

ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย
สำนักงานพัฒนาการศึกษาและนันทนาการ
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

ปริญญานิพนธ์
ของ
ภูษิตา เจนจิตต์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2547
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๗๐๒.๖๖๗

๘/๒๕๔๗

ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย
สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

บทคัดย่อ

ของ

ภูษิตา เจนจิตต์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2547

๒๐๕๕

2. ผู้ศึกษา

ภูษิตา เจนจิตต์. (2547). ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. ปรินูญานิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. / คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์, รองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เผือกสุวรรณ.

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ สมาชิกจำนวน 354 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บ รวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยจำนวนความถี่ และค่าร้อยละ

5. ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

สมาชิกเพศชาย มีอายุ 40 ปีลงมา 41 ปีขึ้นไป และโดยรวม มีความเห็นต่อปัญหาการจัดการเดินแอโรบิก ของศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เกี่ยวกับด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบริการ อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนเพศหญิงมีความเห็นอยู่ในระดับมาก

PROBLEMS OF THE MEMBER FOR AEROBIC DANCE IN THE FITNESS CENTRE
OF SPORTS AND RECREATION DEVELOPMENT
MINISTRY OF TOURISM AND SPORTS

AN ABSTRACT
BY
PUSITTA JANJITT

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Science degree in Recreation Management
at Srinakharinwirot University
May 2004

Pusitta Janjitt. (2004). *Problems of the Member for Aerobic Dance in the Fitness Centre of Sports and Recreation Development Ministry of Tourism and Sports*. Master thesis, M.Sc. (Recreation Management). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committees : Asst. Prof. Panomsak Sawatpong, Assoc. Prof. Dr. Kamchoke Phueksuwan.

The purpose of this research were to study the problem of the member for aerobic dance in the fitness centre of sports and recreation development, Ministry of Tourism and Sports. The sample of the study consist of 354 members. The instrument used for collecting data was five rating scale questionnaires. Percentage and frequency for the data analysis.

The results of the study were as follow : The opinion of member that are male, younger than 40 years old and older than 41 years old concern with problems of the member for aerobic dance in the fitness centre of sports and recreation development, Ministry of Tourism and Sports in personnel, place and equipments convenience and service area were in medium level.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย
สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

ของ
นางภูษิตา เจนจิตต์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. นภารณ์ หะวานนท์)

วันที่ 1 เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2547

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เผือกสุวรรณ)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(รองศาสตราจารย์สุภารัตน์ วรทอง)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญนัย)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ได้รับความเมตตาและกรุณาเป็นอย่างดีจากผู้มีพระคุณหลายท่าน ประกอบด้วยผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เผือกสุวรรณ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษาและแนะนำ เพื่อแก้ไขปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้สมบูรณ์ถูกต้อง และมีคุณค่ายิ่ง ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์สุภารัตน์ วรทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวัต พึ่งโพธิ์ทอง รองศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์ ผู้อำนวยการสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา ดร.เสกสรร นาควงศ์ และ นักพัฒนากีฬา 8 ว. อาจารย์รัตนหาญสงคราม ที่ได้กรุณาตรวจให้ข้อเสนอแนะ และให้คำแนะนำในการสร้างเครื่องมือสำหรับใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจียรนัย คณบดีคณะพลศึกษาและรองศาสตราจารย์สุภารัตน์ วรทอง ที่ได้กรุณาเป็นกรรมการสอบปากเปล่า และกรุณาชี้แนะแนะนำ ทำให้ผลงานการวิจัยมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ทุกท่านที่ได้ให้ความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในสาขาวิชาการการจัดการนันทนาการแก่ผู้วิจัย

ท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณทุกคนในครอบครัว พี่ ๆ เพื่อน ๆ ร่วมงามที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัย โดยเฉพาะ อาจารย์ปราณี หมดเลาะห์ มีส่วนช่วยเหลือและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ภูษิตา เจนจิตต์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	2
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
ความหมายและความสำคัญของการจัดการ.....	5
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการ.....	8
แนวคิดเกี่ยวกับการบริหารจัดการต้นแอโรบิก.....	8
ประวัติศาสตร์ฝึกและบริหารกาย.....	11
โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับทุกคน.....	14
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	15
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	24
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	24
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	24
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	25
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	26
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	26
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	27
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	27
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	27

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	66
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	66
วิธีดำเนินการวิจัย.....	66
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	66
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	67
อภิปรายผล.....	68
ข้อเสนอแนะ.....	69
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก.....	75
ภาคผนวก ก แบบสอบถามในการวิจัย.....	76
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญ.....	81
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	83

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ.....	28
2	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากรเป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม.....	29
3	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม.....	31
4	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม.....	34
5	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากรเป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตามเพศ.....	36
6	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตามเพศ.....	41
7	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตามเพศ.....	46
8	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากรเป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตามอายุ.....	50
9	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตามอายุ.....	55
10	จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตามอายุ.....	60

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
11 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอร์โบริกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย เกี่ยวกับองค์ประกอบปัจจัย ด้านต่างๆ จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ และรวมทุกตัวแปร.....	64

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
---	---------------------------	---

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การบริหารและการจัดการได้เจริญควบคู่กับมนุษย์มาตั้งแต่โบราณ และได้พัฒนามาเป็นลำดับจนเป็นศาสตร์ที่มีคุณค่าและนำศึกษาอย่างยิ่ง และจะช่วยให้มนุษย์ประสบความสำเร็จในการดำเนินงาน และการดำรงชีวิตที่สุขสบายขึ้น การบริหารและการจัดการทำให้ประสบความสำเร็จและความเจริญก้าวหน้าได้ จึงเท่ากับเป็นผู้สร้างคุณประโยชน์ให้กับสมาชิกในองค์กรและมนุษย์ในสังคมโดยรวม (ธงชัย สันติวงษ์. 2540 : 6) งานทางด้านบริหารและการจัดการจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวก็ได้ ขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้บริหารที่ใช้ศาสตร์และศิลป์ในการบริหารงานนั้นๆ ไม่ว่าจะเป็นงานในด้านใด องค์กรขนาดใด มีจุดประสงค์ใดจะเป็นภาครัฐ หรือเอกชน หรือองค์กรสาธารณะก็ตามนั้น ทางด้านรัฐบาลและองค์กรของภาคเอกชน สามารถนำเอาการบริหารและการจัดการมาใช้ได้ทุกด้าน เช่น ทางด้านการให้บริการ การออกกำลังกายของศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ก็เช่นเดียวกัน จำเป็นจะต้องอาศัยหลักการและยุทธศาสตร์ในการบริหาร และการจัดการที่ดีจึงจะประสบความสำเร็จบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

ปัจจุบันคนส่วนใหญ่ของประเทศเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพมากขึ้นเพราะโรคภัยไข้เจ็บที่เกิดจากการไม่ดูแลสุขภาพและการไม่ออกกำลังกายนั้น ทำให้เกิดโรคมามากมาย สร้างปัญหาและความทุกข์ทรมานที่เกิดจากโรคต่างๆ ทั้งยังเป็นภาระให้กับคนในครอบครัว ไม่สามารถทำงานได้และต้องเสียเงินเสียทองเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ดังนั้นเมื่อคนอ่อนแอสังคมอ่อนแอประเทศชาติก็อ่อนแอตามไปด้วย (สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ. 2546 : 15)

ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เป็นหน่วยงานหนึ่งของรัฐที่จัดตั้งขึ้นตามนโยบายของรัฐบาล ตั้งแต่ปี พ.ศ.2520 มีบทบาทหน้าที่ให้บริการในด้านการออกกำลังกายแก่ นักเรียน นักศึกษา เยาวชนและประชาชนทั่วไป เปิดให้บริการตามวัน เวลาราชการ กิจกรรมที่ให้บริการ ได้แก่ การออกกำลังกายด้วยเครื่องมือบริหารกาย การอบรมผู้นำการเต้นแอโรบิก และการเต้นแอโรบิก ซึ่งเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายรูปแบบหนึ่งที่กำลังนิยมของคนทั่วไป ลักษณะการเต้นโดยการนำท่าบริหารต่างๆ ทักษะการเคลื่อนไหวของร่างกายและทักษะการเต้นรำมาผสมผสานกันอย่างกลมกลืนไปกับจังหวะดนตรีประกอบอย่างต่อเนื่อง ทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีความสนุกสนาน เป็นการสร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกายได้เป็นอย่างดี (สำนักงานพัฒนา

การกีฬาและนันทนาการ. 2546 : 26) ผู้ประสงค์จะใช้บริการของศูนย์ฝึกและบริหารกายต้องเป็นสมาชิกโดยยื่นใบสมัครด้วยตนเองตามแบบฟอร์มที่กำหนดไว้ (ศูนย์ฝึกและบริหารกาย. 2546 : 27) ปัจจุบันศูนย์ฝึกและบริหารกายมีสมาชิกเพิ่มขึ้นจำนวนมาก และสมาชิกส่วนมากสนใจการเต้นแอโรบิกมากกว่าการออกกำลังกายด้วยเครื่องมือบริหารกาย แต่สถานที่ให้บริการเต้นแอโรบิกมีเพียง 2 ชั้น บรรจุสมาชิกได้ชั้นละ 60 คน และเปิดให้บริการเพียงวันละ 3 รอบ นอกจากนี้ศูนย์ฝึกและบริหารกายยังมีการจัดบริการนำเต้นแอโรบิกฟรีแก่เยาวชน และประชาชนที่สนใจในช่วงเวลา 06.00 – 07.00 น. ทุกวันบริเวณหน้าสนามกีฬาแห่งชาติ สวนสาธารณะต่าง ๆ และสวนลุมพินี กรุงเทพมหานคร ทุกคนสามารถมาร่วมเต้นแอโรบิกได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย และพบว่า เยาวชนและประชาชนให้ความสนใจจำนวนมาก แต่ผู้นำการเต้นแอโรบิกของศูนย์ฝึกและบริหารกายมีไม่เพียงพอ รวมทั้งเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ยังไม่สมบูรณ์เท่าที่ควร นับว่าสิ่งเหล่านี้เป็นปัญหาในการจัดการที่จะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการได้

ผู้วิจัยในฐานะเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิกของศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ได้สอบถามสมาชิกที่มาใช้บริการในศูนย์ฝึกและบริหารกาย พบว่า กิจกรรมการเต้นแอโรบิกเป็นที่พึงพอใจมากแต่มีข้อบกพร่องในเรื่องอื่นๆ เช่น ผู้นำการเต้นแอโรบิกของศูนย์ฝึกและบริหารกายมีจำนวนน้อย เครื่องอำนวยความสะดวกไม่เพียงพอและไม่สมบูรณ์ โดยเฉพาะเครื่องเสียงและอุปกรณ์ต่างๆ ซึ่งผู้วิจัยไม่สามารถนำเสนอเพื่อของบประมาณปรับปรุงได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาพร้อมกับเป็นเครื่องยืนยันคำกล่าวของสมาชิกข้างต้น ดังที่ (สุตารัตน์ ปธานาราชฎร์. 2545 : 120) กล่าวว่า การจัดหรือการให้บริการการออกกำลังกายจะมีข้อบกพร่องเกิดปัญหาต่าง ๆ นั้น เกิดด้วยเหตุปัจจัยของการขาดอุปกรณ์ การบริการในหน่วยงานนั้นๆ ก็จะล้มเหลวและหมดความเชื่อถือต่อไป

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย อันจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อการเล่นแอโรบิกของสมาชิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย และเพื่อนำข้อมูลไปพิจารณาปรับปรุงและพัฒนาการบริหารจัดการโดยเฉพาะด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการบริการ และเพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนาและจัดการเต้นแอโรบิกให้มีประสิทธิภาพต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย และ เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการจัดการเดินแอโรบิกของสมาชิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ให้มีประสิทธิภาพ

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สมาชิกผู้มาใช้บริการในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จำนวน 5,310 คน เป็นเพศชาย จำนวน 1,740 คน เป็นเพศหญิง จำนวน 3,570 คน (ศูนย์ฝึกและบริหารกาย. 2546 : 11)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สมาชิกผู้มาใช้บริการในศูนย์ฝึกและบริหารกาย กำหนดขนาดของกลุ่มโดยใช้ตารางเทียบขนาดของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970 : 608) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 354 คน เป็นเพศชาย จำนวน 116 คน เป็นเพศหญิง จำนวน 238 คน และทำการสุ่มแบบตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental Sampling)

ตัวแปรที่จะศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่

1.1 เพศ แบ่งเป็น

1.1.1 เพศชาย

1.1.2 เพศหญิง

1.2 อายุ แบ่งเป็น

1.2.1 40 ปีลงมา

1.2.2 41 ปีขึ้นไป

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกใน

2.1 ด้านบุคลากร

2.2 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

2.3 ด้านการบริการ

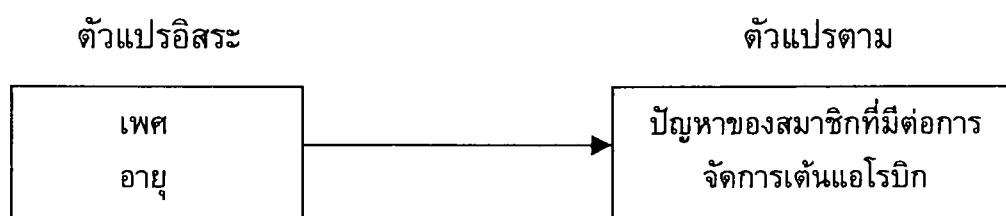
นิยามศัพท์เฉพาะ

ปัญหาการจัดการเดินแอโรบิก หมายถึง ปัญหาต่าง ๆ ที่มีเกิดขึ้นหรือน่าจะเกิดขึ้นในการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ในด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการบริการ

สมาชิก หมายถึง ผู้มาใช้บริการการออกกำลังกายการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และสมัครเป็นสมาชิกของศูนย์ฯ ตามแบบฟอร์มที่กำหนด

ศูนย์ฝึกและบริหารกาย หมายถึง หน่วยงานในสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ณ อาคารสนามกีฬาแห่งชาติ มีหน้าที่จัดบริการกิจกรรมนันทนาการ และการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้กับนักเรียน นักศึกษา เยาวชน และประชาชน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกใน ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ความหมายและความสำคัญของการจัดการ
2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการ
3. แนวคิดเกี่ยวกับการบริหารจัดการเดินแอโรบิก
4. ประวัติศูนย์ฝึกและบริหารกาย
5. โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับทุกคน
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 6.2 งานวิจัยในประเทศ

ความหมายและความสำคัญของการจัดการ

การจัดการได้กำเนิดควบคู่มากับมนุษย์ตั้งแต่สมัยโบราณ และได้มีการวิวัฒนาการ เรื่อยมาตามยุคสมัยหรือการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ มีผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้ความหมายของการจัดการ ดังนี้

ความหมายของการจัดการ

สมพงษ์ เกษมสิน (2526 : 6) ได้กล่าวว่า การจัดการ หมายถึง การใช้ศาสตร์และ ศิลปะ เพื่อนำเอาทรัพยากรการบริหารมาประกอบตามกระบวนการบริหารให้บรรลุ วัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2529 : 1) ได้กล่าวว่า การจัดการ หมายถึง การใช้ศาสตร์และ ศิลปะ เพื่อดำเนินการเกี่ยวกับ คน (Man) เงิน (Money) วัสดุอุปกรณ์ (Material) และ การจัดการ (Management) ให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งที่การ บริหารเป็นการประสานงาน การอำนวยความสะดวก และการให้บริการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง

นิยม บุญมี (2540 :40) กล่าวว่า การจัดการ หมายถึง การรู้จักใช้ทรัพยากร ทั้งหลายที่มีอย่างชาญฉลาด เพื่อให้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ หรือการจัดการ คือ การรู้จักใช้สิ่งของที่มีอยู่เพื่อให้ได้มาในสิ่งอันพึงประสงค์ และยังได้แบ่งการบริหารจัดการออกเป็น 2 อย่าง ดังต่อไปนี้

1. การบริหารจัดการทรัพยากรมนุษย์ (Human Resource Management) จะเป็นการนำศักยภาพที่มีอยู่ในตัวมนุษย์มาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ของกิจกรรมทั้งยังตอบสนองความต้องการของชุมชนในสังคมได้

2. การบริหารจัดการที่ไม่ใช่มนุษย์ (Non-Human Resource Management) เป็นการจัดการสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ภายนอกตัวมนุษย์ แต่มนุษย์สามารถนำมาใช้ควบคุมให้เกิดประโยชน์ และสามารถครอบครองเป็นเจ้าของได้ ซึ่งทรัพยากรวัตถุนี้อาจมีคุณค่าเกิดประโยชน์สูงสุด มีความคงทนมีอายุการใช้งานได้นานก็ขึ้นอยู่กับความมีศักยภาพและคุณภาพในตัวของทรัพยากรมนุษย์เป็นหลักสำคัญ

พะยอม วงศ์สารศรี (2537 : 5) ได้สรุปความหมาย การจัดการในลักษณะต่าง ๆ ได้ 3 ประการ ดังนี้

1. การจัดการเป็นศิลปะของการใช้บุคคลอื่นทำงานให้แก่องค์กร โดยสนองตอบความต้องการความคาดหวัง และจัดโอกาสให้เขาเหล่านั้นมีความเจริญก้าวหน้าในการทำงาน ทำให้สมาชิกในองค์กรร่วมแรงร่วมใจในการช่วยเหลือกิจกรรมในองค์กรเป็นอย่างดี

