีผลต่อการเจริญเติบโต เด็กที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย แต่มีอาหารการกินอุดมสมบูรณ์ อาจมีส่วนสูงและน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กในวัยเดียวกันโดยเฉลี่ย แต่ส่วนใหญ่แล้ว จะมีไขมันมากเกินไป มีกระดูกเล็ก หัวใจมีขนาดเล็กเมื่อเทียบกับน้ำหนักตัว อ้วนแบบฉุ เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นการเจริญเติบโตที่ผิดปกติตรงกันข้ามกับเด็กที่มีการออกกำลังกายที่ถูกต้องสม่ำเสมอ ร่างกายจะผลิตฮอร์โมนที่เกี่ยวกับการเจริญเติบโตอย่างถูกส่วน จึงกระตุ้นให้อวัยวะต่างๆ เจริญขึ้นพร้อมกันไปทั้งขนาด รูปร่าง และหน้าที่การทำงาน เมื่อประกอบกับผลการออกกำลังกายที่ทำให้เจริญอาหาร การย่อย และการขับถ่ายดี เด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ จึงมีการเจริญเติบโต ดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย

2. รูปร่างทรวดทรง การออกกำลังกายอาจจัดเป็นเป็นได้ทั้งยาป้องกัน และยารักษาการเสียทรวดทรง จะเห็นได้ว่า การเสียทรวดทรงในเรื่องการเจริญเติบโตข้อ 1 ย่อมป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกาย เมื่อเติบโตเต็มที่แล้วการขาดการออกกำลังกายยังสามารถทำให้ทรวดทรงเสียไปได้อีกมาก เช่น ตัวเอียง หลังงอ พุงป่อง ซึ่งทำให้เสียบุคลิกได้อย่างมาก ในระยะนี้การกลับมาออกกำลังกายอย่างถูกต้องเป็นประจำสม่ำเสมอ ยังสามารถแก้ไขให้ทรวดทรงกลับดีขึ้นได้ บางอย่างอาจต้องใช้เวลาเป็นเดือน เป็นปี แต่บางอย่างอาจเห็นผลภายในเพียงไม่ถึงหนึ่งเดือน เช่น การมีพุงป่อง การบริหารกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้องมีความตึงตัวเพิ่มขึ้นจนกระชับอวัยวะภายในไว้ไม่ให้ดันออกมาเป็นพุงป่องได้

3. สุขภาพทั่วไป เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า การออกกำลังกายเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ถึงแม้ว่าจะไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่าการออกกำลังกายจะสามารถเพิ่มภูมิคุ้มกันต่อโรคที่เกิดจากการติดเชื้อได้ แต่มีหลักฐานที่พบบ่อยว่า เมื่อนักกีฬาเกิดการเจ็บป่วยจากการติดเชื้อจะหายได้เร็วกว่า และมีโรคแทรกซ้อนน้อยกว่า ข้อที่ทำให้เชื่อแนได้ว่า ผู้ที่ออกกำลังกายย่อมมีสุขภาพดีกว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกาย คือ การที่อวัยวะต่างๆ มีการเจริญเติบโตดี ทั้งขนาดรูปร่าง และหน้าที่การทำงาน โอกาสของการเกิดโรคที่ไม่ใช่โรคติดต่อ เช่น โรคการเสื่อมสมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะเองจึงมีน้อยกว่า

4. สมรรถภาพทางกาย ถ้าจัดการออกกำลังกายเป็นยาบำรุง การออกกำลังกายถือว่าเป็นยาบำรุงเพียงอย่างเดียวที่สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้เพราะไม่มียาอะไรที่สามารถ ทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพเพิ่มขึ้นได้อย่างแท้จริงและถาวร ยาบางอย่างอาจทำให้ผู้ใช้สามารถทำงานบางอย่างได้นานกว่าปกติ แต่เมื่อทำไปแล้วร่างกายก็จะอ่อนเพลียมากกว่าปกติจึงต้องพักผ่อนนาน

กว่าหรือร่างกายทรุดโทรมลงไปทางปฏิบัติ เราสามารถเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายทุกๆ ด้าน เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความอดทน ด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้นๆ

5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคร้ายได้หลายชนิด โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสภาพของอวัยวะ อันเนื่องจากการมีอายุมากขึ้น ประกอบกับปัจจัยอื่นๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การกินอาหารเกิน ความเคร่งเครียด การสูบบุหรี่มากหรือกรรมพันธุ์ โรคเหล่านี้ได้แก่ โรคประสาทเสียดุลยภาพ หลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ เป็นต้น ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกาย หรืออาจไม่เกิดขึ้นเลย จนชั่วชีวิต

6. การรักษาโรคและการฟื้นฟูสภาพ โรคต่างๆ ที่กล่าวในข้อ 5 ถ้าหากเกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจัดเป็นวิธีการรักษาและฟื้นฟูสภาพที่สำคัญในปัจจุบัน แต่ในการจัดการการออกกำลังกายที่เหมาะสม มีปัญหามาก เพราะบางครั้งโรคได้กำเริบรุนแรงจนการออกกำลังกายแม้เพียงเบาๆ ก็เป็นข้อห้ามในกรณีดังกล่าว การควบคุมโดยใกล้ชิดจากแพทย์ผู้ทำการรักษา การตรวจสอบสภาพร่างกายโดยละเอียดเป็นระยะ เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้แล้ว การออกกำลังกายยังมีประโยชน์ทางการแพทย์ ดังที่ อติเรก จิระพงศ์ (2523 : 34 – 35) สรุปไว้ว่า ในปัจจุบันวงการแพทย์ได้นำเอาการออกกำลังกายมาทำให้เกิดประโยชน์ 3 ประการ คือ

- 1) ออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพสมบูรณ์
- 2) ออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและป้องกันโรค
- 3) ออกกำลังกายเพื่อรักษาโรค ซึ่งต้องอยู่ภายใต้การดูแลแนะนำจากแพทย์หรือ

ผู้ทรงคุณวุฒิ การออกกำลังกายเพื่อให้ได้ผลอย่างแท้จริงนั้น จำเป็นต้องปฏิบัติตามหลัก 3 ประการคือ

- 3.1 ต้องกระทำถูกต้องตามหลักวิธีการ
- 3.2 ต้องมีปริมาณการทำงานที่เหมาะสม
- 3.3 ต้องมีความสม่ำเสมอและต่อเนื่องในการปฏิบัติ

1.2 ประเภทของการออกกำลังกาย

ไพวัลย์ ตัณฑลาพุม (2530 : 29 – 30) ได้ยกตัวอย่างวิธีการออกกำลังกายเพิ่มสมรรถภาพและสุขภาพมีดังนี้

การเดิน หมายถึง การเดินระยะไกลและเดินเร็วพอสมควร ในระยะต้นควรใช้เวลาประมาณ 15 – 30 นาที ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสมรรถภาพเดิมของแต่ละคน เมื่อร่างกายแข็งแรงขึ้นแล้ว จึงเพิ่มเวลาเดินให้มากขึ้นเป็นหนึ่งชั่วโมงหรือมากกว่านั้น ควรเดินออกกำลังกายตอนเช้าหรือเย็นเพราะอากาศไม่ร้อน ช่วยให้เดินได้นานขึ้น การเดินนั้นจะเดินไปในทุ่งโล่ง สนามกีฬา ริมหาดทราย สวนสาธารณะหรือริมถนนที่มีต้นไม้ร่มรื่นก็ได้

การวิ่ง เป็นการออกกำลังกายที่ดีที่สุดเพราะโดยธรรมชาติรู้จักการวิ่งมาตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ การวิ่งทำให้ร่างกายทุกส่วนได้ออกกำลังกาย ในระยะเริ่มต้นควรวิ่งเหยาะๆ ก่อน ใช้เวลา 5 – 10 นาที หากรู้สึกเหนื่อยมากควรหยุดหรือเปลี่ยนเดินเมื่อหายเหนื่อยแล้วจึงวิ่งต่อเมื่อร่างกายแข็งแรงดีแล้ว จึงเพิ่มการวิ่งให้มากขึ้นโดยเพิ่มระยะเวลาหรือระยะทางหรือความเร็วในการวิ่งทีละน้อย

การว่ายน้ำ เป็นการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ ควรทำอย่างสม่ำเสมอ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ควรว่ายน้ำให้เร็วและไกลพอสมควร เช่น ว่ายน้ำน้ำให้ได้ระยะ 300 เมตร ติดต่อกันภายในระยะเวลา 8 นาที เป็นต้น การว่ายน้ำก็เช่นเดียวกับการวิ่งและการกีฬาอื่นๆ คือ ไม่ควรออกกำลังกายเต็มที่ในตอนเริ่มต้นจากการว่ายน้ำๆ ก่อน คือ ว่ายน้ำ 100 เมตร ว่ายน้ำแล้วพักประมาณ 5 นาที แล้วว่ายน้ำ 50 เมตร พักอีก 5 นาที หายเหนื่อยแล้วว่ายน้ำครั้งสุดท้ายอีก 50 เมตร เมื่อร่างกายแข็งแรงดีแล้วจึงค่อยเพิ่มระยะทางขึ้น

การถีบจักรยาน เป็นการออกกำลังกายที่ดีเช่นเดียวกัน โดยเฉพาะในท้องถิ่นซึ่งการจราจรไม่คับคั่ง จนไม่เป็นที่ปลอดภัยแก่ผู้ใช้รถจักรยาน การถีบจักรยานเพื่อการออกกำลังกาย ทำได้หลายรูปแบบ อาจใช้จักรยานท่องเที่ยวหรือเพื่อทัศนศึกษาในวันสุดสัปดาห์ หรือการใช้จักรยานเพื่อพาสมาชิกในครอบครัว ไปพักผ่อนหย่อนใจตามสถานที่ต่างๆ และการใช้จักรยานเพื่อไปซื้อของหรือจ่ายตลาด เป็นต้น วิธีการถีบเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงอาจทำได้โดยถีบความเร็วพอสมควร แต่สม่ำเสมอหรือถีบช้าๆ สลับกับถีบเร็วๆ เป็นช่วงๆ ก็ได้ ระยะทางที่ใช้ก็ควรไกลพอสมควร เช่น ในระยะแรกๆ อาจใช้ระยะทางสัก 4 – 6 กิโลเมตรก่อน ต่อไปจึงค่อยเพิ่มระยะทางขึ้นหรือเพิ่มความเร็วขึ้นก็ได้

การเล่นกีฬา การเล่นกีฬาที่ใช้การเคลื่อนไหวของร่างกายมากส่วน ซึ่งแบ่งเป็นกีฬาที่ไม่มี การปะทะ เช่น แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล เทนนิส ตะกร้อ เป็นต้น ที่เหมาะสมแก่ การออกกำลังกาย นอกจากนี้ได้แก่ กีฬาที่มีการปะทะ เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอลและแฮนด์บอล ซึ่ง หากจะเล่นเพื่อการออกกำลังกายก็ไม่ควรเล่นหักโหม และไม่เป็นการเล่น แข่งขันแบบเอาจริงเอาจัง เกินไป และเพื่อให้เกิดความสนุกสนานในการเล่นก็อาจดัดแปลงโดยใช้กติกาการเล่นง่ายๆ เช่น สนามเล็กกว่ามาตรฐาน ผู้เล่นแต่ละฝ่ายไม่จำเป็นต้องมีจำนวนตามกติกาสากล เป็นต้น และหลัก สำคัญในการเล่น คือ หากรู้สึกเหนื่อยเหนื่อยแล้วจึงค่อยเล่นต่อ

กายบริหาร เป็นวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับทุกเพศทุกวัย สามารถทำที่บ้าน อาจ ออกกำลังกายด้วยท่ามือเปล่าหรือมีอุปกรณ์ เช่น ลูกฟุตบอล ห่วงยาง ลวดสปริง ม้านั่ง เชือก ก็ได้ การกายบริหารให้ร่างกายมีทรวดทรงที่สวยงาม สามารถแก้ไขทรวดทรงผิดปกติที่เกิดจากกล้ามเนื้อ อ่อนแอได้ หากจะฝึกความอดทนและความคล่องแคล่วจะต้องฝึกให้นานและมากพอสมควรและ สม่ำเสมอ หรืออาจถือหลักง่ายๆ ว่าหากออกกำลังกายแล้วเหงื่อยังไม่ออก แสดงว่าน้อยไป ถ้าออก กายแล้วนอนไม่หลับก็แสดงว่าหนักเกินไป

1.4 ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2537 : 8) กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายมีดังต่อไปนี้

1. การเจริญเติบโต การออกกำลังกายจะช่วยให้เจริญอาหาร การย่อย และการขับถ่าย โดยเฉพาะในวัยเด็ก ดังนั้น เด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย
2. รูปร่างทรงตัว การออกกำลังกายสามารถป้องกันและรักษาการเสียทรงตัวได้ โดยการบริหารเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในส่วนที่ต้องการ และทำให้กล้ามเนื้อกระชับ
3. สุขภาพทั่วไป เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า การออกกำลังกายทำให้วัยต่างๆ มีการเจริญได้ดีทั้งขนาด รูปร่าง และหน้าที่การงาน โอกาสของการเกิดโรคที่ไม่ใช่โรคติดเชื้อมีน้อยกว่า
4. สมรรถภาพทางกาย การออกกำลังกายสามารถเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายในทุกๆ ด้าน ด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้นๆ
5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคหลายชนิด โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสภาพของอวัยวะ อันเนื่องมาจากการมีอายุมากขึ้นประกอบด้วยปัจจัยอื่นๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น ความเครียด การสูบบุหรี่มาก การกินอาหารเกิน โรคเหล่านี้ได้แก่ โรคหลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคข้อต่อเสื่อมสภาพ เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกายหรือ อาจไม่เกิดขึ้นเลยก็เป็นได้
6. การรักษาโรคและฟื้นฟูสภาพต่างๆ ที่กล่าวมาถึงในข้อ 5. หากเกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจะช่วยรักษาและฟื้นฟูสภาพได้

