

เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ปริญญานิพนธ์
ของ
บุญรักษา ประเสริฐ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2552

เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ปริญญานิพนธ์
ของ
บุญรักษา ประเสริฐ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ

พฤษภาคม 2552

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

บทคัดย่อ
ของ
บุญรักษา ประเสริฐ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2552

บุญรักษา ประเสริฐ. (2552). เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบัน
การพลศึกษา. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: ผู้ช่วยศาสตราจารย์
เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง, ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์.

การวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ
นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต
และหาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย
ครั้งนี้ เป็นนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550
จำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการ
เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ วิเคราะห์ข้อมูลด้วย
สถิติพื้นฐาน การทดสอบที การทดสอบเอฟ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย กำลังศึกษา
อยู่ชั้นปีที่ 1 สังกัดคณะศึกษาศาสตร์ และอยู่ในภูมิภาคกลาง มีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี และ
มีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก
2. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้ง
วิทยาเขตต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน
3. เจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับ
การปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ มีค่าเท่ากับ .243

ATTITUDE AND PRACTICE RELATED TO RECREATION OF STUDENTS
AT INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION

AN ABSTRACT
BY
BUNRUKSA PRASERT

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Science Degree in Recreation Management
at Srinakharinwirot University

May 2009

Bunruksa Prasert. (2009). *Attitude and Practice Related to Recreation of Students at Institute of Physical Education*. Master thesis, M.S. (Recreation Management). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Asst. Prof. Dr. Paiboon Onmung, Asst. Prof. Panomsak Sawatpong.

The objectives of this research were to study difference of variabilities (sex, academic level, faculty, region of campus) affect to attitude and practice about recreation of the students at Institute of Physical Education, and to examine the relationship between attitude and practice. The samples, 400 students who studying a second semester in academic year 2007, were selected by stratified random sampling. The data was collected by questionnaires. The statistics used for data analysis were t-test, F-test and Pearson's correlation coefficient.

The results of research were as follows:

1. The students' attitude to recreation was nearly good and practice was at high level.
2. The characteristics of students: genders, academic level, faculty and the region of campus, had none significantly difference in attitude and practice about recreation.
3. The relationship between attitude and practice of students related to recreation was in the positive direction. ($r = .243$)

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ของ
บุญรักษา ประเสริฐ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)
วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2552

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง)

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกทวี พึ่งโพธิ์ทอง)

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เผือกสุวรรณ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เนื่องจากได้รับความเมตตา กรุณา และความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์ ที่ได้ให้คำปรึกษาและให้ความช่วยเหลือตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ เพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ถูกต้องและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น จนทำให้ผู้วิจัยสามารถทำปริญญานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เผือกสุวรรณ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ กนกวลี พึ่งโพธิ์ทอง ที่กรุณาเป็นกรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปริญญานิพนธ์ และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงปริญญานิพนธ์ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี อันเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัยอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านด้วยความเคารพอย่างสูง ที่ช่วยประสิทธิ์ประสาทวิชา ความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ให้แก่ผู้วิจัย ขอกราบขอบพระคุณ คุณอำไพ สวัสดิ์พงษ์ ที่ได้ให้คำแนะนำ สนับสนุน และชี้แนะในการศึกษาตลอดมา ขอขอบคุณข้าราชการ บุคลากร นักศึกษาและเจ้าหน้าที่ของสถาบันการพลศึกษาทุกท่านที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือในการทำวิจัยครั้งนี้

สุดท้ายขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อบุญรอด-คุณแม่อุษา ประเสริฐ และครอบครัว ที่คอยให้การสนับสนุน เป็นกำลังใจ และคอยห่วงใยผู้วิจัยเสมอมา ตลอดจนเพื่อนร่วมงาน เพื่อนนิสิต และผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีส่วนช่วยเหลือในการจัดทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี หากผลงานวิจัยมีสิ่งดีงามเป็นประโยชน์ ผู้วิจัยขออุทิศสิ่งดีงามแก่ผู้มีพระคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้

บุญรักษา ประเสริฐ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	3
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	3
ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
สมมุติฐานการวิจัย.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับนันทนาการ.....	6
ความหมายของนันทนาการ.....	6
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ.....	7
ความสำคัญของนันทนาการ.....	8
คุณลักษณะของนันทนาการ.....	9
ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ.....	9
ประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการ.....	11
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ.....	12
ความหมายของเจตคติ.....	12
การเกิดเจตคติ.....	13
องค์ประกอบของเจตคติ.....	14
ลักษณะของเจตคติ.....	15
การเปลี่ยนแปลงเจตคติ.....	16
การวัดเจตคติ.....	17
ข้อควรคำนึงในการวัดเจตคติ.....	18

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติ.....	19
ความหมายของการปฏิบัติ.....	19
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติ.....	20
การวัดการปฏิบัติ.....	20
ลักษณะของการวัดการปฏิบัติ.....	20
เทคนิคการเก็บข้อมูลและเครื่องมือวัดการปฏิบัติ.....	21
สถาบันการพลศึกษา.....	22
ประวัติความเป็นมาของสถาบันการพลศึกษา.....	22
ปรัชญา วิสัยทัศน์ และพันธกิจของสถาบันการพลศึกษา.....	23
การจัดการศึกษาของสถาบันการพลศึกษา.....	24
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	25
งานวิจัยในประเทศ.....	25
งานวิจัยต่างประเทศ.....	26
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	28
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	28
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	29
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	32
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	34
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	34
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	34
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	35
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	46
สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย.....	46
สรุปผลการวิจัย.....	47
อภิปรายผล.....	48

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 (ต่อ)	
ข้อเสนอแนะ.....	50
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป.....	51
บรรณานุกรม.....	52
ภาคผนวก.....	58
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย.....	59
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญ.....	65
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	67

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามภูมิภาค.....	29
2 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม ตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต.....	35
3 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา	36
4 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันพลศึกษา.....	36
5 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ.....	37
6 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ.....	37
7 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ.....	38
8 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ.....	38
9 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา.....	39
10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา.....	39
11 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา.....	39
12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา.....	40
13 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ.....	41
14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ.....	41
15 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ.....	41

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
16 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ.....	42
17 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต.....	43
18 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต.....	43
19 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต.....	43
20 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต.....	44
21 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและการปฏิบัติ เกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา.....	45

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเป็นกระบวนการที่ทำให้มนุษย์สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของตน สามารถดำเนินชีวิตในสังคม และสามารถเกื้อหนุนการพัฒนาประเทศได้อย่างเหมาะสม สถาบันอุดมศึกษาเป็นสถาบันหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญในกระบวนการดังกล่าว สถาบันอุดมศึกษาไทย มีภาระหน้าที่ 4 ประการ คือ การผลิตบัณฑิตที่ทรงความรู้และมีคุณธรรม ผลิตงานวิจัยที่มีคุณภาพ ให้การบริการทางวิชาการแก่สังคม และทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม (ประวิตร โหรา. 2543. ออนไลน์; อ้างอิงจาก ชาญวิทย์ เกษตรศิริ. 2542: 29) ซึ่งภารกิจสำคัญในการผลิตบัณฑิตนั้น นอกจากเป็นผู้ที่มีความรู้ทางวิชาการ รอบรู้ด้านวิทยาการขั้นสูงแล้ว ยังต้องเป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม และมีบุคลิกภาพที่เหมาะสม คือ พัฒนาให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านสติปัญญา ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังนั้นการที่จะพัฒนานักศึกษาให้มีความสมบูรณ์ตามคุณลักษณะที่ต้องการจำเป็นที่จะต้องอาศัยกระบวนการหรือกลวิธีที่จะช่วยให้เกิดการพัฒนา นั่นคือ กิจกรรมนันทนาการ

นันทนาการมีความสำคัญดังที่ พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์ (2548: 1) กล่าวว่า “ลักษณะของเวลากับการดำเนินชีวิตของเรามีลักษณะในส่วนที่สำคัญ 2 ประการ คือ เวลาของภารกิจ (Work) และเวลาที่ว่างจากภารกิจ (Non Work) ซึ่งทั้งสองลักษณะต้องมีความสัมพันธ์เชิงสมดุลแห่งชีวิต เพราะบุคคลที่ประกอบภารกิจอย่างเคร่งเครียด ไม่รู้จักการผ่อนคลาย ย่อมกระทบต่อการดำเนินชีวิตได้ เวลาที่ว่างจากภารกิจ เรียกว่า เวลาว่าง (Leisure) มนุษย์จำเป็นต้องสนใจการดำเนินชีวิตที่มีความมั่นคงปลอดภัยเป็นสุขจึงต้องให้รู้จักหน้าที่และใช้เวลาอย่างเหมาะสมกับชีวิต” นายทินกร นามบุญจิตต์ ผู้อำนวยการสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล, 2546 : คำนำ) กล่าวว่า “สาระและสิ่งสำคัญของนันทนาการ คือ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ชอบ และเหมาะสม ดังนั้นควรใช้เวลาว่างให้เกิดความสุข เพลิดเพลิน สร้างประสบการณ์ชีวิต และความสัมพันธ์กับบุคคลที่มาร่วมกิจกรรมด้วยกัน ชีวิตจำเป็นต้องอาศัยนันทนาการเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ การเลือกวิธีการผ่อนคลายในยามว่าง หรือในเวลาอิสระด้วยกิจกรรมนันทนาการจะทำให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี ช่วยตนเองและสังคมให้เกิดความสุข ดึงงาม หรือเกิดประโยชน์ทั้งตนเองและผู้อื่น” และสมบัติ กาญจนกิจ (2544: 31) กล่าวว่า “ศาสตร์แห่งนันทนาการเป็นศาสตร์ที่มีสาระส่งผลให้เกิดการพัฒนาบุคคลให้มีบุคลิกภาพสง่างาม มีอารมณ์แจ่มใส จิตใจสงบ จิตใจมีสมรรถภาพ และจิตใจดี ส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน มีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งตนเองและสังคม” กล่าวโดยสรุป คือ กิจกรรมนันทนาการสามารถส่งผลโดยตรงช่วยให้นักศึกษามีบุคลิกภาพดี มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมได้

นันทนาการเป็นกระบวนการในการพัฒนาประสบการณ์ หรือพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลหรือสังคม โดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เป็นสื่อในช่วงเวลาว่าง อิสระ โดยที่บุคคลเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ หรือมีแรงจูงใจแล้วส่งผลให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุข สนุกสนาน และสงบสุข (ทิฆัมพร งามชาลี. 2547: 2) และแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอันเป็นผลเนื่องมาจากประสบการณ์ความรู้ที่สถาบันมอบให้ย่อมเกิดความสัมพันธ์ผลโดยง่ายในเรื่องความรัก ความศรัทธา ความสนใจและเอาใจใส่ เป็นผลต่อนักศึกษาในการนำไปสร้างความมั่นคงของการเรียนรู้มากยิ่งขึ้น อันหมายถึง เจตคติที่ดีต่อนันทนาการนั่นเอง และทำนองเดียวกัน เมื่อนักศึกษามีเจตคติที่ดีแล้วจะมีพฤติกรรมสนใจ เอาใจใส่ที่จะฝึกฝนปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ทางนันทนาการมากขึ้น เนื่องจากแรงจูงใจเป็นสิ่งที่ผลักดันให้บุคคลมีพฤติกรรม และยังกำหนดทิศทางและเป้าหมายของพฤติกรรมนั้นด้วย แรงจูงใจภายใน (intrinsic motives) คือ เจตคติ ความคิดเห็น ความสนใจ ความตั้งใจ อิทธิพลเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรมค่อนข้างถาวร (ความหมายของแรงจูงใจ... 2551: ออนไลน์) เมื่อนักศึกษามีพฤติกรรมค่อนข้างถาวรทางนันทนาการจนเป็นคุณลักษณะประจำตัวของนักศึกษาย่อมส่งผลให้นักศึกษาเกิดบุคลิกภาพที่ดีทั้งภายนอกและภายใน

สถาบันการพลศึกษาเป็นสถาบันอุดมศึกษา ในกระทรวงการทองเที่ยวและกีฬา ที่ก่อกำเนิดขึ้นอย่างเป็นทางการตั้งแต่วันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2548 โดยพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2548 มีภารกิจเช่นเดียวกับสถาบันอุดมศึกษาทั่วไป แต่เน้นการผลิตและพัฒนาบุคลากรทางการศึกษา การกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ และนันทนาการ เปิดการเรียนการสอนใน 3 คณะ ได้แก่ คณะศึกษาศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ และคณะศิลปศาสตร์ โดยมีสาขาวิชานันทนาการในทั้ง 3 คณะ

จากที่กล่าวข้างต้นสถาบันการพลศึกษาเป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาที่เน้นการผลิตบัณฑิตทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา และนันทนาการ จึงเป็นแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการที่ดี คือมีความพร้อมทั้งด้านสถานที่และบุคลากรในการมอบความรู้ ประสบการณ์ และทักษะทางนันทนาการให้แก่ นักศึกษา จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยอยากทราบผลสัมฤทธิ์ของสถาบันการพลศึกษาว่ามีผลทำให้นักศึกษาเกิดเจตคติและมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการอย่างไร จึงสนใจที่จะศึกษาเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา เพื่อให้ผลของการวิจัยเป็นประโยชน์แก่สถาบันการพลศึกษาในการจัดการเรียนการสอน การพัฒนางานด้านกิจการนักศึกษา และการจัดการทางนันทนาการต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบระดับเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา และความสัมพันธ์ เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปพิจารณาจัดการเรียนการสอน พัฒนาการบริหารงานด้านกิจการนักศึกษา และการจัดการทางนันทนาการของสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ทั้งหมดจำนวน 8,498 คน (สถาบันการพลศึกษา. 2550: ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ทั้งหมดจำนวน 8,498 คน การประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie;& Morgan. 1970: 608 - 609) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 367 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็นดังนี้
 - 1.1 เพศ
 - 1.2 ชั้นปีที่กำลังศึกษา
 - 1.3 คณะ
 - 1.4 ภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษา
สถาบันการพลศึกษา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **สถาบันการพลศึกษา** หมายถึง หน่วยงานที่เป็นสถาบันการศึกษาในระดับปริญญาตรี ซึ่งจัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2548 สังกัดกระทรวงการ
ท่องเที่ยวและกีฬา มีวิทยาเขต 17 แห่ง

2. **นักศึกษา** หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ศึกษาในสถาบันการพลศึกษา
ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550

3. **เพศ** หมายถึง เพศของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา แบ่งเป็น 2 ลักษณะดังนี้

3.1 ชาย

3.2 หญิง

4. **ชั้นปีที่กำลังศึกษา** หมายถึง ชั้นปีของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ที่ศึกษาอยู่
ในปีการศึกษา 2550 แบ่งเป็น 4 ชั้นปี ดังนี้

4.1 ชั้นปีที่ 1

4.2 ชั้นปีที่ 2

4.3 ชั้นปีที่ 3

4.4 ชั้นปีที่ 4

5. **คณะ** หมายถึง คณะที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่ แบ่งเป็น 3 คณะ ดังนี้

5.1 คณะศึกษาศาสตร์

5.2 คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

5.3 คณะศิลปศาสตร์

6. **ภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต** หมายถึง ที่ตั้งของสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขต 17
แห่ง แบ่งตามภูมิภาค ดังนี้

6.1 ภาคเหนือ ได้แก่ วิทยาเขตเชียงใหม่ วิทยาเขตลำปาง และวิทยาเขต
สุโขทัย

6.2 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ วิทยาเขตอุดรธานี วิทยาเขตศรีสะเกษ
วิทยาเขตมหาสารคาม วิทยาเขตชัยภูมิ และวิทยาเขตเพชรบูรณ์

6.3 ภาคกลาง ได้แก่ วิทยาเขตอ่างทอง วิทยาเขตสุพรรณบุรี วิทยาเขต
กรุงเทพ วิทยาเขตสมุทรสาคร และวิทยาเขตชลบุรี

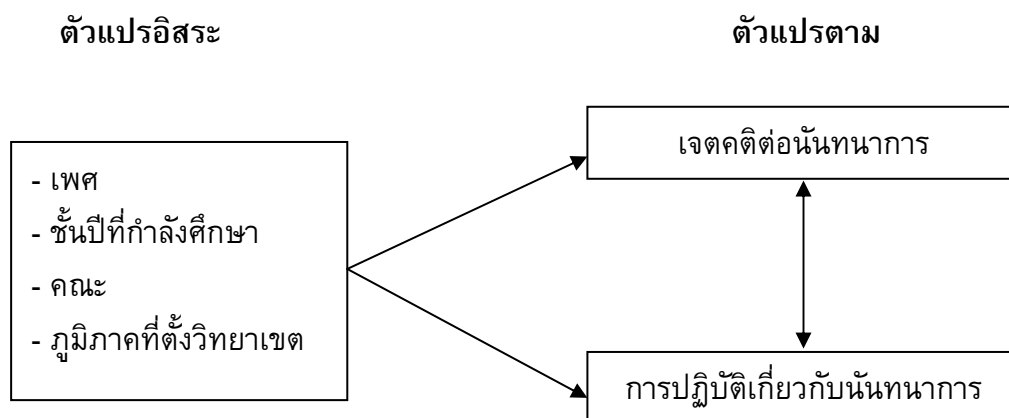
6.4 ภาคใต้ ได้แก่ วิทยาเขตกระบี่ วิทยาเขตตรัง วิทยาเขตชุมพร และ
วิทยาเขตยะลา