2. การจัดการเป็นกระบวนการที่มีความสัมพันธ์กับการกำหนดจุดมุ่งหมายขององค์กร และแปรเปลี่ยนจุดมุ่งหมายนั้นสู่การปฏิบัติจริง ซึ่งความหมายนี้ ผู้จัดการจะทำให้การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ขององค์กรไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยผ่านกระบวนการที่เป็นระบบ มีการประสานงานและความร่วมมือร่วมใจจากทรัพยากรมนุษย์

3. การจัดการ คือ กลุ่มของผู้จัดการ ในความหมายนี้ องค์กรเป็นบุคคลที่ทำหน้าที่บริการหรือจัดกิจกรรมต่าง ๆ ในองค์กรเป็นผู้ดำเนินการตัดสินใจ กำหนดเป้าหมายขององค์กร และประสานงานให้สมาชิกในองค์กรดำเนินไปในทิศทางที่เป็นเป้าหมายร่วมกัน

เฟรนช์ และ สวาร์ต (French and Sawart. 1975 : 9) ได้ให้นิยามคำว่า การจัดการ (Management) หมายถึง กระบวนการ กิจกรรม หรือการศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติหน้าที่ ในอันที่จะเชื่อมั่นได้ว่า กิจกรรมต่างดำเนินไปในแนวทางที่จะบรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ ที่กำหนดโดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้าที่อันที่จะสร้างและรักษาไว้ซึ่งสภาวะที่จะเอื้ออำนวยต่อการบรรลุวัตถุประสงค์ด้วยความพยายามร่วมกันของกลุ่มบุคคล

โบวี และคณะ (Bovee and Other. 1993 : 5) ได้ให้ความหมายของ คำว่า การจัดการ หมายถึง กระบวนการเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายขององค์กรโดยการวางแผนการจัดองค์กร การชักนำ และการควบคุม มนุษย์ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ การเงินทรัพยากรข้อมูลขององค์กร ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล

ไวริช และ คูนท์ซ (Wehrich and Koontz. 1993 : 4) ได้ให้ความจำกัดความของ คำว่า การจัดการ หมายถึง กระบวนการออกแบบและรักษาสีงแวดล้อมซึ่งบุคคลทำงานร่วมกันในกลุ่มให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปได้ว่า การจัดการ คือ กระบวนการ หรือ เทคนิควิธีการใช้กลยุทธ์ต่าง ๆ เพื่อให้การปฏิบัติงานบรรลุผลตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยนำเอาทรัพยากร คือ คน เงิน วัสดุ และอุปกรณ์ต่าง ๆ และวิธีจัดการมาเป็นองค์ประกอบในการบริหารจัดการ

ความสำคัญของการจัดการ

มีนักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการในลักษณะต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

พะยอม วงศ์สารศรี (2537 : 35) ได้สรุปถึงความสำคัญของการจัดการ ดังนี้

1. การจัดการ เป็นสมองขององค์กร การที่องค์กรจะประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้นั้น จำเป็นต้องมีกระบวนการจัดการที่ดี อาทิเช่น มีการวางแผนและตัดสินใจโดยผ่านการกลั่นกรองจากฝ่ายจัดการที่ได้พิจารณาข้อมูลต่าง ๆ อย่างใช้ดุลยพินิจใช้สติปัญญาพิจารณาผลกระทบต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นต่อองค์กรนั้น
2. การจัดการ เป็นเทคนิควิธีการที่ทำให้สมาชิกในองค์กรเกิดจิตสำนึกร่วมกันในการปฏิบัติงานมีความตั้งใจ เต็มใจช่วยเหลือให้องค์กรประสบความสำเร็จ ทั้งนี้เพราะมีกระบวนการสร้างขวัญและกำลังใจในการทำงานนำทางให้องค์กรไปสู่ความสำเร็จ
3. การจัดการ เป็นการกำหนดขอบเขตในการทำงานของสมาชิกในองค์กรไม่ให้ซ้ำซ้อนกันทำให้การปฏิบัติงานเป็นไปอย่างราบรื่น รวดเร็ว และมีประสิทธิภาพ
4. การจัดการ เป็นการแสวงหาวิธีการที่ดีที่สุดในการปฏิบัติงานให้องค์กรเกิดประสิทธิผล และมีประสิทธิภาพสูงสุด

พิศิษฐ์ ดันทวนิช และคณะ (2542 : 13-14) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของการจัดการ ไว้ว่า การจัดการ มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับองค์กรทุกขนาด และทุกประเภท รวมทั้งสำหรับทุกระดับขององค์กร ผู้บริหาร หรือผู้นำขององค์กรมีหน้าที่หลักสำคัญ 2 ด้าน คือ การจัดการเกี่ยวกับภายใน เพื่ออำนวยความสะดวกให้ทรัพยากรที่เป็นตัวคนและวัตถุประสงค์ มีการประสานเข้าด้วยกันได้ และการทำงานร่วมกันอย่างมีระเบียบและประสิทธิภาพ และในขณะเดียวกันก็ต้องมีการจัดการภายนอกเพื่อนำองค์กรให้สามารถดำเนินไปด้วยดี และสามารถปรับตัวให้เหมาะสมมากที่สุดกับสภาพแวดล้อมภายนอกที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ทั้งนี้เพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างองค์กรและกลุ่มอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง และต่อระบบสังคมหรือรัฐบาล เพื่อให้องค์กรสามารถอยู่รอดและเติบโตอยู่ในสังคม และมีการทำงานอย่างได้ผล และประสิทธิภาพตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ การบริหารหรือการจัดการเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะ วิชาการบริหารเป็นศาสตร์อย่างหนึ่งที่สามารถกำหนดเป็นหลักทฤษฎี ที่มีกฎเกณฑ์ที่พิสูจน์ได้ แต่ในทางปฏิบัติการจัดการหรือการบริหารมีหลักศิลปะ กล่าวคือ เป็นเรื่องที่ต้องใช้ความสามารถและความพยายามที่จะจัดการองค์กรโดยนำทฤษฎีและกฎเกณฑ์ทางวิชาการมาปรับให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมที่มีความแตกต่าง และมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ได้ดั่งที่ ประสพการณ์และความชำนาญในการจัดการ หรือศิลปะการจัดการ

มีความสำคัญมากในการดำเนินการจัดการองค์การในสภาวะการณ์ในปัจจุบัน

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการ

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการ ที่สำคัญมีอยู่ 6 ทฤษฎี ได้แก่

1. ทฤษฎีด้านการจัดการแบบวิทยาศาสตร์ เป็นการจัดการเพื่อให้ได้ผลผลิตสูงสุด มีการจัดระบบการทำงานอย่างเป็นขั้นตอน
2. ทฤษฎีการจัดการด้านกระบวนการ เป็นการกำหนดโครงสร้างแนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการโดยการวิเคราะห์หน้าที่พื้นฐานและคุณสมบัติของนักบริหาร หรือที่เรียกว่ากระบวนการจัดการ
3. ทฤษฎีด้านการจัดการเชิงมนุษยสัมพันธ์ เนื่องจากเห็นความสำคัญของคน เพราะในการดำเนินการต้องอาศัยคนเป็นหลักและที่สำคัญคนไม่ใช่เครื่องจักร จำเป็นต้องส่งเสริมทักษะ การดูแลให้กำลังใจ การเสนอ การอบรมและช่วยเหลือในด้านอื่น ๆ ซึ่งเป็นผลให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. ทฤษฎีการจัดการเชิงระบบ เป็นแนวทางพื้นฐานในการสร้างระบบที่มีประสิทธิภาพ
5. ทฤษฎีการจัดการเชิงปริมาณ เป็นวิธีการเน้นการใช้เทคนิคเชิงปริมาณในการตัดสินใจและการควบคุม
6. ทฤษฎีการจัดการเชิงสถานการณ์ ระบบสารสนเทศเพื่อการจัดการมีบทบาทสำคัญมาก จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมต่อผู้ดำเนินการ เพื่อนำไปใช้วางแผนและตัดสินใจให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น จะเห็นได้ว่าการที่บุคคลจะสามารถปฏิบัติหน้าที่หรือกิจกรรมให้สำเร็จได้จำเป็นต้องมีการจัดการที่ดี คือ มีการวางแผนเป้าหมายที่ชัดเจน มีการกำหนดวิธีการปฏิบัติที่ดี มีการกำหนดขั้นตอนที่ง่ายต่อการปฏิบัติ มีการปฏิบัติหน้าที่ได้สอดคล้องกับเป้าหมาย วิธีการ และขั้นตอนที่ได้กำหนดไว้แล้ว และสุดท้ายมีการประเมินผลงานเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขผลงานให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

แนวคิดเกี่ยวกับการบริหารจัดการเต็นแอรอบิก

การบริหารจัดการเต็นแอรอบิก เป็นการจัดการกิจกรรมนันทนาการอย่างหนึ่ง ซึ่งมุ่งเฉพาะกิจกรรมเต็นแอรอบิก โดยจัดดำเนินการด้วยวิธีการบริหารทั่วไปเป็นหลักในการจัดการ เช่น จัดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกบุคลากรสำหรับทำหน้าที่เป็นผู้นำให้ความรู้ สาธิตการเต็นแอรอบิก บุคลากรสำหรับทำหน้าที่บริการและอำนวยความสะดวกแก่สมาชิกที่มาใช้บริการ มีการจัดงบประมาณและวิธีการต่าง ๆ เข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น การจัดโครงการ สถานที่ การบริหารเวลา การประสานงาน ดังที่ พระพงษ์ บุญศิริ (2542 : 45) กล่าวว่า การจัดการเต็นแอรอบิก ต้องมีองค์ประกอบ ทรัพยากร บริการในด้านสถานที่ อุปกรณ์ที่สมบูรณ์เพียงพอ นอกจากนี้ต้องมีผู้นำเต็นแอรอบิกที่มีคุณภาพ ซึ่งผู้นำอาจเป็นผู้บริหาร

จัดการด้วยในเวลาเดียวกันกับการเป็นผู้ปฏิบัติ และ จรินทร์ ธานีรัตน์ (2527 : 45) กล่าวว่า ผู้จัดการจัดการกิจกรรมนั้นบทบาทต่าง ๆ จะต้องทำหน้าที่ทั้งเป็นผู้บริหารและผู้นำกิจกรรมนั้น ๆ ด้วยจึงจะเป็นการจัดการกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การเต้นแอโรบิก เป็นการออกกำลังกายรูปแบบหนึ่งซึ่งกำลังเป็นที่นิยมของคนทั่วโลก เพราะเป็นการออกกำลังกายที่ประกอบด้วยท่ากายบริหารแบบต่าง ๆ บวกกับทักษะการเคลื่อนไหว พื้นฐาน เช่น การก้าว การเดิน การวิ่ง กระโดด บวกกับการเต้นรำ ที่ผสมผสานกันอย่างกลมกลืนกับจังหวะดนตรี สามารถจัดและปรับความหนักเบาของงานได้ตามความเหมาะสมของผู้ฝึกเป็นกิจกรรมที่มีความต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 15 นาที เป็นการออกกำลังกายที่สนุกสนาน ใช้กล้ามเนื้อทุกส่วนของร่างกาย เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความอดทนของระบบหายใจและการไหลเวียนโลหิต

ดังนั้น การบริหารจัดการเต้นแอโรบิก จึงเสมือนหนึ่งการบริหารกิจกรรมนั้นบทบาท เพื่อให้บริการแก่ผู้บริโภคมียังบริการกลยุทธ์เทคนิคของท่าทางการออกกำลังกายให้บุคคลที่เป็นสมาชิกได้ปฏิบัติตาม อีกทั้งได้บริการด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องของการออกกำลังกาย เช่น เครื่องให้จังหวะการเต้นแอโรบิก โต๊ะ เก้าอี้ เครื่องเสียง แสงสว่าง นอกจากนั้นต้องมีผู้ประกอบกิจกรรมที่เรียกว่า ผู้นำการเต้นแอโรบิก ดังนั้น องค์การการจัดการเต้นแอโรบิกจะต้องมีการบริหารทรัพยากร ดังต่อไปนี้

การเต้นแอโรบิก

การเต้นแอโรบิก เป็นกิจกรรมการออกกำลังกายที่ร่างกายเคลื่อนไหวไปมา ช้าเร็ว เป็นจังหวะ โดยอาศัยเครื่องดนตรี เพลงเป็นส่วนประกอบรวม ทำให้เกิดความสนุกสนาน ระบบต่างๆ ของร่างกายได้ทำงานพร้อมกัน ดังที่ ผกากรอง อุตสาหกรรม (2543 : 3) กล่าวว่า การเต้นแอโรบิก หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายให้เข้ากับจังหวะดนตรี โดยใช้ท่าการบริหารรูปแบบต่างๆ และทักษะการเต้นรำมาผสมผสานกลมกลืนกันเพื่อนำมาเป็นกิจกรรมออกกำลังกาย โดยอาศัยดนตรีเป็นสิ่งจูงใจ

การเต้นแอโรบิกนั้น อาจมีโทษกับผู้เต้นได้ ถ้าไม่ระมัดระวังหรือไม่เข้าใจ ไม่รู้ระบบระเบียบ และวิธีการเต้น ผลของโทษ คือ การบาดเจ็บต่อร่างกาย ในระยะแยกที่การเต้นแอโรบิกเกิดในประเทศไทย พ.ศ.2520 มีผู้บาดเจ็บจากการเต้นแอโรบิกจำนวนมาก เพราะผู้นำการเต้นแอโรบิกไม่มีความรู้จริง ไม่รู้จักวิธีการจัดการ จึงได้มีการพัฒนารูปแบบการจัดการใหม่ๆ ขึ้นมาเรื่อยๆ โดยศึกษาเกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬา การพลศึกษา และนันทนาการเข้ามามีเกี่ยวข้อง จึงเป็นผลให้มีผู้ค้นคิด และนำเสนอการเต้นแอโรบิกในรูปแบบใหม่ๆ ที่เหมาะสมกับการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และความสามารถของผู้เล่น แต่ละคน และคำนึงถึงประโยชน์อันพึงจะมีเป็นสำคัญ (กรมพลศึกษา. 2538 : 25)

ประโยชน์ของการเดินแอโรบิก

การเดินแอโรบิก มีประโยชน์ต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังที่ เดเซนเบิร์ก ศรีเมือง (2543 : 17-18) ได้กล่าวโดยสรุปดังนี้

1. ประโยชน์ต่อหัวใจและการไหลเวียนโลหิต ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจมีขนาดโตและแข็งแรงขึ้นมีเส้นเลือดฝอยมาเลี้ยงเพิ่มขึ้น ปริมาณโลหิตที่สูบฉีดแต่ละครั้งแต่ละนาทีมากขึ้น ผังหลอดเลือดมีการทำงานต่อเนื่อง ความยืดหยุ่นดีขึ้น ความดันโลหิตขณะพักและขณะออกกำลังกายจะลดลงเช่นเดียวกับอัตราการเต้นของหัวใจ ประสิทธิภาพของการไหลเวียนโลหิตไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ มีมากขึ้น
2. ประโยชน์ต่อระบบหายใจ ช่วยให้ปริมาณการหายใจเข้าออกและความจุปอดมีปริมาณมาก การแลกเปลี่ยนก๊าซออกซิเจนและการขับถ่ายคาร์บอนไดออกไซด์ภายในปอดดีขึ้น ในขณะที่ออกกำลังกายเราจะหายใจเร็วและแรงขึ้น ทำให้ถุงลมและหลอดลมขยายตัว ถ้าได้ขยายตัวบ่อย ๆ ก็จะมีประสิทธิภาพในการทำงาน
3. ประโยชน์ต่อระบบกล้ามเนื้อ ข้อต่อและกระดูกเกิดความแข็งแรงของ กล้ามเนื้อ และความอ่อนตัวของข้อต่อต่าง ๆ ทำให้มีความคล่องตัวในการเคลื่อนไหวมากขึ้นขณะเดียวกัน การทรงตัว การตัดสินใจ การทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อก็จะดีขึ้นด้วย
4. ประโยชน์ต่อระบบทางเดินอาหาร การออกกำลังกายแบบแอโรบิกแล้วทำให้ระบบขับถ่ายดีขึ้น บางคนท้องอืด ท้องเฟ้อ บางคนท้องผูกเป็นประจำ อาการเหล่านี้จะหายไปเมื่อได้ออกกำลังกาย
5. ประโยชน์ต่อสุขภาพจิต ทำให้ประสาทสมองและปริมาณความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) มีปริมาณเพิ่มขึ้น ทำให้เป็นสุข สดชื่น อารมณ์ดี ไม่โกรธง่าย จิตใจมีสมรรถภาพสูง

รูปแบบของการเดินแอโรบิก

รูปแบบของการเดินแอโรบิก ซึ่งแบ่งตามลักษณะการเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ แบ่งได้ดังนี้

1. การเดินแอโรบิกโดยถือน้ำหนัก เป็นการเดินแอโรบิกโดยที่มือทำอุปกรณ์ที่มีน้ำหนัก เช่น ลูกเหล็ก ไม้ หรือท่อนไม้ที่พอเหมาะกับสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลสามารถเหวี่ยงไปมาได้
2. การเดินแอโรบิกโดยถือยางยืด ขณะเดินใช้มือจับปลาย 2 ข้างใช้เท้ากดตรงกลาง
3. การเดินแอโรบิกแบบเดิม เป็นกิจกรรมการออกกำลังกายที่สามารถจัดปรับความหนัก-เบา ได้ตามสภาวะที่เหมาะสมของแต่ละคน เป็นกิจกรรมที่มีความต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 15 นาที ใช้กล้ามเนื้อทั่วทุกส่วนของร่างกายเป็นกิจกรรมที่สนุกสนานและท้าทาย ซึ่งเป็นการผสมผสานระหว่างการออกกำลังกายแบบแอโรบิกกับทักษะการเดินรำ ตลอดจนทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น การบริหารกายการเคลื่อนไหวนั้นจะใช้จังหวะหรือดนตรีประกอบ