1.5 ความเป็นมาของศูนย์เยาวชนลุมพินี

ศูนย์เยาวชนลุมพินี (2519) ระยะเวลาเริ่มแรกเป็นระยะขั้นทดลอง สืบเนื่องมาจาก นายเล็ก วานิชขงกูร (อดีตวุฒิสมาชิก) ขณะนั้นดำรงตำแหน่งเป็นสมาชิกสภาเทศบาลนครกรุงเทพฯ ได้เล็งเห็นความสำคัญของเยาวชนในแหล่งชุมชนต่างๆ ที่ขาดความเอาใจใส่จากผู้ปกครองเนื่องจากพ่อแม่ต้องทำงาน ระหว่างที่พ่อแม่ยังไม่กลับบ้านลูกๆ ก็จะเล่นกันตามลำพัง ตามข้างถนน ขาดคนดูแล บางครั้งก็เกิดอุบัติเหตุจากรถยนต์หรือได้รับบาดเจ็บจากการเล่นเป็นต้น จึงคิดที่จะสร้างศูนย์เยาวชนเพื่อเป็นจุดศูนย์กลางสำหรับเด็กโดยเฉพาะเพื่อให้เด็กได้มาร่วมกิจกรรม เล่นกีฬา พักผ่อนหย่อนใจ หรือใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จึงได้นำเสนอต่อสภาเทศบาล ซึ่งสภาก็ยอมรับพิจารณาดำเนินการ แต่เนื่องจากยังไม่มียงบประมาณและไม่เคยมีศูนย์เยาวชนมาก่อน จึงเพียงเริ่มทดลองโดยแต่งตั้งคณะกรรมการศูนย์เยาวชนประกอบด้วย พ่อค้าประชาชน พนักงาน เทศบาลและข้าราชการ จำนวน 20 คน เป็นผู้ดำเนินงาน เริ่มดำเนินการครั้งแรกเมื่อเดือนพฤษภาคม 2504 โดยใช้อาคารชั้นเดียวรูปอักษรซึ่งเดิมใช้เป็นกองอำนวยการในงานฉลองรัฐธรรมนูญ ตั้งอยู่ทางด้านขวาของยุวสมาคมแห่งประเทศไทย ในบริเวณสวนลุมพินี (นอกจากศูนย์เยาวชน ลุมพินีแล้ว ยังมีอีกสองแห่งคือ บริเวณวัดมกุฏกษัตริยารามและวัดจันทรสโมสร ปัจจุบันคือศูนย์เยาวชนเทเวศร์และศูนย์เยาวชนสวนอ้อย)

การดำเนินงานในช่วงระยะสองปีแรก เทศบาลได้ส่งผู้นำหัดศึกษา 1 คน และภารโรง 1 คน มาปฏิบัติงานประจำ และคุณเล็ก วานิชขงกูร ได้วิ่งเต้นขอบริจาคดำเนินการจากพ่อค้าประชาชน

และได้รับทุนจากมูลนิธิเอเชีย จ้างนักสังคมสงเคราะห์ เข้าดำเนินงานอย่างจริงจังทั้งยังได้หา อาสาสมัครมาช่วยเป็นผู้นำกิจกรรมด้านต่างๆ อีกด้วย และในปี พ.ศ. 2506 เทศบาลได้จัดส่งผู้นำพลศึกษา หัตถศึกษาและโภชนาการ มาปฏิบัติงานเพิ่มขึ้น การดำเนินงานขึ้นอยู่ในขั้นดีได้รับผลสำเร็จ เป็นที่ยอมรับของประชาชน

พ.ศ. 2508 เทศบาลนครกรุงเทพฯ ได้จัดสรรงบประมาณหนึ่งล้านบาทแสนบาท ก่อสร้าง ศูนย์เยาวชนลุมพินีขึ้นใหม่ในบริเวณสนามไอ้หว้า อาคารศูนย์เยาวชนแห่งใหม่ที่สร้างขึ้นประกอบด้วย ห้องกิจกรรมต่างๆ จำนวน 12 ห้อง มียิมเนเซียม เวทีการแสดง และห้องสมุด เริ่มดำเนินงาน ณ อาคารศูนย์ฯ แห่งใหม่ (เมื่อวันที่ 7 พฤศจิกายน 2508 สร้างศูนย์ฯ เสร็จวันที่ 31 ตุลาคม 2508)

ต่อมาในปี พ.ศ. 2510 ได้ทำการก่อสร้างสระว่ายน้ำ ขนาด 10 x 18 เมตร ลึก 2.30 เมตร ตื้น 1 เมตร เพื่อใช้ฝึกสอนว่ายน้ำให้แก่สมาชิก ด้วยเงินงบประมาณของเทศบาล และเงินที่คุณเล็ก วานิชชองกูร ได้ขอบริจาคเข้าสมทบ

1. วัตถุประสงค์ การดำเนินงานของศูนย์เยาวชนลุมพินี มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1.1 เพื่อเป็นศูนย์กลางให้เยาวชนในท้องถิ่นได้ใช้เวลาว่างหลังจากการศึกษาเล่าเรียนมา ประกอบกิจกรรมกิจกรรมต่างๆ ให้เกิดประโยชน์ แก่ตนเองตลอดจนแก่ครอบครัว และสังคม

1.2 เพื่อให้เยาวชนได้มีโอกาสพักผ่อนหย่อนใจ รื่นเริง เล่นกีฬาอย่างมีระเบียบและ ได้รับการศึกษาพิเศษต่างๆ ที่เหมาะสมกับเพศและวัย

1.3 เพื่อดำเนินกิจกรรมในการสร้างสรรค์อุปนิสัยพัฒนาบุคลิกภาพและความประพฤติ ของเยาวชนให้เป็นไปในทางที่ดีงาม สามารถปรับตัวตนเองให้เข้ากับผู้อื่นได้ดี พร้อมทั้งฝึกให้เป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี เคยชินกับชีวิตระบอบประชาธิปไตย เพื่อให้เยาวชนเจริญเติบโตเป็นพลเมืองดีมี ประโยชน์และสังคมประเทศชาติ

2. ด้านกิจกรรม

กิจกรรมซึ่งศูนย์ฯ จัดบริการแก่สมาชิกแยกออกเป็น

ก. กิจกรรมประจำ ได้แก่

1. พลศึกษา ได้แก่ บาสเกตบอล ปิงปอง แบดมินตัน มวย หมากกรุก หมากฮอส ตะกร้อ ว่ายน้ำ

2. นาฏศิลป์ ได้แก่ การฝึกสอนทำรำต่างๆ ระบายสีพื้นเมือง เพลงพื้นเมือง ฯลฯ

3. ศิลป – หัตถศึกษา ได้แก่ การประดิษฐ์เศษวัสดุ วาดเขียน ปั้น แกะสลัก การช่าง ประดิษฐ์ดอกไม้สด ดอกไม้แห้ง ของชำร่วย ตุ๊กตา ฯลฯ

4. ตัดเย็บเสื้อผ้า

5. โภชนาการ ได้แก่ การประกอบอาหาร การถนอมอาหาร

6. กิจกรรมห้องสมุด มีหนังสือประเภทต่างๆ ให้สมาชิก มีการทนายปัญหา เล่านิทาน จัดนิทรรศการในวันสำคัญต่างๆ

7. บริการทางสังคมสงเคราะห์ ให้การช่วยเหลือสมาชิกที่มีปัญหาความเดือดร้อนในด้านต่างๆ เช่นบุคลิกภาพ ไม่สามารถเข้ากลุ่มกับผู้อื่นได้ ปัญหาสุขภาพ การศึกษา ครอบครัว ฯลฯ

3. การดำเนินงาน

3.1 เปิดบริการตั้งแต่วันจันทร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์

เวลา 10.00 – 18.00 น.

3.2 ศูนย์ชุมชนเปิดให้บริการ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 18.00 – 21.00 น.

4. อัตราค่าธรรมเนียมสมาชิกศูนย์ฯ

4.1 เยาวชนอายุ 8 – 18 ปี ค่าสมัครสมาชิกปีละ 10 บาท

4.2 เยาวชนและประชาชน (ศูนย์ชุมชน) อายุ 19 ปี ขึ้นไป ค่าสมัครสมาชิก

ปีละ 40 บาท

4.3 กิจกรรมว่ายน้ำ ลงสระครั้งละ 5 บาท (เฉพาะสมาชิกอายุ 8 – 17 ปี)

4.4 กิจกรรมว่ายน้ำ ลงสระครั้งละ 15 บาท (เฉพาะสมาชิกศูนย์ชุมชน)

5. หลักฐานการสมัครสมาชิก

5.1 รูปถ่ายหน้าตรงขนาด 1 นิ้ว หรือ 2 นิ้ว จำนวน 2 รูป

5.2 สำเนาทะเบียนบ้าน

5.3 สำเนาบัตรประชาชน หรือบัตรอื่นๆ ที่สามารถใช้แทนได้

5.4 ใบรับรองแพทย์ กรณีสมัครกิจกรรมว่ายน้ำ

- ชุมชนที่รับผิดชอบ

- ชุมชนชอยพระเจด

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

โฮล์บรูค (Holbrook. 1993 : 2735 – A) ทำการศึกษาความต้องการการเร่งด่วนและกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพการเรียนรู้ผลศึกษา นันทนาการและโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง 94 คน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการและสถาปนิก ผลปรากฏว่าคณะกรรมการวางแผนของสถาบันจะต้องศึกษาในรายละเอียดเพื่อกำหนดแบ่งสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้องจัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ประสิทธิภาพ ควรร่วมดำเนินการแต่งตั้งการวางแผน และการวิจัยเพื่อศึกษาแนวทางในอนาคต เป็นสิ่งจำเป็นเพื่อประสิทธิผลการวางแผนและการดำเนินการ

มุลเลอร์ (Muller. 1993 : 1688) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลกระทบของการออกกำลังกายที่ได้รับการแนะนำขึ้นอยู่กับการชมเชยตนเอง กลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยซาลิสบูรีสเตท (Salisbury State University) จำนวน 222 คน โดยแบ่งออกเป็น 10

กลุ่ม ตามสุขภาพและความฟิตของร่างกาย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาชายและหญิง ลดความอ้วนลง 41% ผู้หญิงลดลงจาก 12.7% เป็น 11.9% ขณะที่ผู้ชายลดลงจาก 19.5% เป็น 18.9% รูปแบบการออกกำลังกายที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ชายตามลำดับการวิ่ง ขณะที่การฝึกเดินรอบๆ จะเกิดผลลบทั้งนักศึกษาหญิงและนักศึกษาชาย

ฮิลเดอร์แบร์น (Hilderbran. 1996 : 56) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของแรงจูงใจและการมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ เพื่อสำรวจองค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษาระดับวิทยาลัย ผู้เข้าร่วมกิจกรรม คือ นักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยจำนวน 460 คน ตัวแปรตาม คือ จำนวนนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา ตัวแปรอิสระ คือ ระดับของศักยภาพ แห่งตน สำหรับการร่วมกิจกรรมปกติ การคาดหวังเกี่ยวกับผลของการเข้าร่วมกิจกรรมปกติ สภาพการควบคุมตนเองเพื่อเข้าร่วมกิจกรรม แรงขับของกิจกรรมและผลของการเข้าร่วมกิจกรรม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวเพื่อแสดงความแตกต่างในเรื่องลักษณะของแรงจูงใจระหว่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมน้อยที่สุด และผู้เข้าร่วมกิจกรรมในระดับปานกลาง ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบของแรงจูงใจและการเข้าร่วมกิจกรรมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตัวแปรศักยภาพแห่งตนและแรงขับสนับสนุนรูปแบบซึ่งมีศักยภาพแห่งตนเป็นตัวสนับสนุนที่เข้มแข็งมากที่สุด องค์ประกอบที่จำแนกผู้เข้าร่วมกิจกรรมน้อยที่สุดจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมระดับปานกลาง คือ ศักยภาพแห่งตนและแรงขับในเรื่องสุขภาพ การได้พบบุคคลใหม่ๆ และความตื่นเต้นตลอดจนสุขภาพที่อยู่ในสภาพดีแตกต่างกันระหว่างกลุ่มนี้

แอนโตแนกซี (Antonacci. 1997 : 634 – A) ทำการศึกษาเรื่องปัญหาการเข้าร่วมเล่นกีฬาและความต้องการของนักเรียนชายในรัฐอิลลินอยส์ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายจากโรงเรียนต่างๆ ในรัฐอิลลินอยส์ จำนวน 3,000 คน ให้ตอบแบบสอบถาม ผลการศึกษาปรากฏว่า

1. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไม่สนองความต้องการของนักเรียน เป็นเพราะนักเรียนมีความเข้าใจการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาน้อยไป นักเรียนไม่ต้องการเล่นเพราะคิดว่าต้องสนใจการเรียนมากกว่า และเด็กที่ไม่เล่นกีฬาหรือเล่นแต่น้อยแต่ขาดทักษะทางกีฬาต่างๆ ที่จะสามารถนำตัวเองเข้าร่วมกิจกรรมได้

2. นักเรียนมีปัญหาในการเดินทางไปเล่นกีฬาและออกกำลังกาย เนื่องจากผู้ปกครองไม่มีเวลาหรือเวลาว่างไม่ตรงกัน และสถานศึกษาก็ไม่มีสถานที่เพียงพอที่จะรองรับได้

3. นักเรียนมีความต้องการในการเล่นกีฬา วัยน้ำ บาสเกตบอล ซอฟท์บอล การเล่นเรือ การตกปลา กีฬาที่มีความต้องการน้อย คือ กีฬาที่เล่นในฤดูหนาว

2.2 งานวิจัยในประเทศ

เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ (2525 : ค – จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการรับบริการทางด้านกายภาพบำบัด เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะทราบความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ในการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย ผลการวิจัยพบว่า

1. ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด

2. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้เหมาะสมเพียงพอกับความต้องการรับบริการอยู่ในระดับมากที่สุด

3. ความต้องการที่จะมาให้บริการ ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญแต่ละด้านมาคอยบริการให้คำแนะนำการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด

4. ความต้องการด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งข้าราชการและนิสิต ต้องการได้รับการบริการความรู้เกี่ยวกับเทคนิควิธีการออกกำลังกายและกติกาการแข่งขันมากที่สุด ส่วนการประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสารความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางด้านการออกกำลังกายด้านต่างๆ นั้นมีความต้องการรองลงมา

5. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยเป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทางด้านนี้ทั้งหมดมากที่สุด อย่างไรก็ตาม ข้าราชการและนิสิต ยังมีความเห็นว่า บุคคลผู้ใช้บริการควรสนับสนุนงบประมาณร่วมกับมหาวิทยาลัยบ้างตามสมควรในรูปของการเป็นสมาชิก โดยเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือน หรือรายปี

6. ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับบริการในกิจกรรมประเภทบริหารทรวงกายบริหาร ว่ายน้ำ เทนนิส แบดมินตัน มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ฟุตบอล เทนนิส

7. นิสิตต้องการได้รับการบริการในกิจกรรมประเภทว่ายน้ำ ฟุตบอล เทนนิส มากที่สุด รองลงมาได้แก่ แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล ยิงปืนและวอลเลย์บอล

8. ในวันธรรมดา ข้าราชการและนิสิตต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.30 – 20.30 น.

9. ในวันเสาร์ – อาทิตย์ ข้าราชการต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. ส่วนนิสิตต้องการออกกำลังกาย ในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น.