7. **นันทนาการ** หมายถึง กิจกรรมที่ทำในเวลาว่างของนักศึกษา ซึ่งเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ กิจกรรมนั้นไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม รวมทั้งกฎหมายของบ้านเมือง และทำให้เกิดการพัฒนาทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

8. **เจตคติต่อนันทนาการ** หมายถึง ความรู้สึก ความคิดเห็น และท่าทีต่อนันทนาการของนักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษา อันเกิดจากการเรียนรู้ การได้รับประสบการณ์ที่แสดงออกให้เห็นโดยพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง

9. **การปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ** หมายถึง การกระทำ การแสดงออกของนักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษาในเรื่องของกิจกรรมนันทนาการ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมุติฐานในการวิจัย

1. นักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษาที่มีเพศต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
2. นักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
3. นักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษาที่สังกัดคณะต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
4. นักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
5. เจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาศาสนาบันการพลศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง
 - 1.1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับนันทนาการ
 - 1.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ
 - 1.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติ
 - 1.4 สถาบันการพลศึกษา
 - 1.5 การจัดการศึกษาของสถาบันการพลศึกษา
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - งานวิจัยต่างประเทศ
 - งานวิจัยในประเทศ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการนันทนาการ

ความหมายของนันทนาการ

คำว่า “นันทนาการ” “นันท” หมายถึง ความร่าเริงสนุกสนาน เมื่อสนธิกับคำว่า อาการ เป็น นันทน + อาการ เป็น นันทนาการ หมายถึง ลักษณะอาการแห่งความสนุกสนานร่าเริง หรือการทำให้สนุกสนานร่าเริงระทึกใจ นันทนาการจึงจัดเป็นกิจกรรมเพื่อความสนุกสนานและผ่อนคลาย (พีระพงศ์ บุญศิริ. 2542: 29)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ให้ความหมายว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ทำตามสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน และผ่อนคลายความตึงเครียด

ชาร์ล เค ไบรท์บิล และฮาโรลด์ ดี เมเยอร์ (Charles K. Brightbill; & Harold D. Mayer. 1963) ได้ให้ความหมายว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลเข้าร่วมด้วยความสมัครใจในเวลาว่างโดยมีความพอใจหรือความสุขใจเป็นเครื่องจูงใจ และเป็นมูลฐานเบื้องต้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ

พีระพงศ์ บุญศิริ (2542: 30) ให้ความหมายว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่กระทำในเวลาว่าง โดยมีความพึงพอใจ สมัครใจ ไม่มีการบังคับ และได้รับความสุขเพลิดเพลินใจจากการเข้าร่วมกิจกรรมนับว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการ

ซูซีฟ เยาวพัตน์ (2543: 21) ได้ให้ความหมายว่า นันทนาการ (Recreation) หมายถึง กิจกรรมที่คนเราใช้เวลาว่างจากภารกิจงานประจำโดยเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ และกิจกรรมที่ต้องไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม และกฎหมายบ้านเมือง เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนา หรือความเจริญงอกงามทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จนรู้สึกมีความสุขสดชื่นกลับคืนสู่สภาวะปกติ

ดาร์ณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2546: 9) กล่าวถึงความหมายของนันทนาการไว้อย่างหลากหลาย ในความหมายหนึ่ง นันทนาการ หมายถึง กิจกรรม (Activities) ต่าง ๆ ที่บุคคลเข้าร่วมในเวลาว่าง โดยไม่มีการบังคับหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ มีผลก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุข รวมทั้งความสนุกสนาน หรือความสงบสุขและกิจกรรมนั้น ๆ จะต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีความหลากหลาย เช่น กิจกรรมศิลปหัตถกรรม กิจกรรมอาสาสมัคร ศิลปวัฒนธรรม งานอดิเรก การละคร ดนตรี นันทนาการกลางแจ้งนอกเมือง เป็นต้น

สรุปได้ว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ทำในเวลาว่างของบุคคล ซึ่งเข้าร่วมโดยความสมัครใจ โดยมีความพอใจหรือความสุขเป็นมูลเหตุเบื้องต้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ และกิจกรรมนั้นไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม รวมทั้งกฎหมายของบ้านเมือง และทำให้เกิดการพัฒนา หรือความเจริญงอกงามทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จนรู้สึกมีความสุขสดชื่นกลับคืนสู่สภาวะปกติ

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ

ทฤษฎีทางนันทนาการมีความสำคัญในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ ตามที่เอนก หงษ์ทองคำ (2542: 10) ได้รวบรวมไว้ มีดังนี้

1. ทฤษฎีพลังงานส่วนเกิน (Surplus energy) ของซิลเลอร์และสเปนเซอร์ (Shiller & Spencer) กล่าวว่า มนุษย์ใช้พลังงานส่วนที่เหลือเพื่อการเล่น เพื่อความสนุกสนาน
2. ทฤษฎีสัญชาตญาณ (Instinct) ของเจมส์ แมกดูกัล (James McDougall) กล่าวว่า การเล่นเกิดขึ้นโดยสัญชาตญาณ ซึ่งมีอยู่แล้วในมนุษย์และสัตว์
3. ทฤษฎีการผ่อนคลายความตึงเครียด (Relaxation) ของแพททริก (Patrick) กล่าวว่า การเล่นก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน เกิดความพึงพอใจ และคลายความตึงเครียด
4. ทฤษฎีทางนันทนาการ (Recreation) ของกาเมส (Games) กล่าวว่า การเล่นเป็นอิริยาบถตามธรรมชาติ เป็นการสร้างความสดชื่น และฟื้นฟูพลัง
5. ทฤษฎีการระบายอารมณ์ (Catharsis) ของอริสโตเติล (Aristotle) กล่าวว่า การเล่นเป็นการระบายออกของอารมณ์ที่ถูกบีบคั้น
6. ทฤษฎีการแสดงออกแห่งตน (Self-expression) ของมิทเชลและเมสัน กล่าวว่า การเล่นเป็นการกระตุ้นตามธรรมชาติของมนุษย์ให้แสดงออกถึงศักยภาพที่มีอยู่

7. ทฤษฎีสังคมประสานสัมพันธ์ (Social contact) ของ คีซิง (Keesing) กล่าวว่า การเล่นเป็นกิจกรรมทางสังคมของมนุษย์ที่ผสมผสานสัมพันธ์ของสังคม

8. ทฤษฎีการบุกเบิกสร้างสรรค์ (Creative exploration) ของเบอร์ลิง (Berlyng) กล่าวว่า การเล่นเป็นพฤติกรรมที่มีสิ่งเร้า เป็นแรงกระตุ้น เพื่อค้นหาความตื่นเต้น ความสนุก ความพึงพอใจ

ความสำคัญของนันทนาการ

กิจกรรมนันทนาการมีความสำคัญและจำเป็นต่อการดำรงชีวิต ซึ่งพอจะสรุปเป็นประเด็น (สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ. 2551: 4) ได้ดังนี้

1. ความสำคัญต่อตัวเอง คนทุกคนหากได้แสดงออก ได้พูดจา ได้ร้องเพลง ได้ออกกำลังกาย ได้พักผ่อน ได้พักผ่อนหย่อนใจกับธรรมชาติ ฯลฯ จะมีความปิติสุข มีความสนุกสนาน อารมณ์แจ่มใส ไม่เครียด สุขภาพก็จะดีพร้อมที่จะประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีคุณภาพ กิจกรรมเหล่านั้นเป็นองค์ประกอบของนันทนาการทั้งสิ้น และเป็นองค์ประกอบตามธรรมชาติของมนุษย์นั่นเอง

2. ความสำคัญด้านประชากรและสังคม กล่าวคือ นันทนาการเป็นสื่อสำคัญในการพัฒนามนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังนั้นนันทนาการจึงมีความสำคัญต่อประชากรในสังคม

3. ความสำคัญต่อครอบครัว สภาพสังคมปัจจุบันทำให้สมาชิกในครอบครัวขาดโอกาสและบรรยากาศที่จะได้อยู่ร่วมกันพร้อมหน้าพร้อมตาหรือมีความสัมพันธ์กันแน่นแฟ้นเหมือนในสมัยก่อน กิจกรรมนันทนาการสามารถเป็นสื่อในการเสริมสร้างบรรยากาศให้เกิดความอบอุ่นในครอบครัวได้ ช่วยลดช่องว่างทำให้สมาชิกในครอบครัวได้รู้จักบทบาทและหน้าที่รับผิดชอบของตนเอง

4. ความสำคัญด้านชุมชน นันทนาการช่วยในการพัฒนาชุมชนได้หลายด้าน เช่น

4.1 ช่วยสร้างคนให้เป็นผู้มีเหตุผล การที่ได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น การอาสาสมัคร การบำเพ็ญประโยชน์ ทำให้เป็นผู้ที่มีเหตุผล รู้จักเสียสละ และช่วยเหลือผู้อื่น

4.2 ช่วยลดปัญหาอาชญากรรม การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ถูกต้องตามขนบธรรมเนียมประเพณีในชุมชน ช่วยลดอบายมุข แก้ไขพฤติกรรมที่หมกมุ่นกับสิ่งที่สังคมไม่พึงปรารถนา ทั้งนี้จะต้องอาศัยการควบคุมดูแลและช่วยเหลือเอาใจใส่ เอื้ออาทรซึ่งกันและกัน

4.3 ช่วยสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดี กิจกรรมนันทนาการครอบคลุมไปถึงการจัดสภาพแวดล้อมให้เกิดความสวยงาม การส่งเสริมและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมเป็นการป้องกันและแก้ไขมลภาวะและสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ ส่งเสริมสมดุลแห่งธรรมชาติ

5. ความสำคัญต่อประเทศชาติ กิจกรรมนันทนาการช่วยส่งเสริมความรัก ความสามัคคี สร้างความสงบสุขในชาติ เมื่อประชากรได้มีโอกาสเล่นหรือออกกำลังกาย และมีจิตใจแจ่มใส มีสังคมดีปราศจากภาวะความเครียด ปัญหาต่าง ๆ ก็มีน้อย ประเทศชาติก็สงบสุข

คุณลักษณะของนันทนาการ

สำนักส่งเสริมและพัฒนา นันทนาการ (2551: 5 - 7) ได้แบ่งคุณลักษณะของกิจกรรมนันทนาการ มีดังนี้

1. กิจกรรมนันทนาการต้องประกอบหรือเกี่ยวข้องกับกิจกรรมรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเสมอ ได้แก่ กิจกรรมทางกาย กิจกรรมทางจิตใจหรือสมอง หรือกิจกรรมทางอารมณ์ ในการปฏิบัติจริงนั้น ผู้ประกอบกิจกรรมนันทนาการจะใช้พลังงานทั้ง 3 ด้านไปพร้อม ๆ กันเสมอ
2. กิจกรรมนันทนาการมีหลายรูปแบบ ขึ้นอยู่กับความพอใจของบุคคลเป็นสำคัญ ซึ่งย่อมแตกต่างกันไปตามสถานภาพ
3. นันทนาการต้องอาศัยแรงจูงใจ
4. กิจกรรมนันทนาการเกิดขึ้นในเวลาว่าง
5. การเข้าร่วมประกอบกิจกรรมนันทนาการเป็นไปด้วยความสมัครใจ
6. กิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งสากล
7. กิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งจริงจังและมีความมุ่งหมาย
8. กิจกรรมนันทนาการสามารถยืดหยุ่นได้
9. กิจกรรมนันทนาการมีผลพลอยได้ เช่น ด้านสุขภาพกายและจิต ด้านคุณธรรม จริยธรรม ความรัก ความสามัคคี ความเข้าใจอันดีต่อกัน
10. กิจกรรมนันทนาการมีไว้เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน
11. กิจกรรมนันทนาการเป็นประโยชน์ สร้างสรรค์ และเป็นที่ยอมรับของสังคม

ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

สำนักส่งเสริมและพัฒนา นันทนาการ (2550: 10) ได้กำหนดกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 11 ประเภท ได้แก่

1. ศิลปหัตถกรรม (Art and Crafts) หมายถึง การประดิษฐ์สิ่งต่าง ๆ ด้วยมือ หรืองานด้านศิลปะที่ทำขึ้นด้วยมือในเวลาว่างและไม่ได้ทำเป็นอาชีพหรือหวังผลกำไร เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะ ความสามารถในการใช้มือสร้างงานฝีมือให้แก่ชุมชน เพื่อพัฒนาอารมณ์ สังคม และสติปัญญา เช่น งานไม้ เย็บปักถักร้อย การวาดภาพ แกะสลัก งานประดิษฐ์อุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ฯลฯ

2. เกมกีฬา (Games & Sports) เป็นกิจกรรมที่ต้องการความสัมพันธ์กันระหว่างทักษะการเคลื่อนไหว สถิติปัญญา ความอดทน และพลังกำลังของร่างกายในการประกอบกิจกรรม ซึ่งบางกิจกรรมจะมีการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น ลูกบอล ไม้ตีแร็กเกต และถุงมือ ฯลฯ โดยมากมักจะจัดกิจกรรมประเภทนี้ในสถานที่ที่เป็นบริเวณกว้าง เช่น สนามหญ้า โรงยิมเนเซียม ลานกว้าง เป็นต้นในการเล่นหรือการแข่งขันก็จะมีกติกาในการเล่นตายตัวเฉพาะกีฬาแต่ละชนิดเพื่อให้เกิดการแข่งขันที่เสมอภาค สนุก และท้าทาย ดังนั้น กิจกรรมนันทนาการประเภทเกมกีฬาจึงเป็นกิจกรรมที่สนุกสนาน ตื่นเต้น และท้าทายความสามารถของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทั้งยังมีหลากหลายกิจกรรมสามารถเลือกเข้าร่วมได้ เหมาะสมทุกเพศ ทุกวัย รวมทั้ง คนพิการ ดังนั้นกิจกรรมประเภทนี้จึงได้รับความนิยมสูงและมากขึ้นเรื่อย ๆ ในปัจจุบันทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ

3. การเต้นรำ (Dances) เป็นกิจกรรมการแสดงผ่านการเคลื่อนไหว เป็นการแสดงของมนุษย์ ในความสามารถที่จะเคลื่อนไหว ซึ่งท่าทางต่าง ๆ ถูกใช้เป็นสัญลักษณ์ของกิจกรรมในชีวิตมนุษย์และวัฒนธรรม การเต้นรำเป็นการแสดงออกถึงอารมณ์และเหตุการณ์ต่าง ๆ ความสุข เสียใจ ความรัก สงคราม การบูชา ฯลฯ

4. การละคร (Drama) เป็นกิจกรรมที่มีการแสดงออกทางอารมณ์หรือกิจกรรมของชีวิตประจำวัน การสร้างความรู้สึกของการแสดงออกแห่งตน

5. งานอดิเรก (Hobby) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณค่าชีวิตของมนุษย์ ตั้งแต่เด็ก เยาวชน และผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมการสร้างประสบการณ์ชีวิต เป็นการบำบัดทางกายและจิตใจ ส่งเสริมโอกาสให้บุคคลเลือกกิจกรรมตามความสนใจ สัมผัส และกระทำด้วยความเต็มใจในช่วงเวลาอิสระ เวลาว่าง และเพื่อพัฒนาคุณค่าชีวิตของบุคคลและสังคม

6. การดนตรีและเพลง (Music) ดนตรีเป็นภาษากลางที่ใช้สื่อสาร หรือถ่ายทอดความรู้สึกของมวลมนุษยชาติ เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน บุคคล ชุมชน ค้นเคยกับดนตรี ทั้งในด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การแสดงออกแห่งตน การท้าทาย การแสดงความสามารถขั้นสูงสุดที่บุคคลจะพึงกระทำได้ ดนตรีเป็นการระบายอารมณ์ เป็นการผ่อนคลายความเครียดขณะทำงานหรือเวลาว่าง กล่าวโดยสรุปดนตรีเป็นนันทนาการที่ต้องควบคู่กับสังคม เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันมีบทบาทต่อบุคคล ชุมชน สังคม และประเทศชาติ

7. กิจกรรมนอกเมือง (Outdoor recreation) เป็นกิจกรรมหลากหลายที่ส่งเสริมให้บุคคลใกล้ชิดธรรมชาติ สภาพแวดล้อม ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของบุคคลและสังคม

8. วรรณกรรม การอ่าน พูด เขียน (Reading, Speaking and Writing) เป็นการส่งเสริมให้บุคคลทุกเพศทุกวัยได้พัฒนาทักษะความรู้ ความสามารถ และเข้าร่วมได้อย่างประหยัดทุกระดับ ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน เป็นการแสดงออกแห่งตนอย่างสร้างสรรค์ เกิดการพัฒนาจินตนาการ

9. กิจกรรมทางสังคม (Social recreation) เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมโอกาส สร้างมนุษยสัมพันธ์ ความเข้าใจ และความสามัคคีอันดีต่อเพื่อนมนุษย์ โดยใช้กิจกรรมนันทนาการ สอดแทรกกับกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อการสร้างสรรค์ทางสังคม

10. กิจกรรมพิเศษ (Special events) เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นในโอกาสเทศกาลพิเศษ ที่เปิดโอกาสให้ชุมชนได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่ออนุรักษ์ขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม อันจะนำไปสู่ความรักใคร่ สามัคคี สร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน

11. กิจกรรมอาสาสมัคร (Voluntary services) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมในเรื่องคุณธรรม จริยธรรม การให้และการรับ การร่วมมือของชุมชนเพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะและสร้างคุณภาพชีวิต ก่อให้เกิดความพึงพอใจและการพัฒนาจิตใจของบุคคลและสังคม โดยปราศจากสินจ้างรางวัล อันจะนำไปสู่การพัฒนาชุมชนและประเทศชาติ

ประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการ

อาร์มอนด์ นาวากาญจน์ (2541: 12 – 13) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของนันทนาการ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม
2. ช่วยส่งเสริมให้คนที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการมีสุขภาพจิตดีขึ้น มีจิตใจแจ่มใส ลดกังวลใจ uly คลายทุกข์ ปราศจากความเครียด รู้จักสร้างอารมณ์ขัน ซึ่งจะช่วยป้องกันปัญหาโรคจิตได้
3. ลดปัญหาเกี่ยวกับอาชญากรรมและความประพฤติที่ไม่เหมาะสมของเด็กและเยาวชน เช่น ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาทะเลาะวิวาท ชู้สาว หลบหนีการเรียน ใช้สารเสพติดให้โทษ เล่นการพนัน ซึ่งปัญหาดังกล่าวเกิดขึ้นเนื่องจากไม่รู้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
4. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี รู้จักรักหมู่คณะ เสียสละเพื่อส่วนรวม การที่พลเมืองของชาติรู้จักบำรุงรักษาสุขภาพ รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ไม่สร้างความเดือดร้อนแก่สังคม ไม่เห็นแก่ตัว มีคุณธรรมประจำใจ ช่วยเหลือสังคม โดยการให้พลเมืองเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามโอกาส
5. เพื่อบำรุงขวัญพลเรือน ตำรวจ ทหาร ผู้ปฏิบัติหน้าที่เสี่ยงอันตรายในการป้องกันประเทศตามชายแดนซึ่งหาเวลาพักผ่อนหย่อนใจยาก กิจกรรมนันทนาการจึงควรนำมาใช้ในการบำรุงขวัญและสร้างกำลังใจให้แก่บุคคลเหล่านี้ในยามว่างจากการปฏิบัติงาน
6. ช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกายจากอาการไข้ กิจกรรมนันทนาการช่วยให้คนป่วยหายเร็วขึ้น มีกำลังใจที่จะมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า
7. ช่วยให้สมาชิกในหน่วยงานต่าง ๆ ได้สนิทสนม สามัคคียิ่งขึ้น เพราะกิจกรรมนันทนาการสร้างให้เกิดสังคมที่ดี

8. ช่วยเพิ่มผลผลิตและได้ผลผลิตที่มีคุณภาพ โดยใช้กิจกรรมนันทนาการเป็นตัวเร่งหรือกระตุ้นการทำงานจนลืมความเหน็ดเหนื่อย

9. ช่วยให้รู้จักสงวนรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้เหลือไว้เป็นที่พักผ่อนหย่อนใจสำหรับส่วนรวม เป็นที่เจริญตาเจริญใจแก่ผู้พบเห็น ทุกคนสามารถใช้ประโยชน์ร่วมกันได้และสืบทอดเป็นมรดกแก่อนุชนรุ่นหลัง

บัตเลอร์ (Butler. 1959: 35) ได้กล่าวถึงคุณค่าทางนันทนาการที่มีต่อมนุษย์ มีดังนี้ คือ

1. นันทนาการเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์
2. นันทนาการ คือ ทางออกที่ดีของการแสดงออก และการพัฒนาตนเอง
3. การเล่นหรือนันทนาการช่วยให้เด็กมีความเจริญเติบโต และมีประสบการณ์ที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตเมื่อเจริญวัยขึ้น
4. ช่วยให้เด็กมีความกระตือรือร้นในชีวิต และกิจกรรมต่าง ๆ ช่วยให้ได้มาซึ่งทักษะที่จำเป็นสำหรับชีวิตในภายหลัง
5. สำหรับผู้ใหญ่ นันทนาการเป็นการแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ และเป็นการคบหาสมาคมซึ่งกันและกัน
6. นันทนาการเป็นวิธีหาความสุข ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสมดุลในชีวิตกับการทำงาน การพักผ่อน ความรัก และความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ

ความหมายของเจตคติ

เจตคติ (Attitude) มาจากคำว่า “Aptus” ในภาษาละติน ซึ่งตรงกับคำว่า ความเหมาะสม (Fitness) (ศักดิ์ สุนทรเสนี. 2531: 1) เดิมใช้คำว่า ทศนคติ ต่อมาคณะกรรมการบัญญัติศัพท์ของกระทรวงศึกษาธิการโดยความเห็นชอบของราชบัณฑิตยสถานให้ใช้คำว่า “เจตคติ” แทน (รักษศิริ สิทธิโชค. 2532: 43) และราชบัณฑิตยสถานได้บัญญัติศัพท์คำว่า “Attitude” เป็นภาษาไทยว่า ท่าที หรือความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (ราชบัณฑิตยสถาน. 2546: 321) นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายของเจตคติไว้ ดังนี้

เธอร์สตัน (Thurstone. 1967: 49) ได้กล่าวว่า เจตคติ เป็นตัวแปรทางจิตวิทยาชนิดหนึ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย แต่เป็นความโน้มเอียงทางจิตภายใน แสดงออกให้เห็นโดยพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง และเจตคดียังเป็นความชอบ ไม่ชอบ ความลำเอียง ความคิดเห็น ความรู้สึก และความเชื่อมั่นในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

มันน์ (Munn. 1972: 610) กล่าวว่า “เจตคติ” หมายถึง ความรู้สึก (Feeling) และความคิดเห็น (Opinion) ของบุคคลต่อสิ่งของ บุคคล สถานการณ์ สถาบัน และข้อเสนอดังใด ๆ ในทางที่ยอมรับ หรือปฏิเสธ ซึ่งมีผลทำให้บุคคลพร้อมที่จะแสดงปฏิกิริยาตอบสนองด้วย

ไทรแอนดิส (Triandis. 1973: 2) ได้ให้ความหมายของเจตคติว่า เป็นความรู้สึก หรืออารมณ์ที่ประสมมาจากความรู้สึก ความเข้าใจ จากประสบการณ์ ความคิดเห็น ซึ่งทำให้บุคคลพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องในทิศทางที่ประเมินไว้

อนาสตาซิ (Anastasi. 1976: 541) ได้ให้ความหมายของเจตคติว่า เจตคติเป็นความโน้มเอียงที่แสดงออกว่าชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งต่าง ๆ เช่น เชื้อชาติ ขนบธรรมเนียม ประเพณี หรือสถาบันต่าง ๆ เป็นต้น เจตคติ ไม่สามารถจะเห็นได้โดยตรงแต่สามารถสรุปอ้างจากพฤติกรรมภายนอกได้

บุญเรือน ปรีชาธรรมรัตน์ (2535: 13) ได้ให้ความหมายของเจตคติ ดังนี้ เจตคติเป็นความคิดเห็น ซึ่งประกอบด้วยความรู้ ความรู้สึก และแนวโน้มของบุคคลที่จะปฏิบัติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ซึ่งความคิดเห็นเหล่านี้เป็นผลเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อม ประสบการณ์ การเรียนรู้ของแต่ละบุคคล

อัมพา ซองทุมรินทร์ (2542: 11) ได้ให้ความเห็นดังนี้ เจตคติเป็นเรื่องเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อาจเป็นบุคคลหรือสิ่งของ และเป็นตัวที่จะชี้แนวทางในการแสดงพฤติกรรม ถ้ามีเจตคติไม่ดีจะถอยหนี หรือต่อต้าน ถ้ามีเจตคติที่ดีจะแสดงออกโดยการเข้าร่วม เจตคติจึงเป็นพื้นฐานของพฤติกรรมของมนุษย์

วนิดา แก้วกุลบุตร (2547: 24) ได้ให้ความเห็นว่า เจตคติ หมายถึง ท่าที และความรู้สึกของบุคคลที่เกิดจากความคิด ประสบการณ์ที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่เป็นบุคคล วัตถุ สิ่งของ และสถานการณ์ อาจมีทิศทางในทางบวก หรือทางลบ

สรุปได้ว่า เจตคติ คือ ความรู้สึก ความคิดเห็น และท่าทีของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อันเกิดจากการเรียนรู้ การได้รับประสบการณ์ ที่แสดงออกให้เห็นโดยพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง

การเกิดเจตคติ

ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดเจตคติ ออสแคมป์ (Oskamp. 1977) ได้แบ่งปัจจัยของการที่บุคคลเกิดเจตคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นเป็นผลมาจากสิ่งต่าง ๆ ดังนี้

1. การเรียนรู้ จากการอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็ก การอบรมเลี้ยงดูที่ได้รับจะฝังใจและกลายมาเป็นเจตคติในโอกาสต่อมา
2. ประสบการณ์เดิมทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยเฉพาะประสบการณ์ครั้งแรกจะมีผลให้บุคคลเกิดเจตคติต่อสิ่งนั้น ๆ อย่างฝังใจ
3. การถ่ายทอด บุคคลจะได้รับการถ่ายทอดเจตคติจากบุคคลที่อยู่แวดล้อม และรับมาเป็นเจตคติของตนได้

4. บุคลิกภาพของบุคคล บุคลิกภาพของคนจะมีผลต่อการเกิดเจตคติต่อสิ่งต่าง ๆ เช่น ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบยึดมั่นในหลักเกณฑ์ที่สังคมวางไว้ จะมีเจตคติในทางลบต่อผู้ไม่ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคม

5. สื่อมวลชน สื่อต่าง ๆ จะให้ข้อมูลต่าง ๆ กับบุคคล ทำให้บุคคลเกิดเจตคติต่อสิ่งเร้านั้น

6. ความต้องการของบุคคล บุคคลจะมีเจตคติที่ดีต่อสถานการณ์หรือบุคคลที่จะช่วยให้ตนได้รับในสิ่งที่ต้องการ และมีเจตคติไม่ดีต่อสิ่งที่ขัดขวางหรือไม่เอื้อประโยชน์ต่อแนวทางที่จะไปสู่ความต้องการนั้น ๆ

7. ระบบค่านิยม กลุ่มชนแต่ละกลุ่มจะมีค่านิยมแตกต่างกัน ซึ่งมีผลต่อเจตคติของบุคคลด้วย ดังนั้น คนแต่ละกลุ่มจึงมีเจตคติต่อสิ่งเดียวกันแตกต่างกันได้ การมีเจตคติดีหรือไม่ดีต่อสิ่งเร้าหนึ่ง ๆ นั้น จึงขึ้นกับวัฒนธรรม ค่านิยม หรือบรรทัดฐานของกลุ่มที่บุคคลนั้นใช้ชีวิตอยู่

องค์ประกอบของเจตคติ

เจตคติเป็นคุณลักษณะทางด้านจิตใจของบุคคล บุคคลอาจแสดงออกให้บุคคลอื่นเห็นหรือเข้าใจได้ การจัดองค์ประกอบของเจตคติสามารถแบ่งได้เป็น 3 องค์ประกอบ (แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ. 2551: ออนไลน์)

1. ความรู้เชิงประมาณค่า (Cognitive component) หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้เกี่ยวกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดว่าดีมีประโยชน์หรือเลวมากน้อยเพียงใด จัดเป็นองค์ประกอบที่เป็นต้นกำเนิดของเจตคติของบุคคลต่อสิ่งต่าง ๆ ดังนั้นหากบุคคลมีความรู้เชิงประมาณค่าต่อสิ่งต่าง ๆ ไม่สมบูรณ์หรืออาจมีความรู้ที่ผิด จะทำให้เกิดอคติหรือความลำเอียง และอาจทำให้เกิดผลเสียหายต่อผู้ยึดถือหรือส่วนรวมได้มาก

2. ความรู้สึกพอใจ (Affective component) หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบ พอใจหรือไม่พอใจต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ส่วนใหญ่แล้วความรู้สึกพอใจของบุคคลต่อสิ่งหนึ่งจะเกิดโดยอัตโนมัติ และสอดคล้องกับความรู้เชิงประมาณค่าต่อสิ่งนั้นด้วย จัดเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของเจตคติ

3. ความพร้อมกระทำ (Action tendency component) หมายถึง การที่บุคคลมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือ สนับสนุน ส่งเสริม ทะนุบำรุง สิ่งที่เขาชอบพอใจ และพร้อมที่จะทำลายหรือเพิกเฉยต่อสิ่งที่เขาไม่ชอบหรือไม่พอใจ องค์ประกอบนี้ยังคงอยู่ภายในจิตใจของบุคคล และยังไม่ปรากฏออกมาเป็นพฤติกรรม ความพร้อมกระทำจะปรากฏออกมาเป็นพฤติกรรมหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับลักษณะอื่น ๆ ของบุคคลและสถานการณ์

ลักษณะของเจตคติ

ชอร์และไรท์ (Shaw;& Wright. 1967, อ้างอิงในล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2543: 57 – 58) ได้สรุปลักษณะของเจตคติ ดังนี้

1. เจตคติขึ้นอยู่กับ การประเมินมโนภาพของเจตคติแล้วเกิดเป็นพฤติกรรมแรงจูงใจ เจตคติเป็นเพียงความรู้สึกโน้มน้าวจากการประเมิน ยังไม่ใช่พฤติกรรม ตัวเจตคติเองไม่ใช่แรงจูงใจ แต่เป็นตัวการทำให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรม แต่ถ้าแสดงออกเป็นพฤติกรรมแล้ว จะเป็นลักษณะ 4 กลุ่ม คือ Positive-approach ตัวอย่างเช่น ความเป็นเพื่อน ความรัก ฯลฯ Negative-approach ตัวอย่างเช่น ความกลัว ความเกลียด ฯลฯ ประเภทนี้เป็นเจตคติที่ไม่ดีแบบไม่ยากพบ เห็นหน้า คืออยากหลีกเลี่ยงให้ไกลนั่นเอง และอีกกลุ่มหนึ่งคือ Positive-avoidance เป็นเจตคติทางบวก แต่ก็อยากหลีกเลี่ยงหรือไม่รับทวน ตัวอย่างเช่น การปล่อยให้เขาอยู่เงียบ ๆ เมื่อเขามีทุกข์ เป็นต้น

2. เจตคติเปลี่ยนแปรความเข้มข้นตามแนวทางของทิศทาง ตั้งแต่บวกจนถึงลบ นั่นคือ เป็นการแสดงความรู้สึกว่าไปทางบวกมากหรือน้อย ไปทางลบมากหรือน้อย ความเข้มข้น ศูนย์ก็คือ ไม่รู้สึกนั่นเอง หรือเป็นกลางระหว่างบวกกับลบ แต่จุดที่เป็นกลางนั้นเป็นปัญหาต่อการแปลผล เพราะตามธรรมชาติจะทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนในการตอบ บางคนไม่คิดอะไร มักจะขีด ลงตรงกลาง (Central error) ก็มีมาก

3. เจตคติเกิดจากการเรียนรู้มากกว่ามีมาเองแต่กำเนิด เจตคติเกิดจากการเรียนรู้สิ่งที่ปฏิสัมพันธ์รอบตัวเรา ซึ่งเป็นเป้าเจตคติทั้งหลาย ถ้าเรียนรู้ว่าสิ่งนั้นมีคุณค่าก็จะเกิดเจตคติทางดี ถ้าเรียนรู้ว่าสิ่งนั้นไม่มีคุณค่าก็จะเกิดเจตคติไม่ดี สิ่งใดเราไม่เคยรู้จักไม่เคยเรียนรู้เลยจะไม่เกิดเจตคติเพราะไม่ได้ศึกษารายละเอียดของสิ่งนั้น การเรียนรู้เป้าหมายเจตคติอาจผ่านตัวจริงหรือผ่านสื่อทั้งหลายที่มีต่อเป้าเจตคติตัวจริงก็ได้ สามารถเกิดเจตคติขึ้นได้

4. เจตคติขึ้นอยู่กับเป้าเจตคติหรือกลุ่มสิ่งเร้าเฉพาะอย่าง สิ่งเร้าทั้งหลาย อาจเป็น คน สัตว์ สิ่งของ สถาบัน มโนภาพ อุดมการณ์ อาชีพหรือสิ่งอื่น ๆ ก็ได้ เจตคติจะมีลักษณะอย่างไร จึงขึ้นอยู่กับเป้าเจตคติที่ได้สัมผัสเรียนรู้มาอย่างน้อยแตกต่างกันเป็นสำคัญ เป้าเจตคติที่มีลักษณะเป็นกลุ่มใกล้เคียงกัน จะมีเจตคติแตกต่างจากเป้าเจตคติที่มีลักษณะเป็นกลุ่มแตกต่างกันมาก

5. เจตคติมีค่าสหสัมพันธ์ภายในเปลี่ยนแปลงไปตามกลุ่ม นั่นคือ กลุ่มที่มีลักษณะเดียวกัน เจตคติจะมีความสัมพันธ์กันสูง กลุ่มที่มีลักษณะต่างกันจะมีความสัมพันธ์กันต่ำ แสดงให้เห็นว่ากลุ่มที่มีเจตคติต่อสิ่งเดียวกันย่อมมีความสัมพันธ์กันด้วย

6. เจตคติมีลักษณะมั่นคงและทนทานเปลี่ยนแปลงยาก นั่นคือ ถ้าเป็นเจตคติจริง ๆ แล้ว การเปลี่ยนแปลงจะช้าและทำได้ยาก เช่น เรารักใครคนหนึ่ง เมื่อรักแล้วก็ยังรักอยู่ไม่ว่าใครจะให้ข้อมูลไม่ดีอย่างไร หรือแม้แต่คนที่เรารักมีความผิดพลาดเรื่องใด เราก็ตยังรักอยู่ แต่ถ้าพฤติกรรมของคนที่เรารักเบี่ยงเบนไปบ่อย ๆ นาน ๆ เข้า เจตคติก็เปลี่ยนแปลงจากรักไปเป็นเกลียดได้

การเปลี่ยนแปลงเจตคติ

เจตคติเกิดจากการมีประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม หากประสบการณ์ที่เราได้รับเพิ่มเติมแตกต่างจากประสบการณ์เดิม เราก็อาจเปลี่ยนแปลงเจตคติได้ (ความหมายของเจตคติ... 2551: ออนไลน์) การเปลี่ยนแปลงเจตคติมี 2 ทาง

1. การเปลี่ยนแปลงในทางเดียวกัน (Congruent change) หมายถึง เจตคติเดิมของบุคคลที่เป็นไปในทางบวกจะเพิ่มมากขึ้นในทางบวก แต่ถ้าเจตคติเป็นไปในทางลบก็เพิ่มมากขึ้นในทางลบด้วย

2. การเปลี่ยนแปลงไปคนละทาง (Incongruent change) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงเจตคติเดิมของบุคคลที่เป็นไปในทางบวกจะลดลงและไปเพิ่มทางลบ

หลักการของการเปลี่ยนแปลงเจตคติ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงไปในทางเดียวกัน หรือการเปลี่ยนแปลงไป คนละทางนั้น มีหลักการว่า เจตคติที่เปลี่ยนแปลงไปในทางเดียวกันเปลี่ยนได้ง่ายกว่าเจตคติที่เปลี่ยนแปลงไปคนละทาง เพราะการเปลี่ยนแปลงไปในทางเดียวกันมีความมั่นคง ความคงที่มากกว่าการเปลี่ยนแปลงไปคนละทาง การเปลี่ยนแปลงเจตคติเกี่ยวข้องกับปัจจัยต่อไปนี้

1. ความสุดขีด (Extremeness) เจตคติที่อยู่ปลายสุดเปลี่ยนแปลงได้ยากกว่าเจตคติที่ไม่รุนแรงนัก เช่น ความรักที่สุดและความเกลียดที่สุดเปลี่ยนแปลงยากกว่าความรักและความเกลียดที่ไม่มากนัก

2. ความซับซ้อน (Multicomplexity) เจตคติที่เกิดจากสาเหตุเดียวกันเปลี่ยนได้ง่ายกว่าเกิดจากหลาย ๆ สาเหตุ

3. ความคงที่ (Consistency) เจตคติที่มีลักษณะคงที่มาก หมายถึงเจตคติที่เป็นความเชื่อฝังใจ เปลี่ยนแปลงยากกว่าเจตคติทั่วไป

4. ความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่อง (Interconnectedness) เจตคติที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะที่เป็นไปในทางเดียวกันเปลี่ยนแปลงได้ยากกว่าเจตคติที่มีความสัมพันธ์ไปในทางตรงกันข้าม

5. ความแข็งแกร่งและจำนวนความต้องการ (Strong and Number of Wants Served) หมายถึง เจตคติที่มีความจำเป็นและความต้องการในระดับสูง เปลี่ยนแปลงได้ยากกว่าเจตคติที่ไม่แข็งแกร่งและไม่อยู่ในความต้องการ

6. ความเกี่ยวเนื่องกับค่านิยม (Centrality of Related Values) เจตคติหลายเรื่องเกี่ยวเนื่องจากค่านิยมความเชื่อกับค่านิยมนั้นดีน่าปรารถนา และเจตคติสืบเนื่องจากค่านิยม ขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรมนั้นเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ยาก

การวัดเจตคติ

วิธีการวัดเจตคติ ทำได้ 4 วิธี (สุริยน ไชยชนะ. 2547: 14) คือ

1. การสังเกต (Observation) เป็นวิธีการศึกษาพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แล้วนำข้อมูลที่สังเกตนั้นไปอนุมานว่าบุคคลนั้นมีเจตคติอย่างไร
2. การรายงานตัวเอง (Self-report) เป็นวิธีการศึกษาเจตคติของบุคคลโดยให้บุคคลนั้นเล่าความรู้สึกที่มีต่อสิ่งนั้นออกมาว่า ชอบหรือไม่ชอบ ดีหรือไม่ดี ผู้เล่าเองจะบรรยายความรู้สึกนึกคิดออกมาตามประสบการณ์ และความสามารถของเขา จากการบอกเล่านี้สามารถ กำหนด ค่าคะแนนของเจตคติได้ ตามวิธีการศึกษาของ Thurstone, Likert, Guttman และ Osgood ซึ่งนิยมใช้กันมาก
3. วิธีการสร้างจินตนาภาพ (Projective) เป็นวิธีการสร้างจินตนาภาพ โดยการใช้ภาพเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลนั้นแสดงความคิดเห็นออกมา และสังเกตว่าบุคคลนั้นมีความรู้สึกอย่างไร ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ตามประสบการณ์ที่ได้รับมา
4. วิธีการวัดทางกายภาพ (Physiological measures) คือ การวัดเจตคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด โดยการตอบสนองทางกายภาพที่มีต่อสิ่งกระตุ้นนั้น

ในการวัดเจตคติจะต้องคำนึงถึงประเด็นหลัก 3 ประการ (บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. 2543: 186) คือ

1. เนื้อหาของเจตคติที่ต้องการวัด ซึ่งได้แก่สิ่งเร้าที่เป็นตัวกระตุ้นให้แสดงกิริยาทำให้ออกมา
2. ทิศทางของเจตคติ โดยทั่วไปจะกำหนดให้เจตคติมีทิศทางเป็นเส้นตรง และต่อเนื่องกัน มีลักษณะเป็นซ้าย-ขวา หรือบวก (Positive) กับลบ (Negative) กล่าวคือเริ่มจากเห็นด้วยอย่างยิ่ง และลดระดับลงเรื่อย ๆ จนรู้สึกเฉย ๆ และต่อไปเป็นไม่เห็นด้วย จนไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. ความเข้ม (Intensity) ของเจตคติ ได้แก่ ปริมาณของความรู้สึกที่มีต่อสิ่งเร้านั้นว่ามีมากน้อยเพียงใด ถ้ามีความเข้มสูงไม่ว่าจะเป็นในทิศทางบวกหรือลบก็ตามจะมีความรู้สึกรุนแรงมากกว่าที่เป็นกลาง ๆ

จาก ประเด็นสำคัญทั้ง 3 ประการนี้จึงมีผู้พยายามสร้างเครื่องมือวัดเจตคติขึ้นในหลายลักษณะ และลักษณะหนึ่งที่นิยมกันมากคือแบบให้รายงานตนเอง (Self-report techniques) ซึ่งมีนักวิชาการได้พยายามสร้างและพัฒนาแบบวัดเจตคติในลักษณะนี้มีชื่อเสียงและนิยมกันทั่วไป ได้แก่ แบบของเทอร์สโตน แบบของกัตตแมน แบบของลิเคิร์ต และแบบของออสกู๊ด แต่ละแบบมีวิธีการสร้างและพัฒนาอย่างง่ายต่างกัน แต่ความเชื่อถือได้ของการวัดไม่แตกต่างกันมากนัก ซึ่งในงานวิจัยนี้จะเลือกใช้แบบลิเคิร์ต

ลิเคิร์ต (Likert) คิดวิธีการนี้ในปี ค.ศ. 1932 เพื่อใช้สร้างแบบวัดเจตคติ (Attitude) เป็นการสร้างข้อคำถามขึ้นจำนวนหนึ่งเพื่อวัดเจตคติต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จากนั้นนำผลที่ได้จากข้อความทั้งหมดมารวมกัน เพื่อประเมินเจตคติของผู้ตอบแบบวัดนั้น ทำให้เรียกวิธีการนี้ว่า “Summated Rating” (วิลลภ ลำพวย. 2547: 103)

หลักสำคัญในการสร้าง

- ข้อความทั้งหมดต้องเป็นเรื่องเดียวกัน
- ข้อความที่ใช้จะต้องมีข้อความทั้งทางบวกและลบใกล้เคียงกัน จำนวนไม่น้อยกว่า 20 ข้อ
- การให้คะแนนต้องไปในทิศทางเดียวกันกับลักษณะของข้อความ โดยกำหนดคำตอบอาจจะเป็น 3 คำตอบ 5 คำตอบ หรือ 7 คำตอบก็ได้ แต่ส่วนมากใช้ 5 คำตอบ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ในกรณีที่เป็นคำถามเชิงบวก จะกำหนดระดับคะแนน ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	5	คะแนน
เห็นด้วย	ให้	4	คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	1	คะแนน

ข้อควรคำนึงในการวัดเจตคติ

การวัดเจตคติมีความจำกัดในตัวของมันเองหลายประการ ซึ่งในการสร้างแบบวัดจะต้องคำนึงถึง (บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. 2540: 241) ที่สำคัญได้แก่

1. เจตคติเป็นตัวแปรทางจิตวิทยาในลักษณะตัวแปรสมมติ (Hypothetical or Latent variable) ซึ่งในการศึกษาต้องอาศัยเทคนิควิธีการที่ยุ่ยากซับซ้อน ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย (Variable) ฉะนั้น ถ้าหากจะวัดเจตคติให้ได้จริง ๆ นอกจากต้องใช้เวลาศึกษานานแล้ว ยังต้องระมัดระวังในการสร้างแบบวัดเจตคติเป็นพิเศษอีกด้วย
2. เจตคติที่วัดได้เป็นเพียงส่วนหนึ่งของเจตคติทั้งหมดเท่านั้น กล่าวคือ เจตคติในเรื่องใดเรื่องหนึ่งนั้นเป็นกระทำที่ทั้งปวงของบุคคลที่แสดงออกให้เห็นแต่ในการวัดจะเลือกกระทำที่ที่แสดงออกให้เห็นเป็นเพียงบางส่วนเท่านั้น ฉะนั้น การเลือกกระทำที่ที่แสดงออกให้เห็นนั้นจะต้องเลือกให้เป็นตัวแทนของกระทำที่ทั้งหลายทั้งปวงที่บุคคลแสดงออกให้เห็น นั่นคือ ข้อความวัดเจตคติที่สร้างต้องครอบคลุมประเด็นเจตคติที่ต้องการวัดทั้งหมด

3. เจตคติเป็นเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึก ฉะนั้น ในการวัดเจตคติจะต้องไม่ถามเกี่ยวกับข้อเท็จจริง และข้อความเจตคติที่ใช้ถามต้องไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิดอย่างเด่นชัด

4. เจตคติเป็นเรื่องที่ยังมีความหมายไม่แน่นอน และมีขอบเขตกว้างขวางมาก การวัดเจตคติในแต่ละครั้งจึงต้องให้ความหมายและขอบเขตของเจตคติในเรื่องนั้นให้ชัดเจน มิฉะนั้น อาจจะทำให้วัดเจตคติผิดโดยไม่ตั้งใจ หรือวัดบางส่วนของเจตคติที่ต้องการเท่านั้น หรือไม่ก็วัดเจตคติหลายเรื่องพร้อม ๆ กัน ทั้ง ๆ ที่ต้องการวัดเพียงเรื่องเดียว

5. เจตคติเป็นเรื่องที่เปลี่ยนแปลงได้ และการเปลี่ยนแปลงเจตคติในแต่ละเรื่องนั้นจะแตกต่างกัน เจตคติบางเรื่องมีความคงทนอยู่ได้นานกว่าเจตคติในบางเรื่อง เช่น เจตคติต่อการเมืองหรือพรรคการเมืองจะคงทนอยู่ได้นานกว่า เจตคติต่อการสูบบุหรี่หรือดื่มสุรา เป็นต้น ฉะนั้นการวัดเจตคติจะต้องคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงและความคงอยู่ของเจตคตินั้น ๆ ด้วย

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติ

ความหมายของการปฏิบัติ

จากการศึกษาเรื่องการปฏิบัติ ได้มีผู้ให้ความหมายของการปฏิบัติ ดังนี้

โรเจอร์ (Roger. 1962: 81) ได้จัดการปฏิบัติเอาไว้เป็นขั้นตอนสุดท้ายของกระบวนการยอมรับ อันได้แก่ รับรู้ สนใจ ไตร่ตรอง ทดลองปฏิบัติ และปฏิบัติอย่างสมบูรณ์ ในขณะที่เชื่อว่าเจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม และการรับรู้ ตลอดจนตัวแปรด้านคุณลักษณะประชากรที่เลือกมาจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปฏิบัติ

เอ็ดมุนด์ ทอกราย (2530: 3) ได้ให้ความหมายของการปฏิบัติว่า หมายถึง กิจกรรมทุกอย่างที่มนุษย์กระทำ เป็นลักษณะการแสดงออกที่สังเกตเห็นได้ โดยพื้นฐานทางจิตวิทยามีความเชื่อว่าพฤติกรรมทุกชนิดที่มนุษย์กระทำย่อมมีสาเหตุ มีจุดมุ่งหมายนั้นเป็นการตอบสนองความต้องการของมนุษย์ เมื่อมนุษย์ได้แสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อความต้องการหรือจุดมุ่งหมายแล้ว พฤติกรรมก็สิ้นสุดลง มนุษย์อยู่ในภาวะสมดุล

ประภาเพ็ญ สุวรรณ และคนอื่น ๆ (2536: 7) กล่าวว่า การปฏิบัติเป็นผลมาจากปฏิกริยาซึ่งกันและกัน ระหว่างทัศนคติสองชนิด คือ ทัศนคติที่มีต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัตินั้นโดยตรง (Object) และทัศนคติที่มีต่อสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อม (Situation) การปฏิบัตินั้นไม่ได้เกิดจากการที่บุคคลนั้นต้องการหรือชอบที่จะปฏิบัติอย่างเดียว แต่ขณะเดียวกันจะเกิดองค์ประกอบหลาย ๆ อย่าง ได้แก่ ทัศนคติ บรรทัดฐานของสังคม นิสัย และผลที่คาดหวังว่าจะได้รับหลังจากการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ แล้ว

อภิวันยา อภิวันโสกุล (2544: 26) ได้กล่าวว่า การปฏิบัติ หมายถึง กิจกรรมหรือการกระทำต่าง ๆ ของมนุษย์ทั้งที่สามารถสังเกตได้ เช่น การแปรงฟัน การรับประทานอาหาร และที่สังเกตไม่ได้ เช่น ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก แต่สิ่งทั้งหมดเหล่านี้เราสามารถวัดได้โดยใช้เครื่องมือพิเศษ

สรุป การปฏิบัติ หมายถึง กิจกรรมทุกอย่างที่มนุษย์กระทำ เป็นลักษณะการแสดงออกที่สังเกตเห็นได้ และสามารถวัดได้โดยใช้เครื่องมือพิเศษ

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติ

ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล พัฒนาขึ้นโดย มาร์ติน ฟิชบายน์ (Martin Fishbein) ตั้งแต่ ค.ศ. 1961 (Ajzen;& Fishbein. 1980) มีแนวคิดที่ว่ามนุษย์เป็นผู้มีเหตุผล และใช้ข้อมูลที่มีอยู่อย่างเป็นระบบ และมนุษย์จะพิจารณาผลที่อาจเกิดจากการกระทำของตนก่อนการตัดสินใจลงมือทำ หรือไม่ทำพฤติกรรมใด ๆ พฤติกรรมส่วนมากของบุคคลอยู่ภายใต้การควบคุมของความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น (Behavior intention) และขึ้นอยู่กับปัจจัยหรือตัวกำหนดพื้นฐาน 2 ประการ คือ เจตคติต่อพฤติกรรม (Attitude toward the behavior) เป็นปัจจัยส่วนบุคคล และบรรทัดฐานกลุ่มอ้างอิงเกี่ยวกับการกระทำพฤติกรรม (Subjective norms) เป็นปัจจัยทางด้านสังคม

การวัดการปฏิบัติ

วิธีการวัดการปฏิบัติ หรือพฤติกรรม มี 2 วิธี (กันธิกา ทวีรอด และตรีทิพย์ อนงค์ทอง. 2550: 33) ดังนี้

วิธีที่ 1 การวัดเชิงปริมาณ ผู้วัดจะนับจำนวนพฤติกรรมของบุคคลซึ่งแสดงออกต่อหน่วยเวลาที่กำหนดในการศึกษาเรื่องนั้น ๆ เช่น จำนวนคนพูดใน 1 นาที จำนวนของตัวอักษรที่สามารถพิมพ์ใน 1 นาที

วิธีที่ 2 การวัดเชิงคุณภาพ ผู้วัดจะต้องวัดพฤติกรรมแต่ละชนิดนำไปเปรียบเทียบพฤติกรรมของบุคคลอื่น ๆ หรือเปรียบเทียบกับบรรทัดฐานของพฤติกรรมนั้น เช่น วัดระดับสติปัญญาเป็นฉลาดมาก ฉลาดปานกลาง ไล่

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดการปฏิบัติ แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. วัดโดยการเขียนคำตอบ
2. วัดโดยการกระทำ
3. วัดโดยอุปกรณ์

ลักษณะของการวัดการปฏิบัติ

คุณลักษณะของการวัดการปฏิบัติที่ดี มีดังนี้ (สมนึก ภัททิยธนี: 2544. 50)

1. ต้องกำหนดจุดประสงค์ของการวัดให้ชัดเจน
2. เนื้อหาสาระที่ให้ปฏิบัติมีลักษณะสอดคล้องกับสภาพจริง (Authentic)
3. คุณภาพของสิ่งที่จะสังเกตในครั้งหนึ่ง ๆ มีจำนวนเพียงพอ และสามารถ

สังเกตได้โดยตรง

4. กำหนดเงื่อนไขในการวัดได้ชัดเจน
5. ในการวัดโดยใช้สิ่งเร้าที่จัดขึ้น (Structured stimulus) มีการจัดทำคำชี้แจงอย่างกระชับ ชัดเจน และสมบูรณ์
6. ผู้เชี่ยวชาญทุกคน หรือเกือบทุกคนเห็นว่าเนื้อหาสาระทั้งหมดที่วัดตรงกับคุณลักษณะของทักษะที่สังเกต

เทคนิคการเก็บข้อมูลและเครื่องมือวัดการปฏิบัติ

วาสนา ประवालพฤษ (2551: ออนไลน์) ได้กล่าวถึงเทคนิคการเก็บข้อมูลและเครื่องมือวัดการปฏิบัติ มีดังนี้

1. การสังเกต (Observation) อาจจะทำได้โดยผู้สังเกตเข้าไปอยู่ในกลุ่มด้วย เปรียบเสมือนเป็นสมาชิกผู้หนึ่งของกลุ่ม หรือผู้สังเกตจะแอบดูอยู่ข้างนอกโดยไม่ให้ผู้ถูกสังเกตรู้ตัวก็ได้ ในการสังเกตจะต้องมีการวางแผนเสียก่อนว่าสังเกตเมื่อไร สังเกตอะไรบ้าง ตั้งจุดมุ่งหมายของการสังเกตแต่ละครั้ง นอกจากนั้นจะต้องเตรียมบันทึกข้อมูลโดยใช้เครื่องมือต่าง ๆ เช่น มาตรฐาน ประเมินค่า การบันทึกแบบต่าง ๆ แบบสำรวจรายการ เป็นต้น

2. การจัดอันดับ (Ranking) เป็นวิธีการที่เรียงลำดับบุคคลในคุณสมบัติหนึ่ง ๆ ตามที่กำหนดให้ การจัดอันดับจะมีความเชื่อมั่นสูงขึ้น ถ้าจัดอันดับคุณสมบัติใดคุณสมบัติหนึ่งที่เฉพาะ และมีคำจำกัดความของคุณสมบัตินั้นชัดเจน แต่ถ้าจัดอันดับหลายอย่างในคราวเดียวกันจะทำให้ความเชื่อมั่นต่ำลง

3. มาตรฐานประเมินค่า (Rating scales) สุวิมล ว่องวานิช (2546: 231) กล่าวว่า “มาตรฐานประเมินค่า” เป็นเครื่องมือที่สามารถนำมาใช้วัดการปฏิบัติได้ โดยการแสดงรายการพฤติกรรมที่วัด และตัวบ่งชี้คุณภาพของระดับการปฏิบัติซึ่งกำหนดเป็นโครงสร้าง และมีช่วงมาตราที่มีค่าเป็นตัวเลข หรือระดับของพฤติกรรมให้ผู้ประเมินเลือกตามการตัดสินใจของตนเอง โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

- กำหนดคุณลักษณะที่จะวัดพร้อมทั้งความหมายของคุณลักษณะนั้น ๆ ให้ชัดเจน
- กำหนดมาตรฐานที่จะวัดว่าจะให้มีกี่ระดับ โดยเขียนเป็นตัวเลขกำหนดไว้พร้อมทั้งให้คำอธิบายคุณลักษณะต่าง ๆ โดยย่อเพื่อแทนระดับที่แตกต่างกันนั้น ๆ

4. แบบตรวจสอบรายการ (Checklist) เป็นแบบรายการของพฤติกรรมให้ผู้สังเกตบันทึกว่าพฤติกรรมนั้น ๆ เกิดขึ้นหรือไม่ โดยส่วนใหญ่มักจะบอกเพียงว่า มี- ไม่มี จริง-ไม่จริง เห็นด้วย-ไม่เห็นด้วย เชื่อ-ไม่เชื่อ ใช่-ไม่ใช่ ฯลฯ ในการสังเกตการปฏิบัติงานบางครั้งอาจให้ผู้สังเกตบันทึกลำดับที่ของการปฏิบัติของพฤติกรรมตามลำดับตั้งแต่ 1 เป็นต้นไป ซึ่งในลักษณะนี้ก็จะทำให้มองเห็นภาพรวมของการปฏิบัติงานอีกด้วย

5. การบันทึกต่าง ๆ (Records) เป็นวิธีการที่ไม่ได้กำหนดรูปแบบไว้อย่างชัดเจนเหมือนวิธีอื่น ๆ ผู้บันทึกค่อนข้างจะมีอิสระในการบันทึก การบันทึกเพียงครั้งเดียวอาจไม่สามารถให้ข้อมูลที่มีความหมาย แต่การบันทึกอย่างต่อเนื่องหลาย ๆ ครั้ง จะให้ข้อมูลที่ชัดเจนขึ้น ในการบันทึกผู้สังเกตจะเขียนถึงพฤติกรรมหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเท่านั้นไม่ใส่ความเห็นลงไป ในกรณีที่ต้องการให้ใส่ความเห็นก็จะเขียนแยกในส่วนที่แสดงความเห็นให้ชัดเจน

ซึ่งในงานวิจัยนี้ใช้เทคนิคการเก็บข้อมูลและเครื่องมือวัดการปฏิบัติเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale)

สถาบันการพลศึกษา

ประวัติความเป็นมาของสถาบันการพลศึกษา

จาก “วิทยาลัยพลศึกษา” สถานศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรีที่จัดการศึกษาของชาติในวิชาการวิชาชีพทางพลศึกษา สุขศึกษา และนันทนาการ สืบทอดมานานกว่า 80 ปี นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2546 ที่กระทรวงธรรมการได้ตั้ง “โรงเรียนการฝึกหัดครูพลานามัย” เป็นครั้งแรก และได้ขยายเป็น “วิทยาลัยพลศึกษา 17 แห่ง” ในเวลาต่อมา ให้บริการทางการศึกษาและดำเนินงานตามพันธกิจของสถาบันได้ครอบคลุมทั่วทุกภูมิภาคของประเทศ ผลิตทรัพยากรบุคคลผู้สร้างคุณประโยชน์ต่อการศึกษา การกีฬา สร้างผู้นำการสร้างเสริมสุขภาพพลานามัยของชุมชนทั่วประเทศ มีผลงานเป็นที่ปรากฏให้กับประเทศชาติมาอย่างต่อเนื่อง และเมื่อสังคมมีความต้องการบัณฑิตเข้าสู่ตลาดแรงงาน วิทยาลัยพลศึกษาไม่มีกฎหมายรองรับให้จัดการศึกษาระดับปริญญาได้ จึงผลิตบัณฑิตภายใต้โครงการสมทบทางวิชาการกับสถาบันราชภัฏมาตั้งแต่ปีการศึกษา 2532 ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ การกีฬา โปรแกรมการฝึกและการจัดการกีฬา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพเด็ก และสาขาวิชาศิลปศาสตร์ โปรแกรมนิเทศศาสตร์ (สื่อสารการกีฬา) ซึ่งการจัดการศึกษาสามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพ ภายใต้ศักยภาพของคณาจารย์ และบุคลากรในวิทยาลัยพลศึกษาแต่ละแห่ง และยังได้ขยายการผลิตบัณฑิตทางการศึกษา พลศึกษา และสุขศึกษา ภายใต้ความร่วมมือทางวิชาการกับมหาวิทยาลัยอื่น ๆ ได้แก่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยรามคำแหง ขณะเดียวกันหน่วยงานต้นสังกัด ซึ่งเดิมคือ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ได้พยายามผลักดันการเสนอร่างกฎหมายเพื่อรองรับการจัดการศึกษาระดับปริญญาตรีในวิทยาลัยพลศึกษามาหลายยุคหลายสมัย แต่ด้วยการเปลี่ยนแปลงทางการเมือง การเสนอร่างกฎหมายที่จะทำให้วิทยาลัยพลศึกษาเป็นสถาบันอุดมศึกษาผลิตบัณฑิตได้เองอย่างเต็มภาคภูมิขาดความต่อเนื่อง แม้จะมีศักยภาพและมีประสบการณ์การดำเนินงานพร้อมในทุกด้านมา มากกว่า 10 ปีแล้วก็ตาม

ด้วยผลบังคับใช้ตามพระราชบัญญัติปรับปรุงกระทรวง ทบวง กรม พ.ศ. 2545 ให้มีการจัดตั้งกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และพระราชกฤษฎีกาโอนกิจการบริหารและอำนาจหน้าที่ของส่วนราชการให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติปรับปรุงกระทรวง ทบวง กรม พ.ศ. 2545 มาตรา 24 ส่งผลให้วิทยาลัยพลศึกษาและโรงเรียนกีฬาในสังกัดของกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ โอนเข้ามาอยู่ในสังกัดสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และดำเนินการสานต่อภารกิจการนำเสนอร่างพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ.2548 โดยมีหลักการ วัตถุประสงค์ และความจำเป็นที่จะให้วิทยาลัยพลศึกษาในสังกัดได้มีกฎหมายรองรับเพื่อจัดการศึกษา ผลิตภัณฑ์ให้สนองความต้องการของสังคม สอดคล้องตามนโยบายการปฏิรูปการศึกษาของชาติ และรองรับภารกิจของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาได้ตามเจตนารมณ์ของการปฏิรูประบบราชการ อันจะเป็นประโยชน์แก่ประชาชนและประเทศชาติได้ต่อไป

31 มกราคม 2548 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ลงพระปรมาภิไธยในร่างพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2548 และออกประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2548 ให้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2548 เป็นต้นไป ซึ่งนับเป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งยิ่งใหญ่ของสถาบันวิชาการวิชาชีพที่ทรงคุณค่า (รายงานประจำปีการศึกษา 2549 สถาบันการพลศึกษา. 2549: 6)

ปรัชญา วิสัยทัศน์ และพันธกิจของสถาบันการพลศึกษา

ปรัชญา

พลศึกษาและการกีฬา พัฒนาคน พัฒนาชาติ

วิสัยทัศน์

เป็นสถาบันอุดมศึกษาชั้นนำที่ผลิตและพัฒนาบุคลากรด้านพลศึกษา กีฬา และสุขภาพ สู่ความเป็นเลิศระดับมาตรฐานสากลอย่างยั่งยืน

พันธกิจ

1. การจัดการศึกษาด้านพลศึกษา สุขศึกษา กีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ และสาขาอื่นที่เกี่ยวข้อง
2. ศึกษาวิจัยและให้บริการทางวิชาการแก่ชุมชน สร้างสังคมแห่งการเรียนรู้แก่ท้องถิ่น
3. ส่งเสริมสนับสนุนการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬานันทนาการ และบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย
4. ทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้าน และกีฬาไทย

การจัดการศึกษาของสถาบันการศึกษา

การจัดการศึกษาตามภารกิจของสถาบันการศึกษาที่กำหนดไว้ในพระราชบัญญัติ สถาบันการศึกษา พ.ศ. 2548 มาตรา 7 ได้แก่ การผลิตและพัฒนาบุคลากรทางการศึกษา การ กิจา วิทยาศาสตร์การก้า วิทยาศาสตร์สุขภาพ นันทนาการ และบุคลากรในด้านอื่นที่เกี่ยวข้อง มีภารกิจทำการสอน ทำการวิจัย ในบริการทางวิชาการ ในบริการชุมชน มีการใช้และพัฒนา เทคโนโลยี เสริมสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้แก่ท้องถิ่น ส่งเสริมสนับสนุนการจัดการศึกษาสำหรับ บุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย รวมถึงการทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้าน และ กีฬาไทย

ในส่วนการสอนตามภารกิจจากกล่าวได้ดังนี้ การจัดการเรียนการสอนของสถาบันการ พลศึกษา เป็นไปตามแบบของสถาบันอุดมศึกษา คือ กำหนดให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการเรียนการสอน โดยมีทั้งฟังบรรยาย ปฏิบัติการ กิจกรรมหลักสูตรทั้งในและนอกสถานที่ จัดกลุ่มการเรียนรู้ ที่เหมาะสมตามเกณฑ์ที่กำหนด ปรับปรุงหลักสูตรให้ทันสมัยและเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพสังคม ที่เปลี่ยนแปลงไป ตลอดจนการพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนให้ทันสมัย อยู่เสมอ (หลักสูตรสถาบันการศึกษา ระดับปริญญาตรี พุทธศักราช 2548. 2548: 5)

คณะ สาขาวิชา และโปรแกรมวิชา

1. คณะศึกษาศาสตร์

หลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต (หลักสูตร 5 ปี)

1.1 สาขาวิชาพลศึกษา

- โปรแกรมวิชาพลศึกษา
- โปรแกรมวิชาพลศึกษา (ต่อเนื่อง) (3 ปี หลังอนุปริญญา)
- โปรแกรมวิชาพลศึกษาสำหรับคนพิการ
- โปรแกรมวิชาพลศึกษาสำหรับคนพิการ (ต่อเนื่อง) (3 ปี หลังอนุปริญญา)

1.2 สาขาวิชาสุขศึกษา

- โปรแกรมวิชาสุขศึกษา
- โปรแกรมวิชาสุขศึกษา (ต่อเนื่อง) (3 ปี หลังอนุปริญญา)

1.3 สาขาวิชานันทนาการ

- โปรแกรมวิชานันทนาการ

2. คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต (หลักสูตร 4 ปี)

2.1 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

- โปรแกรมวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
- โปรแกรมวิชาการฝึกสอนกีฬา

2.2 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ

- โปรแกรมวิชาส่งเสริมสุขภาพ
- โปรแกรมวิชาส่งเสริมสุขภาพเด็ก
- โปรแกรมวิชาส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

2.3 สาขาวิชานันทนาการ

- โปรแกรมวิชานันทนาการบำบัด

3. คณะศิลปศาสตร์

หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต (หลักสูตร 4 ปี)

3.1 สาขาวิชานิเทศศาสตร์

- โปรแกรมวิชาสื่อสารการกีฬา
- โปรแกรมวิชาสื่อสารการกีฬา (ต่อเนื่อง) (2 ปี หลังอนุปริญญา)

3.2 สาขาวิชาธุรกิจ

- โปรแกรมวิชาธุรกิจสุขภาพ
- โปรแกรมวิชาการจัดการกีฬา

3.3 สาขาวิชานันทนาการ

- โปรแกรมวิชาผู้นำนันทนาการ
- โปรแกรมวิชาการบริหารนันทนาการ
- โปรแกรมวิชานันทนาการเชิงพาณิชย์และการท่องเที่ยว

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

นภาพร วัฒนะไพบุลย์สุข (2544: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราวาสนะเวศม์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 130 คน ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศ และอายุต่างกันมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน และผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศุภักษร อินทร (2545: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของผู้บริหาร ครู ผู้ปกครองสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี ในการดำเนินการปฏิรูปการเรียนรู้ ปฐมวัย จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 357 คน ผลการศึกษาพบว่า ความรู้ในการดำเนินการปฏิรูปการเรียนรู้ระดับปฐมวัย อยู่ในระดับดี เจตคติในการดำเนินการปฏิรูปการเรียนรู้ระดับปฐมวัยอยู่ในระดับปานกลาง การปฏิบัติในการดำเนินการปฏิรูปการเรียนรู้ระดับปฐมวัย อยู่ในระดับพอใช้ ความรู้กับเจตคติ และความรู้กับการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กิตติชาญ วินิจจษ์ (2546: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความรู้และแนวทางการปฏิบัติที่มีต่อการออกกำลังกายของบุคลากรในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 1,109 คน ผลการศึกษาพบว่า บุคลากรในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร้อยละ 89.90 มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายในระดับดีมาก ร้อยละ 10.10 มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายในระดับปานกลาง บุคลากรในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร้อยละ 35.92 มีแนวทางการปฏิบัติที่มีต่อการออกกำลังกายระดับปานกลาง

อารมณ นาวากาญจน์ (2546: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเจตคติเกี่ยวกับนันทนาการของบุคลากรในหน่วยงานสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 500 คน ผลการศึกษาพบว่า บุคลากรในหน่วยงานสังกัดกรุงเทพมหานครมีเจตคติเกี่ยวกับนันทนาการอยู่ในระดับดี บุคลากรในหน่วยงานสังกัดกรุงเทพมหานครมีความต้องการบุคลากรทางนันทนาการสูง

ศุภฤกษ์ ชงกรานต์ทอง (2549: บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนิสิตระดับปริญญาตรี วิชาเอกนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 160 คน ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่มีเพศ และอายุต่างกัน มีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน นิสิตที่มีระดับชั้นปีต่างกันมีเจตคติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน แต่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนิสิต มีความสัมพันธ์ทางบวก มีค่าเท่ากับ .125