แอโรบิกแบบเดิมมานาน ที่มีความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานแล้วทำให้มีความสุขสนุกสนาน และท้าทายมากขึ้น

5. ฟังก์แอโรบิก เป็นการออกกำลังกายเช่นเดียวกับการเต้นแอโรบิกทั่วไป ที่มีการนำดนตรีและลักษณะการเคลื่อนไหวที่เป็นฟังก์ มาเป็นแบบของการเคลื่อนไหวใหม่ที่สร้างสรรค์ กิจกรรมให้มีความหลากหลาย และท้าทายความสามารถของผู้เข้าร่วมที่มีความต้องการที่จะออกกำลังกายแบบเต้นแอโรบิกที่เป็นฟังก์ที่ต่างไปจากการ หรือการเคลื่อนไหวแบบแอโรบิก โดยทั่วไป

6. สเต็ปแอโรบิก เป็นการสร้างสรรค์การออกกำลังกายหลังจากการก้าวเดิน มาประกอบจังหวะการเคลื่อนไหวด้วยการก้าวเดินขึ้น-ลงบนแท่น ที่มีความสูงตั้งแต่ 4-12 นิ้ว เป็นการเคลื่อนไหวที่มีความเข้มข้น หรือความหนักของงานสูง แต่ความสูงของสเต็ปไม่ควรเกิน 12 นิ้ว เนื่องจากความสูงที่มากกว่านี้ไม่ได้ช่วยเพิ่มแรงกดที่หัวเข่าซึ่งอาจทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ ความเร็วของจังหวะในการเต้นสเต็ปแอโรบิกอยู่ระหว่าง 112 - 128 ครั้งต่อนาที ก้าวขึ้น - ลง สเต็ป เป็นการบังคับให้ใช้กล้ามเนื้อขา สะโพก และลำตัว ซึ่งเป็นกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของร่างกาย ให้ทำงานมากขึ้น (นพพร แก้วมาก. 2540 : 63)

7. สไลด์แอโรบิก เป็นแนวความคิดใหม่ในการเคลื่อนไหวโดยใช้ถุงเท้าพิเศษในการเคลื่อนไหวบนแผ่นกระดานลื่นที่สร้างมาเฉพาะเช่นเดียวกันกับสเต็ปแอโรบิก สเต็ปแอโรบิกเป็นการประยุกต์การเคลื่อนไหวจากการเล่นสกีและสเก็ต โดยการเคลื่อนไหวไปด้านข้างเป็นการบังคับใช้กล้ามเนื้อขาต้านข้างแทนการก้าวขึ้น - ก้าวลงบนเต็ปแอโรบิก

8. แอโรบิกในน้ำ เป็นการนำหลักการออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพ มาใช้กับกลุ่มบุคคลที่ต้องการออกกำลังกาย แต่มีข้อจำกัดคือ มีปัญหาเกี่ยวกับน้ำหนักตัวและข้อต่อ เพราะการออกกำลังกายในน้ำเป็นการออกกำลังกายที่มีแรงกระแทกต่ำเป็นการนำแรงต้านของน้ำมาใช้เพิ่มความหนักของงาน แต่อย่างไรก็ตามสามารถจัดและปรับลักษณะของการออกกำลังกาย เพื่อสร้างความหลากหลายให้กับบุคคลทั่วไปที่ต้องการออกกำลังกายในน้ำได้

9. สเต็ปแอโรบิกในน้ำ เป็นการผสมผสานการออกกำลังกายแบบแอโรบิกในน้ำ และ สเต็ปแอโรบิก เพื่อสร้างความหลากหลายของกิจกรรมและเป็น กิจกรรมที่มีความหนักของงาน สูงแต่มีแรงกระแทกต่ำ

ประวัติศูนย์ฝึกและบริหารกาย

ด้วยในปีงบประมาณ 2518 กรมพลศึกษา ซึ่งมีศาสตราจารย์ นายแพทย์บุญสม มาร์ติน เป็นอธิบดีกรมพลศึกษา ได้ดำริที่จะจัดสร้างสถานที่สำหรับบริการ เยาวชน นิสิต นักศึกษา และประชาชนโดยทั่วไป เกี่ยวกับการออกกำลังกายและบริหารกายในรูปแบบต่าง ๆ ขึ้นใน บริเวณสนามกีฬาแห่งชาติ โดยมอบหมายให้กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ เป็นผู้ทำ

โครงการและของงบประมาณในการก่อสร้างอาคารศูนย์ฝึกและบริหารกายภายในอาคารตึก 4 ชั้น โดยเริ่มก่อสร้างเมื่อเดือนตุลาคม 2519 แล้วเสร็จในเดือน กรกฎาคม 2520 และทำพิธีเปิดอาคารให้บริการแก่เยาวชน นิสิต นักศึกษา และประชาชนทั่วไป ตั้งแต่วันที่ 7 พฤศจิกายน 2520 เป็นต้นและใช้เป็นสถานที่ออกกำลังกายการเดินแอโรบิกจนถึงปัจจุบัน

จนถึงปีงบประมาณ 2526 จำนวนสมาชิกที่มาใช้บริการมากขึ้น จนอาคารหลังเดิมไม่สามารถให้บริการอย่างพอเพียง

งานศูนย์ฝึกและบริหารกาย จึงได้จัดทำโครงการของงบประมาณก่อสร้างอาคารเพิ่มเติมต่อจากอาคารหลังเดิมอีก 4 ชั้น และในปีงบประมาณ 2530 เยาวชน นิสิต นักศึกษา และประชาชน ได้เห็นความสำคัญของการบริหารกายมากขึ้น ทำให้สถานที่คับแคบไม่เพียงพอกับการให้บริการสมาชิก ทางศูนย์ฝึกและบริหารกาย ได้จัดทำโครงการของงบประมาณก่อสร้างอาคารอีกหลังหนึ่งเป็นตึก 4 ชั้น ได้ทุนไล่ 3 ชั้น 2-3 เป็นห้องโถงกว้าง เหมาะสำหรับเป็นห้องฝึกบริหารกาย มีห้องน้ำ ห้องส้วมอย่างเพียงพอ ทั้งชายและหญิง เปิดให้บริการตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม 2531 เป็นต้นมา (กรมพลศึกษา. 2531 : 1-3)

วัตถุประสงค์ของศูนย์ฝึกและบริหารกาย

1. เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่การฝึกบริหารกายให้กว้างขวางยิ่งขึ้น และให้ประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ได้รู้จักวิธีการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง สามารถนำไปฝึกได้จนเป็นนิสัยในกิจวัตรประจำวัน

2. เพื่อส่งเสริมให้กิจกรรมออกกำลัง เป็นพื้นฐานที่สำคัญของการพัฒนาสุขภาพและคุณภาพชีวิตของประชาชนในสวนรวม

การจัดการด้านการให้บริการของศูนย์ฝึกและบริหารกาย

ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เป็นสถานที่สำหรับบริการการออกกำลังกาย แก่นักเรียน นักศึกษา เยาวชน และประชาชนทั่วไป ดังนี้

สถานที่ออกกำลังกายสำหรับผู้ชาย มีเครื่องมือบริหารกายได้แก่ บาร์เบลล์ และดัมเบลล์ ชุดบริหารกาย 16 สถานี ชุดบริหารกาย 5 สถานี และชุดบริหารกล้ามเนื้อ ไหล่อก ท้อง แขนและขา

สถานที่ออกกำลังกายสำหรับผู้หญิง มีเครื่องมือบริหารกาย ได้แก่ จักรยานอยู่กับที่ บาร์เบลล์ และดัมเบลล์ ชุดบริหารกาย 5 สถานี ชุดบริหารกาย 11 สถานี

สถานที่ฝึกแอโรบิก ซึ่งมีเพียง 2 ชั้น บรรจุสมาชิกได้ประมาณชั้นละ 60 คน ห้องอบไอน้ำ

ด้านการให้บริการ เปิดให้บริการตามวันเวลาราชการ ตั้งแต่วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 08.30 ถึง 20.00 น. โดยให้ผู้ที่ประสงค์จะใช้บริการศูนย์ฝึกและบริหารกายต้องสมัครเข้าเป็น

สมาชิก โดยยื่นใบสมัครด้วยตนเอง ตามแบบที่กำหนดไว้โดยมีรายละเอียดตามระเบียบแนวปฏิบัติ ดังนี้ (กรมพลศึกษา. 2538 : 5-7)

1. ประเภทนักเรียน หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาไม่เกินชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. ประเภทนิสิต นักศึกษา หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาในระดับอุดมศึกษา ไม่เกิน

ปริญญาตรี

3. ประชาชน หมายถึง ผู้ที่สนใจทั่วไป รวมถึงข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ รวมถึงนิสิต นักเรียน ระดับปริญญาโท และปริญญาเอก

4. ประเภทกิตติมศักดิ์ หมายถึง ผู้ที่สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการเชิญมาและเป็นวิทยากรผู้ให้ความรู้ ให้ความอุปการะ

ผู้สมัครต้องแนบหลักฐานและเอกสาร ดังต่อไปนี้

1. ใบรับรองแพทย์ ถ้าผู้สมัครเป็นโรคประจำตัวกำลังอยู่ในระหว่างการรักษาของแพทย์ เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคของหลอดเลือดในสมอง จะต้องได้รับคำยินยอมจากแพทย์นั้น ๆ ก่อน โดยมีใบรับรองแพทย์ให้ออกกำลังกาย หรือใช้บริการห้องอบไอน้ำได้ จำนวน 1 ใบ

2. สำเนาบัตรประชาชนหรือสำเนาบัตรนักเรียน หรือสำเนาบตรนิสิตนักศึกษา จำนวน 1 ใบ

3. สำเนาทะเบียนบ้าน จำนวน 1 ใบ

4. รูปถ่ายหน้าตรงครึ่งลำตัว ไม่สวมหมวก ขนาด 1 นิ้ว จำนวน 2 รูป

ค่าสมัครเป็นสมาชิกเก็บในอัตรา ดังนี้

1. ประเภทนักเรียน ค่าสมัครคนละ 20 บาท
2. ประเภทนิสิต นักศึกษา ค่าสมัครคนละ 40 บาท
3. ประเภทประชาชน ค่าสมัครคนละ 200 บาท

บัตรสมาชิกมีอายุ 1 ปี เมื่อบัตรหมดอายุผู้ที่ประสงค์จะเป็นสมาชิกต่อให้ยื่นใบสมัครใหม่ พร้อมกับค่าสมัครเป็นสมาชิกตามประเภท

อัตราการใช้บริการของสมาชิก

สมาชิกจะใช้บริการการออกกำลังกาย โดยใช้เครื่องมือบริหารกาย หรือฝึกเดิน แอโรบิกจะต้องซื้อบัตรเข้าใช้บริการตามประเภท

สมาชิกประเภทนักเรียน คนละ 5 บาท ต่อ 1 ชั่วโมง

1. สมาชิกประเภทนิสิต นักศึกษา และประชาชน คนละ 10 บาทต่อ 1 ชั่วโมง

2. หน่วยราชการ สถาบัน หรือสถานศึกษาใดประสงค์จะใช้บริการศูนย์ฝึกและบริหารกายเป็นกลุ่ม เป็นครอบครัว (ไม่น้อยกว่า 10 คน) จะต้องได้รับอนุญาตจากสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยยื่นคำขอใช้บริการล่วงหน้าอย่างน้อย 4 วัน ค่าบริการคนละ 10 บาทต่อชั่วโมง

3 บริการห้องอบไอน้ำ ค่าบริการครั้งละ 40 บาทต่อชั่วโมง เวลาของการฝึกแอโรบิก

การฝึกแอโรบิกจะมีวิทยากร หรือผู้นำการฝึก ตามเวลา ดังนี้

1. รอบเที่ยงมี 1 รอบ เวลา 12.00-12.45 น.

2. รอบเย็นมี 3 รอบ

รอบที่ 1 เวลา 17.00-17.50 น.

รอบที่ 2 เวลา 17.55-18.40 น.

รอบที่ 3 เวลา 18.45-19.30 น.

ดังนั้น ศูนย์ฝึกและบริหารกาย เป็นหน่วยงานหนึ่งของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ที่ให้บริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายประเภทต่างๆ รวมทั้งการเดินแอโรบิกด้วยและเป็นสถานที่สำหรับบริการให้แก่ นักเรียน นักศึกษา เยาวชน และประชาชนทั่วไปมาออกกำลังกาย ตั้งอยู่ในบริเวณสนามกีฬาแห่งชาติ แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร

โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับทุกคน

โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับทุกคน เป็นโครงการที่ สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ จัดขึ้นเพื่อบริการประชาชน โดยถือเป็นนโยบายของรัฐบาล ภายใต้การดำเนินงานของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เพื่อมุ่งหวังให้ประชาชนได้ออกกำลังกายให้มีสุขภาพสมบูรณ์ตามนโยบายของชาติที่ว่า ให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ร่างกายสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ โครงการนี้จัดดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง บริหารจัดการโดยศูนย์ฝึกและบริหารกาย ทั้งนี้ มีหลักการและเหตุผล คือ

การออกกำลังกายที่ถูกต้องและสม่ำเสมอเป็นแนวทางที่สำคัญ เพื่อส่งเสริมสุขภาพ เพราะการออกกำลังกายช่วยให้อวัยวะทุกส่วนของร่างกายทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และป้องกันโรคที่เกิดจากการเสื่อมสมรรถภาพของอวัยวะของมนุษย์ ได้แก่ โรคหัวใจ โรคเบาหวาน ไขมันอุดตันในเส้นเลือด ความดันโลหิตสูง เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีผลในการส่งเสริมสุขภาพจิตและขจัดความเครียดได้เป็นอย่างดี

ปัจจุบันรัฐบาลได้มีนโยบายที่สนับสนุนส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เพื่อให้ประชาชนทุกเพศทุกวัยมีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง รวมทั้งรู้จักใช้เวลาว่างเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจในทางที่ถูกต้อง ทั้งนี้ เพื่อจะได้เป็นพื้นฐานในการพัฒนาสุขภาพของประชาชนให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพพลานามัยของประชาชนดำเนินไปตามนโยบายของรัฐบาล ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จึงได้จัดให้มีโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับทุกคน โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการและดำเนินการดังนี้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกคนได้รู้จักวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้องจนสามารถนำไปฝึกได้

2. เพื่อส่งเสริมให้กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นตอนเตรียมการ กำหนดรายละเอียดและแผนปฏิบัติงาน ดังนี้

1.1 ผู้ดำเนินการ ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนากีฬาและนันทนาการ

2. สถานที่จัดกิจกรรมการออกกำลังกายและเป้าหมาย

2.1 สนามกีฬาแห่งชาติ

3. วิทยาการนำกิจกรรมออกกำลังกาย

3.1 ข้าราชการกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

3.2 วิทยากรนำบริหารกาย สังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

3.3 บุคลากรที่มีความสามารถทางด้านการเป็นผู้บริหารกาย

4. จัดกิจกรรมการออกกำลังกายทุกวัน เวลา 06.00 – 07.00 น.

5. รูปแบบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นแบบการเดินแอโรบิก

ระยะเวลา

ตั้งแต่เดือนตุลาคม ถึง เดือนกันยายน ทุกปีและต่อเนื่องตามนโยบายของรัฐบาล

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

เบอร์ริส (Burris. 1979 : 1344-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของแอโรบิกแดนซ์ และ โฟลด์แดนซ์ 6 สัปดาห์ กับผลของการวิ่ง 6 สัปดาห์ ที่มีต่อประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนและเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกายในหญิงวัยรุ่น ผู้เข้ารับการทดลองเป็นนักศึกษาที่กำลังเรียนวิชาพลศึกษา จำนวน 76 คน ทำการทดสอบประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนเลือดโดยการเดินบนลู่วิ่ง และวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกายด้วยการวัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนังแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มต้นขา กลุ่มข้อมือ และกลุ่มคอคอม ทำการฝึก 5 ครั้งต่อสัปดาห์เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า

1. การฝึกแอโรบิกแดนซ์และโฟลด์แดนซ์ 6 สัปดาห์ มีผลทำให้ประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนเพิ่มขึ้น และลดเปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกายลง

2. การวิ่ง 6 สัปดาห์ เพิ่มประสิทธิภาพของระบบไหลเวียน และเปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกายลดลง เช่นกัน

3. ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในผลของการฝึกของสองโปรแกรม

โอคุระ และ ยามาคุวชิ (Ogra and Yamaguchi. 1988 : 5380-5381) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ กรณีศึกษาจากการจัดการพบว่าจำนวนของศูนย์สุขภาพในญี่ปุ่นมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในจำนวน 5 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากความตื่นตัวทางด้านสุขภาพ อย่างไรก็ตามจำนวนการออกจากการเป็นสมาชิกกลายเป็นปัญหาที่สำคัญสำหรับศูนย์สุขภาพ วัตถุประสงค์ของการศึกษาในครั้งนี้ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพกับการออกจากการเป็นสมาชิก ข้อมูลที่ได้จากศูนย์สุขภาพโตเกียว ประมาณ 3,000 คน ตัวอย่างประชากรประกอบด้วยสมาชิก จำนวน 263 คน ซึ่งเข้าเป็นสมาชิกศูนย์สุขภาพในเดือนพฤษภาคม 2530 แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม ความถี่ของการใช้บริการในช่วง 2 เดือนแรก กลุ่มที่ 1 ใช้ ระดับน้อย 0 - 1 ครั้ง กลุ่มที่ 2 ผู้ใช้ระดับกลาง 2 - 5 ครั้ง และกลุ่มที่ 3 ผู้ใช้ระดับมาก 6 - 31 ครั้ง ค่าเฉลี่ยของระดับการออกจากการเป็นสมาชิกของแต่ละกลุ่มในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา มีสถิติเพิ่มขึ้น สาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกที่ศึกษา พบว่า ระดับการออกจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มผู้ใช้ระดับน้อยสูงที่สุดใน 3 กลุ่ม ความถี่ของการใช้บริการระหว่าง 2 เดือนแรกเป็นสิ่งสำคัญในการตัดสินใจเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ

ยามาคุชิ และ โอคาตะ (Yamaguchi and Okada. 1988 : 128; อ้างอิงมาจาก พงษ์อนันต์ จันทรไพโร. 2542 : 16) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การเข้าร่วมเป็นสมาชิกศูนย์สุขภาพ ตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อตรวจสอบปัจจัยในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการโดยมีจุดมุ่งหมายต่าง ๆ ดังนี้

1. ความพึงพอใจในอุปกรณ์ สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ความพึงพอใจที่มีต่อเจ้าหน้าที่
3. ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย

โดยได้ข้อมูลจากสมาชิก จำนวน 186 คน ของศูนย์สุขภาพเอกชน 5 แห่งในโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การหาความสัมพันธ์ ระหว่างตัวแปรอิสระกับ ตัวแปรตาม ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ คือ มีความพึงพอใจในกิจกรรม การออกกำลังกาย ประมาณร้อยละ 23 การเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ พิจารณาจากการจัดการที่ดี การมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น แต่ความตั้งใจที่จะเข้าร่วมกับโปรแกรมกีฬายังมีน้อย

โฮล์บรูค (Holbrook. 1992 : 2735-A) ได้ทำให้การศึกษาความต้องการเร่งด่วนและการกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพ การเรียนพลศึกษานันทนาการและโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 94 คน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วยผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการและสถานปนิก ผลปรากฏว่า คณะกรรมการวางแผนของสถาบัน จะต้องศึกษาในรายละเอียดเพื่อ

กำหนดแบ่งสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ประสิทธิภาพ ควรร่วมกันดำเนินการตั้งแต่การวางแผนและการวิจัย เพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็น สิ่งจำเป็นเพื่อประสิทธิผลการวางแผน และการดำเนินการ

งานวิจัยในประเทศ

กวิน คเชนทร์เดชา (2529 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านจังหวัดชุมพร พบว่า ความต้องการด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ ประชาชนมีความต้องการในระดับมาก คือ ให้จัดเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์ใช้ในการออกกำลังกาย ให้ผู้สอนที่มีความเหมาะสมและความชำนาญหลายอย่างในกิจกรรมการออกกำลังกาย ให้จัดบุคคลที่สามารถอุทิศเวลาให้กับประชาชนในการออกกำลังกายให้มี คณะกรรมการชุดหนึ่งประกอบด้วยประชาชนในหมู่บ้านเป็นผู้ดำเนินงานเกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยเฉพาะให้มีผู้สอนที่สามารถช่วยเหลือเมื่อเกิดการบาดเจ็บได้ ให้มีผู้สอนที่สามารถจัดการแข่งขันกีฬาได้เป็นอย่างดี ให้มีผู้สอนที่เป็นครูพลศึกษาให้มีผู้สอนที่สามารถเป็นกรรมการตัดสินกีฬาแต่ละอย่างที่ท่านสอนได้ ให้มีผู้สอนที่อยู่ภายในหมู่บ้านให้มีแพทย์ตรวจสอบสุขภาพก่อนการออกกำลังกาย ให้จัดเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงเวลาที่ประชาชนมาออกกำลังกาย ให้มีผู้สอนที่เป็นบุคคลภายนอกที่มีความสามารถให้บริการเป็นครั้งคราว ให้มีผู้สอนที่มีความเหมาะสมและชำนาญเฉพาะอย่างในกิจกรรมการออกกำลังกาย ให้มีผู้สอนประจำกิจกรรมความต้องการด้านช่วงเวลาออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00-18.00 น. ให้จัดการออกกำลังกาย 1-2 วันต่อสัปดาห์ ให้จัดการออกกำลังกายเฉพาะในวันหยุดราชการ ให้จัดระยะเวลาในการออกกำลังกายวันละ 1 หรือ 2 และให้จัดช่วงระยะเวลาหนึ่งบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายเวลาราชการ ความต้องการรูปแบบของการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายประชาชนมีความต้องการในระดับมาก ได้แก่ กิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เวลาามาก และไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก แต่มีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ กิจกรรมที่จัดเป็นกิจกรรมที่ประชาชนสามารถเข้าร่วมได้โดยไม่ต้องใช้ความสามารถมากนัก ต้องการให้มีการเล่นเกมและกีฬาพื้นเมืองสำหรับประชาชนในหมู่บ้านและใกล้เคียง เพื่อรักษาศิลปวัฒนธรรมให้มีการแข่งขันกีฬาแบบเหยาเยือนกับหมู่บ้านอื่น ๆ เป็นครั้งคราว ให้มีการแข่งขันกีฬาแต่ละประเภทประชาชนสนใจระหว่างประชาชนภายในหมู่บ้านอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ให้มีการแข่งขันกีฬาสำหรับประชาชนในหมู่บ้านในวันสำคัญ เช่นวันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ เป็นต้น ให้มีการฝึกซ้อม กิจกรรมการออกกำลังกายที่ประชาชนสนใจเป็นประจำให้มีการแข่งขันกีฬาหมู่บ้านภายในอำเภอยังน้อยปีละ 1 ครั้ง ให้มีการแข่งขันกีฬาหมู่บ้านภายในจังหวัดอย่างน้อย 1 ครั้ง มีกายบริหาร กีฬาพื้นเมือง ฟุตบอล ตะกร้อ และการเดินออกกำลังกาย สำหรับกิจกรรมที่ประชาชนมีความต้องการในระดับน้อย ได้แก่ วอลเลย์บอล การวิ่ง บาสเกตบอล จักรยาน ปิงปอง แบดมินตัน กรีฑา และว่ายน้ำ ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ประชาชนมีความต้องการในระดับมาก

ได้แก่ ให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับประชาชนเป็นประจำทุกปีมีสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย เช่น สวนสุขภาพ ให้มีการติดต่อหน่วยงานทางด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกายให้สำหรับประชาชน ให้ผู้มีความรู้ หรือ ครูพลศึกษา เป็นผู้บริการเกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ให้การตรวจสุขภาพก่อน การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ให้มีการอธิบายชี้แนะเกี่ยวกับวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ให้มีอุปกรณ์ที่ใช้ทดสอบสมรรถภาพทางกายให้มาตรฐานเท่าที่จะหาได้ ให้มีบัตรบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายประจำตัวแต่ละคน ให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายภายในหมู่บ้าน ให้มีคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกายรายการต่าง ๆ ไว้เพื่อเปรียบเทียบเพื่อจะได้อธิบายความสามารถของตนเอง ให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของประชาชนหลังการออกกำลังกาย

เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่นๆ (2525 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะทราบความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ในการบริการด้านการออกกำลังกาย ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. ข้าราชการและนิสิต ต้องการให้รับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด
2. ข้าราชการและนิสิต ต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกให้เหมาะสมเพียงพอกับความต้องการรับบริการอยู่ในระดับมากที่สุด
3. ความต้องการด้านบุคลากรที่จะมาให้บริการ ทั้งข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดบุคลากรที่มีความรู้ ความชำนาญแต่ละด้านมาคอยบริการให้คำแนะนำการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด
4. ความต้องการด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ทั้งข้าราชการและนิสิต ต้องการได้รับบริการความรู้เกี่ยวกับเทคนิค วิธีการออกกำลังกาย และกติกาการแข่งขันมากที่สุด ส่วนการประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางด้านการออกกำลังกายด้านต่าง ๆ นั้น มีความต้องการรองลงมา
5. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัย เป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทางด้านนี้ทั้งหมด อย่างไรก็ตามข้าราชการและนิสิต ยังมีความเห็นว่า บุคคลผู้มาให้บริการควรสนับสนุนงบประมาณร่วมกับมหาวิทยาลัยบ้างพอสมควร ในรูปของการเป็นสมาชิกโดยเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือนหรือรายปี
6. ข้าราชการต้องการได้รับบริการในกิจกรรมประเภทบริหารทรวดทรงกายบริหาร
7. ในวันธรรมดา ข้าราชการ และนิสิตต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 10.00 -16.30 น. มากที่สุด รองลงมา ได้แก่ ช่วงเวลา 18.30-20.30 น.

8. ในวันเสาร์ - อาทิตย์ ข้าราชการต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 ถึง 10.00 น.มากที่สุด รองลงมา ได้แก่ ช่วงเวลา 16.00-16.30 น. ส่วนนิสิตต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00-16.30 น.

9. ปัญหาและอุปสรรคสำคัญของการออกกำลังกายที่พบมากที่สุด คือ สถานที่ และอุปกรณ์อยู่ต่อไป

แสงเพชร คูหาเรืองรอง (2527 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่างที่เป็นครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัย พบว่า

1. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในระดับมาก

2. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายแต่ละด้านในระดับมาก คือ ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ความต้องการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ความต้องการด้านวิชาการ ความต้องการด้านกิจกรรม ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย

3. ครูมีความต้องการด้านการออกกำลังกายเป็นรายข้อ ในแต่ละด้าน ดังต่อไปนี้

3.1 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ให้มีอุปกรณ์กีฬาที่ใช้ในการออกกำลังกาย สำหรับครูอย่างเพียงพอและได้มาตรฐาน ให้มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และทำความสะอาดร่างกายสำหรับครู ให้มีตู้เก็บของสำหรับครูที่ออกกำลังกาย

3.2 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ให้มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี ให้มีผู้สอนที่มีจิตวิทยาในการสอนบุคคลวัยต่างๆ ให้มีผู้สอนที่สามารถให้คำแนะนำ หรือใช้วิธีสอนหรือฝึกหัดที่เข้าใจง่าย

3.3 ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ให้โรงเรียนจัดบริการด้านการออกกำลังกายในเวลาราชการที่ว่างจากการสอน และความต้องการออกกำลังกายในช่วง 16.00-18.00 น.

3.4 ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก แต่มีประโยชน์ทางด้านสุขภาพจิต กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ครูสามารถเข้าร่วมได้โดยไม่ต้องใช้ทักษะมาก

3.5 ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ให้มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบทางกายของครู ได้มาตรฐานเท่าที่จะทำได้ ให้มีเกณฑ์มาตรฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายรายการต่าง ๆ ไว้เปรียบเทียบเพื่อจะได้ประเมินผลตนเอง ให้มีบัตรบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกายเป็นรายบุคคล

3.6 ความต้องการด้านวิชาการ ได้แก่ ให้โรงเรียนบริการด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพ ให้โรงเรียนจัดหาภาพยนตร์ หรือ เทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการกีฬา และการออกกำลังกายแบบต่างๆ มาฉายให้ชม ให้โรงเรียนบริการด้านความรู้เกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายสำหรับบุคคลในวัยต่าง ๆ

4. ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายระหว่างครูชายและครูหญิง แตกต่างกันที่ระดับ .05 ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายระหว่างครูที่เป็นโสดกับครูที่สมรส ไม่แตกต่างกันที่ระดับ .05

เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2529 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายของบุคคลในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพฯ พบว่า บุคลากรของหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพฯ มีความต้องการออกกำลังกายและสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการออกกำลังกาย ดังนี้

1. ด้านผู้ให้บริการ คือ ต้องการบุคลากรผู้ให้บริการที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีมารยาท มีน้ำใจนักกีฬา มีศีลธรรมจรรยาสูง อารมณ์มั่นคง บุคลิกดี มีสุขภาพแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ

2. ด้านสถานที่ คือ ต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานที่ที่สมบูรณ์และสะอาด เช่น อุปกรณ์การออกกำลังกาย มีสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอและถูกสุขลักษณะ

3. ด้านวิชาการ คือ ต้องการความรู้เกี่ยวกับการโภชนาการ หลักการปฐมพยาบาล และความปลอดภัยในการออกกำลังกาย ความต้องการรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย

ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย คือ เวลาที่เหมาะสมในการออกกำลังกายของปฏิบัติงานในหน่วยงานเอกชน ได้แก่ เวลา 16.00 – 18.00 น. และ 18.0 – 20.00 น. ของทุกวัน และวันเสาร์ วันอาทิตย์

จะเห็นว่าผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบว่าบุคลากรของหน่วยงานเอกชนส่วนใหญ่ต้องการออกกำลังกาย และยังมีความต้องการที่จะได้รับบริการที่ดีทั้งด้านสถานที่ บุคลากร วิชาการ รวมทั้งยังมีข้อจำกัดในเรื่องเวลาอีกด้วย ดังนั้นผู้ที่นิยมออกกำลังกายในกลุ่มนี้น่าจะมีแนวโน้มที่จะมีทัศนคติที่ดีต่อการใช้บริการสถานบริการร่างกาย

สมเกียรติ สุนันทพงศ์ (2531 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี พบว่า

1. ความต้องการบริการทางด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นต้องการสถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งและสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอ ถูกสุขลักษณะ

แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มบุคลากรชายและหญิงโดยไม่แยกเป็นรายข้อ พบว่า ความต้องการบริการทางด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของบุคลากรชายและหญิงไม่แตกต่างกัน ($P = .399$)

2. ความต้องการบริการทางด้านกิจกรรมออกกำลังกาย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ในกิจกรรมกายบริหารแบบแอโรบิกแดนซ์ กิจกรรมเข้าจังหวะ เทนนิส ตรีกรีโอ เทเบิลเทนนิส ฟุตบอล และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในกิจกรรมว่ายน้ำ กรีฑา และฮ็อกกี้ และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มบุคลากรชายและหญิงโดยไม่แยกเป็นรายข้อ พบว่า ความต้องการบริการทางด้านกิจกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรชายและหญิงไม่แตกต่างกัน ($P = .106$)

3. ความต้องการบริการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกายไม่แตกต่างกัน ยกเว้นความต้องการให้มีการทดสอบสมรรถภาพของบุคลากรเป็นประจำ และมีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของบุคลากรก่อนเข้าร่วมแข่งขันกีฬา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มบุคลากรชายและหญิงโดยไม่แยกเป็นรายข้อ พบว่า ความต้องการบริการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกายของบุคลากรชาย และหญิงไม่แตกต่างกัน ($P = .264$)

4. ความต้องการบริการทางด้านบุคลากรผู้ให้บริการไม่แตกต่างกัน ยกเว้นความต้องการบริการทางด้านบุคลากร ผู้ให้บริการที่เป็นนักกีฬาทีมชาติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มบุคลากรชายและหญิงโดยไม่แยกเป็นรายข้อ พบว่า ความต้องการทางด้านบุคลากรผู้ให้บริการของบุคลากรชายและหญิงไม่แตกต่างกัน ($P = .400$)

5. ความต้องการบริการทางด้านวิชาการไม่แตกต่าง และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มบุคลากรชายและหญิงไม่แยกเป็นรายข้อ พบว่า ความต้องการบริการทางด้านวิชาการของบุคลากรชายและหญิงไม่แตกต่างกัน ($P = .911$)

6. ความต้องการบริการทางด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย มีความแตกต่างกันเกี่ยวกับวันที่ต้องการออกกำลังกาย วันอังคาร วันพุธ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และในวันพฤหัสบดี วันศุกร์ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 สำหรับช่วงเวลาในการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน ยกเว้นช่วงเวลาในวันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์) ช่วงเวลา 12.00-13.00 น. มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มบุคลากรชายและหญิงโดยไม่แยกเป็นรายข้อ พบว่า ความต้องการบริการทางด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกายของบุคลากรชายและหญิงไม่แตกต่างกัน ($P = .554$)

ผลวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบในการดำเนินการให้บริการทางด้าน การออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี พบว่า

โดยเฉลี่ยมหาวิทยาลัยจัดได้ 1 – 2 ครั้งต่อปี เช่นกัน ยกเว้น การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ซึ่งบุคลากรต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดให้ 3 - 4 ครั้งต่อปี

วีรวัฒน์ ปัญญาบุรพา (2537 : บทคัดย่อ) ศึกษาความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกศูนย์สุขภาพกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกชายกับสมาชิกหญิงของศูนย์สุขภาพกรุงเทพมหานคร โดยส่งแบบสอบถามไปยังสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์สุขภาพ จำนวน 360 คน ได้รับแบบสอบถามคืน 360 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 นำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า

1. สมาชิกชายและสมาชิกหญิงมีความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกายด้านช่วงวัน และเวลาในการออกกำลังกาย ในระดับมากคือ วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์) ช่วงเวลาเย็นหลังเลิกเรียน (16.00 - 19.00 น.) ด้านกิจกรรมในการออกกำลังกายคือการวิ่งว่ายน้ำ ส่วนด้านวิชาการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ อยู่ในมากเกือบทุกข้อ

2. เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกายของสมาชิกชายและสมาชิกหญิง พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เกือบทุกข้อ

สายัน กุฎาจารย์ (2536 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความต้องการในการใช้บริการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์ฝึกกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย เพื่อทราบความต้องการในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการศูนย์ฝึก การกีฬาแห่งประเทศไทย โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการออกกำลังกาย ณ ศูนย์ฝึก การกีฬาแห่งประเทศไทยมีความต้องการบริการการออกกำลังกาย 4 ด้าน คือ

1. ความต้องการด้านช่วงเวลาการออกกำลังกาย ช่วงที่ประชาชนผู้มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ฝึกกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ต้องการมาก คือ ช่วงเวลา 16.00 ถึง 19.00 น.

2. ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้มาใช้บริการต้องการให้มีแสงสว่างพอ ในสถานที่ออกกำลังกาย ส่วนความต้องการอื่น ๆ อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง

3. ความต้องการผู้ฝึกสอน ผู้มาใช้บริการมีความต้องการด้านผู้ฝึกสอนมากในด้านการแต่งกายที่เหมาะสมของผู้ฝึกสอน ความสามารถตัดสินกีฬา ความสามารถในการสอนและแนะนำแนวทางในการฝึกมีความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลา มีบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ เสียสละเวลาให้แก่ผู้มาใช้บริการ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการส่งเสริมการออกกำลังกาย

แก่ผู้มาใช้บริการ ต้องการให้ผู้ฝึกสอนมีความสนใจ และเอาใจใส่ต่อผู้มาใช้บริการและมีการสาธิตกิจกรรมให้ผู้มาใช้บริการดู

วีรกาญจน์ สินธุวงษ์นนท์ (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่มการกีฬาแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2545 พบว่า ผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2545 มีความคิดเห็นดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้มาใช้บริการส่วนมากมีความเห็นในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 62.47 โดยแยกเป็น เพศชายและเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 59.16 และ 67.94 ตามลำดับ และแยกเป็นอายุ 7 - 12 ปี 13 - 18 ปี 19 - 24 ปี 25 - 30 ปี และ 31 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 66.87 59.41 60.90 62.52 และ 61.53 ตามลำดับ ส่วนเรื่องของตู้เก็บสิ่งของเครื่องระบายความร้อน และเครื่องทำน้ำเย็น ผู้มาใช้บริการคิดว่ายังมีบริการไม่เพียงพอ

2. ด้านผู้ฝึกสอน ผู้มาใช้บริการส่วนมากมีความคิดเห็นในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 77.01 โดยแยกเป็น เพศชายและเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 77.77 และ 75.75 ตามลำดับและแยกเป็นอายุ 7 - 12 ปี 13 - 18 ปี 19 - 24 ปี 25 - 30 ปี และ 31 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 79.15 75.23 75.93 75.99 และ 78.18 ตามลำดับ ส่วนเรื่องของจำนวนผู้ฝึกสอน ผู้มาใช้บริการคิดว่ยังมีจำนวนน้อยไม่เพียงพอต่อการสอนและให้คำแนะนำ

3. ด้านการจัดการ ผู้มาใช้บริการส่วนมากมีความคิดเห็นในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 47.41 โดยแยกเป็น เพศชายและเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 47.13 และ 47.87 ตามลำดับและแยกเป็นอายุ 7 - 12 ปี 13 - 18 ปี 19 - 24 ปี 25 - 30 ปี และ 31 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 48.12 42.63 47.01 46.15 และ 50.74 ตามลำดับ ส่วนเรื่องของข้อมูลข่าวสารด้านสารสนเทศ การประชาสัมพันธ์ กิจกรรมนันทนาการ ข่าวสารด้านสุขภาพ และห้องปฐมพยาบาลผู้มาใช้บริการคิดว่ายังมีบริการไม่เพียงพอ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือ ในการสำรวจปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยเฉพาะด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการ โดยมีรายละเอียดวิธีดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือใช้ในการวิจัย
3. ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สมาชิกผู้มาใช้บริการในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จำนวน 5,310 คน เป็นเพศชาย 1,740 คน หญิง 3,570 คน (ศูนย์ฝึกและบริหารกาย. 2546 : 11)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สมาชิกผู้มาใช้บริการในศูนย์ฝึกและบริหารกาย กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเทียบขนาดของเครื่องชี้ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970 : 608) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 354 คน เป็นชาย จำนวน 116 คน และหญิง 238 คน และทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาสร้างเป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) เพื่อใช้สำรวจปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยแบ่งแบบสอบถามเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้านมโรบิก ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับปัญหาด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบริการ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และ น้อยที่สุด

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open Ended) ให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้ แสดงความคิดเห็นโดยอิสระ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ในการสร้างเครื่องมือการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าเอกสาร วารสาร ตำรา และงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้า
2. ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการสร้างเครื่องมือจากเอกสาร ตำรา และผลการวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาปรับปรุงและสร้างแบบสอบถาม
3. สร้างแบบสอบถาม โดยมีเนื้อหาครอบคลุมเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้านมโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย จำนวน 35 ข้อ
4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น ให้คณะกรรมการที่ควบคุมปริญญาบัตรตรวจสอบ แก้ไขปรับปรุง เพื่อให้ข้อคำถามมีความชัดเจนและถูกต้อง
5. นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบ ปรับปรุง แก้ไขเรียบร้อยแล้ว ไปหาคุณภาพโดยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

5.1 หาความเที่ยงตรง (Content Validity) โดยนำแบบสอบถาม จำนวน 5 ท่าน ซึ่งคัดเลือกจากผู้มีประสบการณ์ด้านนันทนาการ และการเต้านมโรบิก ตรวจสอบเพื่อหา ผลมาพิจารณาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ตรวจสอบความถูกต้องตามเนื้อหาและตามวัตถุประสงค์และลงความเห็นตามเกณฑ์ดังนี้

- คะแนน +1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ
 คะแนน 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ
 คะแนน -1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

บันทึกผลการพิจารณาความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญแต่ละข้อ แล้วนำไปหาค่าดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้วิจัยจะเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง IC (Index of Congruence) เท่ากับ 0.5 หรือมากกว่า ซึ่งแสดงว่าแบบสอบถามนั้น มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ซึ่งปรากฏว่าแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้านมโรบิก ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ที่มีความเที่ยงตรงที่น่าไปใช้ได้มี จำนวน 28 ข้อ จาก 35 ข้อ

5.2 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง

5.3 นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจจากผู้เชี่ยวชาญเรียบร้อยแล้วไปให้คณะกรรมการควบคุมปริญญาโทตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขเพื่อดำเนินการต่อไป

5.4 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try Out) กับสมาชิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

5.5 นำแบบสอบถาม มาหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach. 1970 : 161) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.948

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขอความร่วมมือไปยังผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนากีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากสมาชิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย
2. นำแบบสอบถามพร้อมหนังสืออนุญาตจากผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนากีฬาและนันทนาการ ไปยังศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง
3. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 354 ฉบับ ได้รับแบบสอบถามคืนทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 100.00
4. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ ถูกต้อง แล้วนำแบบสอบถามไปดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. นำผลจากการตอบแบบสอบถาม ในตอนที่ 1 และ 2 มาหาค่าร้อยละ (percentage) แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. นำผลจากการตอบแบบสอบถามในตอนที่ 3 สรุปความคิดเห็นและข้อเสนอแนะนำเสนอเป็นความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัย เรื่อง ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดิน แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ ผู้วิจัยได้ กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

N	แทน	จำนวนที่กลุ่มตัวอย่าง
f	แทน	ความถี่
%	แทน	ค่าร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของสมาชิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา จำแนกตาม เพศ อายุ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิก ที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและ นันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยรวมรายด้าน และรายข้อ แล้วนำเสนอ ในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 3 นำแบบสอบถามปลายเปิดมาจัดกลุ่มของคำตอบตามจำนวนผู้ตอบในแต่ละ ด้าน แล้วนำเสนอในรูปความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของสมาชิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ดังปรากฏตาม ตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ (N = 354)

	ตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ			
	ชาย	116	32.77
	หญิง	238	67.23
	รวม	354	100.00
อายุ			
	40 ปีลงมา	189	53.39
	41 ปีขึ้นไป	165	46.61
	รวม	354	100.00

จากตาราง 1 แสดงว่า สมาชิกที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เป็นชาย 116 คน คิดเป็นร้อยละ 32.77 คน เป็นหญิง 238 คน คิดเป็นร้อยละ 67.23 คน อายุ 40 ปีลงมา จำนวน 189 คน คิดเป็นร้อยละ 53.39 และอายุ 41 ปีขึ้นไป จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 46.61

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการ
เดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการ
ท่องเที่ยวและกีฬา ด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกและด้านการ
บริการ โดยรวมและเป็นรายข้อ ดังปรากฏในตาราง 2

ตาราง 2 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิก
ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลลากรเป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม (N = 354)

ข้อ	องค์ประกอบ ปัจจัย	ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f
		%	%	%	%	%
ด้านบุคลากร						
1.	จำนวนผู้นำกิจกรรมการเดิน แอโรบิก	20 5.65	178 50.28	75 21.19	68 19.21	13 3.67
2.	บุคลิภาพและการวางตัวของ ผู้นำกิจกรรมแอโรบิก	17 4.80	51 14.41	215 60.73	59 16.67	12 3.39
3.	ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำ การเดินแอโรบิก	9 2.54	198 55.93	70 19.77	67 18.93	10 2.83
4.	ความถูกต้องชัดเจนในการนำ เดินแอโรบิกเป็นไปตามขั้นตอน	9 2.54	201 56.78	78 22.03	60 16.95	6 1.70
5.	ความปลอดภัยของสมาชิกใน การเดินแอโรบิก	4 1.13	166 46.89	109 30.80	70 19.77	5 1.41
6.	ความรับผิดชอบและการตรงต่อ เวลาของผู้นำ	21 5.93	94 26.55	166 46.89	63 17.80	10 2.83
7.	การเลือกโปรแกรมการเดิน แอโรบิกของผู้นำ	13 3.67	74 20.90	191 53.96	69 19.49	7 1.98
8.	การแต่งกายของผู้นำการเดิน แอโรบิก	8 2.26	79 22.32	164 46.33	89 25.14	14 3.95
9.	เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ ในการให้บริการ	12 3.39	92 25.99	138 38.98	76 21.47	36 10.17
10.	รูปแบบและท่าทางการเดิน แอโรบิก	13 3.67	80 22.60	165 46.61	81 22.88	15 4.24
รวม		126 3.56	1213 34.27	1371 38.72	702 19.83	128 3.62

จากตาราง 2 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากร โดยรวมและเป็นรายข้อดังนี้

ข้อ 1 จำนวนผู้นำกิจกรรมการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่าปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 178 คน คิดเป็นร้อยละ 50.28 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 21.19

ข้อ 2 บุคลิกภาพและการวางตัวของผู้นำกิจกรรมการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 215 คน คิดเป็นร้อยละ 60.73 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 16.67

ข้อ 3 ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 55.93 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 19.77

ข้อ 4 ความถูกต้องชัดเจนในการนำเต้นแอโรบิกเป็นไปตามขั้นตอน สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 56.78 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 30.71 คน

ข้อ 5 ความปลอดภัยของสมาชิกในการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 166 คน คิดเป็นร้อยละ 46.89 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 30.80

ข้อ 6 ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลาของผู้นำ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุดจำนวน 166 คน คิดเป็นร้อยละ 46.89 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 26.55

ข้อ 7 การเลือกโปรแกรมการเต้นแอโรบิกของผู้นำ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 191 คน คิดเป็นร้อยละ 53.96 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 20.90

ข้อ 8 การแต่งกายของผู้นำการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 46.33 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 25.14

ข้อ 9 เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ในการให้บริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 38.98 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 25.99

ข้อ 10 รูปแบบและท่าทางการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความคิดเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 46.61 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 22.88

เมื่อพิจารณาโดยรวมด้านบุคลากร สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายมีความเห็นตรงกัน
จำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ($f = 1,371$, ร้อยละ 38.72)

ตาราง 3 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต็นแอโรบิกใน
ศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นรายชื่อ
รายด้าน และโดยรวม ($N = 354$)

ข้อ	องค์ประกอบ ปัจจัย	ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f
		%	%	%	%	%
ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก						
1.	ขนาดของห้องฝึกสำหรับการ เต้นแอโรบิก	25 7.06	172 48.58	73 20.63	72 20.34	12 3.39
2.	ห้องสำหรับผลิตเปลี่ยนเครื่อง แต่งกายภายในศูนย์ฯ	16 4.52	150 42.37	78 22.03	85 24.02	25 7.06
3.	ปริมาณจำนวนห้องอาบน้ำและ ห้องน้ำภายในศูนย์ฯ	37 10.45	58 16.38	61 17.23	79 22.32	29 8.19
4.	การดูแลรักษาความสะอาดภายใน ศูนย์ฯ	27 7.63	58 16.38	165 46.61	78 22.03	26 7.35
5.	ปริมาณจำนวนตู้เก็บของ สำหรับผู้มาใช้บริการ	47 13.28	62 17.51	127 35.88	82 23.16	36 10.17
6.	การดูแลรักษาความสะอาดห้อง ฝึกเต้นแอโรบิก	11 3.11	71 20.06	169 47.74	76 21.46	27 7.63
7.	ปริมาณคุณภาพของน้ำดื่ม	26 7.34	60 16.95	147 41.53	102 28.81	19 5.37
8.	คุณภาพและมาตรฐานของ อุปกรณ์	18 5.08	51 14.42	187 52.82	77 21.75	21 5.93
9.	คุณภาพและมาตรฐานของ เครื่องเสียง	14 3.96	185 52.26	58 16.38	80 22.60	17 4.80

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อ	องค์ประกอบ ปัจจัย	ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f
		%	%	%	%	%
10. สภาพอากาศภายในห้องเต้นแอโรบิก		16	62	185	77	14
		4.52	17.51	52.26	21.75	3.96
รวม		237	1019	1250	808	226
		6.70	28.78	35.31	22.82	6.39

จากตาราง 3 แสดงว่า ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมและเป็นรายข้อ ดังนี้

ข้อ 1 ขนาดของห้องฝึกสำหรับการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 48.58 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 20.63

ข้อ 2 ห้องสำหรับผลัดเปลี่ยนเครื่องแต่งกายภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 42.37 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 24.02

ข้อ 3 ปริมาณจำนวนห้องอาบน้ำและห้องน้ำภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 148 คน คิดเป็นร้อยละ 41.81 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 22.32

ข้อ 4 การดูแลรักษาความสะอาดภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 46.61 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 22.03

ข้อ 5 ปริมาณจำนวนตู้เก็บของสำหรับสมาชิกผู้มาใช้บริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 35.88 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 23.16

ข้อ 6 การดูแลรักษาความสะอาดห้องฝึกเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 47.74 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 21.46

ข้อ 7 ปริมาณคุณภาพของน้ำดื่ม สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 41.53 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 28.81

ข้อ 8 คุณภาพและมาตรฐานของอุปกรณ์ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 187 คน คิดเป็นร้อยละ 52.82 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 21.75

ข้อ 9 คุณภาพและมาตรฐานของเครื่องเสียง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 52.26 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 22.60 คน

ข้อ 10 สภาพอากาศภายในห้องฝึกเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 52.26 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 21.75

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นตรงกัน จำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ($f = 1,250$, ร้อยละ 35.31)

ตาราง 4 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกใน ศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อ และโดยรวม (N = 354)

ข้อ	องค์ประกอบ ปัจจัย	ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f
		%	%	%	%	%
ด้านการบริการ						
1.	การรับสมัครสมาชิกเดิน แอโรบิก	5 1.41	73 20.62	164 46.33	95 26.84	17 4.80
2.	บริการโดยรวมให้แก่สมาชิก แต่ละครั้ง	5 1.41	99 27.97	174 49.15	59 16.67	17 4.80
3.	การบริการใช้อุปกรณ์เพื่อฝึก เดินแอโรบิก	8 2.28	86 24.29	95 26.84	151 42.66	14 3.95
4.	ความรู้เกี่ยวกับการเดินแอโรบิก	13 3.67	158 44.63	84 23.73	80 22.65	19 5.37
5.	การให้ความร่วมมือและช่วย แก้ปัญหาต่างๆ ของเจ้าหน้าที่	16 4.52	124 35.03	118 33.33	82 23.16	14 3.96
6.	ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการ แต่ละครั้ง	9 2.54	52 14.69	175 49.44	90 25.42	28 7.91
7.	การให้บริการทดสอบ สมรรถภาพ	8 2.26	110 31.07	92 25.99	121 34.18	23 6.50
8.	การให้บริการการปฐมพยาบาล	7 1.98	92 25.99	150 42.37	83 23.45	22 6.21
รวม		71 2.50	794 28.06	1052 37.14	761 26.87	154 5.43

จากตาราง 4 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อและโดยรวมดังนี้

ข้อ 1 การรับสมัครสมาชิกเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 46.33 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 26.84

ข้อ 2 บริการโดยรวมให้แก่สมาชิกแต่ละครั้ง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 174 คน คิดเป็นร้อยละ 49.15 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 27.97

ข้อ 3 การบริการใช้อุปกรณ์เพื่อฝึกการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย มากที่สุด จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 42.66 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 26.84

ข้อ 4 ความรู้เกี่ยวกับการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 158 คน คิดเป็นร้อยละ 44.63 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 23.73

ข้อ 5 การให้ความร่วมมือและช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ของเจ้าหน้าที่ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 35.03 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33

ข้อ 6 ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการแต่ละครั้ง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 49.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 25.42

ข้อ 7 การให้บริการทดสอบสมรรถภาพ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย มากที่สุด จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 34.18 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 31.07

ข้อ 8 การให้บริการปฐมพยาบาล สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 42.37 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 25.99

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านการบริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย มีความเห็นตรงกัน จำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ($f = 1,050$, ร้อยละ 37.14)

ตาราง 5 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากรเป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตาม เพศ (N = 354)