10. ปัญหาและอุปสรรคของการออกกำลังกายที่พบมากที่สุด คือ สถานที่และอุปกรณ์ ที่จะให้บริการแก่ข้าราชการและนิสิตไม่เพียงพอ อีกทั้งขาดการดูแลบำรุงรักษาและสนับสนุนงบประมาณจากทางมหาวิทยาลัยเป็นเหตุให้ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ยังต้องประสบปัญหาและอุปสรรคอยู่ตลอดไป

กองส่งเสริมสุขภาพและพลศึกษา กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2526 : จ) ทำการวิจัยเรื่อง การเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร ในปี 2526 โดยมีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาสภาพการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามเชิงสำรวจ ผลการวิจัยพบว่า

1. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ประชาชนชายและหญิงปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุด คือ การเล่นกายบริหารและการวิ่งเหยาะ

2. วัน เวลา ที่ใช้ในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนชายหญิง ส่วนใหญ่ในช่วงเวลาเย็น ครั้งละนานกว่า 1 ชั่วโมง ตามลำดับ และเล่นสัปดาห์ละ 1 – 2 ครั้ง โดยไม่กำหนดวันแน่นอน

3. เหตุผลในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนชายหญิง คือ การเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพและความแข็งแรง

รัตนภรณ์ หันตกาญจนพันธ์ (2530 : 151) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการการออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด ในปี 2530 โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความต้องการบริการการออกกำลังกายตามระดับชั้น เพศ ที่พัก สถานภาพทางครอบครัว ประสบการณ์การทำงาน อายุ วุฒิการศึกษา จำนวนบุตร ตลอดจนปัญหาเกี่ยวกับการออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด ผลการวิจัยพบว่า ข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด

มีความต้องการบริการการออกกำลังกาย 6 ด้าน

1. ต้องการมากเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ และเครื่องอำนวยความสะดวก เพื่อบริการแก่สมาชิกอย่างเพียงพอ

2. ต้องการมากให้จัดบุคลากร ผู้มีความรู้ความชำนาญเฉพาะด้านให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย

3. ต้องการให้กองปราบปรามสามยอด จัดสวัสดิการสำหรับนักกีฬา เป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทั้งหมด และสมาชิกที่ให้บริการ ควรเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือน หรือรายปี

4. ต้องการมากเกี่ยวกับการบริการด้านเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย

5. ต้องการบริการกิจกรรมประเภทกายบริหาร

6. ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. ในวันธรรมดา ในวันเสาร์ – อาทิตย์ ต้องการช่วงเวลา 07.00 – 08.00 น. มากที่สุด

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ผลการศึกษาพบว่าบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ความต้องการสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้ไปมาสะดวก อุปกรณ์พลศึกษาที่เพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวน ผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์กีฬามีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการกิจกรรมประเภทเทเบิลเทนนิส วายน้ำ แบดมินตัน ลีลาศ กายบริหาร เทนนิส และกิจกรรมเข้าจังหวะ

3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพ

ทางกาย มีเพียงพอและได้มาตรฐาน มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของบุคลากรเป็นประจำและสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพ

4. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ

5. ด้านวิชาการ ได้แก่ ความต้องการหนังสือ ตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อสมาชิกได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอยู่เสมอโดยทั่วถึงกัน สมาชิกมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อจะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้นต่อไป และมีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาเสมอๆ

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ความต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันศุกร์ โดยวันธรรมดาต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น. และเวลา 16.30 – 18.30 น.

7. การเปรียบเทียบความต้องการการบริการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคคลชายกับหญิง ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

8. การเปรียบเทียบความต้องการการบริการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากร ผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำแนกตามอายุ ปรากฏว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01 และนำผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 51 – 60 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41 – 50 ปี, 31 – 40 ปี และ 21 – 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และพบว่า บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41 – 50 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 31 – 41 ปี และ 21 – 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

9. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ควรมีหน่วยงานใหม่ขึ้นมารับผิดชอบการจัดการและการให้บริการการออกกำลังกาย โดยหน่วยงานใหม่นี้จะเปิดรับบุคลากรให้เป็นสมาชิกและเก็บเงินจากสมาชิก นอกจากนั้นต้องมีหน้าที่ดูแลรักษาสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และควรจะต้องมีครูฝึกที่ชำนาญ เพื่อที่จะได้คอยให้คำแนะนำ และช่วยเหลือการออกกำลังกายของสมาชิก

นิรุจ อักษรพิมพ์ (2545 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของสมาชิกศูนย์นันทนาการชุมชน กรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2545 ในด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และด้านประเภทกิจกรรมที่ต้องการในการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นสมาชิกของศูนย์นันทนาการชุมชน กรุงเทพมหานคร จำนวน 364 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน

(Multistage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .76 เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้ว วิเคราะห์ ข้อมูล โดยการหาความถี่และหาค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า

1. สภาพในการออกกำลังกายของสมาชิกศูนย์นันทนาการชุมชน กรุงเทพมหานคร ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชายและเพศหญิง และกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 15 – 25 ปี และ 25 ปีขึ้นไป ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรที่ให้บริการ และด้านวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีสภาพในการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง

2. ความต้องการในการออกกำลังกายสมาชิกศูนย์นันทนาการชุมชนกรุงเทพมหานคร ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชายและเพศหญิง และกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 15 – 25 ปี และอายุ 25 ปีขึ้นไป มีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ และด้านวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านประเภทกิจกรรมที่ต้องการในการออกกำลังกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 15 - 25 ปี และอายุ 25 ปีขึ้นไปประเภทกิจกรรมที่ต้องการออกกำลังกายมากที่สุด คือ กิจกรรมและวิ่งเพื่อสุขภาพ การเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ และการเดินลีลาศ คือ กีฬาเทเบิลเทนนิส กีฬาแบดมินตัน และกีฬาฟุตบอล ตามลำดับ และเพศหญิง คือ กีฬาเทเบิลเทนนิส กีฬาแบดมินตัน และกีฬาว่ายน้ำ ตามลำดับ

ประสาน หงษ์ทอง. (2546 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่องสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของผู้นำชุมชนในจังหวัดสิงห์บุรีในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา และด้านวันและเวลาของการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้ชุมชนที่มาจากการเลือกตั้ง จำนวน 149 คน และผู้นำที่เป็นข้าราชการประจำจำนวน 142 คน รวมทั้งสิ้น 291 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .78 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า

1. สภาพในการออกกำลังกายของผู้นำชุมชนในจังหวัดสิงห์บุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ มีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อย

2. ความต้องการในการออกกำลังกายของผู้นำชุมชนในจังหวัดสิงห์บุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ในระดับมาก ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย มีความต้องการออกกำลังกายด้วยกิจกรรมแอโรบิคมากที่สุด รองลงมาการวิ่งเพื่อสุขภาพ และการขี่จักรยาน ตามลำดับ ด้านชนิดกีฬาของการออกกำลังกาย มีความต้องการออกกำลังกายด้วยฟุตบอล รองลงมา ตะกร้อ และวอลเลย์บอล ตามลำดับ ด้านวันของการออกกำลังกาย มีความต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์มากที่สุด รองลงมาวันอาทิตย์ และวันศุกร์ ตามลำดับ และด้านช่วงเวลาของการออกกำลังกาย มีความต้องการออกกำลังกาย ช่วงเวลา 17.00 – 18.00 น. มากที่สุด รองลงมา 18.00 – 19.00 น. และ 16.00 – 17.00 น. ตามลำดับ

สิริลักษณ์ ทัดมัน (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องปัญหาและความต้องการในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร ไทย-ญี่ปุ่น ดินแดง

กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 11 – 60 ปี เป็นชาย 500 คน หญิง 500 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .87 และวิเคราะห์ ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า

1. ปัญหาในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร ไทย-ญี่ปุ่น ดินแดง ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกและด้านผู้สอน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

2. ความต้องการในการใช้บริการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์เยาวชน กรุงเทพมหานคร ไทย-ญี่ปุ่น ดินแดง ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านผู้ฝึกสอน และด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับมาก

สมหมาย ฤทธิบุตร (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสระบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นอาจารย์ ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสระบุรี จำนวน 400 คน เป็นชาย 200 คน หญิง 200 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi – stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .76 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า

1. สภาพการออกกำลังกายของอาจารย์ในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสระบุรี ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่และอุปกรณ์ ด้านการจัดการ และด้านบุคลากร อยู่ในสภาพมีไม่เพียงพอ และไม่เหมาะสม

2. ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสระบุรี ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่และอุปกรณ์ ด้านการจัดการ และด้านบุคลากร มีความต้องการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ส่วนด้านชนิดของกิจกรรมการออกกำลังกาย และกีฬาที่ต้องการออกกำลังกายมากที่สุดคือ การเดินและวิ่งเพื่อสุขภาพ รองลงมาคือการบริหารกายด้วยอุปกรณ์และการเต้นแอโรบิก

สรุปเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่า สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของบุคคลในแต่ละเพศ แต่ละวัย และต่างช่วงเวลา ปัญหาจะแตกต่างกันไปด้วยการจัดบริการกิจกรรมการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี จึงต้องศึกษาสภาพและปัญหาเสียก่อน เพื่อเป็นแนวทางในการจัดส่งเสริมได้ประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครได้รับบริการที่เป็นที่พึงพอใจ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. การกำหนดกลุ่มประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำ และการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดกลุ่มประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ สมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกาย ภายในศูนย์เยาวชน ลุมพินี กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีอายุระหว่าง 8 – 18 ปี จำนวน 1,669 คน และอายุ 19 ปีขึ้นไป จำนวน 1,146 คน รวมทั้งสิ้น 3,097 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาโดยวิธีการดังนี้

1. จำนวนประชากรทั้งหมด 3,097 คน เปิดตารางการประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ของ เครจซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ได้เท่ากับ 346 คน ในที่นี้ผู้วิจัยกำหนดเป็น จำนวน 400 คน
2. กำหนดกลุ่มตัวอย่าง อายุระหว่าง 8 – 18 ปี จำนวน 199 คน จำแนกเป็น เพศชาย 99 คน เพศหญิง 100 คน และอายุ 19 ปี ขึ้นไป จำนวน 201 คน จำแนกเป็นเพศชาย 100 คน เพศหญิง 101 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ดังตาราง 1

ตาราง 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างแยกตามอายุและเพศ

รายการ	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
เพศชาย		
อายุ 8 – 18 ปี	915	99
อายุ 19 ปี ขึ้นไป	1,036	100
รวม	1,951	199
เพศหญิง		
อายุ 8 – 18 ปี	754	100
อายุ 19 ปี ขึ้นไป	392	101
รวม	1,146	201
รวมทั้งสิ้น	3,097	400

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามสภาพและปัญหาของสมาชิกที่มาออกกำลังกายภายในศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบปลายปิด (Close – Ended Questionnaires) โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน แบ่งเป็นสภาพที่เป็นจริง จะถามอยู่ 2 ระดับ เช่น มี/ไม่มี, เหมาะสม/ไม่เหมาะสม, ดี/ไม่ดี เป็นต้น ส่วนระดับปัญหาแบ่งมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

2.1 ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์

2.2 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

2.3 ด้านการจัดการ การให้บริการ

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามด้านความคิดเห็นของสมาชิกที่มาใช้บริการและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความต้องการในด้านต่างๆ ในการมาใช้บริการการออกกำลังกายในสนามกีฬาของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open – Ended Questionnaires)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาค้นคว้าจากงานวิจัย ปริญญาโท เอกสาร บทความ และสิ่งพิมพ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาของการออกกำลังกาย เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. ดำเนินการสร้างแบบสอบถาม เพื่อใช้ในการสอบถามข้อมูลจากสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายภายในสนามกีฬาของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร
3. นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ทำการตรวจสอบเพื่อหาความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม แล้วนำมาแก้ไขให้สมบูรณ์

วิธีการหาคุณภาพเครื่องมือ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการหาคุณภาพของเครื่องมือตามลำดับดังต่อไปนี้

1. หาความเที่ยงตรง (Validity) โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก) พิจารณาตรวจสอบ ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้แบบสอบถามมีคุณภาพ
2. หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทำการทดสอบ (Try out) กับผู้มาใช้บริการที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แล้วนำมาหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ด้วยวิธีของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.98

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอหนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและแก้ไขแบบสอบถาม
2. ติดต่อขอหนังสือนำจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ขอความอนุเคราะห์ต่อหัวหน้าศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. นำแบบสอบถามไปยังศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง
4. รับแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง
5. ตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบสอบถามเพื่อนำไปดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. นำแบบสอบถามที่ได้มาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของข้อมูลส่วนตัวผู้ตอบแบบสอบถาม
2. นำแบบสอบถามที่ได้มาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ของสภาพและปัญหาในการใช้บริการการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายในสนามของกีฬาศูนย์เยาวชน ลุมพินี กรุงเทพมหานคร
3. นำแบบสอบถามที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลจากความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายในสนามกีฬาของ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร แล้วสรุปเป็นรายด้าน
4. นำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางและความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
f	แทน	ค่าความถี่
%	แทน	ค่าร้อยละ
สภาพทางบวก	แทน	เหมาะสม เพียงพอ สะอาด มาตรฐาน มี ดี
สภาพทางลบ	แทน	ไม่เหมาะสม ไม่เพียงพอ ไม่สะอาด ไม่มาตรฐาน ไม่มี ไม่ดี

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างและทำการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังต่อไปนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของข้อมูลส่วนตัวผู้ตอบแบบสอบถาม แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ของสภาพและปัญหาในการใช้บริการการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายภายในสนามของกีฬาศูนย์เยาวชนลุมพินีกรุงเทพมหานคร แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 มาวิเคราะห์ข้อมูลจากความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ เกี่ยวกับสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายภายในสนามกีฬาของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร มาสรุปและนำเสนอในรูปความเรียง

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 3 ตอน ดังนี้
ตอนที่ 1 การแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามทั้งหมด 400 ฉบับ ซึ่งสามารถทำการเก็บรวบรวมข้อมูล และตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อคัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์ได้จำนวน 400 ฉบับซึ่งคิดเป็นร้อยละ 100.00 จากแบบสอบถามที่จัดเตรียมทั้งหมด เมื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละได้ดังนี้

ตาราง 2 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 400)

สถานภาพ	f	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	199	49.75
หญิง	201	50.25
รวม	400	100.00
อายุ		
8 – 18 ปี	199	49.75
19 ปี ขึ้นไป	201	50.25
รวม	400	100.00

จากตาราง 2 แสดงว่า สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชาย จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 49.75 เพศหญิง จำนวน 201 คิดเป็นร้อยละ 50.25 และสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีอายุ 8 – 18 ปี จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 49.75 และตั้งแต่อายุ 19 ปี ขึ้นไป จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 50.25

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม ซึ่งเกี่ยวกับสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ ด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ ด้านการจัดการการให้บริการ