งานวิจัยต่างประเทศ

วัตสัน (Watson. 1997: 3251) ได้ศึกษาผลกระทบของเจตคติและแรงจูงใจของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายของนิสิตในมหาวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า นิสิตส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างวันละ 2 – 3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์หรือทำกิจกรรมที่ไม่เคลื่อนไหว ซึ่งสรุปว่านิสิตมีเวลาว่างแต่ไม่ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายขาดเจตคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ

ลูคั้วร์ (Lukow. 2002: 1992) ได้ศึกษาทัศนคติที่มีต่อการใช้ประโยชน์ทางเทคโนโลยีในวิชานันทนาการ ของนักเรียนที่ลงวิชานันทนาการ ในฤดูใบไม้ร่วง ในแผนกนันทนาการและสวนสาธารณะ ผลการศึกษาพบว่า ทัศนคติที่มีต่อการใช้ประโยชน์ทางเทคโนโลยี สามารถทำนายได้จากเพศ ชั้นปี ความสนใจ และรูปแบบการเรียนรู้ ซึ่งเขาสรุปได้ว่า ทัศนคติที่มีต่อการใช้ประโยชน์ทางเทคโนโลยี ไม่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ หรือพวกเขาไม่สามารถตัดสินใจได้ว่ามีผลกระทบ

รีเนียร์ (Reiner. 2003: 4468) ได้ศึกษาความรู้และคุณค่าของนันทนาการและสวนสาธารณะต่อการพัฒนานันทนาการมืออาชีพ การศึกษาครั้งนี้ได้ทบทวนความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ จรรยาบรรณและวิวัฒนาการของสวนสาธารณะ ประวัติศาสตร์ในช่วง 25 ปี และความต้องการในศตวรรษที่ 21

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) เพื่อศึกษาเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ทั้งหมดจำนวน 8,498 คน (สถาบันการพลศึกษา. 2550: ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางขนาดประชากรและกลุ่มตัวอย่างของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970: 608 - 609) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 367 คน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ซึ่งมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มประชากร จำนวน 8,498 คน ตามภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต เป็น 4 ภูมิภาค ดังนี้ นักศึกษาภาคเหนือ จำนวน 1,779 คน คิดเป็นร้อยละ 21 นักศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 1,879 คน คิดเป็นร้อยละ 23 นักศึกษาภาคกลาง จำนวน 2,437 คน คิดเป็นร้อยละ 29 และนักศึกษาภาคใต้ จำนวน 2,403 คน คิดเป็นร้อยละ 29
2. ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ได้จำนวนนักศึกษา ดังนี้ ภาคเหนือ ร้อยละ 21 ได้นักศึกษา จำนวน 84 คน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร้อยละ 23 ได้นักศึกษา จำนวน 88 คน ภาคกลาง ร้อยละ 29 ได้นักศึกษา จำนวน 116 คน และภาคใต้ ร้อยละ 28 ได้นักศึกษา จำนวน 112 คน ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามภูมิภาค

ภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ภาคเหนือ	1,779	84
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	1,879	88
ภาคกลาง	2,437	116
ภาคใต้	2,403	112
รวม	8,498	400

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยเป็นแบบสอบถามวัดเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต เป็นแบบสำรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อนันทนาการ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ซึ่งมีทั้งหมด 5 ระดับ มีคำถามทั้งในทางบวกและทางลบ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ซึ่งมีทั้งหมด 3 ระดับ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

1. แบบสอบถามเจตคติต่อนันทนาการ กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามแต่ละข้อ ดังนี้

	ข้อความที่มีเจตคติทางบวก (คะแนน)	เจตคติทางลบ (คะแนน)
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

แปลผลเจตคติต่อนันทนาการ แบบอิงเกณฑ์ (Criterion reference) แบ่งเป็น 5 ระดับ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538: 9) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ระดับเจตคติ
4.50 - 5.00	ดี
3.50 - 4.49	ค่อนข้างดี
2.50 - 3.49	ปานกลาง
1.50 - 2.49	ค่อนข้างไม่ดี
1.00 - 1.49	ไม่ดี

2. แบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน แบบสอบถามแต่ละข้อ ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	3	คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	2	คะแนน
ไม่ปฏิบัติ	1	คะแนน

แปลผลการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ ตามหลักเกณฑ์ของการแบ่งอันตรภาคชั้น (Class interval) โดยใช้หลักว่า เอาค่าสูงสุด ลบด้วยค่าต่ำสุดหารด้วยจำนวนช่วง หรือระดับที่ต้องการแปลผล (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538: 10) แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

$$\frac{3 - 1}{3} = 0.66$$

ค่าเฉลี่ย	ระดับการปฏิบัติ
2.34 - 3.00	มาก
1.67 - 2.33	ปานกลาง
1.00 - 1.66	น้อย

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบสอบถามตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับเจตคติ การปฏิบัติ และนันทนาการจากหนังสือ เอกสารต่าง ๆ และผลงานวิจัยจากปริญญานิพนธ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
2. ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสอบถามจากหนังสือ บทความ และเอกสารต่าง ๆ
3. สร้างแบบสอบถามเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales)
4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นแล้ว คือ แบบสอบถามเจตคติต่อนันทนาการ มีจำนวน 25 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ มีจำนวน 25 ข้อ ให้คณะกรรมการผู้ควบคุม ปริญญานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญตรวจ แก้ไข ภาษา สำนวน ความครอบคลุมเนื้อหา ตลอดจน ข้อเสนอแนะต่าง ๆ จนเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ตัดออกสำหรับข้อคำถามที่ไม่สมบูรณ์ ไม่ถูกต้องตามเนื้อหา แล้ว แบบสอบถามเจตคติต่อนันทนาการ เหลือจำนวน 23 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับ นันทนาการ เหลือจำนวน 20 ข้อ
5. นำแบบสอบถามมาปรับปรุงตามที่คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์แนะนำแล้ว นำไปหาคุณภาพของเครื่องมือโดยดำเนินการดังนี้

การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. หาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content validity) โดยนำเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความถูกต้องตามวัตถุประสงค์เนื้อหาโดยดำเนินการจากเกณฑ์พิจารณา ดังนี้

ถ้าข้อคำถามแน่ใจว่าสอดคล้องตามจุดมุ่งหมายและหัวข้อเรื่อง มีคะแนน +1

ถ้าข้อคำถามไม่แน่ใจว่าสอดคล้องตามจุดมุ่งหมายและหัวข้อเรื่อง มีคะแนน 0

ถ้าข้อคำถามแน่ใจว่าไม่สอดคล้องตามจุดมุ่งหมายและหัวข้อเรื่อง มีคะแนน -1

จากนั้นนำคะแนนทั้งหมดมาคำนวณหาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานที่กำหนดไว้โดยการหาดัชนีความสอดคล้อง (IC) ระหว่างข้อคำถามกับสิ่งที่ต้องการวัด แล้วเลือกข้อคำถามที่มีค่า IC เท่ากับหรือมากกว่า 0.5 ขึ้นไป พบว่าแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับนันทนาการ เหลือจำนวน 16 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ เหลือจำนวน 12 ข้อ แล้วเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์อีกครั้ง

2. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปใช้ทดลอง (Try out) กับนักศึกษาศาสนาการพลศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้แล้วมาตรวจให้คะแนนและหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. 2543: 218) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.7960

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงอธิการบดีสถาบันการพลศึกษา เพื่อขอความร่วมมือในการทดลองใช้เครื่องมือ (Try out) และเก็บข้อมูลจริงจากกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยส่งแบบสอบถามโดยตรงให้ผู้ช่วยวิจัยซึ่งเป็นอาจารย์ และเจ้าหน้าที่ในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และส่งแบบสอบถามคืน

4. การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การจัดกระทำข้อมูล

1. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้เก็บรวบรวมมาทั้งหมด
2. นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบความสมบูรณ์แล้วมาลงรหัส (Coding) ในแบบลงรหัสเพื่อประมวลผลข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์
3. นำข้อมูลที่ลงรหัสแล้ว ประมวลผลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาศาสนาการพลศึกษา มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) และหาร้อยละ (Percentage) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. นำข้อมูลตอนที่ 2 เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของกลุ่มตัวอย่าง มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
3. เปรียบเทียบเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของกลุ่มตัวอย่าง โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานสำหรับกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ เพศ และทดสอบค่าเอฟ (F - test) สำหรับกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป ได้แก่ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต และหากพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นำไปทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้วิธี แอล เอส ดี (LSD) (Least Significant Difference's Method) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

4. หาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1.1 ค่าร้อยละ (%)
- 1.2 ค่าคะแนนเฉลี่ย
- 1.3 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

- 2.1 หาดัชนีสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

(Content validity)

- 2.2 การวิเคราะห์ความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม

โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค

3. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

- 3.1 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรของกลุ่มตัวอย่าง

2 กลุ่ม ค่าที (t-test)

- 3.2 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม

โดยทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way Analysis of Variance) หรือทดสอบค่าเอฟ (F-test)

- 3.3 ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธี LSD (Least Significant

Difference's Method

4. สถิติที่ใช้หาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ โดย

หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Computing the Pearson)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัย เรื่องเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ผู้วิจัยแบ่งการวิเคราะห์ออกเป็นขั้นตอนต่าง ๆ และเพื่อให้เกิดความเข้าใจในการสื่อความหมายที่ตรงกัน ผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์ และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ได้ใช้สัญลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ดังนี้

n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์การแจกแจงแบบที (t – distribution)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์การแจกแจงแบบเอฟ (F – distribution)
df	แทน	ชั้นแห่งความอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสองแต่ละตัว (Sum of Square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสองแต่ละตัว (Mean of Square)
p	แทน	ความน่าจะเป็น (Probability)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาดำเนินการวิเคราะห์และนำเสนอผลการวิเคราะห์ตามลำดับ ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ตอนที่ 2 วิเคราะห์เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ และเปรียบเทียบเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา จำแนกตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต

ตอนที่ 4 วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ตาราง 2 จำนวนและค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม ตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต (N = 367)

สถานภาพ	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	209	52.3
หญิง	191	47.8
รวม	400	100.0
2. ชั้นปีที่กำลังศึกษา		
ปี 1	127	31.8
ปี 2	91	22.8
ปี 3	95	23.8
ปี 4	87	21.8
รวม	400	100.0
3. คณะ		
ศึกษาศาสตร์	232	58.0
วิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ	135	33.8
ศิลปศาสตร์	33	8.3
รวม	400	100.0
4. ภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต		
ภาคเหนือ	84	21.0
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	88	22.0
ภาคกลาง	116	29.0
ภาคใต้	112	28.0
รวม	400	100.0

จากตาราง 2 พบว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็นนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ และศึกษาอยู่ในภาคกลาง

ตอนที่ 2 วิเคราะห์เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

ตาราง 3 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา (N = 400)

เจตคติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
เจตคติต่อนันทนาการ	3.63	0.26	ค่อนข้างดี

จากตาราง 3 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี

ตาราง 4 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา (N = 400)

ข้อความ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. เล่นกีฬา	2.75	0.45	มาก
2. เข้าห้องสมุด	2.23	0.49	ปานกลาง
3. เข้าร่วมกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดให้	2.53	0.52	มาก
4. ชมการแข่งขันกีฬา	2.53	0.52	มาก
5. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.76	0.43	มาก
6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน	2.29	0.53	ปานกลาง
7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ	2.30	0.44	ปานกลาง
8. ทำงานอดิเรก เช่น ถ่ายภาพ สะสมแสตมป์	2.48	0.52	มาก
9. เข้าร่วมกิจกรรมเกม-กีฬา เช่น หมากรุก ฟุตบอล	2.56	0.51	มาก
10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภทดนตรี เช่น เล่นดนตรี	2.36	0.53	มาก
11. เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร เช่น ช่วยเหลือชุมชน	2.26	0.55	ปานกลาง
12. เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น งานวันเกิด	2.54	0.53	มาก
รวม	2.47	0.26	มาก

จากตาราง 4 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า มีการปฏิบัติปานกลาง ข้อ 2. เข้าห้องสมุด ข้อ 6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน ข้อ 7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว

และข้อ 11. เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร เช่น ช่วยเหลือชุมชน ผู้นำอาสาสมัคร เป็นต้น นอกนั้น ข้ออื่น ๆ มีการปฏิบัติมาก

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ และเปรียบเทียบเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา จำแนกตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต

ตาราง 5 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ (N = 400)

ตัวแปรที่ศึกษา	ชาย (N = 209)			หญิง (N = 191)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
เจตคติต่อนันทนาการ	3.64	0.37	ค่อนข้างดี	3.61	0.41	ค่อนข้างดี

จากตาราง 5 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทั้งเพศชายและเพศหญิงมีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา สถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ

ตัวแปร	n	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ชาย	209	3.64	0.37	0.81	0.14
หญิง	191	3.61	0.41		

จากตาราง 6 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศต่างกันมีเจตคติต่อนันทนาการ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 7 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ
นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ (N = 400)

ข้อความ	ชาย (N = 209)			หญิง (N = 191)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. เล่นกีฬา	2.83	0.39	มาก	2.66	0.50	มาก
2. เข้าห้องสมุด	2.19	0.47	ปานกลาง	2.27	0.51	ปานกลาง
3. เข้าร่วมกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดให้	2.53	0.52	มาก	2.53	0.51	มาก
4. ชมการแข่งขันกีฬา	2.61	0.53	มาก	2.45	0.51	มาก
5. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.84	0.37	มาก	2.68	0.48	มาก
6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน	2.32	0.55	ปานกลาง	2.26	0.51	ปานกลาง
7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา...	2.31	0.55	ปานกลาง	2.29	0.54	ปานกลาง
8. ทำงานอดิเรก ...	2.55	0.53	มาก	2.41	0.50	มาก
9. เข้าร่วมกิจกรรมเกม-กีฬา...	2.56	0.52	มาก	2.55	0.50	มาก
10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภทดนตรี...	2.35	0.54	มาก	2.36	0.52	มาก
11. เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร ...	2.29	0.55	ปานกลาง	2.23	0.54	ปานกลาง
12. เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ...	2.53	0.52	มาก	2.57	0.54	มาก
รวม	2.49	0.26	มาก	2.44	0.25	มาก

จากตาราง 7 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทั้งเพศชายและเพศหญิงมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักศึกษาทั้งเพศชายและเพศหญิงมีการปฏิบัติปานกลาง ข้อ 2. เข้าห้องสมุด ข้อ 6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน ข้อ 7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว และข้อ 11. เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร เช่น ช่วยเหลือชุมชน ผู้นำอาสาสมัคร เป็นต้น นอกนั้นข้ออื่น ๆ มีการปฏิบัติมาก

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ
นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรเพศ

ตัวแปร	n	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ชาย	209	2.49	0.26	2.09	0.53
หญิง	191	2.44	0.25		

จากตาราง 8 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศต่างกันมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตาราง 9 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา
สถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา (N = 400)

ตัวแปร	ชั้นปี 1 (N = 127)			ชั้นปี 2 (N = 91)			ชั้นปี 3 (N = 95)			ชั้นปี 4 (N = 81)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
เจตคติต่อนันทนาการ	3.66	0.39	ค่อนข้างดี	3.62	0.34	ค่อนข้างดี	3.58	0.40	ค่อนข้างดี	3.66	0.42	ค่อนข้างดี

จากตาราง 9 แสดงว่านักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกชั้นปีมีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี

ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษา
สถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	3	0.469	0.156	1.036	0.377
ภายในกลุ่ม	396	59.718	0.151		
รวม	399	60.187			

จากตาราง 10 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ต่างกันมีเจตคติต่อนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตาราง 11 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของ
นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา (N = 400)

ข้อความ	ชั้นปี 1 (N = 127)			ชั้นปี 2 (N = 91)			ชั้นปี 3 (N = 95)			ชั้นปี 4 (N = 81)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. เล่นกีฬา	2.77	0.44	มาก	2.78	0.42	มาก	2.69	0.49	มาก	2.76	0.46	มาก
2. เข้าห้องสมุด	2.14	0.50	ปานกลาง	2.24	0.50	ปานกลาง	2.31	0.49	ปานกลาง	2.24	0.46	ปานกลาง
3. เข้าร่วมกิจกรรมที่สถานศึกษาจัด	2.50	0.53	มาก	2.55	0.52	มาก	2.51	0.50	มาก	2.59	0.50	มาก
4. ชมการแข่งขัน...	2.54	0.55	มาก	2.57	0.50	มาก	2.44	0.54	มาก	2.57	0.50	มาก
5. ออกกำลังกาย...	2.80	0.40	มาก	2.77	0.42	มาก	2.71	0.48	มาก	2.75	0.44	มาก

ตาราง 11 (ต่อ)