ระดับปัญหา											
		เพศชาย (N = 116)					เพศหญิง (N = 238)				
องค์ประกอบปัจจัย		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านบุคลากร											
1.	จำนวนผู้นำกิจกรรมการเต้นแอโรบิก	5	23	59	26	3	15	155	16	42	10
		4.31	19.83	50.86	22.41	2.59	6.30	65.13	6.72	17.65	4.20
2.	บุคลิกภาพและการวางตัวของผู้นำ	3	18	65	27	3	14	33	150	32	9
	กิจกรรมแอโรบิก	2.59	15.51	56.03	23.26	2.59	5.88	13.87	63.02	13.45	3.78
3.	ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำการเต้น	4	72	16	22	2	5	126	54	45	8
	แอโรบิก	3.45	62.07	13.79	18.97	1.72	2.10	52.94	22.69	18.91	3.36
4.	ความถูกต้องชัดเจนในการนำเต้น	2	49	42	19	4	7	152	36	41	2
	แอโรบิกเป็นไปตามขั้นตอน	1.72	42.24	36.21	16.38	3.45	2.94	63.87	15.13	17.23	0.84

ตาราง 5 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	น้อย
องค์ประกอบปัจจัย		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
5.	ความปลอดภัยของสมาชิกในการเดิน แอโรบิก	1 0.86	31 26.72	59 50.86	22 18.97	3 2.59	3 1.26	169 71.00	16 6.72	48 20.17	2 0.84		
6.	ความรับผิดชอบต่อเวลา ของผู้เฝ้า	1 0.86	31 26.72	59 50.86	22 18.97	3 2.59	3 1.26	155 65.13	19 7.98	54 22.69	7 2.94		
7.	การเลือกโปรแกรมการเดินแอโรบิกของ ผู้นำ	2 1.72	28 24.14	66 56.89	17 14.66	3 2.59	11 4.62	46 19.33	125 52.52	52 21.85	4 1.68		
8.	การแต่งกายของผู้เฝ้าการเดินแอโรบิก	4 3.45	34 29.31	51 43.97	20 17.24	7 6.03	4 1.68	47 19.75	111 46.64	69 28.99	7 2.94		
9.	เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ในการ ให้บริการ	3 2.59	22 18.97	47 40.52	32 27.59	12 10.34	9 3.78	68 28.57	91 38.24	44 18.49	26 18.92		

ตาราง 5 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
องค์ประกอบปัจจัย	มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	ปาน	น้อย	น้อย
	ที่สุด		กลาง	ที่สุด	ที่สุด	ที่สุด		กลาง					ที่สุด
	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
10. รูปแบบและท่าทางการเดินแอโรบิก	5	31	58	14	8	8	49	107	67	7			
	4.36	26.72	50.00	12.07	6.90	3.36	20.59	44.96	28.15	2.94			
รวม	30	339	522	221	48	79	1000	725	494	82			
	2.58	29.22	44.99	19.05	4.16	3.31	42.00	30.45	20.74	3.50			

จากตาราง 5 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากร จำแนกตามเพศ ดังนี้

ข้อ 1 จำนวนผู้นำกิจกรรมการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 50.86 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 22.41 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 65.13 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 17.65

ข้อ 2 บุคลิกภาพและการวางตัวของผู้นำกิจกรรมแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 56.03 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 23.28 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 63.02 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 13.87

ข้อ 3 ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 62.07 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 18.97 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 126 คน คิดเป็นร้อยละ 52.94 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 22.69

ข้อ 4 ความถูกต้องชัดเจนในการนำเดินแอโรบิกเป็นไปตามขั้นตอน สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 42.24 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 36.21 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิงมีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 63.86 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 16.96

ข้อ 5 ความปลอดภัยของสมาชิกในการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 48.27 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 26.72 จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.86 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 71.02 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 20.17

ข้อ 6 ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลาของผู้นำ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 50.86 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 26.72 สมาชิกศูนย์ฝึกและ

บริหารกาย เพศหญิงมีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 65.13 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 22.69

ข้อ 7 การเลือกโปรแกรมการเดินแอโรบิกของผู้เฒ่า สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 56.89 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 24.14 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 52.52 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 21.85

ข้อ 8 การแต่งกายของผู้เฒ่าการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 43.97 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 29.31 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิงมีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 46.64 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 69 คนคิดเป็นร้อยละ 28.99

ข้อ 9 เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ในการให้บริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชายมีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 40.52 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 27.59 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิงมีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 38.24 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 และ

ข้อ 10 รูปแบบและท่าทางการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 58 คนคิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 26.72 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 44.96 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 28.15

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านบุคลากร สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายที่เป็นเพศชาย มีความเห็นตรงกัน จำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ($f = 522$ ร้อยละ 44.99) เพศหญิง มีความเห็นตรงกัน จำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ($f = 1,000$ ร้อยละ 42.00)

ตาราง 6 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละ ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก เป็นรายข้อ และโดยรวม จำแนกตามเพศ (N = 354)

		ระดับปัญหา											
		เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
		องค์ประกอบปัจจัย		มาก ที่สุด	ปาน กลาง	น้อย ที่สุด	ร้อยละ	มาก ที่สุด	ปาน กลาง	น้อย ที่สุด	ร้อยละ	มาก ที่สุด	ร้อยละ
		f	f	f	f	f		f	f	f		f	
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ													
สิ่งอำนวยความสะดวก													
1.	ขนาดของห้องฝึกสำหรับการต้น แอโรบิก	9	58	25	18	66	16	144	48	54	6	2.52	
		7.76	50.00	21.55	15.52	5.17	6.72	47.90	20.17	22.69			
2.	ห้องสำหรับผลิตเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย ภายในศูนย์	8	25	53	22	8	8	125	25	63	17	7.14	
		6.90	21.55	45.69	18.96	6.90	3.36	52.52	10.50	26.48			
3.	ปริมาณจำนวนห้องอาบน้ำและห้องน้ำ ภายในศูนย์	12	18	60	14	12	25	130	1	65	17	7.14	
		10.34	15.52	51.72	12.07	10.35	10.50	54.61	0.43	27.32			
4.	การดูแลรักษาความสะอาดภายในศูนย์	9	19	58	22	8	18	39	107	56	18	7.56	
		7.76	16.37	50.00	18.97	6.90	7.56	16.39	44.96	23.53			

ตาราง 6 (ต่อ)

องค์ประกอบปัจจัย	ระดับปัญหา											
	เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
	มาก ที่สุด f	มาก ปาน กลาง f	น้อย ที่สุด f	น้อย ที่สุด f	มาก ที่สุด f	มาก ปาน กลาง f	มาก ปาน กลาง f	น้อย ที่สุด f	น้อย ที่สุด f	มาก ที่สุด f	มาก ปาน กลาง f	น้อย ที่สุด f
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
5. ปริมาณจำนวนผู้เก็บของสำหรับผู้มาใช้ บริการ	14 12.07	23 19.83	43 37.07	24 20.68	12 10.35	33 13.87	104 43.70	19 7.98	58 24.37	24 10.08		
6. การดูแลรักษาความสะอาดห้องฝึกเดิน แอโรบิก	3 2.58	51 43.96	33 28.45	5 4.32	8 3.36	47 19.75	92 38.66	69 28.99	22 9.24			
7. ปริมาณคุณภาพของน้ำดื่ม	8 6.90	17 14.65	52 44.83	30 25.86	9 7.76	18 7.57	130 54.62	8 3.36	72 30.25	10 4.20		
8. คุณภาพและมาตรฐานของอุปกรณ์	5 4.32	62 53.44	10 8.62	32 27.59	7 6.03	13 5.46	125 52.52	41 17.23	45 18.91	14 5.88		
9. คุณภาพและมาตรฐานของเครื่องเสียง	2 1.72	62 53.45	12 10.34	34 29.32	6 5.17	12 5.04	123 51.68	46 19.33	46 19.33	19 4.62		

ตาราง 6 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
องค์ประกอบปัจจัย	มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	น้อย	น้อย	น้อย
	ที่สุด		กลาง	ที่สุด	ที่สุด	ที่สุด	ที่สุด	กลาง				ที่สุด	ที่สุด
	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
10. สภาพอากาศภายในห้องเดินแอโรบิก	4	18	64	25	5	12	44	121	52	9			
	3.45	15.51	55.17	21.55	4.31	5.04	18.49	50.84	21.85	3.78			
รวม	74	326	428	254	78	163	981	508	580	148			
	6.37	28.10	36.89	21.89	6.75	6.84	41.21	21.34	24.37	6.24			

จากตาราง 6 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามเพศ ดังนี้

ข้อ 1 ขนาดของห้องฝึกสำหรับการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 21.55 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 47.80 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 22.69

ข้อ 2 ห้องสำหรับผลัดเปลี่ยนเครื่องแต่งกายภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 45.69 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 21.55 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 52.52 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 26.48

ข้อ 3 ปริมาณจำนวนห้องอาบน้ำและห้องนํ้าภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 51.72 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 15.52 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 54.61 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 27.32

ข้อ 4 การดูแลรักษาความสะอาดภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 18.97 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 44.96 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 23.53

ข้อ 5 ปริมาณจำนวนตู้เก็บของสำหรับสมาชิกผู้มาใช้บริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 37.07 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 20.68 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 43.70 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 24.37

ข้อ 6 การดูแลรักษาความสะอาดห้องฝึกเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 43.96 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 28.45 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 38.58 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 28.99

ข้อ 7 ปริมาณคุณภาพของน้ำดื่ม สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 44.83 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 25.86 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 54.62 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 30.25

ข้อ 8 คุณภาพและมาตรฐานของอุปกรณ์ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 53.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 27.59 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 52.52 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 18.91

ข้อ 9 คุณภาพและมาตรฐานของเครื่องเสียง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 53.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 29.32 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 51.68 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 19.33

ข้อ 10 สภาพอากาศภายในห้องฝึกเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 55.17 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 21.55 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 50.84 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 21.85

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายที่เป็นเพศชาย มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุดว่ามีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ($f = 428$, ร้อยละ 36.89) สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายที่เป็นเพศหญิง มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุดว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมาก ($f = 981$, ร้อยละ 41.21)

ตาราง 7 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อ และโดยรวม จำนวนตามเพศ (N = 354)

ระดับปัญหา													
		เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
องค์ประกอบปัจจัย		มาก	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มาก	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มาก	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านการบริการ													
1.	การรับสมัครสมาชิกต้นแอโรบิก	4	18	64	25	5	1	55	100	70	12		
		3.45	15.52	55.17	21.55	4.31	0.42	23.11	42.02	29.41	5.04		
2.	บริการโดยรวมให้แกสมาชิกแต่ละครั้ง	4	19	65	21	7	1	80	109	38	10		
		3.45	16.38	56.04	18.10	6.03	0.42	33.61	45.80	15.97	4.20		
3.	การบริการใช้อุปกรณ์เพื่อฝึกต้นแอโรบิก	1	14	70	27	4	7	72	25	124	10		
		0.86	12.07	60.34	23.28	3.45	2.95	30.25	10.50	52.10	4.20		
4.	ความรู้เกี่ยวกับการต้นแอโรบิก	1	30	63	17	5	10	128	21	63	16		
		0.86	25.86	54.31	14.66	4.31	4.20	53.78	8.82	26.48	6.72		

ตาราง 7 (ต่อ)

องค์ประกอบปัจจัย	ระดับปัญหา											
	เพศชาย (N = 116)						เพศหญิง (N = 238)					
	มาก ที่สุด f	มาก f	ปาน กลาง f	น้อย f	น้อย ที่สุด f	น้อย ที่สุด f	มาก ที่สุด f	มาก f	ปาน กลาง f	น้อย ที่สุด f	น้อย ที่สุด f	น้อย ที่สุด f
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
5. การให้ความร่วมมือและช่วยเหลือแก้ปัญหา ต่างๆ ของเจ้าหน้าที่	3 2.59	26 22.41	50 43.10	29 25.00	8 6.90	13 5.46	98 41.18	68 28.57	53 22.27	6 2.52		
6. ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการแต่ละครั้ง	2 1.72	17 14.66	55 47.41	32 27.59	10 8.62	7 2.94	35 14.71	120 50.42	58 24.37	18 7.56		
7. การให้บริการทดสอบสมรรถภาพ	4 3.45	7 6.03	65 56.03	32 27.59	8 6.90	4 1.68	103 43.28	27 11.34	89 37.40	15 6.30		
8. การให้บริการการปฐมพยาบาล	4 3.45	17 14.65	52 44.83	34 29.31	9 7.76	3 1.26	75 31.51	98 41.18	49 20.59	13 5.46		
รวม	23 2.47	148 15.93	484 52.12	217 23.37	56 6.11	46 2.41	646 33.91	568 29.82	544 28.56	100 5.3		

จากตาราง 7 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ จำแนกตามเพศ ดังนี้

ข้อ 1 การรับสมัครสมาชิกเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 55.17 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 21.55 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 42.02 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 29.41

ข้อ 2 บริการโดยรวมให้แก่สมาชิกแต่ละครั้ง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 56.04 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 18.10 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 45.80 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 33.61

ข้อ 3 การบริการใช้อุปกรณ์เพื่อฝึกการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 60.34 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 23.28 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย มากที่สุด จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 52.10 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 30.25

ข้อ 4 ความรู้เกี่ยวกับการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 54.31 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 25.86 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 53.78 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 26.47

ข้อ 5 การให้ความร่วมมือและช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ของเจ้าหน้าที่ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 43.10 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 41.18 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57

ข้อ 6 ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการแต่ละครั้ง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 47.41 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 27.59 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 50.42 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 24.37

ข้อ 7 การให้บริการทดสอบสมรรถภาพ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย
 มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 55.03
 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 27.59 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย
 เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก มากที่สุด จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ
 42.28 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 37.39

ข้อ 8 การให้บริการปฐมพยาบาล สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย เพศชาย
 มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 44.53
 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 29.31 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย
 เพศหญิง มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ
 41.18 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 31.51

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านการบริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายที่เป็นเพศชาย
 มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุดว่ามีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ($f = 484$, ร้อยละ
 52.12) สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายที่เป็นเพศหญิงมีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุดว่า
 มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ($f = 646$, ร้อยละ 33.91)

ตาราง 8 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากรเป็นรายข้อ รายด้าน และโดยรวม จำแนกตาม อายุ (N = 354)

ระดับปัญหา													
		40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
องค์ประกอบปัจจัย		มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	มากที่สุด	มาก	มากที่สุด	มาก	ปาน	น้อย	น้อย
		ที่สุด		กลาง				ที่สุด			กลาง		ที่สุด
		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านบุคลากร													
1.	จำนวนผู้นำกิจกรรมการเต้นแอโรบิก	12	38	100	32	7	10	34	75	38	8		
		6.35	20.11	52.91	16.93	3.70	6.06	21.82	44.24	23.03	4.85		
2.	บุคลิกภาพและการวางตัวของผู้นำกิจกรรมแอโรบิก	9	35	101	36	8	8	21	103	23	10		
		4.76	18.52	53.44	19.05	4.23	4.85	12.73	62.42	13.94	6.06		
3.	ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำการเต้นแอโรบิก	6	38	96	40	9	9	35	85	27	9		
		3.17	20.11	50.80	21.16	4.76	5.45	21.21	51.52	16.37	5.45		
4.	ความถูกต้องชัดเจนในการนำเต้นแอโรบิกเป็นไปตามขั้นตอน	4	47	97	34	7	10	29	95	26	5		
		2.12	24.87	51.32	17.99	3.70	6.06	17.58	57.58	15.75	3.03		

ตาราง 8 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
	องค์ประกอบปัจจัย	มาก	ปานกลาง	น้อย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	น้อย	มากที่สุด	น้อย	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
5.	ความปลอดภัยของสมาชิกในการเดิน แอโรบิก	6	43	101	35	4	13	33	79	31	9		
		3.17	22.75	53.44	18.52	2.12	7.88	20.00	47.88	18.79	5.45		
6.	ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลา ของผู้เฝ้า	8	37	101	35	8	6	37	79	38	5		
		4.23	19.58	53.44	18.52	4.23	3.64	22.42	47.88	23.03	3.03		
7.	การเลือกโปรแกรมการเดินแอโรบิกของ ผู้นำ	5	45	92	42	5	11	29	100	21	4		
		2.65	23.81	48.67	22.22	2.65	4.24	19.39	43.64	29.09	3.64		
8.	การแต่งกายของผู้เฝ้าการเดินแอโรบิก	6	46	84	42	11	7	32	72	48	6		
		3.18	24.34	44.44	22.22	5.82	4.24	19.39	43.64	29.09	3.64		
9.	เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ในการ ให้บริการ	6	55	59	47	22	7	32	72	48	6		
		3.17	29.10	31.22	24.87	11.64	4.24	19.39	43.64	29.09	3.64		

ตาราง 8 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
องค์กรประกอบปัจจัย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อยที่สุด	น้อย	มาก	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด		
	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f		
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		
10. รูปแบบและท่าทางการเต้นแอโรบิก	6	52	90	32	9	9	29	76	38	13			
	3.18	27.51	47.62	16.93	4.76	5.45	17.59	46.06	23.03	7.88			
รวม	68	436	921	375	90	90	311	836	338	75			
	3.59	23.06	48.72	19.83	4.80	5.45	18.84	50.66	20.48	4.57			

จากตาราง 8 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านบุคลากร จำแนกอายุ ดังนี้

ข้อ 1 จำนวนผู้นำกิจกรรมการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 52.91 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 20.11 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 44.24 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 23.03

ข้อ 2 บุคลิกภาพและการวางตัวของผู้นำกิจกรรมแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 53.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 19.05 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 62.42 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 13.94

ข้อ 3 ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 50.80 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 21.16 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 51.52 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 21.21