ตาราง 3 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 199)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f 120 % 60.30	f 79 % 39.70	1 0.50	73 36.68	108 54.27	16 8.04	1 0.50
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f 130 % 65.33	f 69 % 34.67	0 0.00	58 29.15	126 63.32	13 6.53	2 1.01
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และ ห้องน้ำมีเพียงพอ	f 80 % 40.20	f 119 % 59.80	6 3.02	55 27.64	115 57.79	20 10.05	3 1.51
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f 85 % 42.71	f 114 % 57.29	5 2.51	59 29.65	104 52.26	29 14.57	2 1.01
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f 150 % 75.38	f 49 % 24.62	1 0.50	45 22.61	115 57.80	37 18.59	1 0.50
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสมกับ สัดส่วนของสมาชิก	f 114 % 57.29	f 85 % 42.71	11 5.53	54 27.14	103 51.76	29 14.57	29 1.01
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมีแสงสว่าง เพียงพอ	f 122 % 61.38	f 77 % 38.69	2 1.01	53 26.63	116 58.29	25 12.56	3 1.51
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f 115 % 57.79	f 84 % 42.21	2 1.01	52 26.13	130 65.33	13 6.53	2 1.01
9. สถานที่จำหน่ายอาหาร และเครื่องดื่ม เพียงพอ	f 86 % 43.22	f 113 % 56.78	9 4.52	65 32.66	108 54.27	16 8.04	1 0.50
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการ การออกกำลังกายได้มาตรฐาน	f 86 % 43.22	f 113 % 56.78	24 12.06	73 36.68	86 43.22	15 7.54	1 0.50
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี เพียงพอกับจำนวนสมาชิก	f 86 % 43.22	f 113 % 56.78	21 10.55	69 34.67	86 43.22	21 10.55	2 1.01
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f 91 % 45.73	f 108 % 54.27	19 9.55	62 31.16	100 50.25	16 8.04	2 1.01
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f 72 % 36.18	f 127 % 63.82	13 6.53	47 23.62	116 58.29	18 9.05	5 2.51

ตาราง 3 (ต่อ)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา					
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f %	133 66.83	66 33.17	8 4.02	46 23.12	115 58.29	25 12.56	4 2.01
รวม	f %	1470 52.76	1316 47.24	122 2.96	811 19.65	1528 68.88	293 7.10	58 1.41

จากตาราง 3 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์ และ สถานที่ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 52.76 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่พักผ่อนก่อนและหลังออกกำลังกายเพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.38 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 68.88 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.33

ตาราง 4 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 199)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพทางบวก	สภาพทางลบ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการ	f 119 % 59.80	f 80 % 40.20	2 1.01	45 22.61	130 65.33	19 9.55	3 1.51
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ดี	f 113 % 56.78	f 86 % 43.22	1 0.50	42 21.11	128 64.32	26 13.07	2 1.01
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจและเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f 104 % 52.26	f 95 % 47.74	3 1.51	38 19.10	126 63.32	28 14.07	4 2.01
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำแนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f 95 % 47.74	f 104 % 52.26	2 1.01	45 22.61	127 63.82	23 11.56	2 1.01
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอและ ตรงเวลา	f 119 % 59.80	f 80 % 40.20	2 1.01	48 24.12	111 55.78	36 18.09	2 1.01
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการสาริตกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นอย่างดี	f 115 % 57.79	f 84 % 42.21	1 0.50	42 21.11	124 62.31	28 14.07	4 2.01
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม	f 139 % 69.85	f 60 % 30.15	1 0.50	36 18.09	118 59.30	41 20.60	3 1.51
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ผู้มาใช้บริการ	f 129 % 64.82	f 70 % 35.18	1 0.50	35 17.59	115 57.79	44 22.11	4 2.01
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการตัดสินใจ	f 113 % 56.78	f 86 % 43.32	0 0.00	35 17.59	121 60.80	40 20.10	3 1.51
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f 82 % 41.21	f 117 % 58.79	1 0.50	32 16.08	112 56.28	43 21.61	11 5.53
รวม	f 1128 % 56.68	f 862 % 43.32	14 0.70	398 20.00	1212 60.90	328 16.48	38 1.91

จากตาราง 4 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 56.68 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.85 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 65.33 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.33

ตาราง 5 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย ด้านการจัดการให้บริการ
(N = 199)

ด้านการจัดการให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจาก ผู้ให้บริการเหมาะสม	f 149 % 74.87	50 25.13	2 1.01	61 30.65	110 55.28	22 11.06	4 2.01
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 131 % 65.83	68 34.17	4 2.01	52 26.13	115 57.79	26 13.07	2 1.01
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ ของคุณย์ได้สะดวก	f 10 % 50.25	99 49.75	14 7.04	52 26.13	104 52.26	28 14.07	1 0.50
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการ ให้บริการเหมาะสม	f 118 % 59.30	81 40.70	6 3.02	45 22.61	114 57.29	32 16.08	2 1.01
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และ อุปกรณ์ เพียงพอ	f 108 % 44.27	91 45.73	6 3.02	53 26.63	103 51.76	34 17.09	3 1.51
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย เหมาะสมเพียงพอ	f 131 % 65.83	68 34.17	10 5.03	47 23.62	107 53.77	32 16.08	3 1.51
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้ บริการเพียงพอ	f 127 % 63.82	72 36.18	3 1.51	52 26.13	105 52.76	38 19.10	1 0.50
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้ หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับ การออกกำลังกายเพียงพอ	f 80 % 40.20	119 59.80	4 2.01	42 21.11	105 52.76	36 18.09	12 6.03
9. มีบริการตรวจสอบสุขภาพให้กับ ผู้มาใช้บริการ	f 66 % 33.17	133 66.83	6 3.02	51 25.63	97 48.74	37 18.59	8 4.02
รวม	f 920 % 51.37	781 43.61	55 3.07	455 25.40	960 53.60	285 15.91	36 2.01

จากตาราง 4 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็น
ของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 51.37 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า
อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.87 ส่วน
ระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย
โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.60 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ระยะเวลาที่
ให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.33

ตาราง 6 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 201)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก และสถานที่ อุปกรณ์		สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f	130	71	1	66	116	15	3
	%	64.68	35.32	0.50	32.84	57.71	7.46	1.49
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f	149	52	2	51	135	11	2
	%	74.13	25.87	1.00	25.37	67.16	5.47	1.00
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องนํ้ามีเพียงพอ	f	56	145	0	51	129	21	0
	%	27.86	72.14	0.00	25.37	64.18	10.45	0.00
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f	47	154	0	45	139	16	1
	%	23.38	76.62	0.00	22.39	69.15	7.96	0.50
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f	163	38	0	44	132	23	2
	%	81.09	18.91	0.00	21.89	65.67	11.44	1.00
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสม กับสัดส่วนของสมาชิก	f	80	121	1	50	127	21	2
	%	39.80	60.20	0.50	24.88	63.18	10.45	1.00
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมี แสงสว่างเพียงพอ	f	143	58	1	46	125	27	2
	%	71.14	28.86	0.50	22.89	62.19	13.43	1.00
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f	87	114	2	41	140	17	1
	%	43.28	56.72	1.00	20.40	69.65	8.46	0.50
9. สถานที่จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม เพียงพอ	f	51	150	6	73	106	14	2
	%	25.37	74.63	2.99	36.32	52.74	6.97	1.00
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออก กำลังกายได้มาตรฐาน	f	51	150	19	83	79	18	2
	%	53.37	74.63	9.45	41.29	39.30	8.96	1.00
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี เพียงพอกับจำนวนสมาชิก	f	48	153	26	80	75	19	1
	%	23.88	76.12	12.94	39.80	37.31	9.45	0.50
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f	55	146	8	71	104	17	1
	%	27.36	72.64	3.98	35.32	51.74	8.46	0.50
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f	43	158	4	42	129	24	2
	%	21.39	78.61	1.99	20.90	64.18	11.94	1.00
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f	133	68	2	30	134	33	2
	%	66.17	33.83	1.00	14.93	66.67	16.42	1.00
รวม	f	1236	1578	72	773	1670	276	23
	%	43.92	56.08	2.56	27.47	59.35	9.81	0.82

จากตาราง 6 พบว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 56.08 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.61 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 59.35 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.65

ตาราง 7 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
(N = 201)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ		สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวน ของผู้มาใช้บริการ	f	142	59	6	38	127	27	3
	%	0.65	29.35	2.99	18.91	63.18	13.43	1.49
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและ มนุษยสัมพันธ์ดี	f	93	108	7	31	136	24	3
	%	46.27	53.73	3.48	15.42	67.66	11.94	1.49
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจและ เอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f	90	111	6	33	130	28	4
	%	44.78	55.22	2.99	16.42	64.68	13.93	1.99
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f	74	127	3	31	121	38	8
	%	36.82	63.18	1.49	15.42	60.20	18.91	3.98
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอ และตรงเวลา	f	146	55	0	40	116	41	4
	%	72.64	27.36	0.00	19.90	57.71	20.40	1.99
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการ สาคิติกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นอย่างดี	f	110	91	2	27	124	45	3
	%	54.73	45.27	1.00	13.43	61.69	22.39	1.49
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสม กับกิจกรรม	f	166	35	3	22	114	57	5
	%	82.59	17.41	1.49	10.95	56.72	28.36	2.49
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ ผู้มาใช้บริการ	f	158	43	2	19	117	57	6
	%	78.61	21.39	1.00	9.45	58.21	28.36	2.99
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถ ในการตัดสินใจ	f	119	82	2	23	116	53	7
	%	59.20	40.80	1.00	11.44	57.71	26.37	3.48
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f	53	148	1	8	107	71	14
	%	26.37	73.63	0.50	3.98	53.23	35.32	6.97
รวม	f	1151	859	32	272	1208	441	57
	%	57.26	42.74	1.59	13.53	60.10	21.94	2.84

จากตาราง 7 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 57.26 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 82.59 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.10 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.66

ตาราง 8 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง ด้านการจัดการให้บริการ (N = 201)

ด้านการจัดการให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพทางบวก	สภาพทางลบ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม	f 179 % 89.05	f 22 % 10.95	7 3.48	54 26.87	111 55.22	27 13.43	2 1.00
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 165 % 82.09	f 36 % 17.91	7 3.48	46 22.89	118 58.71	27 13.43	3 1.49
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ได้สะดวก	f 100 % 49.75	f 101 % 50.25	4 1.99	55 27.36	118 58.71	20 9.95	4 1.99
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการให้บริการเหมาะสม	f 124 % 61.69	f 77 % 38.31	4 1.99	33 16.42	125 62.9	32 15.92	7 3.48
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์เพียงพอ	f 150 % 74.63	f 51 % 25.37	2 1.00	36 17.91	123 61.19	36 17.91	4 1.99
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสมเพียงพอ	f 141 % 70.15	f 60 % 29.85	1 0.50	38 18.91	122 60.70	37 18.41	3 1.49
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ	f 154 % 76.62	f 47 % 23.38	0 0.00	27 13.43	136 67.66	36 17.91	2 1.00
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพียงพอ	f 61 % 30.35	f 140 % 69.65	1 0.50	19 9.45	127 63.18	45 22.39	9 4.48
9. มีบริการตรวจสุขภาพให้กับผู้มาใช้บริการ	f 29 % 14.43	f 172 % 85.57	1 0.50	16 7.96	118 58.71	55 27.36	11 5.47
รวม	f 1103 % 60.97	f 706 % 39.03	27 1.49	324 17.91	1098 60.70	315 17.41	45 2.49

จากตาราง 8 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 60.97 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม เหมาะสมมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 89.05 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.70 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.66

ตาราง 9 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 8 -18 ปี ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที และอุปกรณ์ (N = 199)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f 145 % 72.86	f 54 % 27.14	0	78	97	22	2
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f 136 % 68.34	f 63 % 31.66	1	49	128	19	2
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่อง แต่งกายและห้องนํ้ามีเพียงพอ	f 63 % 31.66	f 136 % 68.34	5	44	120	29	1
4. ห้องอาบนํ้ามีเพียงพอ	f 65 % 32.66	f 134 % 67.34	4	41	120	32	2
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลังออก กำลังกาย	f 145 % 72.86	f 54 % 27.14	1	41	108	46	3
6. สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสมกับ สัดส่วนของสมาชิก	f 92 % 46.23	f 107 % 53.77	11	57	90	38	3
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมีแสงสว่าง เพียงพอ	f 132 % 66.33	f 67 % 33.67	2	51	106	36	4
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f 94 % 47.24	f 105 % 52.76	2	39	131	26	1
9. สถานที่จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม เพียงพอ	f 70 % 35.18	f 129 % 64.82	7	59	108	23	2
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออก กำลังกายได้มาตรฐาน	f 78 % 39.20	f 121 % 60.80	24	65	79	29	2
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี เพียงพอกับจำนวนสมาชิก	f 73 % 36.68	f 126 % 63.32	28	62	78	29	2
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆไว้บริการเพียงพอ	f 77 % 38.69	f 122 % 61.31	16	59	96	26	2
13. มีเครื่องทำนํ้าเย็นไว้บริการเพียงพอ	f 66 % 33.17	f 133 % 66.83	6	42	113	33	5
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f 135 % 67.84	f 64 % 32.16	1	33	117	44	4
รวม	f 1371 % 49.21	f 1415 % 50.79	108	720	1491	432	35
			3.88	25.84	53.52	15.51	1.26

จากตาราง 9 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่ อายุ 8 -18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 50.79 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องน้ำมีเพียงพอ เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 68.34 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็น อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็น ร้อยละ 53.52 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.83

ตาราง 10 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 8 -18 ปี
 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 199)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวน ของผู้มาใช้บริการ	f 138 % 69.35	f 61 % 30.65	3 1.51	55 27.64	111 55.78	27 13.57	3 1.51
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและ มนุษยสัมพันธ์ดี	f 104 % 52.26	f 95 % 47.74	2 1.01	43 21.61	117 58.79	34 17.09	3 1.51
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจและ เอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f 82 % 41.21	f 117 % 58.79	4 2.01	40 20.10	113 56.78	36 18.09	6 3.02
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f 84 % 42.21	f 115 % 57.79	3 1.51	48 24.12	108 54.27	33 16.58	7 3.52
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอ และตรงเวลา	f 128 % 64.32	f 71 % 35.68	1 0.50	59 29.65	87 43.72	47 23.62	5 2.51
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถ ในการสาธิตกิจกรรมการออกกำลังกายเป็น อย่างดี	f 109 % 54.77	f 90 % 45.23	2 1.01	40 20.10	108 54.27	44 22.10	5 2.51
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสม กับกิจกรรม	f 144 % 72.36	f 55 % 27.64	4 2.01	38 19.10	102 51.26	51 26.63	4 2.01
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ ผู้มาใช้บริการ	f 137 % 68.84	f 62 % 31.16	2 1.01	38 19.10	95 47.74	60 30.15	4 2.01
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถใน การตัดสินใจ	f 108 % 54.27	f 91 % 45.73	1 0.50	38 19.10	102 51.26	54 27.14	4 2.01
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f 69 % 34.67	f 130 % 65.33	1 0.50	16 8.04	102 51.26	69 34.67	11 5.53
รวม	f 1103 % 55.43	f 887 % 44.57	23 1.16	415 20.85	1045 52.51	455 22.86	52 2.61

จากตาราง 10 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของ
 ผู้ตอบแบบสอบถามที่ อายุ 8 -18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 55.43 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า
 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.36 ส่วนระดับ
 ปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็น อายุ 8 -18 ปี
 โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.51 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้
 ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ดี มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 58.79

ตาราง 11 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 8 - 18 ปี
ด้านการจัดการให้บริการ (N = 199)

ด้านการจัดการให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการ เหมาะสม	f 148 % 74.37	51 25.63	2 1.01	65 32.66	96 48.24	34 17.09	2 1.01
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 143 % 71.86	56 28.14	2 1.01	47 23.62	110 55.28	39 19.60	1 0.50
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ ได้สะดวก	f 104 % 52.26	95 47.74	14 7.04	56 28.14	96 48.23	30 15.08	3 1.51
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการ เหมาะสม	f 124 % 62.31	75 37.69	6 3.02	42 21.11	105 52.76	41 20.60	5 2.51
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์ เพียงพอ	f 135 % 67.84	64 32.16	4 2.01	55 27.64	98 49.25	39 19.60	3 1.51
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสม เพียงพอ	f 140 % 70.35	59 29.65	7 3.52	54 27.14	94 47.24	42 21.11	2 1.01
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการ เพียงพอ	f 145 % 72.86	54 27.14	1 0.50	46 23.12	99 49.75	52 26.13	1 0.50
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือ หนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพียงพอ	f 72 % 36.18	127 63.82	2 1.01	33 16.58	101 50.75	45 22.61	18 9.05
9. มีบริการตรวจสอบสภาพให้กับผู้มาใช้ บริการ	f 51 % 25.63	148 74.37	1 0.50	39 19.60	88 44.22	61 30.65	10 5.03
รวม	f 1062 % 59.30	729 40.70	39 2.18	437 24.40	887 49.53	383 21.38	45 2.51

จากตาราง 11 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่ อายุ 8 -18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 59.30 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.37 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นอายุ 8 -18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.53 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 55.28

ตาราง 12 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 19 ปีขึ้นไป ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 201)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f 105 % 52.24	f 96 % 47.76	2 1.00	61 30.35	127 63.18	9 4.48	2 1.00
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬาที่มีความสวยงาม ร่มรื่น	f 143 % 71.14	f 58 % 28.86	1 0.50	60 29.85	133 66.17	5 2.49	2 1.00
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องน้ำมีเพียงพอ	f 73 % 36.32	f 128 % 63.68	1 0.50	62 30.85	124 61.69	12 5.97	2 1.00
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f 67 % 33.33	f 134 % 66.67	1 0.50	63 31.34	123 61.19	13 6.47	1 0.50
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลังออก กำลังกาย	f 168 % 83.58	f 33 % 16.42	0 0.00	48 23.88	139 69.15	14 6.97	0 0.00
6. สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสมกับ สัดส่วนของสมาชิก	f 102 % 50.75	f 99 % 49.25	1 0.50	47 23.38	140 69.65	12 5.97	1 0.50
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมีแสงสว่าง เพียงพอ	f 133 % 66.17	f 68 % 33.83	1 0.50	48 23.88	135 67.16	16 7.96	1 0.50
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f 108 % 53.73	f 93 % 46.27	2 1.00	54 26.87	139 69.15	4 1.99	2 1.00
9. สถานที่จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม เพียงพอ	f 67 % 33.33	f 134 % 66.67	8 3.38	79 39.30	106 52.74	7 3.48	1 0.50
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออก กำลังกายได้มาตรฐาน	f 59 % 29.35	f 142 % 70.65	19 9.45	91 45.27	86 42.79	4 1.99	1 0.50
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี เพียงพอกับจำนวนสมาชิก	f 61 % 30.35	f 140 % 69.65	19 9.45	87 43.28	83 41.29	11 5.47	1 0.50
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้ บริการเพียงพอ	f 69 % 34.33	f 132 % 65.67	11 5.47	74 36.82	108 53.73	7 3.48	1 0.50
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f 49 % 24.38	f 152 % 75.62	11 5.47	47 23.38	132 65.67	9 4.48	2 1.00
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f 131 % 65.17	f 70 % 34.83	9 4.48	43 21.39	133 66.17	14 6.97	2 1.00
รวม	f 1335 % 47.44	f 1479 % 52.56	86 3.06	864 30.70	1708 60.70	137 4.87	19 0.68

จากตาราง 12 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่ อายุ 19 ปีขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 52.56 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 75.62 ส่วนระดับปัญหาของด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็น อายุ 19 ปีขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.70 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ภายในสถานที่ออกกำลังกายมีแสงสว่างเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.16

ตาราง 13 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 19 ปีขึ้นไป ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 201)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพทางบวก	สภาพทางลบ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการ	f 123	78	5	28	146	19	3
	% 61.19	38.81	2.49	13.93	72.64	9.45	1.49
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ดี	f 102	99	6	30	147	16	2
	% 50.75	49.21	2.99	14.93	73.13	7.96	1.00
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจและเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f 112	89	5	31	143	20	2
	% 55.72	44.28	2.49	15.42	71.14	9.95	1.00
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำแนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f 85	116	2	28	140	28	3
	% 42.29	57.71	1.00	13.93	69.65	13.93	1.49
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอและตรงเวลา	f 137	64	1	29	140	30	1
	% 68.16	31.84	0.50	14.43	69.65	14.93	0.50
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการสาธิตกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นอย่างดี	f 116	85	1	29	140	29	2
	% 57.71	42.29	0.50	14.43	69.65	14.43	1.00
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม	f 161	40	0	20	130	47	4
	% 80.10	19.90	0.00	9.95	64.68	23.38	1.99
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ผู้มาใช้บริการ	f 150	51	1	16	137	41	6
	% 74.63	25.37	0.50	7.96	68.16	20.40	2.99
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการตัดสินใจ	f 124	77	1	20	135	39	6
	% 61.69	38.31	0.50	9.95	67.16	19.40	2.99
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f 66	135	1	24	117	45	14
	% 32.84	67.16	0.50	11.94	58.21	22.39	6.97
รวม	f 1176	834	23	255	1375	314	43
	% 58.51	41.49	1.14	12.69	68.41	15.62	2.14

จากตาราง 13 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่ อายุ 19 ปีขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 58.51 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ผู้มาใช้บริการ มีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 74.63 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็น อายุ 19 ปีขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 68.41 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ดี มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.13

ตาราง 14 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก อายุ 19 ปี ขึ้นไป ด้านการจัดการ การให้บริการ (N = 201)

ด้านการจัดการให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพทางบวก	สภาพทางลบ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม	f 180 % 89.55	21 10.45	7 3.48	50 24.88	125 62.19	15 7.46	4 1.99
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 153 % 76.12	48 23.88	9 4.88	51 25.37	123 61.19	14 6.97	4 1.99
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ได้สะดวก	f 96 % 47.76	105 52.24	4 1.99	51 25.37	126 62.69	18 8.96	2 1.00
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการให้บริการ เหมาะสม	f 118 % 58.71	83 41.29	4 1.99	36 17.91	134 66.67	23 11.44	4 1.99
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์เพียงพอ	f 123 % 61.19	78 38.81	4 1.99	34 16.92	128 63.68	31 15.42	4 1.99
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสมเพียงพอ	f 132 % 65.67	69 34.33	4 1.99	31 15.42	135 67.16	27 13.43	4 1.99
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ	f 136 % 67.66	65 32.34	2 1.00	33 16.42	142 70.65	22 10.95	2 1.00
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพียงพอ	f 69 % 34.33	132 65.67	3 1.49	28 13.93	131 65.17	36 17.91	3 1.49
9. มีบริการตรวจสอบสุขภาพให้กับผู้มาใช้บริการ	f 44 % 21.89	157 78.11	6 2.99	28 13.93	127 63.18	31 15.42	9 4.48
รวม	f 1051 % 58.10	758 41.90	43 2.38	342 18.91	1171 64.73	217 12.00	36 1.99

จากตาราง 14 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่ อายุ 19 ปีขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 58.51 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม เหมาะสมมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 41.90 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นอายุ 19 ปีขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 64.73 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.65

ตาราง 15 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 99)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f 73 % 73.74	26 26.26	0 0.00	46 46.46	43 43.43	9 9.09	1 1.01
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f 64 % 64.65	35 35.35	0 0.00	29 29.29	61 61.62	8 8.08	1 1.01
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องน้ำมีเพียงพอ	f 35 % 35.35	64 64.65	5 5.05	27 27.27	57 57.58	9 9.09	1 1.01
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f 37 % 37.37	62 62.63	4 4.04	25 25.25	51 51.52	18 18.18	1 1.01
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f 70 % 70.71	29 29.29	1 1.01	22 22.22	48 48.48	27 27.27	1 1.01
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสม กับสัดส่วนของสมาชิก	f 51 % 51.52	48 48.48	11 11.11	30 30.30	35 35.35	22 22.22	1 1.01
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมี แสงสว่างเพียงพอ	f 60 % 60.61	39 39.39	1 1.01	29 29.29	49 49.49	18 18.18	2 2.02
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f 42 % 42.42	57 57.58	2 2.02	26 26.26	59 59.60	11 11.11	1 1.01
9. สถานที่จำหน่ายอาหาร และเครื่องดื่ม เพียงพอ	f 40 % 40.40	59 59.60	5 5.05	30 30.30	51 51.52	12 12.12	1 1.01
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออกกำลังกาย ได้มาตรฐาน	f 45 % 45.45	54 54.55	18 18.18	32 32.32	36 36.36	12 12.12	1 1.01
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี เพียงพอกับจำนวนสมาชิก	f 42 % 42.42	57 57.58	15 15.15	32 32.32	37 37.37	14 14.14	1 1.01
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f 43 % 43.43	56 56.57	12 12.12	29 29.29	46 46.46	11 11.11	1 1.01
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f 34 % 34.34	65 65.66	4 4.04	21 21.21	57 57.58	13 13.13	4 4.04
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f 67 % 67.68	32 32.32	0 0.00	19 19.19	57 57.58	20 20.20	3 3.03
รวม	f 703 % 50.72	683 49.28	78 5.63	397 28.64	687 49.57	204 14.72	20 1.44

จากตาราง 15 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 50.72 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่จอดรถเพียงพอ เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.74 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.57 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บริเวณศูนย์ฝึกกีฬา มีความสวยงามร่มรื่น มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 61.62

ตาราง 16 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 99)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับ จำนวนของผู้มาใช้บริการ	f 61 % 61.62	38 38.38	2 2.02	33 33.33	56 56.57	7 7.07	1 1.01
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและ มนุษยสัมพันธ์ดี	f 55 % 55.56	44 44.44	1 1.01	30 30.30	52 52.53	15 15.15	1 1.01
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจ และเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f 41 % 41.41	58 58.59	3 3.03	24 24.24	54 54.55	15 15.15	3 3.03
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f 44 % 44.44	55 55.56	2 2.02	31 31.31	51 51.52	13 13.13	2 2.02
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอ และ ตรงเวลา	f 58 % 58.59	41 41.41	1 1.01	33 33.33	40 40.40	23 23.23	2 2.02
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการ สารทิจกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นอย่างดี	f 51 % 51.52	48 48.48	1 1.01	26 26.26	54 54.55	15 15.15	3 3.03
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกาย เหมาะสมกับกิจกรรม	f 67 % 67.68	32 32.32	1 1.01	26 26.26	51 51.52	19 19.19	2 2.02
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลา ให้แก่ผู้มาใช้บริการ	f 66 % 66.67	33 33.33	1 1.01	25 25.25	43 43.43	27 27.27	3 3.03
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความ สามารถในการตัดสินใจ	f 52 % 52.53	47 47.47	0 0.00	22 22.22	51 51.52	23 23.23	3 3.03
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f 30 % 30.30	69 69.70	1 1.01	12 12.12	50 50.51	30 30.30	6 6.06
รวม	f 525 % 53.03	465 46.97	13 1.31	262 26.46	502 50.71	187 18.89	26 2.63

จากตาราง 16 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 53.03 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.68 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 50.71 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.67

ตาราง 17 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี
ด้านการจัดการการให้บริการ (N = 99)

ด้านการจัดการการให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้ บริการเหมาะสม	f 68 % 68.69	31 31.31	1 1.01	35 35.35	49 49.49	12 12.12	2 2.02
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 66 % 66.67	33 33.33	1 1.01	28 28.28	54 54.55	16 16.16	0 0.00
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ ได้สะดวก	f 51 % 48.48	48 51.52	13 13.13	28 28.28	42 42.42	15 15.15	1 1.01
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการ เหมาะสม	f 58 % 58.59	41 41.41	3 3.03	24 24.24	49 49.49	21 21.21	2 2.02
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์ เพียงพอ	f 64 % 64.65	35 35.35	4 4.04	30 30.30	42 42.42	22 22.22	1 1.01
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสม เพียงพอ	f 68 % 68.69	31 31.31	6 6.06	27 27.27	43 43.43	22 22.22	1 1.01
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการ เพียงพอ	f 70 % 70.71	29 29.29	1 1.01	28 28.28	42 42.42	28 28.29	0 0.00
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือ หนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพียงพอ	f 38 % 38.38	61 61.62	1 1.01	21 21.21	48 48.48	18 18.18	11 11.11
9. มีบริการตรวจสุขภาพให้กับผู้มา ใช้บริการ	f 26 % 26.26	73 73.73	1 1.01	27 27.27	39 39.39	27 27.27	5 5.05
รวม	f 509 % 57.13	382 42.87	31 3.48	248 27.83	408 45.79	181 20.31	23 2.58

จากตาราง 17 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 57.13 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.71 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.79 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.55

ตาราง 18 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 100)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ เชิงบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f 47 % 47.00	f 53 % 53.00	1 1.00	27 27.00	65 65.00	7 7.00	0 0.00
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f 66 % 66.00	f 34 % 34.00	0 0.00	29 29.00	65 65.00	5 5.00	1 1.00
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องน้ำมีเพียงพอ	f 45 % 45.00	f 55 % 55.00	1 1.00	28 28.00	58 58.00	11 11.00	2 2.00
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f 48 % 48.00	f 52 % 52.00	1 1.00	34 34.00	53 53.00	11 11.00	1 1.00
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f 80 % 80.00	f 20 % 20.00	0 0.00	23 23.00	67 67.00	10 10.00	0 0.00
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสม กับสัดส่วนของสมาชิก	f 63 % 63.00	f 37 % 37.00	0 0.00	24 24.00	68 68.00	7 7.00	1 1.00
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมี แสงสว่างเพียงพอ	f 62 % 62.00	f 38 % 38.00	1 1.00	24 24.00	67 67.00	7 7.00	1 1.00
8. สถานที่ในการออกกำลังกาย สะอาด	f 73 % 73.00	f 27 % 27.00	0 0.00	26 26.00	71 71.00	2 2.00	1 1.00
9. สถานที่จำหน่ายอาหาร และ เครื่องดื่มเพียงพอ	f 46 % 46.00	f 54 % 54.00	4 4.00	35 35.00	57 57.00	4 4.00	0 0.00
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออก กำลังกายได้มาตรฐาน	f 41 % 41.00	f 59 % 59.00	6 6.00	41 41.00	50 50.00	3 3.00	0 0.00
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีเพียง พอกับจำนวนสมาชิก	f 44 % 44.00	f 56 % 56.00	6 6.00	37 37.00	49 49.00	7 7.00	1 1.00
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f 48 % 48.00	f 52 % 52.00	7 7.00	33 33.00	54 54.00	5 5.00	1 1.00
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f 38 % 38.00	f 62 % 62.00	9 9.00	26 26.00	59 59.00	5 5.00	1 1.00
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f 66 % 66.00	f 34 % 34.00	8 8.00	27 27.00	59 59.00	5 5.00	1 1.00
รวม	f 767 % 54.79	f 633 % 45.21	44 3.14	414 29.57	842 60.14	89 6.36	11 0.79

จากตาราง 18 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 54.79 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่พักผ่อนก่อนและหลังออกกำลังกาย เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.14 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.00

ตาราง 19 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 100)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับ จำนวนของผู้มาใช้บริการ	f 58 % 58.00	42 42.00	0 0.00	12 12.00	74 74.00	12 12.00	2 2.00
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพ และมนุษยสัมพันธ์ดี	f 58 % 58.00	42 42.00	0 0.00	12 12.00	76 76.00	11 11.00	1 1.00
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจ และเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f 63 % 63.00	37 37.00	0 0.00	14 14.00	72 72.00	13 13.00	1 1.00
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f 51 % 51.00	49 49.00	0 0.00	14 14.00	76 76.00	10 10.00	0 0.00
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความ สม่ำเสมอและตรงเวลา	f 61 % 61.00	39 39.00	1 1.00	15 15.00	71 71.00	13 13.00	0 0.00
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการ สาธิตกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นอย่างดี	f 64 % 64.00	36 36.00	0 0.00	16 16.00	70 70.00	13 13.00	1 1.00
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสม กับกิจกรรม	f 72 % 72.00	28 28.00	0 0.00	10 10.00	67 67.00	22 22.00	1 1.00
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ ผู้มาใช้บริการ	f 63 % 63.00	37 37.00	0 0.00	10 10.00	72 72.00	17 17.00	1 1.00
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถใน การตัดสินใจ	f 61 % 61.00	39 39.00	0 0.00	13 13.00	70 70.00	17 17.00	0 0.00
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f 52 % 52.00	48 48.00	0 0.00	20 20.00	62 62.00	13 13.00	5 5.00
รวม	f 603 % 60.30	397 39.70	1 0.10	136 13.60	710 71.00	141 14.10	12 1.20

จากตาราง 19 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 60.30 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 71.00 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าบุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำแนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.00

ตาราง 20 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป
ด้านการจัดการการให้บริการ (N = 100)

ด้านการจัดการให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม	f 81 % 81.00	f 19 % 19.00	1 1.00	26 26.00	61 61.00	10 10.00	2 2.00
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 65 % 65.00	f 35 % 35.00	3 3.00	24 24.00	61 61.00	10 10.00	2 2.00
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ได้สะดวก	f 52 % 52.00	f 48 % 48.00	1 1.00	24 24.00	62 62.00	13 13.00	0 0.00
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการเหมาะสม	f 60 % 60.00	f 40 % 40.00	3 3.00	21 21.00	65 65.00	11 11.00	0 0.00
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์เพียงพอ	f 44 % 44.00	f 56 % 56.00	2 2.00	23 23.00	61 61.00	12 12.00	2 2.00
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสมเพียงพอ	f 63 % 63.00	f 37 % 37.00	4 4.00	20 20.00	64 64.00	10 10.00	2 2.00
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ	f 57 % 57.00	f 43 % 43.00	22 22.00	24 24.00	63 63.00	10 10.00	1 1.00
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพียงพอ	f 42 % 42.00	f 58 % 58.00	3 3.00	21 21.00	57 57.00	18 18.00	1 1.00
9. มีบริการตรวจสอบสุขภาพให้กับผู้มาใช้บริการ	f 40 % 40.00	f 60 % 60.00	5 5.00	24 24.00	58 58.00	10 10.00	3 3.00
รวม	f 504 % 54.78	f 396 % 43.01	44 4.78	207 22.50	552 60.00	104 11.30	13 1.41

จากตาราง 20 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 54.78 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.00 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.00

ตาราง 21 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 100)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์		สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f	72	28	0	32	54	13	1
	%	72.00	28.00	0.00	32.00	54.00	13.00	1.00
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f	72	28	1	20	67	11	1
	%	72.00	28.00	1.00	20.00	67.00	11.00	1.00
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องนํ้าเพียงพอ	f	28	72	0	17	63	20	0
	%	28.00	72.00	0.00	17.00	63.00	20.00	0.00
4. ห้องอาบนํ้าเพียงพอ	f	28	72	0	16	69	14	1
	%	28.00	72.00	0.00	16.00	69.00	14.00	1.00
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f	75	25	0	19	60	19	2
	%	75.00	25.00	0.00	19.00	60.00	19.00	2.00
6. สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสมกับ สัดส่วนของสมาชิก	f	41	59	0	27	55	16	2
	%	41.00	59.00	0.00	27.00	55.00	16.00	2.00
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมี แสงสว่างเพียงพอ	f	72	28	1	22	57	18	2
	%	72.00	28.00	1.00	22.00	57.00	18.00	2.00
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f	52	48	0	13	72	15	0
	%	52.00	48.00	0.00	13.00	72.00	15.00	0.00
9. สถานที่จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม เพียงพอ	f	30	70	2	29	57	11	1
	%	30.00	70.00	2.00	29.00	57.00	11.00	1.00
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการ ออกกำลังกายได้มาตรฐาน	f	33	67	6	33	43	17	1
	%	33.00	67.00	6.00	33.00	43.00	17.00	1.00
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี เพียงพอกับจำนวนสมาชิก	f	31	69	13	30	41	15	1
	%	31.00	69.00	13.00	30.00	41.00	15.00	1.00
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f	34	66	4	30	50	15	1
	%	34.00	66.00	4.00	30.00	50.00	15.00	1.00
13. มีเครื่องทำนํ้าเย็นไว้บริการเพียงพอ	f	32	68	2	21	56	20	1
	%	32.00	68.00	2.00	21.00	56.00	20.00	1.00
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f	68	32	1	14	60	24	1
	%	68.00	32.00	1.00	14.00	60.00	24.00	1.00
รวม	f	668	732	30	323	804	228	15
	%	47.71	52.29	2.14	23.07	57.43	16.29	1.07

จากตาราง 21 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสิ่งแวดล้อม สะพานที่ และอุปกรณ์ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 52.29 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องน้ำมีเพียงพอ และห้อง อาบน้ำมีเพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านสิ่งแวดล้อม สะพานที่ และอุปกรณ์ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 57.43 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการ ออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.00

ตาราง 22 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 100)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับ จำนวนของผู้มาใช้บริการ	f 77	23	1	22	55	20	2
	% 77.00	23.00	1.00	22.00	55.00	20.00	2.00
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและ มนุษยสัมพันธ์ดี	f 49	51	1	13	65	19	2
	% 49.00	51.00	1.00	13.00	65.00	19.00	2.00
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจ และเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f 41	59	1	16	59	21	3
	% 41.00	59.00	1.00	16.00	59.00	21.00	3.00
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f 40	60	1	17	57	20	5
	% 40.00	60.00	1.00	17.00	57.00	20.00	5.00
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอ และตรงเวลา	f 70	30	0	26	47	24	3
	% 70.00	30.00	0.00	26.00	47.00	24.00	3.00
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถ ในการสาธิตกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นอย่างดี	f 58	42	1	14	54	29	2
	% 58.00	42.00	1.00	14.00	54.00	29.00	2.00
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสม กับกิจกรรม	f 77	23	3	12	51	32	2
	% 77.00	23.00	3.00	12.00	51.00	32.00	2.00
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ ผู้มาใช้บริการ	f 71	29	1	13	52	33	1
	% 71.00	29.00	1.00	13.00	52.00	33.00	1.00
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถ ในการตัดสินใจ	f 56	44	1	16	51	31	1
	% 56.00	44.00	1.00	16.00	51.00	31.00	1.00
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f 39	61	0	4	52	39	5
	% 39.00	61.00	0.00	4.00	52.00	39.00	5.00
รวม	f 578	422	10	153	543	268	26
	% 57.80	42.20	1.00	15.30	54.30	26.80	2.60

จากตาราง 22 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 57.80 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการ และบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 77.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 54.30 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.00

ตาราง 23 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี
ด้านการจัดการการให้บริการ (N = 100)

ด้านการจัดการการให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม	f 80 % 80.00	f 20 % 20.00	1 1.00	30 30.00	47 47.00	22 22.00	0 0.00
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 77 % 77.00	f 23 % 23.00	1 1.00	19 19.00	56 56.00	23 23.00	1 1.00
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ได้สะดวก	f 56 % 56.00	f 44 % 44.00	1 1.00	28 28.00	54 54.00	15 15.00	2 2.00
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการเหมาะสม	f 66 % 66.00	f 34 % 34.00	3 3.00	18 18.00	56 56.00	20 20.00	3 3.00
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์เพียงพอ	f 71 % 71.00	f 29 % 29.00	0 0.00	25 25.00	56 56.00	17 17.00	2 2.00
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสมเพียงพอ	f 72 % 72.00	f 28 % 28.00	1 1.00	27 27.00	51 51.00	20 20.00	1 1.00
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ	f 75 % 75.00	f 25 % 25.00	0 0.00	18 18.00	57 57.00	24 24.00	1 1.00
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพียงพอ	f 34 % 34.00	f 66 % 66.00	1 1.00	12 12.00	53 53.00	27 27.00	7 7.00
9. มีบริการตรวจสุขภาพให้กับผู้มาใช้บริการ	f 25 % 25.00	f 75 % 75.00	0 0.00	12 12.00	49 49.00	34 34.00	5 5.00
รวม	f 556 % 61.78	f 344 % 38.22	8 0.89	189 21.00	479 53.22	202 22.44	22 2.44

จากตาราง 23 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 61.78 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 80.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.22 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าการจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.00

ตาราง 24 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 101)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์ และสถานที่		สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f	58	43	1	34	62	2	2
	%	57.43	42.57	.99	33.66	61.39	1.98	1.98
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f	77	24	1	31	68	0	1
	%	76.24	23.76	.99	30.69	67.33	0.00	.99
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องน้ำมีเพียงพอ	f	28	73	0	34	66	1	0
	%	27.72	72.28	0.00	33.66	65.35	.99	0.00
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f	19	82	0	29	70	2	0
	%	18.81	81.19	0.00	28.71	69.31	1.98	0.00
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f	88	13	0	25	72	4	0
	%	87.13	12.87	0.00	24.75	71.29	3.96	0.00
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสม กับสัดส่วนของสมาชิก	f	39	62	1	23	72	5	0
	%	38.61	61.39	.99	22.77	71.29	4.95	0.00
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมี แสงสว่างเพียงพอ	f	71	30	0	24	68	9	0
	%	70.30	29.70	0.00	23.76	67.33	8.91	0.00
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f	35	66	2	28	68	2	1
	%	34.65	65.35	1.98	27.72	67.33	1.98	.99
9. สถานที่จำหน่ายอาหาร และ เครื่องดื่มเพียงพอ	f	21	80	4	44	49	3	1
	%	20.79	79.21	3.96	43.56	48.51	2.97	.99
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออก กำลังกายได้มาตรฐาน	f	18	83	13	50	36	1	1
	%	17.82	82.18	12.87	49.50	35.64	.99	.99
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีเพียง พอกับจำนวนสมาชิก	f	17	84	13	50	34	4	0
	%	16.83	83.17	12.87	49.50	33.66	3.96	0.00
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f	21	80	4	41	54	2	0
	%	20.79	79.21	3.96	40.59	53.47	1.98	0.00
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f	11	90	2	21	73	4	1
	%	10.89	89.11	1.98	20.79	72.28	3.96	.99
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f	65	36	1	16	74	9	1
	%	64.36	35.64	.99	15.84	73.27	8.91	.99
รวม	f	568	846	42	450	866	48	8
	%	40.17	59.83	2.97	31.82	61.24	3.39	0.57

จากตาราง 24 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 59.83 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ ไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.11 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 61.24 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.27

ตาราง 25 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 101)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ		สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับ จำนวนของผู้มาใช้บริการ	f	65	36	5	16	72	7	1
	%	64.36	35.64	4.95	15.84	71.29	6.93	.99
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพ และมนุษยสัมพันธ์ดี	f	44	57	6	18	71	5	1
	%	44.56	56.44	5.94	17.82	70.30	4.95	.99
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจ และเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f	49	52	5	17	71	7	1
	%	48.51	51.49	4.95	16.83	70.30	6.93	.99
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f	34	67	2	14	64	18	3
	%	33.66	66.34	1.98	13.86	63.37	17.82	2.97
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความ สม่ำเสมอและ ตรงเวลา	f	76	25	0	14	69	17	1
	%	75.25	24.75	0.00	13.86	68.32	16.83	.99
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการ สาธิตกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นอย่างดี	f	52	49	1	13	70	16	1
	%	51.49	48.51	.99	12.87	69.31	15.84	.99
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกาย เหมาะสมกับกิจกรรม	f	89	12	0	10	63	25	3
	%	88.12	11.88	0.00	9.90	62.38	24.75	2.97
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลา ให้แก่ผู้มาใช้บริการ	f	87	14	1	6	65	24	5
	%	86.14	13.86	.99	5.94	64.36	23.76	4.95
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความ สามารถในการตัดสินใจ	f	63	38	1	7	65	22	6
	%	62.38	37.62	.99	6.93	64.36	21.78	5.94
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย	f	14	87	1	4	55	32	9
	%	13.86	86.14	.99	3.96	57.46	31.68	8.91
รวม	f	573	437	22	119	665	173	31
	%	56.73	43.27	2.18	11.78	65.84	17.13	3.07

จากตาราง 25 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 56.73 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 88.12 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 65.84 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการมีปัญหาระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.29

ตาราง 26 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป
ด้านการจัดการการให้บริการ (N = 101)