ข้อความ	ชั้นปี 1 (N = 127)			ชั้นปี 2 (N = 91)			ชั้นปี 3 (N = 95)			ชั้นปี 4 (N = 81)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน	2.26	0.55	ปานกลาง	2.29	0.52	ปานกลาง	2.28	0.54	ปานกลาง	2.33	0.50	ปานกลาง
7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา...	2.31	0.56	ปานกลาง	2.26	0.49	ปานกลาง	2.35	0.58	มาก	2.26	0.54	ปานกลาง
8. ทำงานอดิเรก ...	2.48	0.52	มาก	2.49	0.50	มาก	2.47	0.52	มาก	2.49	0.55	มาก
9. เข้าร่วมกิจกรรมเกม-กีฬา ...	2.54	0.50	มาก	2.69	0.46	มาก	2.46	0.52	มาก	2.55	0.52	มาก
10. เข้าร่วมกิจกรรม...	2.39	0.52	มาก	2.32	0.51	ปานกลาง	2.40	0.53	มาก	2.31	0.56	ปานกลาง
11. เข้าร่วมกิจกรรม...	2.26	0.58	ปานกลาง	2.26	0.55	ปานกลาง	2.25	0.53	ปานกลาง	2.26	0.52	ปานกลาง
12. เข้าร่วมกิจกรรม...	2.55	0.55	มาก	2.64	0.48	มาก	2.45	0.52	มาก	2.54	0.55	มาก
รวม	2.46	0.25	มาก	2.49	0.23	มาก	2.44	0.28	มาก	2.47	0.28	มาก

จากตาราง 11 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกชั้นปีมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาชั้นปีอื่น ๆ มีการปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว และนักศึกษาระดับชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 3 มีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาชั้นปีที่ 2 และ ชั้นปีที่ 4 มีการปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภทดนตรี เช่น เล่นดนตรี ฟังคอนเสิร์ต

ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรชั้นปีที่กำลังศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	3	0.101	0.034	0.497	0.684
ภายในกลุ่ม	396	26.793	0.068		
รวม	399	26.894			

จากตาราง 12 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ต่างกันมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 13 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ (N = 400)

ตัวแปรที่ศึกษา	ศึกษาศาสตร์ (N = 232)			วิทยาศาสตร์การกีฬา และสุขภาพ (N = 135)			ศิลปศาสตร์ (N = 33)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
เจตคติต่อนันทนาการ	3.64	0.38	ค่อนข้างดี	3.61	0.41	ค่อนข้างดี	3.61	0.39	ค่อนข้างดี

จากตาราง 13 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกคณะมีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี

ตาราง 14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	2	0.129	0.064	0.425	0.654
ภายในกลุ่ม	397	60.058	0.151		
รวม	399	60.187			

จากตาราง 14 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่สังกัดคณะต่างกันมีเจตคติต่อนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตาราง 15 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ (N = 400)

ข้อความ	ศึกษาศาสตร์ (N = 232)			วิทยาศาสตร์การกีฬา และสุขภาพ (N = 135)			ศิลปศาสตร์ (N = 33)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. เล่นกีฬา	2.80	0.41	มาก	2.70	0.49	มาก	2.61	0.50	มาก
2. เข้าห้องสมุด	2.22	0.49	ปานกลาง	2.23	0.49	ปานกลาง	2.27	0.52	ปานกลาง
3. เข้าร่วมกิจกรรมที่สถานศึกษา	2.55	0.51	มาก	2.53	0.53	มาก	2.39	0.50	มาก
4. ชมการแข่งขันกีฬา	2.56	0.52	มาก	2.50	0.52	มาก	2.52	0.57	มาก
5. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.76	0.43	มาก	2.76	0.44	มาก	2.73	0.45	มาก
6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ ...	2.26	0.54	ปานกลาง	2.30	0.52	ปานกลาง	2.39	0.50	มาก

ตาราง 15 (ต่อ)

ข้อความ	ศึกษาศาสตร์ (N = 232)			วิทยาศาสตร์การกีฬา และสุขภาพ (N = 135)			ศิลปศาสตร์ (N = 33)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา...	2.28	0.54	ปานกลาง	2.31	0.55	ปานกลาง	2.36	0.55	มาก
8. ทำงานอดิเรก ...	2.46	0.53	มาก	2.55	0.51	มาก	2.42	0.50	มาก
9. เข้าร่วมกิจกรรมเกม-กีฬา ...	2.55	0.52	มาก	2.57	0.50	มาก	2.55	0.51	มาก
10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภท...	2.32	0.52	ปานกลาง	2.41	0.54	มาก	2.39	0.51	มาก
11. เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร	2.30	0.53	ปานกลาง	2.20	0.57	ปานกลาง	2.21	0.55	ปานกลาง
12. เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม	2.54	0.54	มาก	2.55	0.50	มาก	2.58	0.56	มาก
รวม	2.47	0.27	มาก	2.47	0.26	มาก	2.45	0.23	มาก

จากตาราง 15 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกคณะมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์มีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาคณะอื่นมีการปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน และข้อ 7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว และนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ฯ และคณะศิลปศาสตร์มีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์มีการปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภทดนตรี เช่น เล่นดนตรี ฟังเพลง

ตาราง 16 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาศาสนาพลศึกษา ตามตัวแปรคณะ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	2	0.007	0.004	0.054	0.947
ภายในกลุ่ม	397	26.887	0.068		
รวม	399	26.894			

จากตาราง 16 แสดงว่า นักศึกษาศาสนาพลศึกษาที่สังกัดคณะต่างกัันมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตาราง 17 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต (N = 400)

ตัวแปร ที่ศึกษา	ภาคเหนือ (N = 84)			ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (N = 88)			ภาคกลาง (N = 116)			ภาคใต้ (N = 112)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
เจตคติต่อนันทนาการ	3.68	0.34	ค่อนข้างดี	3.66	0.43	ค่อนข้างดี	3.60	0.27	ค่อนข้างดี	3.60	0.38	ค่อนข้างดี

จากตาราง 17 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกภาคมีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี

ตาราง 18 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	3	0.553	0.184	1.224	0.301
ภายในกลุ่ม	396	59.634	0.151		
รวม	399	60.187			

จากตาราง 18 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกัันมีเจตคติต่อนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตาราง 19 ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต (N = 400)

ข้อความ	ภาคเหนือ (N = 84)			ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (N = 88)			ภาคกลาง (N = 116)			ภาคใต้ (N = 112)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. เล่นกีฬา	2.83	0.38	มาก	2.80	0.43	มาก	2.75	0.45	มาก	2.66	0.49	มาก
2. เข้าห้องสมุด	2.18	0.44	ปานกลาง	2.23	0.48	ปานกลาง	2.26	0.53	ปานกลาง	2.22	0.49	ปานกลาง
3. เข้าร่วมกิจกรรม	2.54	0.55	มาก	2.58	0.50	มาก	2.53	0.50	มาก	2.52	0.52	มาก
4. ชมการแข่งขัน...	2.56	0.52	มาก	2.59	0.54	มาก	2.53	0.54	มาก	2.47	0.50	มาก
5. ออกกำลังกาย...	2.75	0.44	มาก	2.76	0.65	มาก	2.77	0.67	มาก	2.76	0.54	มาก

ตาราง 19 (ต่อ)

ข้อความ	ภาคเหนือ (N = 84)			ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (N = 88)			ภาคกลาง (N = 116)			ภาคใต้ (N = 112)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน	2.24	0.48	ปานกลาง	2.20	0.42	ปานกลาง	2.35	0.45	มาก	2.32	0.43	ปานกลาง
7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา...	2.25	0.54	ปานกลาง	2.17	0.45	ปานกลาง	2.34	0.62	มาก	2.38	0.51	มาก
8. ทำงานอดิเรก ...	2.40	0.49	มาก	2.49	0.51	มาก	2.48	0.58	มาก	2.54	0.52	มาก
9. เข้าร่วมกิจกรรม	2.38	0.52	มาก	2.60	0.50	มาก	2.50	0.55	มาก	2.71	0.52	มาก
10. เข้าร่วมกิจกรรม...	2.21	0.52	ปานกลาง	2.27	0.49	ปานกลาง	2.38	0.52	มาก	2.51	0.45	มาก
11. เข้าร่วมกิจกรรม...	2.24	0.51	ปานกลาง	2.24	0.50	ปานกลาง	2.20	0.54	ปานกลาง	2.36	0.52	มาก
12. เข้าร่วม...	2.51	0.53	มาก	2.53	0.55	มาก	2.47	0.58	มาก	2.66	0.51	มาก
รวม	2.42	0.25	มาก	2.46	0.23	มาก	2.46	0.30	มาก	2.51	0.23	มาก

จากตาราง 19 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกภาคมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักศึกษาภาคกลางมีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาภาคอื่น ๆ ปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน นักศึกษาภาคกลางและภาคใต้มีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีการปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว และข้อ 10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภทดนตรี เช่น เล่นดนตรี ฟังคอนเสิร์ต และนักศึกษภาคใต้มีการปฏิบัติมาก แต่นักศึกษาภาคอื่น ๆ มีการปฏิบัติปานกลาง ในข้อ 11. เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น งานวันเกิด งานปีใหม่ งานเนื่องในโอกาสพิเศษ เป็นต้น

ตาราง 20 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปรภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	3	0.397	0.132	1.980	0.116
ภายในกลุ่ม	396	26.497	0.067		
รวม	399	26.894			

จากตาราง 20 แสดงว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกันมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

ตาราง 21 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับ
 นันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

	เจตคติ	การปฏิบัติ
เจตคติ	1	0.243*

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 21 แสดงว่า เจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษามี
 ความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ มีค่าเท่ากับ .243

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ตามตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

สมมุติฐานในการวิจัย

1. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
2. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
3. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่สังกัดคณะต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
4. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน
5. เจตคติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550
ทั้งหมดจำนวน 8,498 คน

กลุ่มตัวอย่าง

นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550
จำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามวัดเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

การจัดกระทำข้อมูล

ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้เก็บรวบรวมมาทั้งหมด นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบความสมบูรณ์แล้วมาลงรหัส (Coding) และประมวลผลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) และหาค่าร้อยละ (Percentage) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของกลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และเปรียบเทียบโดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานสำหรับกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ เพศ และทดสอบค่าเอฟ (F - test) สำหรับกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป ได้แก่ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขต และหากพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นำไปทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้วิธี แอล เอส ดี (LSD) (Least Significant Difference's Method) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
4. หาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี และมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก
2. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะ และภูมิภาคที่ตั้งวิทยาเขตต่างก็มีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน
3. เจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ

อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยเรื่องเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1. ที่ว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีเพศต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะนักศึกษาในสถาบันการพลศึกษามีความใกล้ชิดสนิทสนมกันโดยไม่แบ่งเพศ ซึ่งผู้วิจัยสังเกตเห็นว่ากลุ่มนักศึกษาที่พบเห็นมีทั้งเพศชายและเพศหญิงอยู่ในกลุ่มเดียวกัน และนักศึกษามีการพูดคุยกับเพื่อนต่างเพศอย่างสนิทสนม ดังที่ ออสแคมป์ (Oskamp. 1977) กล่าวถึงปัจจัยของการเกิดเจตคติว่าเป็นผลมาจากค่านิยม ทำให้นักศึกษาทั้งชายและหญิงมีเจตคติไม่แตกต่างกัน และมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของพงศ์มิตร โพธิ์กลาง (2544: บทคัดย่อ) พบว่า นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง มหาวิทยาลัยสุรนารี มีทัศนคติต่อการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน และงานวิจัยของนิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร พบว่า การใช้เวลาด้านส่วนตัวนักศึกษามีเพศต่างกันมีการใช้เวลาส่วนตัวไม่แตกต่างกัน

2. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2. ที่ว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการที่นักศึกษาได้เรียนในสถาบันการพลศึกษา แสดงว่ามีความรู้และความคิดเห็นเกี่ยวกับนันทนาการอยู่แล้ว เมื่อได้รับความรู้ ประสบการณ์ และทักษะจากทางสถาบันจึงเกิดเป็นเจตคติที่แท้จริง และเนื่องจากเจตคติดีมีลักษณะมั่นคงและทนทานเปลี่ยนแปลงยาก นั่นคือ ถ้าเป็นเจตคติจริง ๆ แล้ว การเปลี่ยนแปลงจะช้าและทำได้ยาก (Shaw;& Wright. 1967, อ้างอิงในล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2543: 57 – 58) ทำให้นักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกันมีเจตคติต่อนันทนาการไม่แตกต่างกัน และการที่นักศึกษามีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน อาจเป็นเพราะสถาบันการพลศึกษามีกิจกรรม/โครงการให้นักศึกษาเข้าร่วมโดยไม่แบ่งแยกชั้นปี มีอุปกรณ์ สถานที่ และบุคลากรที่จะให้คำแนะนำพร้อมให้บริการ สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า กิจกรรมนันทนาการที่นักศึกษาปฏิบัติในระดับมากทุกชั้นปี คือ เล่นกีฬา และเมื่อนักศึกษาปฏิบัติจนเป็นลักษณะนิสัยทำให้นักศึกษาทุกชั้นปีมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศศิพรรณ บัวทรัพย์ (2547: บทคัดย่อ) พบว่า ปัจจัยที่ไม่มีผลต่อความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงต่อปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ได้แก่ ชั้นปีที่กำลังศึกษา งานวิจัยของสุทธิศรี มหาวรรตศิริกุล (2548: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเรื่อง ทัศนคติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและการประหยัดพลังงานของวัยรุ่น: กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ไม่ส่งผลต่อทัศนคติการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและการประหยัดพลังงาน ได้แก่ ระดับชั้นปี และบุหงา วงศ์ทิติย์ (2544: 52) ที่ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่าง

ของนักศึกษาที่อยู่หอพักของสถาบันอุดมศึกษา ในจังหวัดภูเก็ต พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในระดับชั้นปีที่ต่างกันมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลารว่าง ในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

3. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่สังกัดคณะต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3. ที่ว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่สังกัดคณะต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะสถาบันการพลศึกษามีสาขาวิชานันทนาการในทั้ง 3 คณะ คือ

- คณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชานันทนาการ
โปรแกรมวิชานันทนาการ
- คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ สาขาวิชานันทนาการ
โปรแกรมวิชานันทนาการบำบัด
- คณะศิลปศาสตร์ สาขาวิชานันทนาการ
โปรแกรมวิชาผู้นำนันทนาการ
โปรแกรมวิชาการบริหารนันทนาการ
โปรแกรมวิชานันทนาการเชิงพาณิชย์และการท่องเที่ยว

เมื่อนักศึกษาได้รับคำนิยามทางเจตคติแบบเดียวกัน รวมทั้งมีกลุ่มเพื่อนที่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการให้เห็นอย่างใกล้ชิด ทำให้นักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกันแม้ศึกษาอยู่ในคณะต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของธีรารักษ์ แก้วผดุง (2547: บทคัดย่อ) พบว่า นักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตวังไกลกังวลที่มีกลุ่มสาขาที่ศึกษาต่างกัน มีความคิดเห็นต่อการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยรวมไม่แตกต่างกัน และสัมฤทธิ์ใจดี (2551: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเจตคติของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่อยู่คณะแตกต่างกันมีเจตคติต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษาด้านกิจกรรมกีฬาและนันทนาการไม่แตกต่างกัน และศรีธนย์รัฐ นิลชาติ (2545: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาการปฏิบัติเกี่ยวกับการลดปริมาณขยะมูลฝอยของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการวิจัยพบว่า นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ศึกษาคณะต่างกัน มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการลดปริมาณขยะมูลฝอยโดยรวมไม่แตกต่างกัน

4. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 4. ที่ว่า นักศึกษาสถาบันการพลศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการแตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตที่ตั้งอยู่ในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศทั้ง 17 แห่ง ใช้หลักสูตรสถาบันการพลศึกษา พ.ศ. 2548 ที่เน้นบริบทของสถาบันในด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขภาพ และนันทนาการ เพื่อผลิตบัณฑิตให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน ทำให้นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในภูมิภาคต่างกันมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของประวิตร โหรา (2551: บทคัดย่อ) จากการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษาวิทยาเขตพะเยาและพระนครใต้ เกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา สามารถ

สรุปได้ว่า นักศึกษาวิทยาเขตเพาะช่าง และวิทยาเขตพระนครใต้มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษาโดยรวมไม่แตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ พิษณุ อภิสมการโยธิน (2549: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามยุทธศาสตร์เมืองไทยแข็งแรงของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในจังหวัดนครปฐม พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ภูมิฐานะที่พักอาศัยในปัจจุบัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามยุทธศาสตร์เมืองไทยแข็งแรง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยเกื้อหนุน ได้แก่ บริบทของสถานศึกษาที่ต่างกัน คือ มหาวิทยาลัยที่เน้นด้านวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม และมหาวิทยาลัยที่เน้นด้านศิลปศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศึกษาศาสตร์ มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามยุทธศาสตร์เมืองไทยแข็งแรงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. เจตคติต่อนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะนักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีเจตคติต่อนันทนาการในระดับค่อนข้างดี คือ องค์ประกอบของเจตคติในด้านความพร้อมกระทำ (Action tendency component) เป็นแนวโน้มหรือความพร้อมของบุคคลที่จะปฏิบัติต่อที่หมายของเจตคติ หากมีสิ่งเร้าหรือที่หมายของเจตคติที่เหมาะสมจะเกิดการปฏิบัติ ดังนั้นเมื่อนักศึกษามีปัจจัยแวดล้อมหรือปัจจัยภายนอกที่เหมาะสมในการเร้าให้เกิดการปฏิบัติ ได้แก่ เพื่อน สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวย สถานที่สะดวกในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ นักศึกษาจึงมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการในระดับมาก หรือกล่าวได้ว่าเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีความสัมพันธ์กัน สอดคล้องกับงานวิจัยของศุภฤกษ์ ชกรานต์ทอง (2549: บทคัดย่อ) พบว่า เจตคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนิสิตระดับปริญญาตรี วิชาเอกนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และภัทรียา ไชยณรงค์ (2547: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตและเจตคติต่ออินเทอร์เน็ตของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการวิจัยพบว่า การใช้อินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเจตคติต่ออินเทอร์เน็ตของนิสิต