ข้อ 4 ความถูกต้องชัดเจนในการนำเดินแอโรบิกเป็นไปตามขั้นตอน สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 51.32 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 24.87 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 57.58 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 17.58

ข้อ 5 ความปลอดภัยของสมาชิกในการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 53.44 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 22.75 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 47.87 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00

ข้อ 6 ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลาของผู้นำ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 53.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 19.58 สมาชิก

ศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 47.88 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 23.03

ข้อ 7 การเลือกโปรแกรมการเต้นแอโรบิกของผู้เฒ่า สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 48.67 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 23.81 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 43.64 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 19.39

ข้อ 8 การแต่งกายของผู้เฒ่าการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 44.44 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 24.34 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 43.64 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 29.09

ข้อ 9 เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดีในการให้บริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 31.22 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 29.10 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 43.14 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 29.09

ข้อ 10 รูปแบบและท่าทางการเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 47.62 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 27.51 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 46.06 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 23.03

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านบุคลากร สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายทั้งกลุ่มที่มีอายุ 40 ปีลงมา และ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นตรงกันจำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง (กลุ่มอายุ 40 ปีลงมา $f = 921$, ร้อยละ 48.72 และกลุ่มอายุ 41 ปีขึ้นไป $f = 836$, ร้อยละ 50.66)

ตาราง 9 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก เป็นรายข้อ และโดยรวม จำแนกตามอายุ (N = 354)

ระดับปัญหา													

ตาราง 9 (ต่อ)

ระดับปัญหา												
องค์ประกอบปัจจัย	40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
	มาก	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มาก	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด		
	ที่สุด											
	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	
5. ปริมาณจำนวนตู้เก็บของสำหรับผู้มาใช้บริการ	24	36	62	45	22	22	22	25	64	40	14	
	12.70	19.05	32.80	23.81	11.64	13.33	13.33	15.15	38.80	24.24	8.48	
6. การดูแลรักษาความสะอาดห้องฝึกเดินแอโรบิก	7	40	87	38	17	4	4	27	83	41	10	
	3.70	21.16	46.03	20.11	9.00	2.42	2.42	16.37	50.30	24.85	6.06	
7. ปริมาณคุณภาพของน้ำดื่ม	16	24	90	45	14	10	10	36	60	49	10	
	8.47	12.70	47.62	23.80	7.41	6.06	6.06	21.82	36.36	29.70	6.06	
8. คุณภาพและมาตรฐานของอุปกรณ์	9	29	102	35	14	8	8	18	86	43	10	
	4.76	15.34	53.97	18.52	7.41	4.85	4.85	10.91	52.12	26.06	6.06	
9. คุณภาพและมาตรฐานของเครื่องเสียง	7	24	105	34	9	9	9	18	82	45	11	
	3.70	17.88	52.38	17.99	4.76	5.45	5.45	10.91	49.70	27.27	6.67	

ตาราง 9 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
องค์ประกอบปัจจัย	มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	มาก	มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย	น้อย	น้อย
	ที่สุด		กลาง	ที่สุด	ที่สุด	ที่สุด	ที่สุด	ที่สุด	กลาง			ที่สุด	ที่สุด
	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
10. สภาพอากาศภายในห้องเต็นท์แอโรบิก	11	33	99	32	14	6	22	87	40	10			
	5.82	17.46	52.38	16.93	7.41	3.64	13.33	52.73	24.24	6.06			
รวม	146	333	863	394	154	100	269	788	396	97			
	7.72	17.61	45.66	20.84	8.17	6.06	16.30	47.75	24.00	5.89			

จากตาราง 9 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามอายุ ดังนี้

ข้อ 1 ขนาดของห้องฝึกสำหรับการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 43.39 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 21.69 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 48.48 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 22.42

ข้อ 2 ห้องสำหรับผลัดเปลี่ยนเครื่องแต่งกายภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 40.21 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 22.22 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 52.12 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 23.03

ข้อ 3 ปริมาณ จำนวนห้องอาบน้ำห้องน้ำภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 40.21 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 20.63 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 46.67 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 23.03

ข้อ 4 การดูแลรักษาความสะอาดภายในศูนย์ฯ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 44.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 24.87 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 50.30 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 21.21

ข้อ 5 ปริมาณ จำนวนตู้เก็บของสำหรับผู้มาใช้บริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 32.80 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 23.81 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 38.80 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 24.24

ข้อ 6 การดูแลรักษาความสะอาดห้องฝึกเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 87 46.03

รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 21.16 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไปมีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 50.30 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 24.85

ข้อ 7 ปริมาณและคุณภาพของน้ำดื่ม สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 47.62 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 23.80 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 36.36 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 29.70

ข้อ 8 คุณภาพและมาตรฐานของอุปกรณ์ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 53.97 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 18.52 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 52.12 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 26.06

ข้อ 9 คุณภาพและมาตรฐานของเครื่องเสียง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 55.56 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 17.99 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 49.70 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 27.27

ข้อ 10 สภาพอากาศภายในห้องฝึกเต้นแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 52.38 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 17.46 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 52.73 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 24.24

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายทั้งกลุ่มที่มีอายุ 40 ปีลงมา และ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุดว่ามีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง (อายุ 40 ปีลงมา $f = 863$, ร้อยละ 45.66 และอายุ 41 ปีขึ้นไป $f = 788$, ร้อยละ 47.75)

ตาราง 10 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ด้านการบริการ เป็นรายข้อ และโดยรวม จำนวนตามอายุ (N = 354)

		ระดับปัญหา											
		40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
องค์ประกอบปัจจัย		มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มาก	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มาก	น้อยที่สุด
		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านการบริการ													
1.	การรับสมัครสมาชิกเต้นแอโรบิก	3	34	114	29	9	6	23	85	43	8		
		1.59	17.99	60.32	15.34	4.76	3.64	13.94	51.51	26.06	4.85		
2.	บริการโดยรวมไม่แพ้สมาชิกแต่ละครั้ง	5	45	98	28	13	2	23	59	36	15		
		2.65	23.81	51.86	14.81	6.87	1.21	13.94	53.94	21.82	9.09		
3.	การใช้บริการใช้อุปกรณ์เพื่อฝึกเต้นแอโรบิก	3	39	99	41	7	7	25	78	43	12		
		1.59	20.64	52.38	21.69	3.70	4.25	15.15	47.27	26.06	7.27		
4.	ความรู้เกี่ยวกับการเต้นแอโรบิก	6	45	83	45	10	22	31	73	37	2		
		3.17	23.81	43.92	23.81	5.29	13.33	18.79	44.24	22.43	1.21		

ตาราง 10 (ต่อ)

		ระดับปัญหา											
		40 ปีลงมา (N = 189)						41 ปีขึ้นไป (N = 165)					
		มาก ที่สุด	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก	มาก ที่สุด	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก	มาก ที่สุด	น้อย
		f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f
		ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
5.	การให้ความร่วมมือและช่วยแก้ปัญหา ต่างๆ ของเจ้าหน้าที่	6	33	95	44	11	6	28	92	33	6		
		3.17	17.46	50.27	23.28	5.82	3.64	16.96	55.76	20.00	3.64		
6.	ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการแต่ละครั้ง	3	33	92	44	17	7	15	77	50	16		
		1.51	17.46	48.68	23.28	8.99	4.24	9.09	46.67	30.30	9.70		
7.	การให้บริการทดสอบสมรรถภาพ	7	19	98	46	19	10	16	86	43	10		
		3.70	10.05	51.86	24.34	10.05	6.06	9.70	52.12	26.06	6.06		
8.	การให้บริการการปฐมพยาบาล	7	29	84	52	17	9	21	79	43	13		
		3.71	15.34	44.44	27.51	9.00	5.45	12.72	47.88	26.06	7.88		
รวม		40	277	763	329	103	69	182	659	328	82		
		2.64	18.30	50.43	21.74	6.89	5.22	13.77	49.88	24.82	6.31		

จากตาราง 10 แสดงว่าปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ในด้านการบริการ จำแนกตามอายุ ดังนี้

ข้อ 1 การรับสมัครสมาชิกเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 60.32 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 17.99 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 51.51 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 26.06

ข้อ 2 บริการโดยรวมให้แก่สมาชิกแต่ละครั้ง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 51.86 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 23.81 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 53.93 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 21.82

ข้อ 3 การบริหารใช้อุปกรณ์เพื่อฝึกเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 52.38 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 21.69 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 47.27 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 26.06

ข้อ 4 ความรู้เกี่ยวกับการเดินแอโรบิก สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 43.92 รองลงมาอยู่ในระดับมากและระดับน้อย จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 23.81 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 44.24 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 22.43

ข้อ 5 การให้ความร่วมมือและแก้ปัญหาต่าง ๆ ของเจ้าหน้าที่สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 50.27 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 23.28 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 55.76 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00

ข้อ 6 ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการแต่ละครั้ง สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 48.68 รองลงมาอยู่ในระดับมาก จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 23.28 สมาชิกศูนย์ฝึกและ

บริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 46.67 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 30.30

ข้อ 7 การให้บริการทดสอบสมรรถภาพ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 51.86 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 24.34 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 52.12 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 26.06

ข้อ 8 การให้บริการการปฐมพยาบาล สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 40 ปีลงมา มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 44.44 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 27.51 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย อายุ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 47.88 รองลงมาอยู่ในระดับน้อย จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 26.06

เมื่อพิจารณาโดยรวม ด้านการบริการ สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกายทั้งกลุ่มที่มีอายุ 40 ปีลงมา และ 41 ปีขึ้นไป มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุดว่ามีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง (อายุ 40 ปีลงมา $f = 763$, ร้อยละ 50.43 และอายุ 41 ปีขึ้นไป $f = 659$, ร้อยละ 49.88)

ตาราง 11 จำนวน ความถี่ และค่าร้อยละปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเต้านมโรบิก ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย เกี่ยวกับองค์ประกอบปัจจัยด้านต่างๆ จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ และรวมทุกตัวแปร (N = 354)

ข้อ	องค์ประกอบปัจจัย (ด้าน)	ปัญหา			
		ชาย	หญิง	อายุ 40 ปี	อายุ 41 ปี
				ลงมา	ขึ้นไป
		f	f	f	f
		%	%	%	%
		ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. ด้านบุคลากร		5.22	1000	921	836
		44.99	42.00	48.72	50.66
		ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง
2. ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก		428	981	863	788
		36.89	41.21	45.66	47.75
		ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง
3. ด้านบริการ		484	646	763	659
		52.12	33.91	50.43	49.88
		ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง

จากตาราง 11 แสดงว่า ปัญหาที่สมาชิกมีความเห็นต่อการจัดการเต้านมโรบิก ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ตามปัจจัยองค์ประกอบการจัดการด้านต่างๆ จำแนกตามตัวแปร เพศ อายุ และรวมทุกตัวแปร ส่วนใหญ่ทุกด้าน พบมีความเห็นตรงกันจำนวนมากที่สุดว่ามีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นเพศหญิงที่เห็นตรงกันจำนวนมากที่สุดว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมากทุกด้าน

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถามเพิ่มเติม สรุปสาระสำคัญได้ ดังนี้

ด้านบุคลากร ได้แก่

1. บุคลากรควรมีัมยิ้มแจ่มใสในการให้บริการ
2. ควรจัดผู้เฝ้าการเดินแอโรบิก ควรแจ้งชื่อให้สมาชิกทราบล่วงหน้า
3. บุคลากรทุกฝ่ายควรมาก่อนเวลากิจกรรม
4. บุคลากรให้บริการทุกส่วนมีน้อย
5. ควรจัดให้สมาชิกให้เหมาะสม ในการเข้าร่วมกิจกรรมให้เหมาะสม
6. ต้องการครูผู้นำที่มีความรู้ ความสามารถ ความชำนาญเป็นแบบที่ถูกต้อง และมี

มีเทคนิคการเดินหลาย ๆ รูปแบบมาสลับเปลี่ยนกันบ้าง

7. ควรมีผู้นำสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ
8. ควรมีชุดประจำสำหรับผู้นำ เพื่อให้สมาชิกทราบว่าใครเป็นครูผู้ฝึกสอน
9. ขาดเจ้าหน้าที่แนะนำในการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกาย

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

1. อุปกรณ์ควรให้ทันสมัยอยู่เสมอ และมีเพียงพอ
2. ควรมีโปสเตอร์ แสดงคำแนะนำขั้นตอน วิธีการเดินแอโรบิกให้สมาชิกทราบ
3. สถานที่ออกกำลังกายค่อนข้างคับแคบ เวลาเดินแอโรบิกไม่สะดวก ควรกำหนด

ผู้เข้ามาเดินในแต่ละรอบให้เหมาะสมกับความพอดีของห้อง

4. ควรบำรุงรักษาอุปกรณ์ให้มีสภาพสมบูรณ์อยู่เสมอ
5. สิ่งอำนวยความสะดวก ด้านห้องน้ำ ห้องแต่งตัว ไม่เพียงพอ
6. ควรมีอุปกรณ์ที่มีมาตรฐาน ทันสมัย สอดคล้องกับเพศ อายุ และวัยของสมาชิกที่

มาใช้บริการ

ด้านการบริการ

1. ควรมีเจ้าหน้าที่คอยแนะนำในการใช้อุปกรณ์ทุกชนิด
2. ควรขยายเวลาบริการให้มากกว่าที่เป็นอยู่
3. ควรบริการน้ำดื่มให้แก่สมาชิกที่มาใช้บริการ
4. ควรมีความรู้ และแก้ปัญหาเกี่ยวกับการออกกำลังกายมากกว่านี้
5. ควรมีเอกสารเผยแพร่ความรู้โดยทั่วไปเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย
สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สมาชิกผู้มาใช้บริการใช้ศึกษาและบริหารกาย
กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเทียบขนาดของเครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and
Morgan 1970 : 608) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 354 คน เป็นชาย จำนวน 116 คน และหญิง 238
คน และทำการเลือกตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัย
สร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิก
ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับปัญหาด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์
และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการ ลักษณะแบบสอบถามเป็นระบบมาตราส่วน
ประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open
Ended)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูล
ตามลำดับ ดังนี้

1. หาค่าร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับเพศ และอายุ
2. หาจำนวนความถี่ ค่าร้อยละของปัญหาที่สมาชิกเห็นว่ามีความต้องการจัดการเดิน
แอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ที่สำคัญของสมาชิกเรียงลำดับเป็นข้อๆ ตามจำนวนความถี่

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการศึกษา วิจัย สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 354 คน ประกอบด้วย สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย ชาย จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 32.77 สมาชิกศูนย์ฝึกและบริหารกาย หญิง 238 คน คิดเป็นร้อยละ 66.23 และอายุ 40 ปีลงมา จำนวน 189 คน และอายุ 41 ปีขึ้นไป จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 46.61

2. ความคิดเห็นของสมาชิกโดยรวม เกี่ยวกับปัญหาการจัดการเดินแอโรบิกใน ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ต่อองค์ประกอบปัจจัยด้านต่าง ๆ ของการจัดการเดินแอโรบิก พบว่า สมาชิกมีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุด ว่ามีปัญหายอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน (ด้านบุคลากร $f = 1371$, ร้อยละ 38.72 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก $f = 1250$, ร้อยละ 35.31, ด้านบริการ $f = 1050$, ร้อยละ 37.14)

3. ความคิดเห็นของสมาชิกเกี่ยวกับปัญหาการจัดการเดินแอโรบิก ในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ต่อองค์ประกอบปัจจัยด้านต่าง ๆ ของการจัดการเดินแอโรบิก จำแนกตามตัวแปร เพศ และอายุ พบดังนี้

3.1 เพศ

สมาชิกที่เป็นเพศชาย มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุด ว่ามีปัญหายอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน (ด้านบุคลากร $f = 522$, ร้อยละ 44.99 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก $f = 428$, ร้อยละ 36.89, ด้านบริการ $f = 484$, ร้อยละ 52.12) สมาชิกที่เป็นเพศหญิง มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุด ว่ามีปัญหายอยู่ในระดับมากทุกด้าน (ด้านบุคลากร $f = 1000$, ร้อยละ 42.00 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก $f = 981$, ร้อยละ 41.21, ด้านบริการ $f = 646$, ร้อยละ 33.91)

3.2 อายุ

สมาชิกที่มีอายุ 40 ปีลงมา และ 41 ปีขึ้นไป ทั้ง 2 กลุ่ม มีความเห็นตรงกันเป็นจำนวนมากที่สุด ว่ามีปัญหายอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน (กลุ่มอายุ 40 ปีลงมา ด้านบุคลากร $f = 921$, ร้อยละ 48.72 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก $f = 863$, ร้อยละ 45.66, ด้านบริการ $f = 836$, ร้อยละ 50.43) และกลุ่มอายุ 41 ปีขึ้นไป (ด้านบุคลากร $f = 836$, ร้อยละ 50.66 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก $f = 788$, ร้อยละ 47.75, ด้านบริการ $f = 659$, ร้อยละ 49.88)

อภิปรายผล

จากการศึกษา ค้นคว้า เกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิก ใน ศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและ กีฬา สามารถนำมาอภิปรายผลได้ ดังนี้