ด้านการจัดการการให้บริการ		สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม	f	99	2	6	24	64	5	2
	%	98.02	1.98	5.94	63.76	63.37	4.95	1.98
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f	88	13	6	27	62	4	2
	%	87.13	12.87	5.94	26.73	61.39	3.96	1.98
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ได้สะดวก	f	44	57	3	27	64	5	2
	%	43.56	56.44	2.97	26.73	63.37	4.95	1.98
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการเหมาะสม	f	58	43	1	15	69	12	4
	%	57.43	42.57	.99	14.85	68.32	11.88	3.96
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และอุปกรณ์เพียงพอ	f	79	22	2	11	67	19	2
	%	78.22	21.78	1.98	10.89	66.34	18.81	1.98
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสมเพียงพอ	f	69	32	0	11	71	17	2
	%	68.32	31.68	0.00	10.89	70.30	16.83	1.98
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ	f	79	22	0	9	79	12	1
	%	78.22	21.78	0.00	8.91	78.22	11.88	.99
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพียงพอ	f	27	74	0	7	74	18	2
	%	26.73	73.27	0.00	6.93	73.27	17.82	1.98
9. มีบริการตรวจสอบสภาพให้กับผู้มาใช้บริการ	f	4	97	1	4	69	21	6
	%	3.96	96.04	.99	3.96	68.32	20.79	5.94
รวม	f	547	362	19	135	619	113	23
	%	60.18	39.82	2.09	14.85	68.10	12.43	2.53

จากตาราง 26 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 60.18 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสมคิดเป็นร้อยละ 98.02 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 68.10 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.22

ตาราง 27 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก
สถานที่ และอุปกรณ์ (N = 400)

ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	f 250 % 62.50	150 37.50	2 0.50	139 34.75	224 56.00	31 7.75	4 1.00
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงาม ร่มรื่น	f 279 % 69.80	121 30.20	2 0.50	109 27.30	261 65.30	24 6.00	4 1.00
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องน้ำมีเพียงพอ	f 136 % 34.00	264 66.00	6 1.50	106 26.50	244 61.00	41 10.30	3 0.80
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	f 132 % 33.00	268 67.00	5 1.30	104 26.00	243 60.80	45 11.30	3 0.80
5. สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย	f 313 % 78.30	87 21.70	1 0.30	89 22.30	247 61.80	60 15.00	3 0.80
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสม กับสัดส่วนของสมาชิก	f 194 % 48.50	206 51.50	12 3.00	104 26.00	230 57.50	50 12.50	31 7.80
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมี แสงสว่างเพียงพอ	f 265 % 66.30	135 33.70	3 0.80	99 24.80	241 60.30	52 13.00	5 1.30
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	f 202 % 50.50	198 49.50	4 1.00	93 23.30	270 67.50	30 7.50	3 0.80
9. สถานที่จำหน่ายอาหาร และ เครื่องดื่มเพียงพอ	f 137 % 34.30	263 65.70	15 3.80	138 34.50	214 53.50	30 7.50	3 0.80
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออก กำลังกายได้มาตรฐาน	f 137 % 34.30	263 65.70	43 10.80	156 39.00	165 41.30	33 8.30	3 0.80
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีเพียง พอกับจำนวนสมาชิก	f 134 % 33.50	266 66.50	47 11.80	149 37.30	161 40.30	40 10.00	3 0.80
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	f 146 % 36.50	254 63.50	27 6.80	133 33.30	204 51.00	33 8.30	3 0.80
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	f 115 % 28.80	285 71.20	17 4.30	89 22.30	245 61.30	42 10.50	7 1.80
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	f 266 % 66.50	134 33.50	10 2.50	76 19.00	249 62.30	58 14.50	6 1.50
รวม	f 2706 % 48.10	2894 51.44	194 3.45	1584 28.15	3198 56.84	569 10.11	81 1.44

จากตาราง 27 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 51.44 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ ไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.20 ส่วนระดับ ปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบ แบบสอบถาม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 56.84 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.50

ตาราง 28 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N = 400)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ		สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
		สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับ จำนวนของผู้มาใช้บริการ	f	261	139	8	83	257	46	6
	%	65.25	34.75	2.00	20.75	64.25	11.50	1.50
2. บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพ และมนุษยสัมพันธ์ดี	f	206	194	8	73	264	50	5
	%	51.50	48.50	2.00	18.25	66.00	12.50	1.25
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจ และเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการ	f	194	206	9	71	256	56	8
	%	48.50	51.50	2.25	17.75	64.00	14.00	2.00
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำ แนวทางพัฒนาทักษะเพียงพอ	f	169	231	5	76	248	61	10
	%	42.25	57.75	1.25	19.00	62.00	15.25	2.50
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความ สม่ำเสมอและ ตรงเวลา	f	265	135	2	88	227	77	6
	%	66.25	33.75	0.50	22.00	56.75	19.25	1.50
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถ ในการบริหารจัดการการออกกำลังกาย เป็นอย่างดี	f	225	175	3	69	248	73	7
	%	56.25	43.75	0.75	17.25	62.00	18.25	1.75
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกาย เหมาะสมกับกิจกรรม	f	305	95	4	58	232	98	8
	%	76.25	23.75	1.00	14.50	58.00	24.50	2.00
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละ เวลาให้แก่ผู้มาใช้บริการ	f	287	113	3	54	232	101	10
	%	71.75	28.25	0.75	13.50	58.00	25.25	2.50
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความ สามารถ ในการตัดสินใจ	f	232	168	2	58	237	93	10
	%	33.75	66.25	0.50	14.50	59.25	23.25	2.50
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลัง กาย	f	135	265	2	40	219	114	25
	%	33.75	66.25	0.50	10.00	54.75	28.50	6.25
รวม	f	2279	1721	46	670	2420	769	95
	%	56.98	43.03	1.15	16.75	60.50	19.23	2.38

จากตาราง 28 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 56.98 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.25 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.50 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ดี มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 66.00

ตาราง 29 ค่าความถี่และร้อยละของสภาพและปัญหาของสมาชิก ด้านการจัดการการให้บริการ
(N = 400)

ด้านการจัดการให้บริการ	สภาพเป็นจริง		ระดับปัญหา				
	สภาพ ทางบวก	สภาพ ทางลบ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม	f 328 % 82.00	f 72 % 18.00	9 2.25	115 28.75	221 55.25	49 12.25	6 1.50
2. ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม	f 296 % 74.00	f 104 % 26.00	11 2.75	98 24.50	233 58.25	53 13.25	5 1.25
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ได้สะดวก	f 200 % 50.00	f 200 % 50.00	18 4.50	107 26.75	222 55.50	48 12.00	5 1.25
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการเหมาะสม	f 242 % 60.50	f 158 % 39.50	10 2.50	78 19.50	239 59.75	64 16.00	9 2.25
5. ห้องปฐมพยาบาลแพทย์และอุปกรณ์เพียงพอ	f 258 % 64.50	f 142 % 35.50	8 2.00	89 22.25	226 56.50	70 17.50	7 1.75
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยเหมาะสมเพียงพอ	f 272 % 68.00	f 128 % 32.00	11 2.75	85 21.25	229 57.25	69 17.25	6 1.50
7. การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ	f 281 % 70.25	f 119 % 29.75	3 0.75	79 19.75	241 60.25	74 18.50	3 0.75
8. การเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพียงพอ	f 141 % 35.25	f 259 % 64.75	5 1.25	61 15.25	232 58.00	81 20.25	21 5.25
9. มีบริการตรวจสอบสุขภาพให้กับผู้มาใช้บริการ	f 95 % 23.75	f 305 % 76.25	7 1.75	67 16.75	215 53.75	92 23.00	19 4.75
รวม	f 2113 % 58.69	f 1487 % 41.31	82 2.28	779 21.64	2058 57.17	600 16.67	81 2.25

จากตาราง 29 แสดงว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 58.69 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 82.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 57.17 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.25

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาพและปัญหาด้านต่างๆ ในการมาใช้บริการการออกกำลังกายภายในศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร โดยการสรุปและนำเสนอในรูปแบบความเรียง

3.1 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาพและปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547

ข้อเสนอแนะด้านสถานที่ (N = 26)

ควรมีที่จอดรถยนต์เพิ่ม ควรมีต้นไม้ให้ร่มเงา ควรซ่อมแซมสถานที่ให้สะอาด แสงสว่างไม่เพียงพอ สถานที่ออกกำลังกายยังไม่เพียงพอ

ข้อเสนอแนะด้านอุปกรณ์ (N = 25)

อุปกรณ์บางชิ้นชำรุด ไม่เพียงพอ และไม่ได้มาตรฐาน ควรเพิ่มตู้เก็บของ อุปกรณ์ที่เก่าควรเปลี่ยน ที่เก็บอุปกรณ์ฝนตก

ข้อเสนอแนะด้านสิ่งอำนวยความสะดวก (N = 12)

ควรมีการบริการให้มากกว่านี้ ควรมีห้องน้ำและสิ่งอำนวยความสะดวกให้เพียงพอต่อความต้องการ ควรเพิ่มจุดล้างหน้า และเพิ่มห้องน้ำ ควรมีแผนที่แนะนำสถานที่ต่างๆ

3.2 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาพและปัญหาบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 (N = 7)

ข้อเสนอแนะ

ควรมีบริการกีฬาประเภทอื่นๆ บ้างเพราะมีแต่แอร์โรบิค บุคลากรไม่ค่อยสนใจผู้ใช้บริการ ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแล และสอนวิธีออกกำลังกาย ควรสุภาพให้มากกว่านี้ ควรมีความเต็มใจที่จะให้บริการมากกว่านี้

3.3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาพและปัญหาด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 (N = 5)

ข้อเสนอแนะ

โดยรวมเหมาะสมดีอยู่แล้ว

3.4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาพและปัญหาด้านอื่นๆ ตามความคิดเห็นของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 (N = 5)

ข้อเสนอแนะ

อยากให้เปิดบริการ ในช่วงเวลาต่างๆ ให้มากขึ้นกว่าทุกวันนี้ เพราะรู้สึกว่าการออกกำลังกายค่อนข้างจำกัด

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อทราบสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์ลุมพินี กรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 8 – 18 ปี จำนวน 199 คน เป็นชาย 99 คน เป็นหญิง 100 คน และอายุ 19 ปีขึ้นไป จำนวน 201 คน เป็นชาย 100 คน เป็นหญิง 101 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires)

ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามสภาพและปัญหาของสมาชิกที่มาออกกำลังกายภายในศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

2.1 ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ และอุปกรณ์

2.2 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

2.3 ด้านการจัดการ การให้บริการ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามแบบปลายปิด (Close – Ended Questionnaires)

โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน แบ่งเป็นสภาพที่เป็นจริง จะถามอยู่ 2 ระดับ เช่น มี / ไม่มี , เหมาะสม /

ไม่เหมาะสม, ดี / ไม่ดี เป็นต้น ส่วนระดับปัญหาแบ่งมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามด้านความคิดเห็นของสมาชิกที่มาใช้บริการและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความต้องการในด้านต่างๆ ในการมาใช้บริการการออกกำลังกายภายในสนามกีฬาของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open – Ended Questionnaires)

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. แจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของข้อมูลส่วนตัวผู้ตอบแบบสอบถาม
2. แจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ของสภาพและปัญหาในการใช้บริการ

การออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายภายในสนามของกีฬาศูนย์เยาวชน ลุมพินี กรุงเทพมหานคร

3. วิเคราะห์ข้อมูลจากความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ เกี่ยวกับสภาพและปัญหาในการ ออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายภายในสนามกีฬาของศูนย์เยาวชน ลุมพินี กรุงเทพมหานคร แล้วสรุปเป็นรายด้าน

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัย พบว่า

1. สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชาย จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 49.75 คน เพศหญิง จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 50.25 คน และสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ที่มีอายุ 8 - 18 ปี จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 49.75 และตั้งแต่อายุ 19 ปี ขึ้นไป จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 50.25

2. สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชน ลุมพินี กรุงเทพมหานคร ใน 3 ด้าน คือ ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ และด้านการจัดการให้บริการ มีดังนี้

2.1 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

เพศชาย

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 52.76 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่พักผ่อนก่อนและหลัง ออกกำลังกาย เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.38 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 37.02 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาดมีปัญหามากที่สุดในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.33

เพศหญิง

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 56.08 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า เครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.61 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 59.35 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาดมีปัญหามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.65

อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นสภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 50.79 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องน้ำไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 68.34 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.52 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.83

อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 52.56 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการ ไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.62 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.70 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ภายในสถานที่ออกกำลังกายมีแสงสว่างเพียงพอมีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.16

เพศชาย อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 50.72 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่จอดรถเพียงพอ เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.74 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.57 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บริเวณศูนย์ฝึกกีฬามีความสวยงามร่มรื่น มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 61.62

เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 54.79 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่พักผ่อนก่อนและหลังออกกำลังกาย เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.14 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.00

เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 52.29 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องน้ำมีเพียงพอและห้องอาบน้ำมีเพียงพอ เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 57.43 เมื่อ

พิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.00

เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 59.83 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ ไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.11 ส่วนระดับปัญหาของด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 61.24 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.27

2.2 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

เพศชาย

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 56.68 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรมเหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.85 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 65.33 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้บริการ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.33

เพศหญิง

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 57.26 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรมเหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 82.59 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.10 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.66

อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 55.43 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรมเหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.36 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.51 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 58.79

อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยคิดเป็นร้อยละ 58.51 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้แก่ผู้มาใช้บริการ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.63 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 68.41 เมื่อพิจารณา

เป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.13

เพศชาย อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็น ร้อยละ 53.03 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.68 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็น ร้อยละ 50.71 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้ บริการ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.67

เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็น ร้อยละ 60.30 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิด เป็นร้อยละ 71.00 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำแนวทางพัฒนา ทักษะเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.00

เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็น ร้อยละ 57.80 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของผู้มาใช้ บริการ และบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 77.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่ เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 54.30 เมื่อพิจารณา เป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.00

เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมคิดเป็น ร้อยละ 56.73 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม เหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 88.12 ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตาม ความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 65.84 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวนของ ผู้มาใช้บริการ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.29

2.3 ด้านการจัดการการให้บริการ

เพศชาย

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับที่พึงพอใจ คิดเป็นร้อยละ 51.37 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 74.87 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.60 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.33

เพศหญิง

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับที่พึงพอใจ คิดเป็นร้อยละ 60.97 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 89.05 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.70 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67.66

อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับที่พึงพอใจ คิดเป็นร้อยละ 59.30 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 74.37 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.53 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 55.28

อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับที่พึงพอใจ คิดเป็นร้อยละ 58.51 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 41.90 ระดับปัญหาโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 64.73 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.65

เพศชาย อายุ 8 – 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 57.13 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.71 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 8 – 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.79 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ระยะเวลาที่ให้บริการเหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.55

เพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 54.78 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสมเหมาะสมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศชาย อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.00 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการที่เหมาะสม มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.00

เพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี

มีความคิดเห็นว่า สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 61.78 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสมคิดเป็นร้อยละ 80.00 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 8 - 18 ปี โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.22 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอมีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.00

เพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป

โดยรวมคิดเป็นร้อยละ 60.18 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบำรุงที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสมคิดเป็นร้อยละ 98.02 ส่วนระดับปัญหาของด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเพศหญิง อายุ 19 ปี ขึ้นไป โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 68.10 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการเพียงพอ มีปัญหาในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.22

อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ ณ ศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 สามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

สภาพที่เป็นจริงด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมไม่เพียงพอ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการไม่เพียงพอมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ ชูเกียรติ เกียรติธีรัตน์. (2537 : 122) ที่กล่าวว่า ในการปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย ควรจะมีน้ำดื่มตามจุดต่างๆ ในบริเวณสถานที่ออกกำลังกายให้เพียงพอ และสอดคล้องกับ สกล เจริญวงศ์. (2532 : 68) พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่า ควรมีการบริการเรื่องน้ำดื่มให้เพียงพอในจุดที่มีการออกกำลังกาย

ส่วนปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ตามความคิดเห็นของ

ผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่ในการออกกำลังกายสะดวกมีปัญหามากที่สุดในระดับมากที่สุดซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ รัตนากฤษณ์ (2530 : 151) สถานที่ อุปกรณ์ และเครื่องอำนวยความสะดวก เพื่อบริการแก่ข้าราชการตำรวจอย่างเพียงพอ ถ้ามีอุปกรณ์เพียงพอและได้มาตรฐาน สถานที่ใกล้สะดวกแก่การไปใช้บริการ จะทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเรียนรู้ในกิจกรรมการออกกำลังกายได้เร็วขึ้น และอยากเข้าร่วมในกิจกรรมด้วย และตรงกับคำกล่าวของ เจริญ กระบวนรัตน์ (2525 : ค - จ) กล่าวว่า การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายจะไม่บรรลุเลย ถ้ามีอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ไม่เพียงพอ

2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

สภาพที่เป็นจริงด้านบุคลากรผู้ให้บริการของ โดยรวมคิดเหมาะสม เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรมมากที่สุด

ส่วนปัญหาด้านบุคลากรผู้ส่วนระดับปัญหาของด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ดี มีปัญหาในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เพชรรัตน์ หิรัญชาติ. (2530 : 83) พบว่า บุคลากรในหน่วยงานเอกชน ในกรุงเทพมหานคร มีความต้องการบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายที่มีมนุษยสัมพันธ์กับทุกฝ่าย มีความกระตือรือร้นในการทำงาน เพราะจะทำให้บุคลากรในหน่วยงานเอกชนที่เข้ารับบริการด้านการออกกำลังกายได้รับการต้อนรับได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรผู้ให้บริการที่มีมารยาทเรียบร้อยมีอารมณ์มั่นคง มีบุคลิกภาพที่ดี และให้บริการการออกกำลังกายเป็นกันเอง

3. ด้านการจัดการการให้บริการ

สภาพที่เป็นจริงด้านการจัดการการให้บริการ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยรวมเหมาะสม เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจากผู้ให้บริการเหมาะสม

ส่วนปัญหาด้านการจัดการการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการเจ้าหน้าที่ในการให้บริการ มีปัญหาในระดับมากที่สุด สอดคล้องกับ สายัน กุฎาคาร (2538 : 50) พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการการประชาสัมพันธ์ในการบริการที่เหมาะสม ห้องปฐมพยาบาล แพทย์ และอุปกรณ์ในการปฐมพยาบาลที่เพียงพอ สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ฝึกได้อย่างสะดวกต้องการให้มีการเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสม

ข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้จะเป็นแนวทางเพื่อจะได้มีการปรับปรุงในด้านต่างๆ ที่ยังไม่มีบริการแก่สมาชิกเยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาสภาพและปัญหาในการเล่นกีฬาประเภทต่างๆ ตามอายุ และเพศ
2. ควรศึกษาเกี่ยวกับความต้องการทางด้านอุปกรณ์กีฬาหรือเครื่องออกกำลังกายเพื่อนำมาให้บริการแก่สมาชิก

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กวี ทั้งสุบุตร. (2533). สำนักสวัสดิการสังคม 16 ปี. กรุงเทพฯ : สำนักสวัสดิการสังคม.
- กองส่งเสริมสุขภาพและพลศึกษา. (2526). การกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชน
ในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : กรมพลศึกษา.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2537). คู่มือกีฬาเพื่อสุขภาพข้าราชการพลเรือน. กรุงเทพฯ :
ไทยวัฒนาพานิช.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2525). ความต้องการการบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริม
สุขภาพของข้าราชการและนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เจริญทัศน์ จินตเสรี. (2520). การออกกำลังกายกับการกีฬา. รายงานสัมมนาทางวิชาการ
กับกีฬา. กรุงเทพฯ : การกีฬาแห่งประเทศไทย.
- ชูเกียรติ เกียรติธีรัตน์. (2537). ความต้องการกิจกรรมออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา
เอกชน. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณรงค์ หลงสมบูรณ์. (2527). ศาสตร์แห่งการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : วารสารแม่บ้าน.
- นิจ อักษรพิมพ์. (2545). สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของสมาชิก
ศูนย์นันทนาการชุมชนกรุงเทพมหานคร พ.ศ.2545. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประสาน หงษ์ทอง. (2546). สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของผู้นำชุมชน
ในจังหวัดสิงห์บุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพชรรัตน์ หิรัญชาติ. (2530). ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริม
สุขภาพและสมรรถภาพทางกายของบุคคลในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร ตาม
การรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ไพวัลย์ ดันลาพุด. (2530). พลศึกษาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัตนภรณ์ ทันทกาญญาพันธ์. (2530). ความต้องการการบริการด้านการออกกำลังกาย
ของข้าราชการตำรวจกองปราบสามยอด. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วรรตศักดิ์ เพียรชอบ. (2525). การออกกำลังกายสำคัญไฉน. อ่างทอง : วารสารวิทยาลัย
พลศึกษา จังหวัดอ่างทอง
- ศูนย์เยาวชนชนลุมพินี. (2519). ประวัติความเป็นมาศูนย์เยาวชนชนลุมพินี. ถ่ายเอกสาร.

- ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาองค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย. (2528). *การออกกำลังกายกับการกีฬา*. รายงานทางวิชาการ. กรุงเทพฯ : การกีฬาแห่งประเทศไทย.
- สกล เจริญวงศ์. (2532). *ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมหมาย ฤทธิบุตร. (2546). *สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสระบุรี*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สายัน กุฎาคาร. (2538). *ความต้องการในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้มาใช้ศูนย์ฝึกกีฬากีฬาแห่งประเทศไทย*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สิริลักษณ์ ทัดมัน. (2546). *ปัญหาและความต้องการในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานครไทย-ญี่ปุ่น ดินแดง*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2534). *ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร*. กรุงเทพฯ : เอกสารงานวิจัย คณะพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุพิตร สมานิติ. (2525). *เดินอย่างไรจึงจะทำให้สุขภาพดี*. กรุงเทพฯ : วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันตนาการ.
- อวย เกตุสิงห์. (2520). *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ*. กรุงเทพฯ : องค์การส่งเสริมกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย.
- อำนาจ อะโน. (2527). *การบริหารกาย การบริการการศึกษางานตำราและคำสอน*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .

Antonacci. (1997, October). "The Role of Physical Education in the Nation Building", *Dissertation Abstracts International*. 1997 : 634 – A.

Hidedrge, K.M. (1966, February). Relationship between Motivation factors and Exercise Participation of College Students, *Dissertation Abstracts international*. 26 (10) : 1080 A.

Holbrook, James Edward. (1993, February). "Current Problems and Trends in Facility Planning for Health, Physical Education, Recreation and Althletich at Colleges and Universities", *Dissertation Abstract international*. 53 (15) : 2735 : A.

Muller, Susan Maries. (1993, December). "The Effects of Exercise. Induced Changes on Self – Esteem", *Dissertation Abstracts international*. 14 (1) : 1688.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชน
ลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547

คำอธิบาย แบบสอบถามชุดนี้ จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของ
สมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร
ปี พ.ศ.2547

ตอนที่ 1 รายละเอียดและข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ
จำนวน 2 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสำรวจสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการ
การออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามความคิดเห็น และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับสภาพและปัญหาในการ
ออกกำลังกายของสมาชิกผู้มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี
กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ

ชัยพจน์ เทียมตะวัน

คณะพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547

ตอนที่ 1

รายละเอียดและข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง กรุณาเขียนเครื่องหมาย 4 ลงใน หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบ

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ

8 – 18 ปี

19 ปีขึ้นไป

ตอนที่ 2

สภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547

คำชี้แจง ในการตอบแบบสอบถาม แบบสอบถามชุดนี้ จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจสภาพและปัญหาในการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547 โดยแบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. สภาพและปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. สภาพและปัญหาด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
3. สภาพและปัญหาด้านการจัดการการให้บริการ

วิธีตอบแบบสอบถาม

1. ให้ผู้ตอบแบบสอบถามพิจารณาสภาพที่เป็นจริงแล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างในส่วนแรกทางด้านซ้ายมือของผู้ตอบแบบสอบถาม
2. ให้ผู้ตอบแบบสอบถามพิจารณาปัญหาแล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องในส่วนถัดไปด้านขวามือของผู้ตอบแบบสอบถาม
3. ให้ผู้ตอบแบบสอบถามพิจารณาสภาพที่เป็นจริงเพียง 2 ด้านเท่านั้น เช่น มี / ไม่มี, เหมาะสม / ไม่เหมาะสม, เพียงพอ / ไม่เพียงพอ เป็นต้น

สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา
<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี	มากที่สุด หมายถึง มีปัญหาการใช้บริการการ ออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด
<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม	มาก หมายถึง มีปัญหาการใช้บริการการ ออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก
<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ	ปานกลาง หมายถึง มีปัญหาการใช้บริการการ ออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง
		น้อย หมายถึง มีปัญหาการใช้บริการการ ออกกำลังกายอยู่ในระดับน้อย
		น้อยที่สุด หมายถึง มีปัญหาการใช้บริการการ ออกกำลังกายอยู่ในระดับน้อยที่สุด

สภาพและปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สถานที่จอดรถเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
2. บริเวณศูนย์ฝึกกีฬา มีความสวยงามร่มรื่น	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					
3. สถานที่สำหรับเปลี่ยน เครื่องแต่งกายและห้องน้ำ มีเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
4. ห้องอาบน้ำมีเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
5. สถานที่พักผ่อน ก่อนและหลังออกกำลังกายเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
6. สถานที่ออกกำลังกาย เหมาะสมกับสัดส่วนของสมาชิก	<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม					
7. ภายในสถานที่ออกกำลังกายมีแสงสว่างเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
8. สถานที่ในการออกกำลังกายสะอาด	<input type="checkbox"/> สะอาด	<input type="checkbox"/> ไม่สะอาด					
9. สถานที่จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
10. อุปกรณ์ที่มีไว้บริการการออกกำลังกายได้มาตรฐาน	<input type="checkbox"/> มาตรฐาน	<input type="checkbox"/> ไม่มาตรฐาน					
11. อุปกรณ์ในการออกกำลังกาย มีเพียงพอกับจำนวนสมาชิก	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
12. มีตู้สำหรับเก็บสิ่งของและอุปกรณ์ ต่างๆ ไว้บริการเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
13. มีเครื่องทำน้ำเย็นไว้บริการเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
14. มีโทรศัพท์สาธารณะไว้บริการ เพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					

สภาพและปัญหาด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนของบุคลากรเหมาะสมกับจำนวน ของผู้มาใช้บริการ	<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่ เหมาะสม					
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพและ มนุษยสัมพันธ์ดี	<input type="checkbox"/> ดี	<input type="checkbox"/> ไม่ดี					
3. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสนใจและเอา ใจใส่ผู้มาใช้บริการ	<input type="checkbox"/> ดี	<input type="checkbox"/> ไม่ดี					
4. บุคลากรผู้ให้บริการมีการแนะนำแนวทาง เพื่อพัฒนาทักษะเพียงพอ	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					
5. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสม่ำเสมอและ ตรงเวลา	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการ บริหารจัดการการออกกำลังกายเป็น อย่างดี	<input type="checkbox"/> ดี	<input type="checkbox"/> ไม่ดี					
7. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับ กิจกรรม	<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่ เหมาะสม					
8. บุคลากรผู้ให้บริการเสียสละเวลาให้ แก่ผู้มาใช้บริการ	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					
9. บุคลากรผู้ให้บริการมีความสามารถในการ ตัดสินใจ	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					
10. บุคลากรผู้ให้บริการมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ในการ ส่งเสริมการออกกำลัง กาย	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					

สภาพและปัญหา ด้านการจัดการการให้บริการ	สภาพที่เป็นจริง		ระดับปัญหา				
			มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. อัตราค่าบริการที่เรียกเก็บจาก ผู้ใช้บริการเหมาะสม	<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม					
2. ระยะเวลาที่ให้บริการ เหมาะสม	<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม					
3. สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ ของ ศูนย์ได้สะดวก	<input type="checkbox"/> สะดวก	<input type="checkbox"/> ไม่สะดวก					
4. การประชาสัมพันธ์ในการให้บริการ เหมาะสม	<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม					
5. ห้องปฐมพยาบาล แพทย์และ อุปกรณ์เพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
6. เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย เหมาะสมเพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
7. การจัดเจ้าหน้าที่ในการให้บริการ เพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
8. การเผยแพร่เอกสารให้ ความรู้ หรือหนังสือคู่มือ เกี่ยวกับการ ออกกำลังกาย เพียงพอ	<input type="checkbox"/> เพียงพอ	<input type="checkbox"/> ไม่เพียงพอ					
9. มีบริการการตรวจสุขภาพให้กับผู้ มาใช้บริการ	<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี					

ภาคผนวก ข

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญพันธ์ทรัพย์มณี
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. นางสถาพร วิเศษรัตน์
หัวหน้าศูนย์เยาวชนนวมพินี
กรุงเทพมหานคร

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นาย ชัยพจน์ เทียมตะวัน
วัน เดือน ปี เกิด 29 ตุลาคม 2522
สถานที่เกิด เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน 249 / 26 ซอยเพชรเกษม 25 ถนนเพชรเกษม แขวงปากคลอง
เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร 10160

ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2548 การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- พ.ศ. 2544 วิทยาศาสตรบัณฑิต (สันตนาการ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- พ.ศ. 2538 มัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียน มัชยมวัดมกุฏกษัตริย์