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่องเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี และมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมากแสดงว่าสถาบันการพลศึกษามีผลสัมฤทธิ์ในการจัดการทางนันทนาการให้กับนักศึกษา ควรส่งเสริมให้นักศึกษาเป็นแบบอย่างและสร้างค่านิยมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการให้แก่สังคมต่อไป

2. นักศึกษาสถาบันการพลศึกษามีการปฏิบัติในการเข้าห้องสมุด ห้องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว และเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร เช่น ช่วยเหลือชุมชน กิจกรรมอาสาสมัคร เป็นต้น อยู่ในระดับปานกลาง สถาบันควรมีโครงการสำหรับเพิ่มโอกาสการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น โครงการเกี่ยวกับห้องสมุด โครงการท่องเที่ยว และโครงการกิจกรรมอาสาสมัครต่าง ๆ โดยสถาบันส่งเสริมให้นักศึกษาเป็นผู้ริเริ่มโครงการ เพื่อให้ศึกษามีส่วนร่วมและเกิดค่านิยมในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในหมู่นักศึกษา

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

นักศึกษาศาสนาสถาบันการพลศึกษามีเจตคติต่อนันทนาการค่อนข้างดี และมีการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการมาก จึงควรศึกษาลักษณะความเป็นผู้นำทางนันทนาการของนักศึกษาในเชิงคุณภาพ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในการส่งเสริมค่านิยมทางนันทนาการให้เกิดขึ้นในสังคม โดยมีนักศึกษาเป็นแกนนำ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กันธิกา ทวีรอด; และ ตริทิพย์ อนงค์ทอง. (2550). ความรู้และการปฏิบัติตนของผู้ป่วยเรื่องโรคเบาหวานที่มารับบริการที่คลินิกโรคเบาหวาน ศูนย์สุขภาพชุมชน สถานีอนามัยหัวโพ ตำบลหัวโพ อำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก <http://ps.npru.ac.th/health/wp-content/uploads/2008/04/binder15.pdf>
- การจัดการศึกษาของสถาบันการพลศึกษา. (2548). หลักสูตรสถาบันการพลศึกษา ระดับปริญญาตรี พุทธศักราช 2548. กรุงเทพฯ: สถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. กิตติชาญ วินิจวงศ์. (2546). ความรู้และแนวทางการปฏิบัติที่มีต่อการออกกำลังกายของบุคลากรในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ความหมายของเจตคติ... (2551). สืบค้นเมื่อ 25 เมษายน 2551, จาก http://www.br.ac.th/E-learning/lesson4_2.html
- ความหมายของแรงจูงใจ... (2551). สืบค้นเมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2551, จาก <http://www.novabizz.com/NovaAce/Motives.htm>
- ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). นันทนาการ. กรุงเทพฯ: โอ.เอส. พรินติ้ง เฮ้าส์.
- ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล. (2546). นันทนาการกับการใช้เวลาว่าง. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- ทิฆัมพร งามชาลี. (2547). เทคนิคการเป็นผู้นำนันทนาการ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- ธำรงค์ แก้วดวง. (2547). ความคิดเห็นของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตวังไกลกังวลต่อการจัดกิจกรรมนันทนาการ. ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นภาพร วัฒนะไพบูลย์สุข. (2544). ความรู้เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราวาสนะเวศม์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิตยา ชมภูวิเศษ. (2547). เจตคติกับการปฏิบัติงานในสังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาของข้าราชการวิทยาลัยพลศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- นิธิวัฒน์ เมฆขจร. (2540). การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา มหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก <http://thesis.stks.or.th/>

- บุหงา วงศ์ทิพย์. (2544). *ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลารว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของสถาบันอุดมศึกษา ในจังหวัดภูเก็ต. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). สงขลา : บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ.*
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2540). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์. คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.*
- (2543). *สถิติวิเคราะห์เพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เรือนแก้ว*
- บุญเรือน ปรีชาธรรมรัตน์. (2535). *การศึกษาเจตคติต่ออาชีพอิสระของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสุโขทัย. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยนเรศวร. ถ่ายเอกสาร.*
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ; และคนอื่นๆ. (2536). *การประเมินสภาพการณ์ด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับโรคเอดส์. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- ประวิตร โหรา. (2551). *การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา : ศึกษากรณีเฉพาะนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตเพาะช่างและวิทยาเขตพระนครใต้. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก*
<http://www.pohchang.net/J0%203.htm>
- ประวัติความเป็นมาของสถาบันการพลศึกษา. (2549). *รายงานประจำปีการศึกษา 2549. กรุงเทพฯ: สำนักงานอธิการบดี สถาบันการพลศึกษา.*
- พงศ์มิตร โพธิ์กลาง. (2544). *ทัศนคติที่มีต่อการออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์. (2548?). *สรุปคำบรรยายวิชานันทนาการเบื้องต้น. (เอกสารประกอบคำสอน). หน้า 1.*
- พิษณุ อภิสมมาตรโยธิน. (2549). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองตามยุทธศาสตร์เมืองไทยแข็งแรงของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในจังหวัดนครปฐม. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก*
http://www.thapra.lib.su.ac.th/thesis/showthesis_th.asp?id=0000002737
- พีระพงศ์ บุญศิริ. (2542). *นันทนาการและการจัดการ. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.*
- ภัทรียา ไชยณรงค์. (2547). *การใช้อินเทอร์เน็ตและเจตคติต่ออินเทอร์เน็ตของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (บรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*

- มานะ หมอยาดี. (2540). การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ
โรงเรียนนายเรืออากาศ ระดับปริญญา. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก
<http://thesis.stks.or.th/>
- รักษศิริ สิทธิโชค. (2532). ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติภาษาไทยกับผลสัมฤทธิ์ในการเรียน
ภาษาไทยของนักศึกษาพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (การสอนภาษาไทย). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ:
นานมีบุ๊คพับลิเคชั่นส์.
- ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. (2543). เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- วัลลภ ลำพาย. (2547). เทคนิควิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วาสนา ประवालพุกษ์. (2551). การวัดการปฏิบัติ. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก
<http://www.watpon.com/journal/performa.pdf>
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538). หลักการสร้างและวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย. กรุงเทพฯ:
ไทยวัฒนาพานิช.
- ศรัณย์รัฐ นิลชาติ. (2545). การปฏิบัติเกี่ยวกับการลดปริมาณขยะมูลฝอยของนิสิตมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศศิพรรณ บัวทรัพย์. (2547). ความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงต่อปรัชญา
เศรษฐกิจพอเพียง. วิทยานิพนธ์ ศศ.บ. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: คณะพัฒนาสังคม
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ถ่ายเอกสาร.
- ศักดิ์ สุนทรเสนี. (2531). เจตคติ. กรุงเทพฯ: ดี ดี บุ๊คส์ไตร์
- ศุภฤกษ์ ชงกรานต์ทอง. (2549). ความรู้ เจตคติ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนิสิต
ระดับปริญญาตรี วิชาเอกนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. วิทยานิพนธ์
วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- ศุภักษร อินทร. (2545). ความรู้เจตคติ และการปฏิบัติของผู้บริหาร ครู ผู้ปกครอง สำนักงานการ
ประถมศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี ในการดำเนินการปฏิรูปการเรียนรู้ ระดับปฐมวัย.
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- สมนึก ภัททิยธนี. (2544). การวัดผลการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ: ประสานการพิมพ์.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2544). นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สถาบันการพลศึกษา. (2550). *ข้อมูลประวัติ*. สืบค้นเมื่อ 16 กุมภาพันธ์, จาก <http://www.ipe.ac.th/main/view.php?group=2&id=2>
- (2550). *จำนวนนักศึกษาของวิทยาเขต 17 แห่ง*. สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2551, จาก <http://www.ipe.ac.th/main/view.php?group=14&id=312>
- สัมฤทธิ์ ใจดี. (2551). *การศึกษาเจตคติของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (สาขาการวัดและประเมินผลการศึกษา). สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2551, จาก <http://www.thaiedresearch.org/result/result.php?id=5270>
- สุริยน ไชยชนะ. (2547). *การสำรวจความรู้และเจตคติของชาวไทยที่มีต่อภาวะหย่อนสมรรถภาพทางเพศ : ศึกษาเฉพาะกรณีในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สหสาขาวิชา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุทธิศรี มหาวรรตศิริกุล. (2548). *ทัศนคติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและประหยัดพลังงานของวัยรุ่น : กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง*. ปริญญาานิพนธ์ ศศ.บ. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ถ่ายเอกสาร.
- สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2550). *คู่มือการบริหารกิจการนันทนาการ*. กรุงเทพฯ: หจก. มีเดีย เพรส.
- (2551). *ชีวิตธรรมดาด้วยนันทนาการ*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- อัมพา ชองทุมรินทร์. (2542). *เจตคติต่อกิจกรรมนักศึกษาของนักศึกษาสถาบันราชภัฏอุดรธานี*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อภิญา อภิวังโสกุล. (2544). *พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการป้องกันโรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการอารมณ์ นาวากาญจน์*. (2541). *โปรแกรมสนันทนาการ*. กรุงเทพฯ: (เอกสารประกอบการสอน) ภาควิชาสนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เอนก หงษ์ทองคำ. (2542). *นันทนาการกับสังคม*. กรุงเทพฯ: (เอกสารประกอบการสอน) ภาควิชาสนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เอื้อมพร ทองกระจาย. (2530). *พฤติกรรมอนามัยกับโรคอุจจาระร่วง*. กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Ajzen, I.; & Fishbien, M. (1980). *Understanding attitude and predicting*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Anastasi, A. (1976). *Psychological Testing*. 4th ed. New York: Macmillan.
- Butler, George D. (1959). *Introduction to Community Recreation*. New York: Mcgraw-Hill Book Company.

- Charles K. Brightbill ;& Mayer, D. Harold. (1963). *Community Recreation*. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, Inc.
- Krejcie, R. V.; & Morgan, D. M. (1970). *Determining Sample Size for Research Activities Educational and Psychological Measurement*. 30 (30): 608 – 609. Retrieved February 16, 2008, from <http://202.29.7.2/teacher/kannika/untitled/shapter6/shapter4.htm>
- Lukow, Jennifer Eloise. (2002, November). *Learning styles as predictors of student attitudes toward the use of technology in recreation course*. Dissertation
- NL Munn; LD Fernald;&, Ps Fernald. (1972). *Introduction to Psychology*. Houghton Mifflin Company.
- Oskamp, S. (1977). *Attitude and Opinion*. Englewood Cliff, N.J. : Prentice-Hall.
- Reiner, Lawrence Scott. (2003, June). Knowledge, praxis and values in parks and recreation : The development of personal conduct codes as a measure of 'professionalization' Dissertation
- Roger E.M. (1962). *Diffusion of Innovation*. 3rd ed. New York: Free Press
- Thurstone, L.L. (1967). *Can We Measure Reading in Attitude Theory and Measurement*. New York: John Wiley & Sons.
- Triandis, H.C. (1973). *Attitude and Attitude Change*. New York: John Wiley and Sons Inc.
- Watson, James Franklin. (1997). The Impact of Leisure Attitude and Motivation on the Physical Recreation Leisure Participation Time of College Student. *Dissertation Abstracts International*.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง เจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา

คำชี้แจงเกี่ยวกับแบบสอบถาม

แบบสอบถาม มี 3 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อนันทนาการ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ

คำชี้แจงในแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริงและเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา จึงใคร่ขอความกรุณาจากท่านในการตอบแบบสอบถามตามความคิดเห็นที่เป็นจริงหรือน่าจะเป็นจริงที่สุด โดยครบถ้วนทุกข้อ คำตอบที่ได้จากแบบสอบถามชุดนี้เพื่อประโยชน์ต่อการศึกษาเท่านั้น จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อตัวท่านทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

นางสาวบุญรักษา ประเสริฐ
นิสิตระดับปริญญาโท สาขาการจัดการนันทนาการ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

- [illegible]

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อนันทนาการ

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด ดังนี้

- | | | |
|--------------------------|---------|---|
| 5 (เห็นด้วยอย่างยิ่ง) | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านในลักษณะเห็นด้วยมากที่สุด |
| 4 (เห็นด้วย) | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านในลักษณะเห็นด้วยมาก |
| 3 (ไม่แน่ใจ) | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านในลักษณะเห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอ ๆ กัน |
| 2 (ไม่เห็นด้วย) | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านในลักษณะไม่เห็นด้วยมาก |
| 1 (ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านในลักษณะไม่เห็นด้วยมากที่สุด |

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
1. การมีงานอดิเรกทำให้คลายเครียด					
2. การอ่านหนังสือเป็นเรื่องที่นักศึกษาควรทำ					
3. การใช้เวลาว่างเล่นเกมกีฬาช่วยให้คลายความตึงเครียด					
4. การออกค่ายพักแรมมีประโยชน์ต่อตัวท่าน					
5. การเดินทางท่องเที่ยวทำให้เสียค่าใช้จ่ายโดยไม่จำเป็น					
6. การร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรทำให้มีการพัฒนาตัวท่านเองอย่างต่อเนื่อง					
7. การใช้เวลาว่างร่วมกิจกรรมโต้วาทีหรือพูดสุนทรพจน์เป็นการท้าทายความสามารถ					
8. การออกกำลังกายมีความจำเป็น					
9. การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ยาก					
10. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เช่น วิ่งเหยาะ เล่นฟุตบอล ขี่รถจักรยาน มีความเหมาะสมในสถานการณ์ปัจจุบัน					
11. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจการสวดมนต์/นั่งสมาธิทำให้ผ่อนคลายได้					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
12. การเข้าร่วมกิจกรรมเทศกาลต่าง ๆ กับครอบครัว เป็นสิ่งที่วัยรุ่นควรทำ					
13. นันทนาการประเภทดนตรีทำให้เสียการเรียน					
14. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทอาสาสมัคร ทำให้เกิดประสบการณ์ที่แปลกใหม่					
15. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษาเป็นเรื่อง น่าเบื่อหน่าย					
16. กิจกรรมนันทนาการต้องเสียค่าใช้จ่ายสูง					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการ

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงในการปฏิบัติของท่านเพียงข้อเดียว
ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ในหนึ่งเดือนท่านได้กระทำ หรือปฏิบัติในเรื่องนั้นเป็นประจำสม่ำเสมอ

ปฏิบัติบางครั้ง หมายถึง ในหนึ่งเดือนท่านได้กระทำ หรือปฏิบัติในเรื่องนั้นเป็นบางครั้ง

ไม่ปฏิบัติเลย หมายถึง ในหนึ่งเดือนท่านไม่ได้กระทำ หรือปฏิบัติในเรื่องนั้น

ข้อความ	การให้ความสำคัญในการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติเลย
1. เล่นกีฬา			
2. เข้าห้องสมุด			
3. เข้าร่วมกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดให้			
4. ชมการแข่งขันกีฬา			
5. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ			
6. ท่องเที่ยวแหล่งต่าง ๆ กับเพื่อน			

ข้อความ	การให้ความสำคัญในการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติเลย
7. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ กับบุคคลในครอบครัว			
8. ทำงานอดิเรก เช่น ถ่ายภาพ สะสมแสตมป์			
9. เข้าร่วมกิจกรรมเกม-กีฬา เช่น หมากรุก ฟุตบอล วอลเลย์บอล			
10. เข้าร่วมกิจกรรมประเภทดนตรี เช่น เล่นดนตรี ฟังคอนเสิร์ต			
11. เข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร เช่น ช่วยเหลือชุมชน ผู้นำอาสาสมัคร			
12. เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น งานวันเกิด งานปีใหม่ งานเนื่องในโอกาสพิเศษ เป็นต้น			

ภาคผนวก ข
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ชื่อ นายชัยโรจน์ สายพันธุ์
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ที่ทำงาน ภาควิชาสันตนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ชื่อ นางกนกวดี ฟิงโพธิ์ทอง
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ที่ทำงาน ภาควิชาสันตนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ชื่อ นายทรงพล ต่อนี้
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ที่ทำงาน ภาควิชาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. ชื่อ ดร.ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์
ตำแหน่ง รองศาสตราจารย์
ที่ทำงาน สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. ชื่อ นายนพดล จิรบุญดิลก
ตำแหน่ง คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
ที่ทำงาน สถาบันการพลศึกษา

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวบุญรักษา ประเสริฐ
วันเดือนปีเกิด	7 กุมภาพันธ์ 2525
สถานที่เกิด	สิงห์บุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	203 หมู่ 1 ตำบลพรหมบุรี อำเภอพรหมบุรี จังหวัดสิงห์บุรี 16160
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ลูกจ้างชั่วคราว (สอนภาษาอังกฤษ ปวช. 2 – 3)
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยีสิงห์บุรี 94/1 ตำบลม่วงหมู่ อำเภอเมือง จังหวัดสิงห์บุรี 16000
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2538	ประถมศึกษา จากโรงเรียนอนุบาลสิงห์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
พ.ศ. 2544	มัธยมศึกษา ปีที่ 6 จากโรงเรียนสิงห์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
พ.ศ. 2548	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
พ.ศ. 2552	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วท.ม) สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