ปัญหาการจัดการเกี่ยวกับการเดินแอโรบิก ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการบริการ พบว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางในทุกกลุ่มตัวแปร ยกเว้น เพศหญิง มีความเห็นว่า อยู่ในระดับมากในทุกด้าน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า สมาชิกที่เป็นเพศชาย ไม่ค่อยสนใจในรายละเอียดปลีกย่อยต่างๆ มากนัก เช่น จำนวนผู้นำกิจกรรมการเดินแอโรบิก มีเพียง 1 หรือ 2 คน ก็เพียงพอแล้ว เพราะโดยธรรมชาติผู้ชายมีความคล่องตัวในการ เคลื่อนไหวในการแสดงออก และชอบแสดงออกด้วยการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตั้งแต่วัยเด็ก รวมถึงคุณลักษณะอื่นๆ ผู้นำ ผู้ให้บริการ ผู้ดูแลให้ความสะดวก เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย การบริการให้การช่วยเหลือ และบริการอื่นๆ รวมทั้งสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มากน้อยเพียงใด แข็งแรง และมาตรฐานแค่ไหนไม่ถือเป็นสิ่งสำคัญนัก เพียงแต่ขอให้ได้มีโอกาส ใช้ มีโอกาสได้ร่วมกิจกรรมก็พอเพียงแล้ว ทั้งนี้มักจะคิดว่า เรื่องเหล่านี้เป็นปัจจัย อิทธิพลต่อ ความต้องการสำหรับผู้ชายน้อยมาก ตรงกันข้ามสำหรับผู้หญิงมีความละเอียดอ่อนในทุกๆ ด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้บริการกับผู้รับบริการ จะมีความประสงค์ ต้องการความสะดวกสบาย ความเรียบร้อย ความคล่องตัว และปลอดภัย อาจจะเป็นเพราะว่า วัฒนธรรมของผู้หญิงไม่กล้าแสดงออกเหมือนชาวตะวันตก เช่น ต้องการผู้บริหารพูดจาไพเราะ สุภาพอ่อนโยน ให้ความช่วยเหลือใกล้ชิด อุปกรณ์ช่วยเหลือ มีมากพอที่จะใช้ทั้งบุคคลและ ส่วนรวมจึงเป็นเหตุให้มองเห็นว่า มีปัญหาอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และการบริการของบุคลากร สอดคล้องกับ จีราวัจร์ จันทรสิทธิ์ (2540 : 25) ที่ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายและ กิจกรรมนันทนาการของประชาชนในเขตเทศบาลภาคเหนือ พบว่า บุคลากรผู้ให้บริการมีปัญหา ในการนำกิจกรรมการออกกำลังกาย และกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง โดยเน้นให้ ปรับปรุงความชำนาญเฉพาะด้าน ความรู้และทักษะใหม่ๆ ทำทางและกิจกรรมให้หลากหลาย สำหรับด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มีความต้องการอยู่ในระดับมาก เพราะ ที่เป็นอย่างนี้ไม่เพียงพอได้มาตรฐานน้อยมีความปลอดภัยต่ำ มีแต่ของตั้งเดิมเก่าแก่ อีกทั้งผู้ให้ บริการมีจำนวนน้อยมาก เจ้าหน้าที่มีเพียง 1 ถึง 2 คน ต่อสมาชิก 500 คน นับเป็นปัญหาอย่าง ยิง และสอดคล้องกับ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : 19) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการ การบริการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร พบว่า ด้านบุคลากร ต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก มีความเหมาะสมน้อยที่คับแคบ อุปกรณ์คุณภาพต่ำ สถานที่การ

ออกกำลังกายกลางแจ้ง แต่ละส่วนอยู่กันกระจัดกระจายมีความต้องการให้เพิ่มปรับปรุงอุปกรณ์ที่มีคุณภาพ ทั้งออกกำลังกายและจัดกิจกรรมต่าง ๆ และสอดคล้องกับ ฟอง เกิดแก้ว (2540 : 112) ที่ได้กล่าวว่า การจัดบุคลากรเพื่อให้บริการในการบริหารจัดการแก่สมาชิกเพื่อการออกกำลังกาย การเต้นแอโรบิก การเดินอื่นๆ และรวมกับกิจกรรมกลางแจ้งนั้นบุคคลต้องพร้อมที่จะให้บริการ แนะนำ ช่วยเหลือ ดูแลอย่างเต็มที่ ไม่ก่อให้เกิดปัญหาในการบริหารจัดการ และสอดคล้องกับ กำโชค เผือกสุวรรณ (2542 : 88-89) ที่กล่าวว่า การบริหารจัดการกิจกรรมนันทนาการใดๆ ต้องมีปัจจัยองค์ประกอบเกี่ยวกับการบริหารที่สมบูรณ์ชัดเจน ปริมาณและคุณภาพ รวมทั้งผู้นำ ผู้บริหารจัดการ ต้องมีคุณลักษณะเฉพาะทางนันทนาการจึงจะเกิดประสิทธิผล กล่าวคือ อุปกรณ์เพียงพอ สถานที่เหมาะสม วิธีการถูกต้องทันสมัย บุคลากรผู้ให้บริการ ผู้สอน ผู้แนะนำ ผู้ช่วยเหลือมีคุณลักษณะของความเป็นคนดี คนเก่ง เก่งทักษะ คนเก่งบริการอยู่ด้วยกัน หากเป็น ดังกล่าวแล้วย่อมส่งผลอันดีงาม นำพึงพอใจต่อสมาชิกผู้มาร่วมกิจกรรมปัญหาต่างๆ ก็เกิดขึ้นน้อย

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะไว้เป็นด้านๆ ดังนี้

1. ด้านบุคลากร

ผู้นำควรเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ มีความเชี่ยวชาญ และเป็นแบบอย่างที่ดี ถูกต้อง มีเทคนิคการเดินหลายรูปแบบ มีมนุษยสัมพันธ์ดี ควรคำนึงถึงความปลอดภัยของสมาชิก ควรมีการแบ่งกลุ่มระดับความยากง่าย และควรจัดเจ้าหน้าที่ในการแนะนำอุปกรณ์การออกกำลังกาย

2. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ห้องสำหรับฝึกเต้นแอโรบิกไม่ควรที่จะคับแคบเกินไป ควรมีการปรับปรุงห้องน้ำ ห้องสำหรับผลิตเปลี่ยนเครื่องแต่งกายให้สะอาดเพียงพอกับจำนวนสมาชิก ควรมีตู้สำหรับเก็บสัมภาระของสมาชิกที่มาใช้บริการ และควรมีอุปกรณ์ที่มีมาตรฐานทันสมัย สอดคล้องกับเพศ อายุ และวัยของสมาชิก

3. ด้านการบริหาร

ควรมีการขยายเวลาการฝึกเต้นแอโรบิก อีกประมาณ 1 ชั่วโมง ควรจัดน้ำดื่ม เพื่อบริการสมาชิก ควรเพิ่มเอกสารเผยแพร่ความรู้ ข่าวสารที่ทันสมัยทันต่อเหตุการณ์ และควรจัดเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ในเรื่องของการใช้อุปกรณ์

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยในลักษณะการพัฒนารูปแบบการจัดการเต้นแอโรบิก
2. ควรมีการศึกษาตัวแปรกลุ่มอื่นๆ เพิ่มเติม

3. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับเรื่องการประเมินผลการจัดการต้นแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา. (2531). *คู่มือการใช้ศูนย์ฝึกและบริหารกาย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา.
- . (2537). *แอโรบิกแดนซ์ขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จารุเนตร.
- . (2538). *การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ*. กรุงเทพฯ :
นันทนาการ ฝ่ายส่งเสริมพลศึกษา กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ.
- กวิน คเชนทร์เดชา. (2529). *ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชน
ในหมู่บ้านจังหวัดชุมพร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- กำโชค เผือกสุวรรณ. (2542). *การบริหารจัดการทั่วไป*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์เฉลิมศรี.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2527). *นันทนาการชุมชน*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- จิราวัจน์ จันทรสิทธิ์. (2540). *ความต้องการการจัดการบริการด้านการออกกำลังกายและ
กิจกรรมนันทนาการของประชาชนในเขตเทศบาลภาคเหนือ*. วิทยานิพนธ์
กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อัดสำเนา.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2525). *ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริม
สุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. อัดสำเนา.
- เดชณรงค์ ศรีเมือง. (2543). *ความรู้เรื่องแอโรบิกเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ศิริภา.
- ธงชัย สันติวงษ์. (2540). *องค์การและการบริหาร*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิชย์.
- นพพร แก้วมาก. (2540). *ผลการเดินสแต็ปแอโรบิกและสไลด์แอโรบิกต่อสมรรถภาพการจับ
ออกซิเจน*. วิทยานิพนธ์ปริญญา กศ.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์. อัดสำเนา.
- นิยม บุญมี. (2540). *การจัดการทรัพยากรครอบครัวและชุมชน*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- บุญเลิศ กาญจนจงกล. (2525). *ปัญหาการจัดการและดำเนินการกีฬาเพื่อนันทนาการของ
รัฐวิสาหกิจในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ผกากรอง อุตสาหกรรม. (2543). *ผลของการฝึกแอโรบิกแดนซ์แบบแรงกระแทกสูงและแบบแรง
กระแทกต่ำที่มีต่อสมรรถภาพทางกายและสารเคมีในเลือด*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.
(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.

- พะยอม วงศ์สารศรี. (2537). *องค์การและการจัดการ*. กรุงเทพฯ : คณะวิทยาการจัดการ
วิทยาลัยครูสวนดุสิต.
- พิศิษฐ์ ดันทวนิช และคณะ. (2542). *การสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของเด็ก
ไทยด้านทักษะการจัดการ*. กรุงเทพฯ : กรมศาสนา. อัดสำเนา.
- พีระพงษ์ บุญศิริ. (2542). *นันทนาการเยาวชนและชุมชน*. เชียงใหม่ : สถาบันราชภัฏ
เชียงใหม่. อัดสำเนา.
- เพชรรัตน์ หิรัญชาติ. (2529). *ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริม
สุขภาพและสมรรถภาพทางกายของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนใน
กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ฟอง เกิดแก้ว. (2540). *การพลศึกษาและกีฬา*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ประสานมิตร.
- วีรกาญจน์ สินธุวงษ์นนท์. (2546). *ความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม
การกีฬาแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2545*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- วีรวัฒน์ ปัญญาบุรพา. (2537). *ความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย
เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกศูนย์สุขภาพ กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.
(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2529). *การบริหารการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
อักษรบัณฑิต.
- สมพงษ์ เกษมสิน. (2526). *การบริหาร*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิชย์.
- สายัน กุฎาคาร. (2536). *ความต้องการในการใช้บริการออกกำลังกายของผู้มาใช้ศูนย์ฝึกกีฬา
การกีฬาแห่งประเทศไทย*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ (2546). *การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ*.
กรุงเทพฯ : ฝ่ายวิจัย. อัดสำเนา.
- สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา. (2546). *คู่มือผู้นำแอโรบิกแดนซ์*. กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
เอกสารประกอบการอบรม. อัดสำเนา.
- สุตารัตน์ ปธานราษฎร์. (2545). *การบริหารและการบริหารจัดการ*. กรุงเทพฯ :
คณะวิทยาการจัดการ สถาบันราชภัฏจันทรเกษม. อัดสำเนา.
- สุปรานี ขวัญบุญจันทร์. (2534). *ความต้องการการบริการการออกกำลังกายของบุคลากร
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร*. กรุงเทพฯ : เอกสารงานวิจัย.
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

- แสงเพชร คูหาเรือง. (2527). *ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายของโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ศูนย์ฝึกและบริหารกาย. (2546). *คู่มือศูนย์ฝึกและบริหารกาย*. กรุงเทพฯ : สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา. สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. อัดสำเนา.
- Bovee, C.I. and other. (1993). *Management*. New York : McGraw-Hill.
- Burris, Manreen Smith. (1979). "The Effects of A Six-Week Aerobic Danced and Folk Dance Programs VS The Effects of A Six-Week Aerobic Jogging Programs on the cardiovascular Efficiency and Percent of Body Fat. In Postpubescent Gisris," *Dissertation Abstracts International*. 40 : 1344-A.
- Cronbach, L.J. (1970). *Essentials of Psychology Testing*. 5 th ed. New York : Marper Collin.
- French and Sawart. (1975). *Dictionary of Management*. Suffolk : Richard Clay.
- Holbrook James Edward. (1992, February). "Current Problems and Trends in Facility Planning for Health, Physical Education, Recreation and Athletics At colleges and Universities," *Dissertation Abstracts International*. 53 : 2735 – A.
- Krejcie, Robert V. & Morgan, Daryle M. (1970) "Determining Sample Size for Research Activities," *Educational and Psychological Measurement*. 30 (3) : 608.
- Ogura, and Yamaguchi. (1988). "A Longitudia Study of Fropout from a Fitness Club : A Case Study an Management Perspective," *Abstracts New Horizons of Human Movement*. 129.
- Weihrich, H. & Koontz, K. (1993). *Management*. New York : McGraw – Hill.
- Yamaguchi, Y. and K. Okada. (1988). "A study of adherence to a fitness club : A User's Perspective," *Abstracts New Horizons of Human Movement*. 128.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามในการวิจัย

แบบสอบถาม

เรื่อง

ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย
สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึง ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย ในฐานะที่ท่านเป็นสมาชิกของศูนย์ฝึกและบริหารกาย กรุณาตอบแบบสอบถาม และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกฯ เพื่อเป็นประโยชน์แนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาเกี่ยวกับการบริหารจัดการในศูนย์ฝึกฯ ต่อไป

2. แบบสอบถามชุดนี้ ผู้วิจัยจะนำไปใช้ในการศึกษาข้อมูลเพื่อการวิจัยเท่านั้น และจะถือเป็นความลับ

3. แบบสอบถามชุดนี้มี 3 ตอน

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับสภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นคำถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิกในศูนย์ฝึกและบริหารกาย 3 ด้าน คือ ด้านบุคลากร ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการ

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิดสำหรับข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

นางภูษิตา เจนจิตต์

นิสิตปริญญาโท วิชาเอกการจัดการนันทนาการ

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับสภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ()
ที่กำหนดให้ตามความเป็นจริง

1. เพศ

() ชาย

() หญิง

2. อายุ

() 40 ปีลงมา

() 41 ปีขึ้นไป

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการเดินแอโรบิก โปรดอ่านและ
พิจารณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหมายเลขระดับปัญหาที่ท่านคิดว่าตรงกับ
สภาพที่เกิดขึ้นจริงในศูนย์ฝึกและบริหารกาย

ข้อ	ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการ เดินแอโรบิก	ระดับปัญหา				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
	ด้านบุคลากร					
1.	จำนวนผู้นำกิจกรรมการเดินแอโรบิก					
2.	บุคลิกภาพและการวางตัวของผู้นำกิจกรรม แอโรบิก					
3.	ทักษะการถ่ายทอดวิธีการนำการเดินแอโรบิก					
4.	ความถูกต้องชัดเจนในการนำเดินแอโรบิก เป็นไปตามขั้นตอน					
5.	ความปลอดภัยของสมาชิกในการเดินแอโรบิก					
6.	ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลาของผู้นำ					
7.	การเลือกโปรแกรมการเดินแอโรบิกของผู้นำ					
8.	การแต่งกายของผู้นำการเดินแอโรบิก					
9.	เจ้าหน้าที่เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ในการให้บริการ					
10.	รูปแบบและท่าทางการเดินแอโรบิก					

ข้อ	ปัญหาของสมาชิกที่มีต่อการจัดการ เดินแอโรบิก	ระดับปัญหา				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
	ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก					
1.	ขนาดของห้องฝึกสำหรับการเดินแอโรบิก					
2.	ห้องสำหรับผลิตเปลี่ยนเครื่องแต่งกายภายใน ศูนย์ฯ					
3.	ปริมาณ จำนวนห้องอาบน้ำและห้องนํ้าภายใน ศูนย์ฯ					
4.	การดูแลรักษาความสะอาดภายในศูนย์ฯ					
5.	ปริมาณ จำนวนตู้เก็บของสำหรับผู้มาใช้บริการ					
6.	การดูแลรักษาความสะอาดห้องฝึกเดินแอโรบิก					
7.	ปริมาณและคุณภาพของน้ำดื่ม					
8.	คุณภาพและมาตรฐานของอุปกรณ์					
9.	คุณภาพและมาตรฐานของเครื่องเสียง					
10.	สภาพอากาศภายในห้องฝึกเดินแอโรบิก					
	ด้านการบริการ					
1.	การรับสมัครสมาชิกเดินแอโรบิก					
2.	บริการโดยรวมให้แก่สมาชิกแต่ละครั้ง					
3.	การบริการใช้อุปกรณ์เพื่อฝึกเดินแอโรบิก					
4.	ความรู้เกี่ยวกับการเดินแอโรบิก					
5.	การให้ความร่วมมือและช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ของเจ้าหน้าที่					
6.	ค่าใช้จ่ายในการมาใช้บริการแต่ละครั้ง					
7.	การให้บริการทดสอบสมรรถภาพ					
8.	การให้บริการการปฐมพยาบาล					

ตอนที่ 3 โปรดแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาการจัดการต้นแอโรบิก
ในศูนย์ฝึกกายบริหาร ในด้าน

1. ด้านบุคลากร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ด้านการบริการ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางภูษิตา เจนจิตต์
วันเดือนปีเกิด	วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2498
สถานที่เกิด	อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 99/149 ถนนติวานนท์ ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี รหัสไปรษณีย์ 11120
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	นักพัฒนาการศึกษา 7ว.
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สำนักงานพัฒนาการศึกษาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2513	มัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนวังไกลกังวล
พ.ศ. 2516	ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปว.ช.) เลขานุการ จากโรงเรียนพณิชยการสีลม
พ.ศ. 2525	ปก.ศ. สูง (พลศึกษา) จากวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ
พ.ศ. 2527	กศ.บ. (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (พลศึกษา)
พ.ศ. 2540	ประกาศนียบัตรบัณฑิต (การจัดการอบรม) จากมหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2547	วท.ม. (การจัดการนันทนาการ) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร