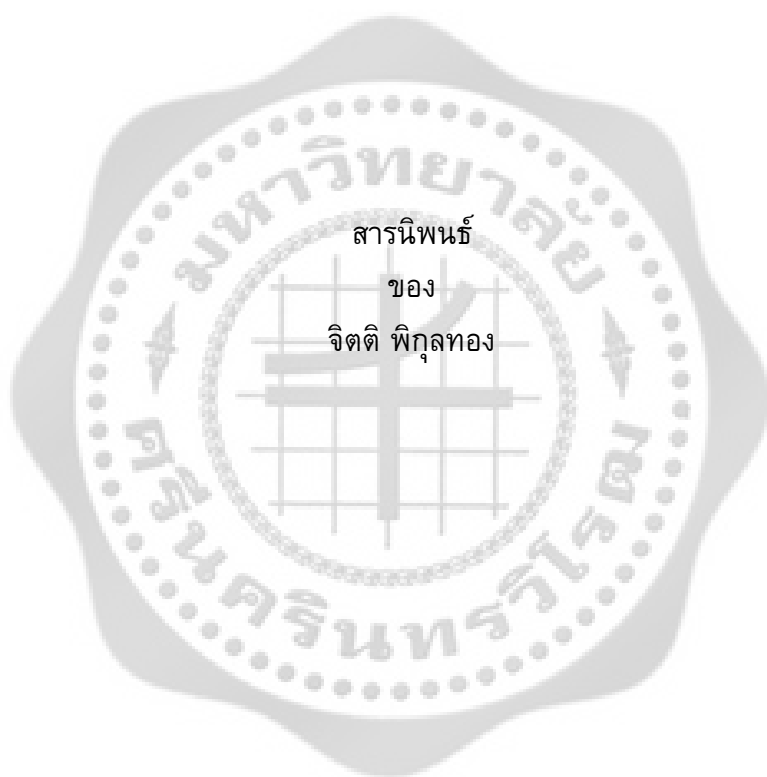


การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9
กับสวนลุมพินี ที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานโยบายสาธารณะ
มิถุนายน 2555

การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9
กับสวนลุมพินี ที่มีต่อกำหนดนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานโยบายสาธารณะ

มิถุนายน 2555

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9
กับสวนลุมพินี ที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานโยบายสาธารณะ
มิถุนายน 2555

จิตติ พิกุลทอง. (2555). การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี ที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. สารนิพนธ์ รป.ม. (รัฐประศาสนศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์จักราทิพย์ ธนาคม.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี ที่ละ 246 คน ได้มาโดยการเลือกแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.915 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความต้องการโดยใช้ สถิติที (t-test) และสถิติเอฟ (F-test) และทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยใช้วิธีแบบ LSD (Least-Significant Different) ผลการวิจัยพบว่า

1. การเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่ใช้บริการที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ พบว่า มีความคิดเห็นด้านการสนใจในระดับปานกลางเหมือนกัน ในด้านการมีส่วนร่วมสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นระดับมากแตกต่างจากสวนลุมพินีที่มีความคิดเห็นระดับปานกลาง ในด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมมีความคิดเห็นในระดับมากเหมือนกัน และด้านอุปกรณ์มีความคิดเห็นในระดับปานกลางแตกต่างจากสวนลุมพินีที่มีความคิดเห็นระดับน้อย

2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี จำแนกตามลักษณะทางประชากร พบว่า เพศที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นทุกด้านไม่แตกต่างกัน อายุที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นด้านอุปกรณ์ที่แตกต่างกัน สถานภาพที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นทุกด้านไม่แตกต่างกัน ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นด้านอุปกรณ์ที่แตกต่างกัน อาชีพที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นทุกด้านไม่แตกต่างกัน และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นด้านการสนใจและด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ส่วนด้านการมีส่วนร่วมและด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมคิดเห็นไม่แตกต่างกัน

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ความคิดเห็นของประชาชนต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี มีในระดับปานกลางเหมือนกัน แสดงว่านโยบายต่างๆมีในลักษณะเดียวกัน คือประชาชนยังมีความต้องการบริการส่งเสริมสุขภาพลักษณะนี้ในระดับที่มากขึ้นอีก

THE STUDY OF PUBLIC OPINIONS ON THE POLICIES OF THE USE OF SUAN LUANG
RAMA 9 AND LUMPINI PARK FOR PUBLIC HEALTH POLICY.



Presented In Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Public Administration Degree in Public Policy
at Srinakharinwirot University

June 2012

Jitti Pikunthong. (2555). *The study of comparison of public opinion on the use of Suan Luang Rama 9 to the project with the policy of public health policy*,
Presented In Partial Fulfillment of the Requirements for the Master of Public
Administration Degree in Public Policy at Srinakharinwirot University
Project Adviser: Chakratit Dhanagom.

This policy-related research paper was conducted in order to compare the opinions of the two groups of people who used the public exercise facilities at Lumpini Park and at the Suan Luang Rama 9 regarding to one of the national public health policy. Each group consisted of 246 people by mean of an accidental sampling technique. The research design based on the questionnaires as a tool for collecting the data in order to be analyzed by frequency, percentage, mean and standard deviation with a reliability of 0.915. A t-test, F-test and LSD (Least-Significant Different) are also being analyzed in order to determine the key distinctions of the research results.

In comparing the perspectives of the users of this public health services, the motivation from the two groups was at the medium level. The participation from the group at Suan Luang Rama 9 was at a high level whilst at a medium level from the group at Lumpini Park. A high level of satisfaction regarding the location and environment was found in both groups. The exercise devices and facilities at Suan Luang Rama 9 was found to be in a medium level of satisfaction while a low level of satisfaction can be concluded from the Lumpini group.

The demographic characteristics of the sampling populations such as gender, marital status, participation, location, environment and occupation did not present any significance role play in the findings. Age and education were affected only in the opinion on the devices. Income induced the different in the perspectives of motivation and devices. Both groups were being asked for overall policy success, the research result showed a medium satisfactory level. Therefore, the policy improvements are needed for future aspects of the program.

Although the program needs some improvements in the near future, this exercise-related health program is still important to the need of the local users nowadays.

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจากอาจารย์จักราทิตย์ ชนาคม อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและมีความภาคภูมิใจในความกรุณาจากท่านที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่า ดูแลและเอาใจใส่ให้คำปรึกษาแนะนำในการแก้ไข ปรับปรุง ขอบกพร่องในส่วนต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ยิ่ง ให้งานสารนิพนธ์นี้มีความถูกต้องสมบูรณ์และมีคุณค่าทางวิชาการอย่างยิ่ง ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.นิติ มณีกาญจน์ และอาจารย์ ดร.กัลยา แซ่อึ้ง และคณาจารย์ทุกท่าน ที่มีเมตตา ให้ความรู้ การอบรมสั่งสอนเพิ่มเติม ตลอดจนคำแนะนำและคอยดูแลอย่างใกล้ชิดเสมอมา ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ขอขอบคุณประชาชนที่มาออกกำลังกายในสวนหลวง ร.๙ และสวนลุมพินี เสียสละเวลาของท่านในการให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่านที่ได้ให้ความช่วยเหลือ และกำลังใจอันมีค่ายิ่ง ในการทำสารนิพนธ์นี้จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

คุณค่า ประโยชน์ และความดีงามทั้งหลายที่เกิดจากงานสารนิพนธ์นี้ ขอมอบแต่ คุณพ่อมหนู และ คุณแม่เนตร พิกุลทอง โดยอย่างยิ่งคุณแม่เนตร อันเป็นผู้ริเริ่มในการเรียนนี้ ทั้งยังเป็นกำลังใจที่ยิ่งใหญ่เสมอมา กราบขอบพระคุณท่านสุดจะพรรณนา

จิตติ พิกุลทอง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
สมมติฐานในการวิจัย.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
แนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
ประวัติความเป็นมาของสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และ สวนสาธารณะลุมพินี..	9
ความหมายของความคิดเห็น.....	14
แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.....	16
แนวคิดเกี่ยวกับการนํานโยบายไปปฏิบัติ.....	22
กรอบแนวคิดในการประเมินความสำเร็จของนโยบาย.....	24
ผลงานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้อง.....	34
3 วิธีดำเนินการวิจัย	40
การกำหนดประชากร และการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	40
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย.....	41
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	42
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	43
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	44
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	44
ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45

สารบัญ

บทที่	หน้า
4 (ต่อ)	
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	82
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	84
อภิปรายผลการวิจัย.....	87
ข้อเสนอแนะ.....	93
บรรณานุกรม.....	95
ภาคผนวก.....	100
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์.....	106

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ลักษณะทางประชากรของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ สวนหลวง ร.9.....	46
2 การวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นโดยรวมต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการ ออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับ สวนลุมพินี.....	48
3 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวน หลวง ร.9 ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ.....	49
4 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวน หลวง ร.9 ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม.....	50
5 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวน หลวง ร.9 ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม.....	51
6 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวน หลวง ร.9 ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์.....	52
7 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ สวนหลวง ร.9 ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไป ปฏิบัติ โดยรวม.....	52
8 ลักษณะทางประชากรของประชาชนที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ที่มาออก กำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินี.....	53
9 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชนที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ที่มาออก กำลังกายที่สวนลุมพินีต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ.....	56
10 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีต่อ การนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมี ส่วนร่วม.....	57

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
11	การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่ และสิ่งแวดล้อม.....	58
12	การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีต่อการ นำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้าน อุปกรณ์.....	59
13	การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี ต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ โดยรวม.....	59
14	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อ การนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ.....	60
15	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อ การนำนโยบาย การส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมี ส่วนร่วม.....	62
16	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อ การนำนโยบาย การส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และ สิ่งแวดล้อม.....	64
17	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อ การนำนโยบาย การส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์.....	66
18	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อ การนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ โดยรวม.....	67
19	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อการนำนโยบายการ ส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ จำแนกตามเพศ.....	67

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
20 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามเพศ.....	68
21 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และ สิ่งแวดล้อม จำแนกตามเพศ.....	68
22 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์ จำแนก ตามเพศ.....	68
23 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ จำแนก ตามอายุ.....	69
24 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามอายุ.....	70
25 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และ สิ่งแวดล้อม จำแนกตามอายุ.....	70
26 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์ จำแนก ตามอายุ.....	71
27 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่มีอายุแตกต่างกันกับ ด้านอุปกรณ์.....	
28 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ จำแนก ตามสถานภาพ.....	72
29 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำ นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามสถานภาพ.....	72

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
30	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามสถานภาพ.....	73
31	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามสถานภาพ.....	73
32	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ จำแนกตามระดับการศึกษา.....	74
33	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา.....	74
34	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบาย การส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามระดับการศึกษา.....	75
35	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามระดับการศึกษา.....	75
36	การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันกับด้านอุปกรณ์.....	76
37	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ จำแนกตามอาชีพ.....	76
38	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามอาชีพ.....	77
39	การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามอาชีพ.....	77

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
40 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามอาชีพ.....	77
41 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการจูงใจ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน.....	78
42 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันกับด้านการจูงใจ.....	78
43 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน.....	79
44 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมจำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน.....	79
45 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อผลของการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน.....	80
46 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันกับด้านอุปกรณ์.....	80

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สัจธรรมของชีวิต จะมีสิ่งใดดีเลิศไปกว่าการมีสุขภาพดี อโรคยา ปรมา ลาภา ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ สะท้อนภาพให้เห็นชัดเจนมากขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน จากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี รวมทั้งการแข่งขันทางธุรกิจที่ทวีความเข้มข้นขึ้น การแข่งขันในเรื่องการศึกษาที่มีตั้งแต่วัยเด็ก มีการใช้เครื่องอำนวยความสะดวก เครื่องทุนแรง และอุปกรณ์อำนวยความสะดวกต่างๆ เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ และยังส่งผลกระทบต่อสังคม ต่อคนทุกวัย การใช้เครื่องอำนวยความสะดวก และการใช้โลกออนไลน์อยู่ตลอดเวลา ทำให้การใช้ร่างกายน้อยลง นอกจากจะใช้แรงน้อยลงแล้ว ยังเป็นผลทำให้การออกกำลังกายของมนุษย์น้อยลงไปด้วย และส่งผลทำให้ร่างกายเสื่อมโทรมลงด้วย เนื่องจากอวัยวะขาดการออกกำลังกายที่เพียงพอและการดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธี

การส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีนั้นเป็นสิ่งสำคัญที่ผลักดันให้ประเทศชาติมีความเจริญก้าวหน้าขึ้น มีการพัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพ มาจากการออกกำลังกายอย่างเพียงพอของประชาชน คือ ประชาชนจะมีคุณภาพทั้งทางด้านสุขภาพ ร่างกาย จิตใจและการมีระเบียบวินัยเพิ่มขึ้น อันได้จากการมีระเบียบวินัยในการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

การออกกำลังกายที่กระทำโดยสม่ำเสมอ และมีปริมาณที่เหมาะสม ให้ผลในการเปลี่ยนแปลงต่ออวัยวะเกือบทุกระบบของร่างกายไปในทางที่ดีขึ้น ที่เห็นได้ชัดเจน คือ ระบบการเคลื่อนไหว การออกกำลังกายทำให้กระดูกหนาและแข็งแรงขึ้น เอ็นของข้อต่อมีความเหนียวและหนาขึ้น เอ็นกล้ามเนื้อมีความแข็งแรงขึ้นและยืดหยุ่นได้ง่าย ส่งผลให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น ระบบการหายใจ จะกล้ามเนื้อช่องซี่โครง และกล้ามเนื้อกระบังลมแข็งแรงขึ้น ปอดมีขนาดใหญ่ขึ้นมีเลือดหล่อเลี้ยงมากขึ้น และมีความสามารถในการแลกเปลี่ยนก๊าซดีขึ้น ระบบการไหลเวียนเลือด หัวใจมีกล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้น สามารถสูบฉีดเลือดออกจากหัวใจได้ครั้งละมากขึ้น มีการกระจายหลอดเลือดฝอยในกล้ามเนื้อและอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายมากขึ้น เลือดมีปริมาณเพิ่มขึ้น มีสารสำหรับจับออกซิเจนเพิ่มขึ้น ไขมันในเลือดต่ำลงด้วย ระบบประสาทโดยเฉพาะการส่งงานกล้ามเนื้อจะทำงานดีขึ้น มีการประสานงานกันได้ดี ระบบประสาทที่สั่งงานระบบไหลเวียนโลหิต การหลั่งเหงื่อ การย่อยอาหารและการขับถ่าย และต่อมที่ให้ออร์โมนต่างๆทำงานได้ดีขึ้น จิตใจได้รับผลโดยตรงในการลดความเครียดในทันที การออกกำลังกายเป็นประจำอาจช่วยแก้ไข

สภาพผิดปกติทางจิตใจบางอย่างได้ รวมถึงการที่ร่างกายแข็งแรง มีสมรรถภาพทางกายดี จึงมีผลทำให้จิตใจดีด้วย

การสรุปผลการสำรวจสุขภาพจิตคนไทย พ.ศ.2551-2553 กลุ่มสถิติรายได้รายจ่าย สำนักงานสถิติสังคม สำนักงานสถิติแห่งชาติ ร่วมมือกับกรมสุขภาพจิตของกระทรวงสาธารณสุข สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ และสถาบันวิจัยประชากรและสังคม (มหาวิทยาลัยมหิดล) โดยใช้ข้อถามสุขภาพจิตคนไทย 15 ข้อ ซึ่งเป็นแบบมาตรฐานของกรมสุขภาพจิต การสำรวจนี้จัดทำขึ้นครั้งแรกในปี 2551 โดยสำรวจไปพร้อมการสำรวจภาวะทางสังคม และวัฒนธรรม และสำรวจไปพร้อมการสำรวจภาวะทางเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือนในปี 2552 และปี 2553 ผลการสำรวจที่สำคัญ พบว่า ในปี 2551-2553 คนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปมีสุขภาพจิตดีขึ้นตามลำดับ มีคะแนนสุขภาพจิตอยู่ที่ 31.80 33.09 และ 33.30 คะแนนซึ่งอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานทั้ง 3 ปี นอกจากนี้ สัดส่วนของคนที่มีสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป ในปี 2551 ถึง 2553 มีแนวโน้มลดลงเรื่อยๆ จากร้อยละ 17.78 เป็นร้อยละ 12.8 และ 11.2 ตามลำดับ โดยพบว่าสถานะเศรษฐกิจของครัวเรือน การศึกษาและความอบอุ่นในครอบครัว มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับระดับสุขภาพจิต กล่าวคือผู้ที่อยู่ในครัวเรือนที่มีรายได้/ค่าใช้จ่ายสูง ผู้ที่มีการศึกษาระดับสูง และสมาชิกของครัวเรือนที่มีเวลาให้แก่อันเพียงพอมักจะมีคะแนนสุขภาพจิตสูง และผู้ชายมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้หญิง โดยคนภาคใต้มีสุขภาพจิตดีกว่าทุกภาค(สำนักงานสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2554: ออนไลน์)

รัฐมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแก่ประชาชน ในการมีสถานที่เพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ในรูปแบบของศูนย์กีฬา ลานกีฬาหรือสวนสาธารณะ การเตรียมพร้อมอุปกรณ์กีฬาและเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ รวมถึงมีการประชาสัมพันธ์และจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพ ในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการออกกำลังกายและมาตรการทางภาษีของรัฐ นับได้ว่าเป็นยุทธวิธีที่สำคัญที่ช่วยส่งเสริมการออกกำลังกายของประชาชน ซึ่งมีอยู่ในทุกระดับตั้งแต่ครอบครัว สถานที่ทำงาน สถานประกอบการ และสถานที่สาธารณะ ซึ่งรัฐมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนในการจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทุกคน เน้นให้ประชาชนทุกกลุ่มสามารถออกกำลังกายได้ง่าย สะดวก สถานที่สวยงาม สะอาดและปลอดภัย และให้การออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน

นับว่าการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแก่ประชาชน เป็นการลงทุนที่คุ้มค่ามาก เพราะผลที่ได้รับ คือการมีประชาชนที่มีคุณภาพ เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันทางร่างกายและจิตใจ ให้กับประชาชน ไม่ว่าจะเป็นเกิดสภาวะเศรษฐกิจแบบใด วิกฤติการณ์ธรรมชาติรุนแรงเพียงใด ผู้ที่มีสภาพร่างกายและจิตใจที่เข้มแข็งจะสามารถรับมือได้เสมอ ทั้งนี้การที่ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงแล้วจะ

ช่วยในการลดงบประมาณของรัฐในด้านการดูแลสุขภาพ ของการเกิดโรคภัยไข้เจ็บกับประชาชนจำนวนมาก และยังจะช่วยลดปริมาณการเสพติดสิ่งเสพติดต่างๆ อีกด้วย

ประเทศไทยได้ให้ความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ โดยเริ่มจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (2540-2544) ถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (2545-2549) และต่อเนื่องถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (2550-2554) ปัจจุบันแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับ 11 (2555-2559) มีแนวคิดที่ต่อเนื่องจากแนวคิดของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 -10 ได้นำแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องของบุคคล โดยมุ่งหวังที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภาวะสุขภาพในทางบวก มุ่งหวังพัฒนาบุคคล มีระดับสุขภาพที่ดีขึ้น การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค โดยประชาชนและชุมชนท้องถิ่นมีส่วนร่วม ถือเป็นแนวทางหลักที่มีความสำคัญในการแก้ไขปัญหาสาธารณสุข

(การสาธารณสุขไทย 2548–2550. 2551: 23-25)

กรุงเทพมหานครแม้จะเป็นเมืองแออัดและมีพื้นที่จำกัดแต่ก็มีความพร้อมด้านโครงสร้างพื้นฐาน เช่น สนามกีฬา สวนสาธารณะ ลานกีฬาของชุมชน หรือแม้แต่พื้นที่ว่างใต้ทางด่วน รวมทั้งมีเจ้าหน้าที่ที่พร้อมจะให้บริการดูแลเรื่องการออกกำลังกายของประชาชน ดังนั้น กทม. และ สสส. จึงมีนโยบายส่งเสริมให้ออกกำลังกาย ยึดหลักการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยจัดให้มีลานกีฬา สวนสาธารณะ ศูนย์กีฬา และสโมสรกีฬา ในสังกัดกทม.กระจายทั้งหมด 50 เขต เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายและกีฬาเพื่อสุขภาพ จึงเกิดความร่วมมือในการสร้างกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายและกีฬาให้ครอบคลุมทุกพื้นที่

(ม.ร.ว.สุขุมพันธุ์ บริพัตร. 2553: 21)

ผู้ทำงานวิจัย มีความสนใจในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน เนื่องจากตระหนักดีถึงสภาพการณ์ในปัจจุบันที่ส่งผลในทางลบต่อสุขภาพทางกายและจิตใจ และเพื่อทราบถึงการนำนโยบายส่งเสริมสุขภาพของรัฐไปปฏิบัติ ว่าที่ผ่านมาได้ตอบสนองความต้องการของประชาชนได้มากน้อยเพียงใด และทราบความต้องการของประชาชนที่ทำให้รู้ว่าจะดำเนินนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายของประชาชนต่อไปอย่างไร เพื่อให้ตรงตามความต้องการของประชาชน และก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ในอนาคตคนไทยทุกคนจะมีสถานที่ออกกำลังกายและที่พักผ่อนหย่อนกายอย่างพอเพียง สนองความต้องการของประชาชน และเติมสุขภาวะให้ประชาชนอย่างเต็มที่

กรณีศึกษาจากประชาชนทั่วไปที่มาออกกำลังกายในสวนสาธารณะ 2 แห่ง คือ สวนหลวง ร.9 และ สวนลุมพินี เนื่องจาก สวนหลวง ร.9 มีลักษณะเด่น คือ เป็นสวนสาธารณะและสวนพฤกษศาสตร์ที่ใหญ่ที่สุดในกรุงเทพมหานคร สร้างขึ้นด้วยความร่วมมือร่วมใจของกรุงเทพมหานคร มูลนิธิสวนหลวง ร.9 องค์การภาครัฐและเอกชน รวมถึงปวงชนชาวไทยเพื่อน้อมเกล้าฯ ถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในศุภมงคลสมัยเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ ในพ.ศ. 2530 โครงสร้างหลักของสวนหลวง ร.9 ได้รับการกำหนดให้สอดคล้องกับหลัก 5 ประการ คือ เฉลิมพระเกียรติ ส่งเสริมวิชาการ รวบรวมพันธุ์ไม้ อนุรักษ์สิ่งมีชีวิต และพักผ่อนหย่อนใจ การจัดภูมิทัศน์ภายในสวนจึงสอดคล้องกับหลักดังกล่าวและลักษณะของสวนระดับเมือง โดยสร้างบนที่ดินของกรุงเทพมหานครบริเวณหนองบอน ที่ยังไม่ได้ใช้ประโยชน์แต่มีศักยภาพ ในการเป็นพื้นที่รับน้ำก่อนระบายสู่แหล่งธรรมชาติ ซึ่งเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาน้ำท่วมตามพระราชดำริ โครงการเริ่มตั้งแต่ปี พ.ศ. 2527 ตามความมุ่งหวังร่วมกันที่จะสร้างสวนสาธารณะระดับนคร ให้เป็นหน้าตาของประเทศ และสร้างพื้นที่สีเขียวเพื่อให้ประชาชนได้มาเที่ยวพักผ่อน ด้วยที่ดินผืนนี้ไม่ได้ต่อเนื่องกันเป็นผืนเดียว แต่มีหลายสิบโฉนด และหลายแปลงปะปนในที่ดินเอกชน จึงต้องแลกที่ดินกับเอกชน และได้รับบริจาคเพิ่ม ทำให้มีพื้นที่รวมถึง 500 ไร่ เหมาะสมกับการเป็นสวนระดับนคร และการแปรสภาพจากพื้นที่ลุ่ม รกร้าง เต็มไปด้วยหลุมบ่อ และทุ่งนา ดงหญ้าสูงท่วม กลายเป็นสวนสาธารณะสมบูรณ์แบบ

(สำนักงานสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม. 2555: ออนไลน์)

ส่วนสวนสาธารณะอีกแห่ง คือ สวนลุมพินี หรือที่นิยมเรียกสั้น ๆ ว่า สวนลุม เป็นสวนสาธารณะแห่งแรกของประเทศไทย ตั้งอยู่บนถนนพระรามที่ 4 ล้อมรอบด้วยถนนวิฑูรย์ ถนนราชดำริ และซอยสารสิน แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร ก่อสร้างในสมัยรัชกาลที่ 7 ในที่ดินเดิมเนื้อที่ 360 ไร่ ณ ทุ่งศาลาแดง ที่พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวพระราชทานสำหรับสร้าง สยามรัฐพิพิธภัณฑ์ เพื่อจัดแสดงสินค้าไทยเป็นครั้งแรก และจัดให้เป็น "สวนสาธารณะ" สำหรับประชาชน พร้อมทั้งพระราชทานนามว่า สวนลุมพินี ซึ่งเป็นชื่อสถานที่ประสูติของพระพุทธเจ้าในประเทศเนปาล แต่พระองค์เสด็จสวรรคตก่อนจึงไม่แล้วเสร็จ

ลักษณะเด่น และจุดที่น่าสนใจ สวนลุมพินี มีลักษณะเป็น “สวนเอนกประสงค์” โดยเป็นสวนสาธารณะที่รวมไว้ด้วยประโยชน์ใช้สอย เพื่อกิจกรรมนันทนาการหลากหลายที่จัดเตรียมไว้บริการประชาชน เป็นที่ตั้งของศูนย์นันทนาการสมาคมชมรมต่าง ๆ ภายใต้ภาพรวมในการเป็นพื้นที่สีเขียว ซึ่งมีเอกลักษณ์ที่ความร่มรื่นด้วยต้นไม้ขนาดใหญ่อายุเก่าแก่รายล้อมอยู่มาก และกระจายอยู่ท่ามกลางธรรมชาติที่จัดแต่งด้วยสระน้ำกว้างใหญ่ กลุ่มพรรณไม้ดอกไม้ใบต่างสีสันทันไม่ว่าจะเป็นสวนป่าเขียวชอุ่ม สวนปาล์มที่สง่างามหรือสวนไผ่ที่ให้ความรู้สึกนุ่มนวล พลิวไหว และด้วยเป็นพื้นที่

สี่เขี้ยวกว้างใหญ่ ท่ามกลางตึกอาคาร จึงมีหน้าที่ต่อระบบนิเวศในการเป็นที่พักพิง และแหล่งอาหารของสรรพชีวิต (สุนทร ตันโพธิ์. 2553: 25)

ประชาชนที่เข้ามาใช้บริการในสวนสาธารณะทั้ง 2 ในแต่ละวันมีจำนวนมาก โดยจะนำความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการในสวนหลวง ร.9 มาเปรียบเทียบกับ ความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการในสวนลุมพินี ในเรื่องนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่ใช้บริการโดยจำแนกตามลักษณะทางประชากรศาสตร์ จากความคิดเห็นของประชาชน ต่อนโยบาย ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจิตใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมและด้านอุปกรณ์

ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจในครั้งนี้ ผู้ทำงานวิจัยหวังว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจของรัฐบาลในการดำเนินงานเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน และนอกจากนั้นยังช่วยให้รัฐบาลนำข้อมูลไปปรับปรุงและพัฒนาแผนการดำเนินงานเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่ประชาชน

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นในเรื่องนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นในเรื่องนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี โดยจำแนกตามลักษณะทางประชากรศาสตร์

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ ประชาชนที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี
2. ขอบเขตด้านเนื้อหา ประกอบด้วย
 - 2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย
 - เพศ
 - อายุ
 - สถานภาพ
 - ระดับการศึกษา

- อาชีพ
- รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความคิดเห็นของประชาชนที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

3. ขอบเขตด้านสถานที่ ได้แก่ สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนสาธารณะลุมพินี

4. ขอบเขตด้านเวลาระยะเวลาเก็บรวบรวมข้อมูล ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2555 ถึงวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2555

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความคิดเห็น หมายถึง การแสดงความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกาย ณ สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนสาธารณะลุมพินี ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ตั้งแต่ วันที่ 1 มกราคม 2555 – วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2555

การส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง การกระทำของบุคคลเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์และความสมดุลทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม รวมทั้งสภาวะที่ปราศจากโรค ความพิการ และการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมอย่างปกติสุข มีสุขภาพดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม

นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกาย หมายถึง แนวทางปฏิบัติ หลักการหรือกรอบความคิด กลวิธีในการดำเนินงานที่องค์กรหรือหน่วยงานกำหนดขึ้นเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ในการแก้ไขปัญหา โดยจัดทำเพื่อให้เจ้าหน้าที่ของรัฐและประชาชนได้ปฏิบัติตามเป้าหมายที่วางไว้ในเรื่อง การส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

การจูงใจ หมายถึง พลังสิ่งกระตุ้นที่อยู่ภายในบุคคล ซึ่งกระตุ้นให้บุคคลปฏิบัติ การจูงใจเกิดภายในตัวบุคคล แต่อาจจะถูกกระทบจากปัจจัยภายนอก เช่น วัฒนธรรม ชั้นสังคม หรือสิ่งกระตุ้นที่นักการตลาดใช้เครื่องมือการตลาดเพื่อกระตุ้นให้เกิดความต้องการ

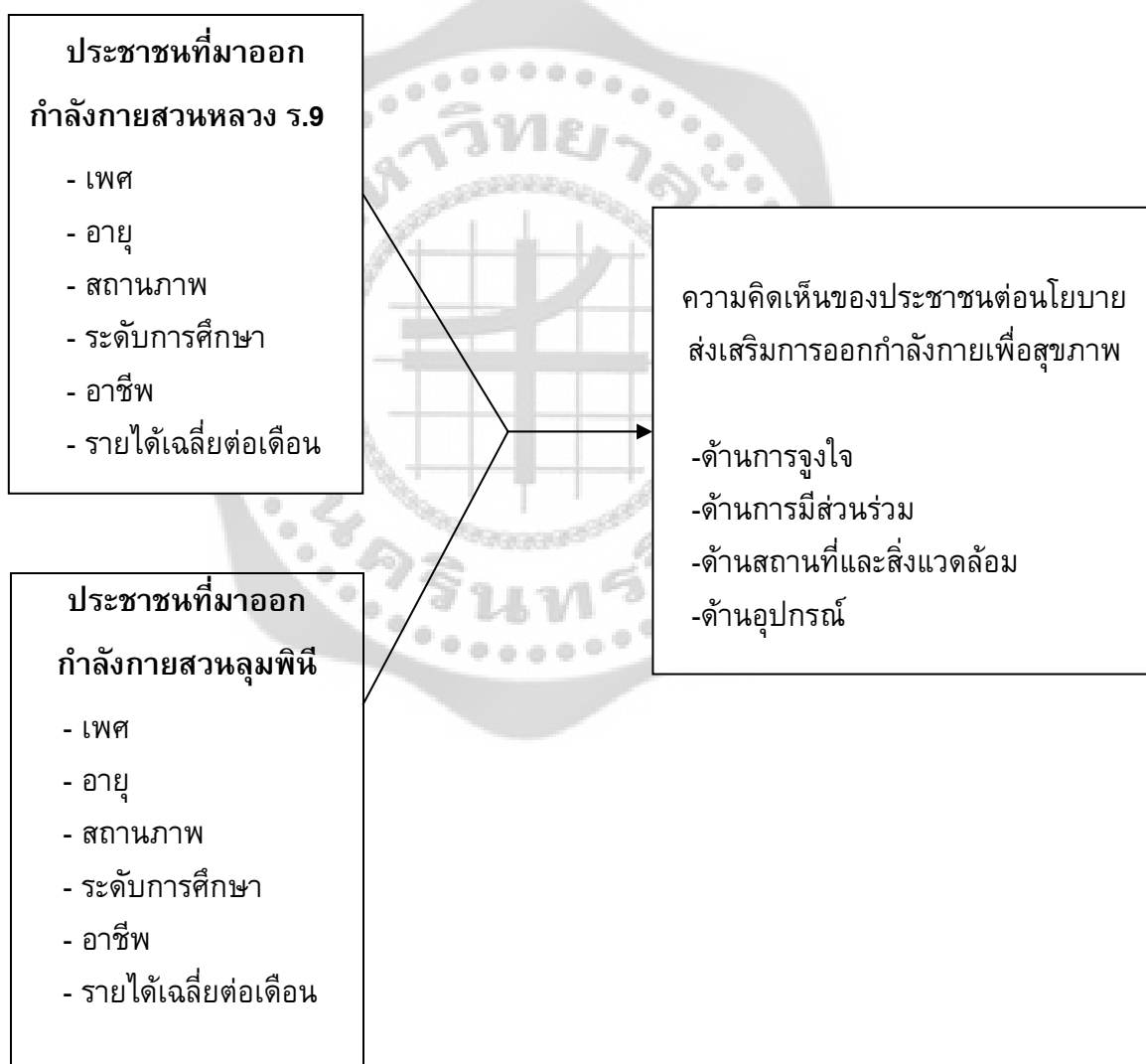
การมีส่วนร่วม หมายถึง การเข้าร่วมอย่างแข็งขันของกลุ่มบุคคลในขั้นตอนต่างๆ ของการดำเนินกิจกรรมอย่างหนึ่ง

นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยจะศึกษาจากกรอบแนวคิด เป้าหมายและวัตถุประสงค์ของนโยบาย การกำหนดภารกิจและการมอบหมายงาน การสนับสนุนจากส่วนกลางและท้องถิ่น มาตรการควบคุม การประเมินผลและการกระตุ้นการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

ตัวแปรตาม (Dependent Variables)



สมมติฐานในการวิจัย

1. ความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี มีความแตกต่างกัน
2. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ แตกต่างกับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินี
3. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีเพศต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกัน ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์
4. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีอายุแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกัน ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์
5. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกัน ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์
6. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกัน ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์
7. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีอาชีพแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกันด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์
8. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกันด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ในครั้งนี้ ได้อาศัย แนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องสำหรับใช้เป็นแนวทางวางกรอบแนวคิด เพื่อให้ได้รู้ถึงกระบวนการในการกำหนดนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพภายใต้การกระจายอำนาจด้านสุขภาพ โดยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ประวัติความเป็นมาของสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และ สวนสาธารณะลุมพินี
2. ความหมายของความคิดเห็น
3. แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
4. แนวคิดเกี่ยวกับการนำนโยบายไปปฏิบัติ
5. กรอบแนวคิดในการประเมินความสำเร็จของนโยบาย
6. ผลงานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

1. ประวัติความเป็นมาของสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และ สวนสาธารณะลุมพินี

สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9

สวนหลวง ร.9 เป็นสวนสาธารณะและสวนพฤกษศาสตร์ที่ใหญ่ที่สุดในกรุงเทพมหานคร สร้างขึ้นด้วยความร่วมมือร่วมใจของกรุงเทพมหานคร มูลนิธิสวนหลวง ร.9 องค์การภาครัฐและเอกชน รวมถึงปวงชนชาวไทยเพื่อน้อมเกล้าฯ ถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในศุภมงคลสมัยเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ ในพ.ศ. 2530 เนื่องจาก แนวคิดที่จะสร้างสวนน้อมเกล้าฯน้อมกระหม่อมถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อ พ.ศ. 2525 โดยท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุนนาค เป็นผู้นำ ร่วมกับแนวคิดของกรุงเทพมหานคร ที่ต้องการพื้นที่รับน้ำ และปรับปรุงระบบระบายน้ำให้มีความต่อเนื่อง มีที่พักริมน้ำท่วมขังก่อนถ่ายเทออกแม่น้ำเจ้าพระยา เพื่อสนองพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อคราวน้ำท่วมกรุงเทพฯ พ.ศ. 2523 โดยสร้างบนที่ดินของกรุงเทพมหานครบริเวณหนองบอน ที่ยังไม่ได้ใช้ประโยชน์แต่มีศักยภาพ ในการเป็นพื้นที่รับน้ำก่อนระบายสู่แหล่งธรรมชาติ ซึ่งเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาที่ท่วมตามพระราชดำริ โครงการเริ่มตั้งแต่ปี พ.ศ. 2527 ตามความมุ่งหวังร่วมกันที่จะสร้างสวนสาธารณะระดับนคร ให้เป็นหน้าตาของประเทศ และสร้างพื้นที่สีเขียวเพื่อให้ประชาชนได้มาเที่ยวพักผ่อน

ได้มีการจัดตั้ง มูลนิธิสวนหลวง และขอพระราชทานพระบรมราชานุญาตใช้ชื่อสวนสาธารณะแห่งใหม่นี้ว่า "สวนหลวง ร.9" มีการระดมทุนจัดซื้อที่ดิน เชื้อชวนให้ประชาชนซื้อดินหน่วยละ 1 ตารางวา สร้างสวน กระจายพื้นที่ 500 ไร่ ออกเป็น 800,000 ตารางเมตร ตารางเมตรละ 500 บาท ต่อมาได้ใช้พื้นที่ของกรุงเทพมหานคร แลกเปลี่ยนที่ดินเพิ่มเติมกับเอกชนในบริเวณใกล้เคียง ด้วยที่ดินผืนนี้ไม่ได้ต่อเนื่องกันเป็นผืนเดียว แต่มีหลายสิบโฉนด และหลายแปลงปะปนในที่ดินเอกชน จึงต้องแลกที่ดินกับเอกชน และได้รับบริจาคเพิ่ม ทำให้มีพื้นที่รวมถึง 500 ไร่ เหมาะสมกับการเป็นสวนระดับนคร และการแปรสภาพจากพื้นที่ลุ่ม รกร้าง เต็มไปด้วยหลุมบ่อ และทุ่งนา ดงหญ้าสูงท่วม กลายเป็นสวนสาธารณะสมบูรณ์แบบ

หอรัชมงคลหอรัชมงคล ลักษณะอาคารเป็นรูปเก้าเหลี่ยมด้านเท่า หลังคาโครงสร้างประกอบด้วยกระเบื้องเคลือบสีเหลืองทอง อันเป็นส่วนพระราชสมภพ เป็นศิลปกรรมประยุกต์แห่งสมัยรัตนโกสินทร์ ตั้งอยู่บนเนิน 9 ระดับ ภายในมีห้อง 9 ห้อง ฝาโดยรอบเป็นกระจกให้ประชาชนชมได้จากภายนอก ภายในห้องจัดแสดงหุ่นจำลอง โครงการในพระราชดำริ และของใช้ส่วนพระองค์ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวโปรดเกล้าฯ พระราชทาน อาทิ เรือใบซูเปอร์มด แหกดาวเทียม แผนที่เก้า เป็นต้น บริเวณภายในอาคารเป็นห้องกว้างขนาดใหญ่ ใช้เป็นที่จัดกิจกรรม จุนได้ประมาณ 500 คน

ผังแม่บทสวนหลวง ร.9 การจัดแบ่งพื้นที่ภายในสวนหลวง ร.9 บริเวณเฉลิมพระเกียรติ ประกอบด้วยหอรัชมงคล และอุทยานมหาราช ภายในหอรัชมงคลจัดแสดงเรื่องราวเกี่ยวกับพระราชกรณียกิจ และเครื่องใช้ส่วนพระองค์

สวนพฤกษศาสตร์ เป็นวัตถุประสงค์สำคัญในการจัดสร้างสวนหลวง ร.9 แห่งนี้ เนื้อที่รวม 150 ไร่ มีการจัดพันธุ์ไม้หลักอนุกรมวิธานและนิเวศวิทยา และยังเป็นที่รวบรวมไม้พันธุ์ต่างๆ ของไทย รวมทั้งไม้หายาก และสมุนไพรต่างๆ พร้อมทั้งสวนนานาชาติ เช่น สเปน ฝรั่งเศส อิตาลี ญี่ปุ่น และอังกฤษ เปิดให้เข้าชมเฉพาะวันจันทร์-เสาร์ บริเวณนี้มีอาคารต่าง ๆ ดังนี้

หอพฤกษศาสตร์ เป็นที่เก็บรวบรวมตัวอย่างพันธุ์ไม้และเอกสารเกี่ยวกับพันธุ์ไม้

อาคารถกพระเกียรติ เป็นที่ประชุม สัมมนาทางวิชาการ และจัดกิจกรรมต่างๆ ตลอดปี

อาคารพันธุ์ไม้ทะเลทราย (จิโอเดสิกโดม) และภายนอกอาคารเป็นที่รวมพันธุ์ไม้ทะเลทราย และไม้อวบน้ำต่าง ๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ

อาคารพันธุ์ไม้ในร่ม ภายในอาคารปลูกประดับด้วยไม้ในร่มนานาชนิด นอกจากนี้ยังมี เรือนเฟิร์นและกล้วยไม้ สำหรับรวบรวมพันธุ์เฟิร์นและกล้วยไม้ชนิดต่าง ๆ

ตระพังแก้วเก็บน้ำ มีเนื้อที่ 40 ไร่ เป็นที่พักเก็บน้ำเพื่อแก้ปัญหาน้ำท่วมขังบริเวณเมืองชั้นใน ใช้ประโยชน์เพื่อการกีฬาทางน้ำ ตลอดจนอนุรักษ์สัตว์น้ำ มีบริการเรือพาย และจักรยานน้ำ

สวนรมณีย์ เนื้อที่ 50 ไร่ เป็นการจัดสวนเพื่อเลียนแบบธรรมชาติท้องถิ่น มีน้ำตก ลำธาร ตกแต่งด้วยวัสดุ พันธุ์ไม้ดอกไม้ประดับ และสัญลักษณ์เฉพาะท้องถิ่นนั้นๆ บริเวณนี้ยังมีสวนจีน ซึ่งสถานเอกอัครราชทูตจีนประจำประเทศไทยสร้างน้อมเกล้าฯ ถวายเป็นราชสักการะแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสวนเชิงผา

สวนน้ำ เนื้อที่ 40 ไร่ เป็นที่รวบรวมพันธุ์ไม้้ำสวยงามหลากหลายชนิดปลูกไว้ในลำธาร และบริเวณริมสองฝั่ง

สนามราชฎี และ ลานอเนกประสงค์ เนื้อที่ประมาณ 70 ไร่ ประกอบด้วยพื้นที่ลานสนามกว้าง และเวทีกลางแจ้ง เป็นสถานที่จัดการแสดงทางวัฒนธรรม ประเพณีและประกวดผลผลิตทางการเกษตร

อาคารพันธุ์ไม้ทะเลทราย เป็นที่รวบรวมพันธุ์ไม้ทะเลทราย และไม้อวบน้ำทั้งของไทยและต่างประเทศ

ระหว่างวันที่ 1-10 ธันวาคม ของทุกปี จะมีการจัดงาน งานพรรณไม้อารามสวนหลวง ร.9 จัดโดยมูลนิธิสวนหลวง ร.9 ร่วมกับกรุงเทพมหานคร (สำนักสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม. 2555: ออนไลน์)

สวนสาธารณะสวนลุมพินี

สวนลุมพินี ตั้งอยู่บนถนนพระรามที่ 4 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร ขนาดพื้นที่ 360 ไร่ โดยเปิดทำการทุกวัน ระหว่างเวลา 4.30 - 21.30 น. สวนลุมพินีจัดเป็นสวนสาธารณะขนาดกลาง คือสวนสาธารณะระดับเขต ซึ่งหน่วยงานที่รับผิดชอบคือ สำนักงานสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร

สวนลุมพินีเป็นสวนสาธารณะแห่งแรกของกรุงเทพมหานคร และพระราชมรดกที่พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงพระราชทานไว้ให้แก่ชาวพระนคร โดยมีจุดเริ่มต้นใน พ.ศ. 2468 ซึ่งทรงครองราชย์สมบัติครบ 15 ปี ประกอบกับเศรษฐกิจตกต่ำหลังสงครามโลกครั้งที่ 1 จึงทรงมีพระราชดำริจะจัดงานแสดงพิพิธภัณฑ์สรรพสินค้า และทรัพยากรธรรมชาติ ดังเช่น ประเทศตะวันตกทำได้ผลมาแล้ว โดยกำหนดจัดใน ฤดูหนาวปลายปี พ.ศ. 2468 และมีพระราชดำริว่า เมื่อเลิกการจัดงานแล้วสถานที่นั้น ควรจัดทำ เป็นสวนพฤกษชาติ เพื่อให้ประชาชนได้ศึกษาและใช้พักผ่อน ทรงเลือก บริเวณทุ่งศาลาแดงที่ดินส่วนพระองค์ ที่เหลือจากแบ่งเป็นจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยไปแล้วเป็นที่จัดงาน และทรงสละพระราชทรัพย์เป็นทุนประเดิมในการเตรียมสถานที่ ครั้งนั้นมีการขุดสระกว้างสร้างเกาะลอยกลางน้ำตัดถนน และสร้างถาวรวัตถุ เช่น หอนาฬิกา ดิग्แบบกริช และทรงพระราชทานชื่อว่า "สวนลุมพินี" หมายถึง สถานที่ประสูติแห่งพระพุทธเจ้า ณ ตำบลลุมพินีวัน ประเทศเนปาล แต่ด้วยทรงเสด็จสวรรคตก่อนกำหนดเปิดงาน จึงต้องล้มเลิกงานไป ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 7 โครงการนี้จึงถูกรื้อฟื้นอีกครั้ง โดยทรงให้เช่าที่ดินด้านใต้ของสวนลุมพินี 90 ไร่ จัดเป็น"วนาเริงรมย์" คล้ายสวนสนุก และค่าเช่านำมาปรับปรุงที่ดินส่วนที่เหลือเปิดเป็นสวนสาธารณะ

นับแต่นั้น สวนลุมพินีจึงเป็นสถานที่ให้ความเพลิดเพลินสนุกสนานแก่ประชาชนมีทั้งการเล่น แข่งว้าว วิ่งว้าว ชิงช้า ม้าหมุนโดยทรงพระราชทานที่ดินให้รัฐบาลดูแลและมีพระกระแสรับสั่งให้ใช้เพื่อสวนสาธารณะเท่านั้น ต่อมาในสมัย สงครามโลกครั้งที่ 2 สวนลุมพินี กลายเป็นที่ตั้งค่ายของ ทหารญี่ปุ่น สวนแห่งนี้จึงลดบทบาทลง จนสงครามเลิกในปี พ.ศ. 2495-2497 จึงถูกใช้เป็น ที่จัดงานฉลองรัฐธรรมนูญ และมีการประกวดนางสาวสยาม บริเวณเกาะลอย

ลักษณะเด่นและจุดที่น่าสนใจในสวน

สวนลุมพินีมีลักษณะเป็นสวนอเนกประสงค์ โดยเป็นสวนสาธารณะ ที่รวมไว้ด้วยประโยชน์ใช้สอยเพื่อกิจกรรมนันทนาการหลากหลายที่จัดเตรียมไว้บริการประชาชน เป็นที่ตั้งของศูนย์นันทนาการ สมาคม ชมรมต่างๆ ภายใต้ภาพรวมในการเป็นพื้นที่สีเขียวซึ่งมีเอกลักษณ์ที่ความร่มรื่นด้วยต้นไม้ขนาดใหญ่อายุเก่าแก่รายล้อมอยู่มาก และกระจายอยู่ท่ามกลางธรรมชาติที่จัด แต่งด้วยสระน้ำกว้างใหญ่ กลุ่มพรรณไม้ดอกไม้ใบต่างสีสนิมไม่ว่าจะเป็นสวยาป่าเขียวช่อ่ม สวนปาล์มที่สง่างามหรือสวนไม้ที่ให้ความรู้สึกนุ่มนวลพลิ้วไหวและด้วยเป็นพื้นที่สีเขียวกว้างใหญ่ท่ามกลาง ดิग्อาคารจึงมีหน้าที่ต่อระบบนิเวศในการเป็นที่พักพิงและ แหล่งอาหารของสรรพชีวิต

พระบรมรูปรัชกาลที่ 6 สร้างในปี พ.ศ. 2485 เพื่อระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณขององค์ผู้ให้กำเนิดสวนลุมพินี

กิจกรรมคนในเมือง เพราะเป็นแหล่งอาหารในธรรมชาติ และอุดม ด้วยต้นไม้ขนาดใหญ่สวนแห่งนี้จึงกลายเป็นบ้านของนกหลากหลาย ที่พากันมาพื้งพืงมากกว่า 30 ชนิด เป็นที่มาของการจัดการอบรม หลักสูตรคนในเมือง ณ สวนลุมพินี ทุกปี

ลานตะวันยิ้ม เป็นลานเพื่อกิจกรรมนันทนาการที่ออกแบบเพื่อคนพิการโดยเฉพาะ มีทางลาดแทนขั้นบันได สนามเด็กเล่นชนิดพิเศษ ที่จอดรถคนพิการ และสิ่งอำนวยความสะดวก เพื่อคนด้อยโอกาส ครบครัน

สโมสรพลเมืองอาวุโสแห่งเมืองกรุงเทพฯ ตั้งอยู่อาคารลุมพินีสถานเป็นที่พบปะสังสรรค์ พักผ่อน ออกกำลังกาย ฝึกอาชีพ ณ ของผู้สูงอายุ เปิดบริการเวลา 08.00 -18.00 น.ทุกวัน และภายในอาคารยังมี เวทีลีลาศหมุนได้ ใช้เป็นที่จัดกิจกรรมลีลาศ และฝึกสอนในวันเสาร์ - อาทิตย์

ศูนย์สร้างโอกาสเด็กสวนลุมพินี (Home of hope) ให้บริการแนะนำ ปรีกษา ช่วยเหลือสอนหนังสือ แก่เด็กเร่ร่อน (Homeless children) เปิดบริการ 10.00-19.00 น.ทุกวัน

ศูนย์ฝึกอาชีพกรุงเทพมหานคร (BMA Apprentice School) ให้บริการฝึกอาชีพสาขาต่าง ๆ แก่ประชาชนทั่วไป เช่น คอมพิวเตอร์ ตัดเย็บเสื้อผ้า เสริมสวย ทำอาหาร

ห้องสมุดประชาชนสวนลุมพินี เสนอบริการแหล่งค้นคว้าความรู้หนังสือและวีดิทัศน์ เปิดบริการเวลา 08.00- 20.00 น.วันอังคาร - อาทิตย์

ศูนย์เยาวชนลุมพินี นำเสนอกิจกรรมกีฬา และฝึกสอนแก่เด็กและเยาวชน จัดสถานที่และ อุปกรณ์กีฬาไว้ให้บริการสมาชิก เช่น ฟุตบอลวอลเลย์บอล บาสเกตบอล ฝึกสอนลีลาศ เปิดบริการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 18.00-20.00 น. และวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา 10.00 -18.00 น.

ศูนย์อาหารสตรีไทยเดิม จำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม เปิดบริการเวลา 04.30 - 10.00 น.ทุกวัน

จักรยานน้ำและเรือพาย เป็นจุดบริการของเอกชน อยู่รอบเกาะลอยอัตรา 30 บาท/ 30 นาที

ธรรมะในสวน กิจกรรมทางพุทธศาสนา เพื่อเป็นประโยชน์ต่อสังคม โดยมีการทำบุญตักบาตร และแสดงธรรมะโดยพระสงฆ์ในทุกวันอาทิตย์สุดท้ายของเดือนเวลา 07.00 - 09.00 น.

ดนตรีในสวน กิจกรรมแห่งความเพลิดเพลินที่พบได้ในสวนสาธารณะมีการจัดแสดงดนตรีไทยและดนตรีสากล ณ สวนปาล์ม โดยจัดในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ - เมษายน ทุกวันอาทิตย์ เวลา 16.30 -20.00 น.

(สำนักสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม. 2548: ออนไลน์)

2. ความหมายของความคิดเห็น

ความคิดเห็นตามความหมายในพจนานุกรมการศึกษา หมายถึง ความเชื่อการตัดสินใจ ความคิด ความรู้สึกประทับใจที่ไม่ได้เกิดจากการพิสูจน์ หรือการชั่งน้ำหนักกว่าเป็นการถูกต้องหรือไม่ สอดคล้องกับความหมายในพจนานุกรมฉบับภาษาอังกฤษ (Webster. 1998: 950) ที่ให้ความหมายว่า ความคิดเห็น หมายถึง ความเชื่อที่ไม่ได้ตั้งอยู่บนความรู้สึกในใจของบุคคลใดบุคคลหนึ่งที่จะพิจารณาตัดสินใจเพื่อการประเมินคุณค่าของสิ่งต่างๆ

(ชาญณรงค์ คำเพชร. 2549: 7)

นันทลลี (Nunnally. 1959: 378) ได้ให้ความคิดเห็นว่า ทั้งความคิดเห็นและทัศนคติ นั้นเป็นเรื่องของการแสดงออกของแต่ละบุคคลต่อประชาชนทั่วไป ต่อชนบธรรมเนียมประเพณีและการแสดงออกทางความคิดในโลกที่โลกที่เกี่ยวกับตัวเขาและความคิดเห็นนั้นยังจะใช้ในเรื่องเกี่ยวกับการลงความเห็นและความรู้ ในขณะที่ทัศนคตินั้นใช้กันมากในเรื่องเกี่ยวกับความรู้สึกและความชอบพอ

โคลิสนิค (Kolesnik. 1970: 296) กล่าวว่า ความคิดเห็นเป็นการแปลความหมายหรือการลงความเห็นที่เกิดขึ้นจากข้อเท็จจริงซึ่งแต่ละบุคคลคิดว่าถูกต้อง แต่คนอื่นอาจจะไม่เห็นด้วย

กู๊ด (Good. 1973: 113) กล่าวว่า ความคิดเห็น หรือทัศนะ หมายถึง ความเชื่อ ความคิด หรือการลงความเห็นเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งไม่อาจบอกได้ว่าเป็นการถูกต้องหรือไม่

เทอร์สโตน (Thurstone. 1977: 285) กล่าวว่า เจตคติเป็นการแสดงออกทางผลรวมของความโน้มเอียงและความรู้สึก ความมีอคติ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น อยู่ในจิตใจมาก่อนความคิด ความกลัว การบังคับขู่เข็ญ และการลงความเห็นของมนุษย์เกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งส่วนความคิดเห็นก็คือ เจตคติ แต่เป็นการแสดงเจตคติที่แสดงออกมาเป็นคำพูด นอกจากนั้นความคิดเห็นยังเป็นสัญลักษณ์ทางเจตคติด้วย

สุชา จันทรโสม (2522: 104) กล่าวว่า เราไม่สามารถแยกทัศนคติและความคิดเห็นออกจากกันได้ เพราะทัศนคติและความคิดเห็นมีลักษณะคล้ายคลึงกัน แต่ลักษณะของความคิดเห็นจะไม่ลึกซึ้งเหมือนทัศนคติ

จุมพล นิภาเกษม (2526: 96) ได้กล่าวว่า ความคิดเห็นหมายถึงความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยอาศัยพื้นฐาน ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อม ของแต่ละบุคคลเข้ามาเกี่ยวข้องในการแสดงออก

กลมรัตน์ หล้าสูงษ์ (2527: 29) ให้แนวคิดไว้ว่า ความคิดเห็น (Opinion) เป็นการแสดงออกโดยการพูด หรือเขียนเกี่ยวกับ เจตคติ ความเชื่อ หรือ ค่านิยมของบุคคลและสรุปไว้ว่า ความคิดเห็นเป็นการแสดงออกที่เกิดจากความรู้สึกภายในต่าง ๆ ซึ่งความรู้สึกภายในนั้นอาจเป็นเพียงเจตคติ ความเชื่อหรือค่านิยม ถ้าจะกล่าวในลักษณะของพฤติกรรมในแง่จิตวิทยาก็กล่าวไว้ว่าเจตคติ ความเชื่อ และค่านิยมเป็นพฤติกรรมภายในที่ไม่มีผู้ใดสังเกตหรือทราบได้นอกจากตัวของเขาผู้นั้นแต่ความคิดเห็นเป็นพฤติกรรมภายนอกที่ผู้อื่น สามารถสังเกต หรือทราบได้อย่างชัดเจน ดังนั้นคนที่มีเจตคติหรือความเชื่อหรือค่านิยมอย่างหนึ่ง แต่ถ้าเขาไม่แสดงความคิดเห็นออกมาก็จะไม่มีผู้ใดทราบเลยว่าเขามีเจตคติหรือความเชื่อหรือ ค่านิยมเช่นใด

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2531: 13) กล่าวว่า ความคิดเห็นถือได้ว่าเป็นการแสดงออกด้านเจตคติอย่างหนึ่ง แต่หากลองพิจารณาเห็นนั้น มักมีอารมณ์ เป็นส่วนประกอบและเป็นส่วนที่จะมีปฏิกิริยาต่อสถานการณ์ภายนอก

องค์ประกอบของความคิดเห็น

จากการศึกษาเรื่ององค์ประกอบของความคิดเห็น เทรนดิส (Triandis. 1971 : 2-3) ได้อธิบายว่า องค์ประกอบของความคิดเห็นมี 3 ส่วน ได้แก่

1. องค์ประกอบด้านความรู้ (Cognitive Component) ได้แก่ ความรู้และความคิดที่บุคคลมีต่อสิ่งเร้า ซึ่งอาจเป็นบุคคล กลุ่มหรือสถานการณ์ใดๆ ความรู้และความคิดดังกล่าวจะเป็นส่วนกำหนดลักษณะและทิศทางของความคิดเห็นของบุคคล กล่าวคือ ถ้าบุคคลมีความรู้และการติดต่อกับสิ่งเร้าได้ครบถ้วนแล้ว บุคคลจะมีความคิดเห็นต่อสิ่งเร้าในทางบวกหรือลบชัดเจนขึ้น

2. องค์ประกอบด้านความรู้สึก (Affective Component) ได้แก่ อารมณ์หรือความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้า อารมณ์หรือความรู้สึกดังกล่าวจะเป็นส่วนกำหนดลักษณะและทิศทางของความคิดเห็นของบุคคล กล่าวคือ ถ้าบุคคลมีอารมณ์หรือความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งใด บุคคลก็จะมีความคิดเห็นทางบวกต่อสิ่งนั้น แต่ถ้าบุคคลมีอารมณ์หรือความรู้สึกไม่ดีต่อสิ่งใด บุคคลจะมีความคิดเห็นในทางลบ

3. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavior Component) ได้แก่ พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกต่อสิ่งเร้าอย่างใดอย่างหนึ่ง พฤติกรรมดังกล่าวจะเป็นสิ่งบอกลักษณะและทิศทางของความคิดเห็นของบุคคล กล่าวคือ ถ้าพฤติกรรมของบุคคลที่จะแสดงออกต่อสิ่งเร้านั้นชัดเจนแน่นอน ความคิดเห็นก็ย่อมมีลักษณะเป็นบวกหรือลบชัดเจนแน่นอน

จากความหมายในเรื่องความคิดเห็นทั้งหมดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความคิดเห็นมาจาก องค์ประกอบ 3 ส่วน ได้แก่ องค์ประกอบด้านความรู้เป็นการแสดงออกในด้านต่าง ๆ องค์ประกอบด้านความรู้สึก และองค์ประกอบด้านพฤติกรรม โดยออกมาในรูปแบบของความรู้สึก ความนึกคิด ความเชื่อ ซึ่งมาจากประสบการณ์ การเรียนรู้ ความรู้และสภาพแวดล้อมที่ได้พบเจอมา ซึ่งความคิดเห็นของแต่ละบุคคลอาจเป็นที่ยอมรับหรืออาจปฏิเสธจากบุคคลอื่นก็ได้

3. แนวคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

การออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็น ถ้าเราไม่ออกกำลังกายหรือออกกำลังกายไม่พอ ร่างกายก็ ผิดปกติ หย่อนสมรรถภาพ บางครั้งถึงกับเป็นโรค ผู้ที่เป็นโรคเพราะเหตุดังนี้ หากได้ออกกำลังกาย ก็หายได้ ดังนั้น จึงเปรียบเทียบการออกกำลังกายว่าเป็นอาหารก็ได้ เป็นยาก็ได้

การออกกำลังกายในที่นี้ หมายความว่า การให้กล้ามเนื้อทำงานเพื่อประโยชน์ต่างๆ เช่น การ ประกอบอาชีพ การทำงานอดิเรก หรือแม้การเล่นสนุก อีกคำหนึ่งที่มีความหมายเกี่ยวข้องกันคือ กีฬา หมายความว่า การออกกำลังกายที่เป็นการเล่นอย่างมีระเบียบหรือกฎเกณฑ์ เช่น แบดมินตัน ฟุตบอล รวมทั้งไม่ว่าสิ่งหรือที่จับด้วย การกระโดดโลดเต้นไปตามเรื่องไม่ควรจะเรียกว่ากีฬา เป็นแต่เพียงการเล่น โดยเหตุผลทำนองเดียวกับการตักน้ำรดต้นไม้ก็ไม่ใช่กีฬา แต่ถ้ามีการแข่งขันตักน้ำใส่ ตุ่ม ก็นับว่าเป็นกีฬาได้ เพราะจะมีกฎเกณฑ์และกำหนดเวลา ปัจจุบันนี้นิยมใช้คำว่า กีฬา สำหรับการ ใช้กำลังกายเพื่อประโยชน์อื่นๆ นอกจากงานอาชีพหรืองานประจำวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งใช้ สำหรับการออกกำลังกายเพื่อประโยชน์เกี่ยว กับการบริหารกาย การเล่นสนุก และการแข่งขัน ชื่อของบทความนี้เป็นตัวอย่างหนึ่งของการใช้คำ กีฬา ตามความหมายในปัจจุบัน

ประเภทของกีฬา

กีฬา ตามความหมายปัจจุบัน อาจแบ่งตามจุดประสงค์ได้เป็นสองประเภท คือ กีฬาเพื่อ แข่งขันกับกีฬาเพื่อสุขภาพ ในประเภทแรกนั้น ผู้เล่นจำเป็นต้องฝึกซ้อมอย่างหนักเต็มที่เพื่อจะเอาชนะคู่ ต่อสู้ แต่ในประเภทหลังคือ กีฬาเพื่อสุขภาพนั้นไม่มีความจำเป็นต้องซ้อมหนัก การปฏิบัติหรือ ฝึกซ้อมกระทำเพียงให้ได้ผลที่ต้องการเท่านั้น ผลที่ว่านี้อาจมีได้หลายอย่าง ดังต่อไปนี้

1. เพื่อรักษาสภาพของร่างกายไว้ ไม่ให้เสื่อมโทรม เรียกว่า กีฬาอนุรักษ์
2. เพื่อแก้ไขสภาพที่เสื่อมโทรมให้กลับเป็นปกติ เรียกว่า กีฬาแก้ไข
3. เพื่อป้องกันการเกิดโรคบางอย่าง เรียกว่า กีฬาป้องกัน
4. เพื่อรักษาโรคบางโรค เรียกว่า กีฬาบำบัด
5. เพื่อช่วยให้ร่างกายที่เจ็บป่วยกลับเป็นปกติ เรียกว่า กีฬาฟื้นฟูสภาพการกีฬาบำบัดและ การกีฬาฟื้นฟูสภาพเป็นเรื่องของแพทย์โดยเฉพาะ ดังนั้น จะไม่กล่าวถึงในที่นี้ส่วนกีฬาอนุรักษ์ กีฬา แก้ไข และกีฬาป้องกันนั้น ให้ผลที่สัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง

กีฬาเพื่อสุขภาพ

การออกกำลังกายทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างในร่างกาย เรียกว่า ปฏิกริยา ซึ่งมีลักษณะและ ความรุนแรงต่างไปตามความหนักหน่วงของการออกกำลังกาย เมื่อเลิกออกกำลังกาย ปฏิกริยา ก็จะหายไป ถ้าออกกำลังกายช้าบ่อยๆ จะเกิดการปรับตัว ขึ้นในร่างกายทำให้สมรรถภาพเพิ่มขึ้นและ ปฏิกริยามีความรุนแรงน้อยลง แม้จะออกกำลังกายหนักเท่าเดิม ตัวอย่างเช่น ในการวิ่งเหยาะ ผู้ที่วิ่ง เป็นครั้งแรกอาจวิ่งได้เพียง 500 เมตรก็เหนื่อย มีอาการหายใจหอบ หัวใจเต้นเร็ว ปวดเมื่อยขา ฯลฯ จนในที่สุดต้องหยุดอาการที่กล่าวนี้เป็นปฏิกริยาซึ่งเกิดตั้งแต่เริ่มวิ่งและเพิ่มความรุนแรงขึ้นไปตาม ปริมาณของการออกกำลังกาย จนทำต่อไปไม่ไหวถ้าออกกำลังกายเช่นที่กล่าวนี้บ่อยๆ โดยไม่ทิ้งระยะนาน นักจะพบว่า การวิ่งระยะเท่าเดิม (500 เมตร) ทำให้เหนื่อยน้อยลงตามลำดับ จนในที่สุดอาจวิ่งไกล ออกไปถึง 800 หรือ 900 เมตร นี่คือผลของการปรับตัว

ปฏิกริยาต่อการออกกำลังกายเกิดขึ้นในหลาย ส่วนและมีลักษณะต่างๆ กัน จะกล่าวถึง เฉพาะที่สำคัญๆ

กล้ามเนื้อ การออกกำลังกายทุกครั้งต้องอาศัยกล้ามเนื้อหดตัวดึงกระดูกซึ่งประกอบเป็น แขนขาและส่วนอื่นที่เกี่ยวข้อง อาจมีการเคลื่อนไหวของส่วนนั้นๆ เรียกว่า การออกกำลังกายแบบ เคลื่อนไหว (isotonic) หรือไม่มีก็ได้เรียกว่า การออกกำลังกายแบบเกร็งกล้ามเนื้อ (isometric) การหดตัวของ กล้ามเนื้อเกิดขึ้นโดยมีการเปลี่ยนแปลงทางเคมีในกล้ามเนื้อนั่นเอง คือ สารชื่ออะดีโนซีนไทร ฟอสเฟต (adenosine riphospate) สลายตัวเป็นอะดีโนซีนไดฟอสเฟต (adenosine diphosphate) หลังจากกล้ามเนื้อหดตัวแล้วมีการกลับสังเคราะห์อะดีโนซีนไทรฟอสเฟตขึ้นใหม่ โดยขบวนการที่ สลับซับซ้อนซึ่งรวมการเผา (ออกซิไดซ์) กลูโคส เพื่อให้เกิดพลังงานสำหรับการสังเคราะห์สารที่ เกี่ยวข้อง กล้ามเนื้อมีกลูโคสสะสมไว้ในปริมาณจำกัด ดังนั้น หากหดตัวติดต่อกันเป็นเวลานาน ก็ จำต้องได้รับมาเพิ่มเติม เลือดนำกลูโคสมาจากตับซึ่งมีไกลโคเจน เก็บไว้เพื่อแปรเป็น กลูโคสเมื่อมี ความต้องการ เมื่อกล้ามเนื้อหดตัว หลอดเลือดภายในนั้นจะขยายให้เลือดไหลมากขึ้น นำกลูโคส และออกซิเจนมาส่งเพิ่มขึ้น และนำ คาร์บอนไดออกไซด์ และกรดต่างๆ ตลอดจนความร้อนที่ เกิดขึ้นนำไปปล่อยที่ปอด ที่ไต และที่ผิวหนังตามลำดับที่กล่าวมานี้เป็นปฏิกริยาที่เกิดขึ้นใน กล้ามเนื้อ

หากกล้ามเนื้อถูกใช้ให้ทำงานหนักบ่อยๆ ก็จะปรับตัวโดยเพิ่มขนาด (บางครั้งไม่เพิ่ม จำนวนด้วย) ของเส้นใยในกล้ามเนื้อ ทำให้มีขนาดใหญ่มากขึ้นและแข็งแรงมากขึ้น ดังที่ทราบกันโดยทั่วไป ถ้าหากในการออกกำลังกายครั้งหนึ่งๆ กล้ามเนื้อต้องทำงานซ้ำติดต่อกันเป็นเวลานาน ก็จะมีการ ปรับตัวในด้านความอดทนอีกด้วย

หัวใจและหลอดเลือด เมื่อมีการออกกำลังกาย หัวใจจะได้รับการกระตุ้นทางระบบประสาท ให้เต้นเร็วและแรงขึ้น สบฉีดเลือดได้ปริมาณมากขึ้น หากต้องทำการเช่นนี้บ่อยๆ หัวใจก็จะปรับตัว โดยเพิ่มขนาดของเส้นใย (แบบเดียวกับกล้ามเนื้อแขนขา) ทำให้ผนังห้องหัวใจหนา มีแรงสูบฉีด และกำลังสำรองมากขึ้นขณะเดียวกันหลอดเลือดแดงซึ่งรับเลือดไปจากหัวใจต้องรับเลือดในปริมาณ เพิ่มขึ้นทุกครั้งที่หัวใจเต้น เท่ากับถูกบังคับให้ออกกำลัง ทำให้มีความยืดหยุ่นดีและเกิดอาการแข็ง กระด้างน้อยลงทั้งสองประการนี้ทำให้เลือดไหลได้สะดวกและความดันเลือดไม่ขึ้นสูงมาก

ปอดและการหายใจ ในการหายใจตามปกติศูนย์หายใจ ซึ่งอยู่ในส่วนท้ายสมอง (medulla oblongata) สั่งการให้กล้ามเนื้อซี่โครงและกะบังลมหดตัวทำให้ทรวงอกขยายอากาศ ภายนอกดันผ่านจมูกหลอดลมคอ และหลอดลมปอดเข้าไปในถุงลม เป็นโอกาสให้ออกซิเจนใน อากาศผ่านเข้าไปในเลือดในผนังของถุงลม ทำให้คาร์บอนไดออกไซด์ในเลือดผ่านสวนทางมาสู่ อากาศในถุงลม นั่นคือการหายใจเข้า เมื่ออากาศดันถุงลมพองถึงขนาด ศูนย์หายใจจะหยุดทำงาน กล้ามเนื้อซี่โครงและกะบังลมหย่อนตัวทรวงอกยุบ ปีบอากาศออกมาจากถุงลมสู่ภายนอกนั่นคือการ หายใจออก เมื่อออกกำลังกายศูนย์หายใจจะได้รับการกระตุ้นแรงกว่าปกติ การหายใจเข้าแรง เร็วหรือ ลึก หรือทั้งสองอย่างมากกว่าธรรมดา การหายใจออกก็เปลี่ยนตามไปด้วย ยิ่งออกกำลังกายหนักเท่าไร การหายใจก็เพิ่มปริมาณมากขึ้นเท่านั้น จนกระทั่งถึงขีดที่เรียกว่า หายใจหอบ ซึ่งแสดงถึงความ เหนื่อย หากออกแรงหนักขึ้นๆ อาการหอบเพิ่มมากขึ้นๆ จนกระทั่งถึงขั้นที่ศูนย์หายใจทำการเพิ่ม ต่อไปไม่ไหวการออกกำลังกายก็ต้องหยุดลง

ถ้าหากมีการออกกำลังกายหนักเสมอๆ กล้ามเนื้อหายใจจะเพิ่มความแข็งแรงและอดทนขึ้น พร้อมกับศูนย์หายใจอดทนต่อการกระตุ้นมากขึ้นทั้งสองอย่างนี้ช่วยให้สามารถหายใจหอบได้มาก และนานขึ้น ข้อนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปรับตัวซึ่งช่วยให้สามารถทำการได้ด้วยความสามารถมากขึ้น

ระบบประสาท การออกกำลังกายเกิดขึ้นเพราะสมองสั่งให้กล้ามเนื้อหดตัว เมื่อกล้ามเนื้อ ทำงานไปเรื่อยๆ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางประสาทและเคมีย้อนไปกดศูนย์สั่งการในสมองมากขึ้นๆ โดยลำดับในที่สุดเมื่อออกกำลังกายเหนื่อยถึงขีดหนึ่ง (ซึ่งขึ้นอยู่กับความเคยชินต่อการออกกำลังกาย) ศูนย์สั่งการก็ถูกกดจนต้องหยุดทำงานคือ ถึงระยะเหนื่อยจนหมดแรง(ซึ่งที่จริงแรง ยังมีแต่สมองไม่ สั่งการ)

ถ้าออกกำลังกายเสมอๆ ศูนย์สั่งการจะปรับตัวโดยมีความอดทนต่อการกดมากขึ้น ทำให้สามารถทำงานได้นานออกไปกว่าเคย และการออกกำลังกายดำเนินไปด้วยความอดทนมากขึ้น

ในร่างกายยังมีระบบประสาทอีกระบบหนึ่งซึ่งไม่อยู่ในบังคับของจิตใจ เรียกว่า ระบบ ประสาทเสรีซึ่งทำการโดยอิสระเพื่อช่วยเหลืออวัยวะต่างๆ โดยเฉพาะในการปรับการทำงานให้ เหมาะสมกับเหตุการณ์และความต้องการของส่วนต่างๆ ในร่างกาย เช่น บังคับให้หัวใจเต้นเร็วหรือ ช้า ให้หลอดเลือดและหลอดลมภายในปอดขยายหรือบีบ ให้เหงื่อหลั่งมากหรือน้อยเป็นต้น การ ออกกำลังกายทุกครั้งเป็นการกระตุ้น และการฝึกประสาทเสรี เมื่อทำการออกกำลังกายบ่อยๆ ก็มีการกระตุ้น บ่อยๆ แรงให้ระบบประสาทเสรีปรับตัวให้ทำงานได้ว่องไวและมีประสิทธิภาพสูงขึ้น

ระบบและส่วนอื่น ๆ การออกกำลังกายอย่างค่อนข้างหนักและอย่างหนัก ย่อมทำให้เกิดปฏิกิริยาอย่างมากในร่างกาย นอกจากที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ยังมีที่ควรทราบอีกดังต่อไปนี้

กระดูกที่ถูกกล้ำเนื้อดีจะมีผิวหนาและแข็งแรงขึ้น ในเด็ก กระดูกบางชิ้นจะยาวขึ้นด้วย ทำให้ร่างกายสูงขึ้น

เลือดจะมีสีเม็ดเลือด (เฮโมโกลบิน) และจำนวนเม็ดเลือดแดงมากขึ้น ปริมาตรเลือดสำรองที่เก็บไว้ในม้ามและที่อื่นๆ จะมากขึ้น

ต่อมน้ำเลี้ยงภายในที่หลังฮอร์โมนบางอย่าง เช่น ต่อมหมวกไต ต่อมใต้สมอง (พิทูอิทารี) ถูกกระตุ้นให้หลังมากขึ้น ทำให้เกิดผลเสมือนฉีดฮอร์โมนนั้นๆ เข้าในร่างกายมีการสะสมสารเคมีบางอย่างไว้สำหรับใช้ระหว่างการออกกำลังกาย เช่น กลูโคส เก็บไว้ที่ตับและกล้ำเนื้อ อะดีโนซีนไทรฟอสเฟต เก็บไว้ที่กล้ำเนื้อ วิตามินซี เก็บไว้ในต่อมหมวกไต เป็นต้น

ระบบควบคุมอุณหภูมิร่างกายจะมีประสิทธิภาพสูงขึ้น สามารถกำจัดความร้อนที่เกิดจากการทำงานออกไปได้รวดเร็วร่างกายร้อนช้าลงช่วยให้สามารถออกกำลังกายด้วยความอดทนมากขึ้น

การออกกำลังกายที่พอเหมาะ น้อยไป และมากเกินไป

ถ้าเรากินอาหารน้อยไปเราก็หิว ถ้ากินมากเกินไปก็ท้องอืด ต้องกินพอดีๆ จึงจะสบาย การออกกำลังกายก็เช่นเดียวกัน ถ้าทำน้อยไปก็ไม่ได้ผล ทำมากเกินไปก็มีโทษ ต้องทำให้พอเหมาะจึงจะได้ประโยชน์ที่ต้องการดังนั้น จึงควรทราบว่าเมื่อไรออกกำลังกายพอแล้ว ต่อไปนี้ เป็นวิธีง่ายๆ สำหรับใช้กับตัวเองหรือแนะนำผู้อื่นในเวลาออกกำลังกาย

อาการเมื่อย เหมาะสมสำหรับใช้กับกายบริหาร กำหนดดูว่าส่วนที่กำลังใช้อยู่เริ่มมีอาการเมื่อยเมื่อใด (ตัวอย่างเช่น เริ่มเมื่อยเมื่อ "ซกลม" ได้ 10 ครั้ง) ลองทำต่อไปอีกประมาณ 1 ใน 4 หรือ 1 ใน 5 ของที่ทำแล้ว จึงหยุด สังเกตว่าอาการเมื่อยที่เกิดขึ้นนั้นจะคงอยู่ต่อไปอีกนานสักเท่าใด ถ้าหายไปในเวลาสองสามชั่วโมง แสดงว่าที่ทำแล้วยังไม่พอ ควรจะเพิ่มได้อีก ถ้าหายภายใน 24 ชั่วโมง แสดงว่าพอเหมาะแล้ว ถ้ายังเมื่อยอยู่เกิน 36 ชั่วโมง แสดงว่าทำนั้นมากเกินไป ควร ครั้งต่อไป ต้องลดลง วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ที่เริ่มออกกำลังกาย จะได้ทราบความสามารถของตัวเอง เมื่อกำหนดได้แล้วก็ออกกำลังกายไปตามนั้น ภายในระยะหนึ่งจะสังเกตว่า เมื่อยน้อยลง หรือไม่เมื่อยเลยนี้แปลว่าร่างกายมีสมรรถภาพสูงขึ้นแล้ว ถ้าต้องการให้เพิ่มขึ้นอีกก็ต้องออกกำลังกายให้มากขึ้น โดยลองสังเกต เช่นในครั้งแรก ทำเป็นขั้นๆ ไปเช่นนี้จนได้ผลที่ต้องการ

ข้อพึงจำคือหากออกกำลังกายเป็นประจำจนสมรรถภาพสูงขึ้นแล้วถ้าเว้นว่างไปเสีย สมรรถภาพจะลดลง ภายในหนึ่งสัปดาห์สมรรถภาพที่สูงขึ้นจะกลับลดลงไปประมาณร้อยละ 30 และหมดสิ้นไปภายในสามสัปดาห์ ข้อนี้จะต้องระลึกถึงเมื่อกลับเริ่มออกกำลังกายใหม่ จะออกมากหรือนักเท่าที่เคยไม่ได้ แต่ต้องลดน้อยลงตามส่วน แล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้นใหม่ด้วยความระมัดระวัง เพื่อป้องกันผลร้ายของการออกกำลังกายเกิน เช่นที่เคยเกิดขึ้นกับนักกีฬาเก่งๆ ที่เว้นว่างกายฝึกซ้อมไปนาน เมื่อกลับมาเล่นใหม่ก็เล่นเต็มที่เหมือนเคยลืมนึกถึงความเสื่อมที่ได้เกิดขึ้นในระหว่างที่ไม่ได้เล่นผลร้ายอาจมีตั้งแต่การบาดเจ็บน้อยหรือมากไปจนถึงกับอันตรายหนัก

อาการเหนื่อย วิธีนี้เหมาะสำหรับการออกกำลังกายประเภทอดทน เช่น วิ่งเหยาะ (วิ่งช้าๆ เพื่อให้ได้ระยะทางมาก) สังเกตว่าวิ่งไปได้ระยะไกลหรือระยะเวลาประมาณเท่าใดจึงเริ่มมีอาการหอบปานกลางจะประมาณจากความรู้สึกว่าเหนื่อยค่อนข้างมากก็ได้หรือจะนับจำนวนครั้งที่หายใจใน 1 นาทีก็ได้ สำหรับวิธีหลังนี้ต้องนับไว้ก่อนว่าเวลาอยู่เฉยๆ หายใจนาทีละกี่ครั้ง (หายใจเข้า 1 ที่หายใจออก 1 ที่ นับเป็น 1 ครั้ง) สมมติว่า 20 ครั้ง เมื่อออกกำลังกายไปจนรู้สึกเหนื่อยค่อนข้างมากก็ลองนับดูใหม่ ถ้าการหายใจเพิ่มขึ้นไปเป็น 26 หรือ 28 ครั้งต่อนาที (คือเพิ่มร้อยละ 30-40) ก็ควรจะหยุดได้ ตัวเลขที่แสดงนี้เป็นเพียงตัวอย่างให้เข้าใจเท่านั้น แต่ละคนไม่เหมือนกัน ข้อสำคัญที่สุดคือความรู้สึกว่าเหนื่อยค่อนข้างมากแล้ว

โดยทำนองเดียวกับในข้อที่แล้ว หากออกกำลังกายเข้าไปๆ อาการเหนื่อยจะเกิดซ้ำๆ และจะสามารถออกกำลังกายได้นานหรือมากขึ้นกว่าเดิม เป็นผลของการปรับตัวและการเพิ่มสมรรถภาพของร่างกาย

อัตราน้ำใจ ผู้ที่สนใจการออกกำลังกายอย่างจริงจังควรนับชีพจรของตนเอง อาจนับที่ข้อมือหรือที่คอก็ได้ วิธีแรกใช้นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนางกดปลายลงไปบนร่องข้างเอ็นข้อมือทางด้านโคนนิ้วหัวแม่มือ (ของอีกมือหนึ่ง) ขยับจนรู้สึกการเต้นของหลอดเลือดเป็นจังหวะ ถือนาฬิกาที่มีเข็มวินาทีไว้ในมือที่ถูกคลำ (หรือสวมไว้ในมือที่ใช้คลำ) นับการเต้นของชีพจรตามไปขณะที่ตาดูนาฬิกานับชั่ว 10 วินาทีแล้วคูณด้วย 6 เป็นอัตราใน 1 นาทีก็ได้ (วิธีนี้ไม่แม่นยำทีเดียว แต่ดีพอสำหรับการกีฬา)

วิธีนับชีพจรที่คอ เหมาะสำหรับผู้ไม่ชำนาญเพราะหาหลอดเลือดได้ง่าย ใช้ปลายนิ้วชี้และนิ้วกลางค่อยๆ กดลงไปที่ย่างลูกกระเดือกจนรู้สึกการเต้นของหลอดเลือด (อย่ากดหนักเกินไป) นับแบบเดียวกับที่ข้อมือ

ผลตามหลัง ผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกายมาก่อน หลังจากออกกำลังกายครั้งแรก อาจมีอาการปวดข้อตึงกล้ามเนื้อหรือปวดกล้ามเนื้อด้วยในวันเดียวกันนั้นหรือวันรุ่งขึ้น และอาจเป็นอยู่ต่อไปอีกหนึ่งหรือสองวันเช่นนี้เป็นเรื่องธรรมดา แต่ถ้าอาการยังอยู่เกินสองวันควรสงสัยว่าการออกกำลังกายที่ได้ทำนั้นอาจจะมากเกินไปครั้งต่อไปควรทำให้ลดลง

การออกกำลังกายน้อยไป

การออกกำลังกายน้อยไปหมายความว่าออกกำลังกายแล้วไม่ได้ผลที่ต้องการเช่น ร่างกายไม่แข็งแรง หรือไม่รู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้น การออกกำลังกายน้อยไปไม่ให้ผลร้าย เหมือนกับการออกกำลังกายมากไป เพียงแต่ทำให้ผิดหวังและเสียเวลา ทั้งนี้เป็นเพราะเมื่อออกกำลังกายน้อย ปฏิภานของร่างกายก็มีน้อยหรือเบาหรืออ่อนไม่เพียงพอที่จะทำให้เกิดการปรับตัว หากได้ออกกำลังกายไปแล้วหลายวัน ไม่รู้สึกหรือสังเกตไม่ได้ว่ามีการเปลี่ยนแปลงไปในเชิงร่างกายดีขึ้นหรือแข็งแรงขึ้น ควรสงสัยว่าออกกำลังกายไม่พอ ควรลองเพิ่มความหนักหรือความบ่อยของการออกกำลังกายขึ้น จนสังเกตได้ว่ามีผลดังที่ต้องการผลดีของการออกกำลังกายนั้น เกิดจากการปรับตัวของร่างกายที่อวัยวะส่วนที่เกี่ยวข้องเช่น

กล้ามเนื้อ หัวใจ และต่อมน้ำเลี้ยงภายใน เป็นต้น การปรับตัวบ่อยๆ ทำให้การเปลี่ยนแปลงนั้นๆ กลายเป็นการพัฒนาส่วนนั้นๆ ให้เพิ่มขนาดหรือความสามารถขึ้น มีกำลังสำรองมากขึ้น ร่างกาย แข็งแรงขึ้น ในทางตรงกันข้าม เมื่อออกกำลังกายมากเกินไป ผลร้ายเพียงส่วนน้อยอาจเกิดจากการปรับตัวจนเกินขีด ส่วนใหญ่เกิดจากความบอบสลายหรืออันตรายต่ออวัยวะ เช่น กล้ามเนื้อ เอ็น ฟังผิดข้อกระดูก และเยื่อหุ้มข้อ เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เป็นสาเหตุของอาการต่างๆ ที่กล่าวแล้วซึ่งมักไม่รุนแรงมาก แต่การปรับตัวจนเกินความสามารถหรือเกินกำลังสำรอง มักเป็นผลของการออกกำลังกายเกินสมควรอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเมื่ออวัยวะที่เกี่ยวข้องมีสภาพไม่ค่อย ปกติอยู่ก่อนแล้วอวัยวะที่มีความสำคัญเป็นพิเศษในเรื่องนี้คือหัวใจ

ประโยชน์ของการออกกำลังกายที่มีต่อสุขภาพ

1. เพิ่มพูนสมรรถภาพของหัวใจและหลอดเลือด

-กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรง

-อัตราการเต้นหัวใจช้าลง

-คลื่นไฟฟ้าหัวใจสม่ำเสมอและดีขึ้น

-ลดบทบาทการควบคุมหัวใจของประสาทซิมพาเทติก

-เพิ่มออกซิเจนไปยังสมอง

-ลดไขมันไตรกลีเซอไรด์ในหลอดเลือด

-เพิ่มไขมันชนิดดี (HDL)

-ป้องกันและยับยั้งการเกาะของไขมันบริเวณหลอดเลือด

-เพิ่มการไหลเวียนหลอดเลือดส่วนปลาย

-เพิ่มการไหลเวียนหลอดเลือดหัวใจ

-ลดความเสี่ยงต่อการมีความดันโลหิตสูง

2. เพิ่มพูนความแข็งแรงและอดทนของกล้ามเนื้อ

-ขนาดของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น

-ลดโอกาสบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ

-ความหนาแน่นของกระดูกสูงขึ้น

-ลดโอกาสการเกิดโรคกระดูกพรุน

3. ลดความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่

4. ลดความตึงเครียดของจิตใจ

-ลดอารมณ์ซึมเศร้า อาการเครียดทางจิตใจ

-นอนหลับได้ดีขึ้น

5. เพิ่มพูนความอ่อนตัวกล้ามเนื้อและเอ็นยึดข้อยืดหยุ่นตัวดีขึ้น

6. ลดปัจจัยเสี่ยงต่อการบาดเจ็บของข้อต่อ

7. เพิ่มพูนประสิทธิภาพในการเคลื่อนไหวร่างกาย

8. ประโยชน์สุขภาพอื่นๆ

-อายุยืนยาว

-ภูมิคุ้มกันร่างกายดีขึ้น และลดปัจจัยต่อการเกิดโรคภัยต่างๆ

(นายแพทย์อวย เกตุสิงห์. 2555: ออนไลน์)

จากความหมายในเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพทั้งหมดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่าการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คือ การให้กล้ามเนื้อ รวมถึงระบบต่างๆในร่างกายได้ทำงานอย่างสม่ำเสมอ ให้มีการพัฒนาเกิดขึ้นกับอวัยวะต่างเหล่านั้น ส่งผลให้ร่างกายแข็งแรงและมีจิตใจที่เข้มแข็งอยู่ตลอดเวลา การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่เหมาะสม มีประโยชน์อย่างยิ่งต่อการป้องกันและรักษาโรคบางชนิด เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด การออกกำลังกายควรเริ่มต้น จากเบา ระยะเวลาสั้นและค่อยๆเพิ่มขึ้นจนเต็มที ขึ้นอยู่กับ สภาพโครงสร้างของร่างกาย อายุ และเพศ และโรคประจำตัวของแต่ละคน

4. แนวคิดเกี่ยวกับการนำนโยบายไปปฏิบัติ

ความหมายของการนำนโยบายไปปฏิบัติ

วเรช จันทรศร (2530: 2) กล่าวว่า การนำนโยบายไปปฏิบัติจะเป็นที่ สอดคล้องกัน ในหมู่นักวิชาการชั้นนำทางด้านนี้ ที่ให้ความหมายว่า การนำนโยบายไป ปฏิบัติเป็นเรื่องของการศึกษาว่า องค์กร บุคคล หรือ กลุ่มบุคคลที่เกี่ยวข้องสามารถนำ และกระตุ้นให้ทรัพยากรทางการบริหารทั้งมวลปฏิบัติงานให้บรรลุตามนโยบายที่ระบุ ไว้หรือไม่แค่ไหนเพียงใด หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง การนำนโยบายไปปฏิบัติ ให้ความ สนใจเกี่ยวกับเรื่องของ ความสามารถที่จะผลักดันให้การทำงานของกลไกที่สำคัญ ทั้งมวลสามารถบรรลุผลตามนโยบายที่ได้ตั้งเป้าหมายเอาไว้ โดยได้สรุปว่า การศึกษาการนำนโยบายไปปฏิบัติเป็นการแสวงหาวิธีการ และแนวทางเพื่อปรับปรุงนโยบาย แผนงาน และการปฏิบัติงาน ในโครงการให้ดีขึ้น เนื้อหาสาระ ของการศึกษาการนำ นโยบายไปปฏิบัติจึงเน้นการแสวงหาคำอธิบาย เกี่ยวกับปรากฏการณ์ หรือสภาพความเป็นจริง ที่เกิดขึ้นภายในกระบวนการของ การนำนโยบายไปปฏิบัติ (implementation processes) เพื่อที่จะศึกษา บทเรียนพัฒนาแนวทางและสร้างกลยุทธ์เพื่อที่จะทำให้การนำนโยบายไปปฏิบัติบังเกิดความสำเร็จ

Jeffrey L. Pressman and Aaron B. Wildavsky (1973: 14) ศึกษาเรื่อง ปัญหาการนำนโยบายการ สร้างงานให้ชนกลุ่มน้อยไปปฏิบัติในปี ค.ศ. 1973 เขาได้นิยามการนำนโยบายไปปฏิบัติว่า หมายถึงระดับการเกิดขึ้นของผลของนโยบายที่คาดคะเนไว้ และการนำนโยบายไปปฏิบัติ อาจได้รับการมองว่า เป็นกระบวนการของการปฏิสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายที่กำหนดไว้ กับ

ปฏิบัติการทั้งหลายที่มุ่งไปสู่การกระทำที่บรรลุผล การนำนโยบายไปปฏิบัติคือ ความสามารถที่จะจัดการ และประสานสิ่งที่จะเกิดขึ้นมาภายหลังในลักษณะที่เป็นลูกโซ่เชิงสาเหตุ และผลทั้งนี้เพื่อให้ได้รับผลลัพธ์ที่พึงปรารถนา

Donald S. Van Meter and Carl E. Van Horn (1975: 208) กำหนดว่า การนำนโยบายไปปฏิบัติ หมายความว่า การดำเนินการโดยบุคคล หรือกลุ่มบุคคล ในภาครัฐ หรือภาคเอกชน ซึ่งการดำเนินการดังกล่าวมุ่งที่จะก่อให้เกิดความสำเร็จโดยตรงตามวัตถุประสงค์จากการตัดสินใจดำเนินนโยบายที่ได้กระทำก่อนหน้านั้นแล้ว

Eugene Bardach (1980: 9) มองการนำนโยบายไปปฏิบัติเป็นกระบวนการทางการเมืองและเห็นว่า กระบวนการนำนโยบายไปปฏิบัติคือ เกมส์การต่อสู้โดยนิยามว่า กระบวนการนำนโยบายไปปฏิบัติคือ กระบวนการของกลยุทธ์เกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มผลประโยชน์ต่าง ๆ ในอันที่จะให้ได้มาซึ่งการบรรลุเป้าหมายของพวกตน ซึ่งเป้าหมายเหล่านั้นอาจจะไปกันได้ หรือไปกันไม่ได้กับเป้าหมายของนโยบาย

Barrett and Fudge (1981: 12-13) ได้ให้คำนิยามที่อาจจะแตกต่างจาก นักวิชาการอื่นๆ ที่กล่าวมาแล้ว เพราะเห็นว่า นิยามการนำนโยบายไปปฏิบัติจะมองเฉพาะเรื่องการผลักดันให้นโยบายเกิดผลในด้านเดียวคงไม่ได้แต่คำว่า การนำนโยบายไปปฏิบัติจะหมายความว่า การสังเกตปรากฏการณ์เป็นจริงที่เกิดขึ้น หรือถูกกระทำให้เกิดขึ้น และเป็นการแสวงหาคำอธิบายต่อไป อีกว่าปรากฏการณ์หรือการกระทำนั้น เกิดขึ้นได้อย่างไร มีอะไรเกิดขึ้นบ้าง ศูนย์กลางความสนใจ การนำนโยบายไปปฏิบัติ ลักษณะนี้จะอยู่ที่ว่า อะไรคือสิ่งที่ถูกกระทำ (what is done) จุดสนใจของการมองจึงอยู่ที่การกระทำของกลุ่มบุคคล และของผู้มีหน้าที่กำหนดพฤติกรรมหรือการกระทำนั้น นอกจากนั้นยังสนใจที่จะตรวจสอบระดับของการกระทำว่ามีความสัมพันธ์กับตัวนโยบายอย่างไร มากกว่าการตรวจสอบลักษณะเพียงการคาดคะเนมุมมองของการนำนโยบายไปปฏิบัติในแง่นี้ได้รับการพิจารณาว่าเป็นลำดับขั้นของการตอบสนอง (series of responses) ต่ออุดมการณ์ของข้อผูกพันต่อการกดดันจากสภาพแวดล้อม หรือต่อแรงกดดันจากหน่วยงานหรือกลุ่มต่างๆ ที่พยายามจะเข้ามามีอิทธิพล หรือเข้ามาควบคุมการ กระทำนั้น

Quade (1982: 305) ได้ให้คำนิยามโดยการมองการนำนโยบายไปปฏิบัติใน ลักษณะของ กระบวนการเปลี่ยนแปลง โดยนิยามว่า การนำนโยบายไปปฏิบัติคือการเปลี่ยนแปลงโดยตรงที่เกิดขึ้นตามเป้าหมายของนโยบาย เป็นกระบวนการจัดการกับแบบแผนของการนำ เพื่อให้เกียรติต่อข้อกำหนด (to honor the prescriptions) ที่เกิดขึ้น จากการที่ได้ตัดสินใจไปแล้ว ดังนั้น การนำนโยบายไปปฏิบัติจึงเริ่มขึ้นภายหลังที่ได้ ตัดสินใจยอมรับวิธีการปฏิบัติเฉพาะเรื่องนั้นๆ ไปแล้ว

Hambleton (1983: 406) เห็นว่า รากศัพท์ของทฤษฎีนโยบาย และการนำนโยบายไปปฏิบัติ นั้นแยกกันอยู่คนละส่วน คนละชั้นในลูกโซ่การตัดสินใจคือ การนำนโยบาย ไปปฏิบัติเป็นขั้นตอนที่เกิดขึ้นภายหลังการกำหนดนโยบาย คล้ายกับทฤษฎีการบริหารที่ว่า นโยบายคือการตัดสินใจว่าจะทำอะไร (decision as to what to do) ส่วนการบริหารคือ การทำให้งานที่ตัดสินใจทำนั้นดำเนินไปได้ (getting it done) แต่เป็นการยากที่จะบอกได้ ว่าที่ได้คือที่ที่นโยบายสิ้นสุด แล้วการนำนโยบายไปปฏิบัติจึงเริ่มขึ้น ประเด็นสำคัญคือ นโยบาย กับการนำนโยบายไปปฏิบัติจะต้องสัมพันธ์กัน

Alexander (1985: 413) ได้ให้คำนิยามสั้นๆ ว่า การนำนโยบายไปปฏิบัติคือ ชุดปฏิบัติการที่เป็นแผนการปฏิบัติงานที่ถูกส่งไปยังผู้ที่ตั้งใจจะให้ได้รับประโยชน์จาก นโยบายเป็นการเฉพาะ และเป็นการปฏิบัติในภาคสนาม

Nagel (อ้างถึงใน วรเดช จันทรศร. 2527: 27) อธิบายว่า การนำนโยบาย ไปสู่การปฏิบัติ เป็นเรื่องของความสามารถที่จะผลักดันให้การทำงานของกลไกที่สำคัญ ทั้งหมดสามารถบรรลุผลลัพธ์ที่ได้ตั้งเป้าหมายเอาไว้

(สำนักบริการข้อมูลและสารสนเทศ. 2553: ออนไลน์)

จากความหมายในเรื่องการนำนโยบายไปปฏิบัติทั้งหมดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ลักษณะหน่วยงานที่นำนโยบายสาธารณะไปปฏิบัติ มีอิทธิพลต่อความสำเร็จของการนำนโยบายไปปฏิบัติ เพราะหน่วยราชการ คือ กลไกในการนำส่งนโยบายของรัฐไปสู่ประชาชน ระบบราชการจะมีโครงสร้างหน่วยงาน ที่มีแบบแผนความสัมพันธ์ของระบบบริหารภายใน และมีศักยภาพที่จะปฏิบัติให้เป็นไปตามนโยบาย

5. กรอบแนวคิดในการประเมินความสำเร็จของนโยบาย

เริ่มจากผู้วิจัยได้สร้างกรอบนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ การกำหนดกรอบเหล่านี้ขึ้นมาเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับจุดมุ่งหมายของงานวิจัยฉบับนี้

ด้านการจูงใจ

ความหมายของการจูงใจ (Motivation) เป็นเงื่อนไขของการได้รับการกระตุ้นโดยมีการให้ความหมายไว้ การจูงใจ หมายถึง แรงขับเคลื่อนที่อยู่ภายในของบุคคลที่กระตุ้นให้บุคคลมีการกระทำ

การจูงใจ (Motivation) มีความหมายตามพจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. 2530 ว่า " ชักนำหรือเกลี้ยกล่อมเพื่อให้เห็นคล้อยตาม " ซึ่งการจูงใจนี้เป็นวิธีการ หนึ่งที่กระตุ้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีความตุนตัว กระตือรือร้น และพร้อมที่จะทำงานให้กับ องค์การอย่างเต็มความรู้ความสามารถ การสร้างแรงจูงใจนั้นมีความสำคัญทางการ บริหารเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากการที่บุคคลหรือผู้ปฏิบัติจะก่อให้เกิดความพึงพอใจในการ ทำงานเกิดผลที่ดีก็ขึ้นอยู่กับ การสร้างแรงจูงใจของผู้บริหารในองค์การนั้นซึ่งความหมาย ของการจูงใจนี้มีนักวิชาการหลายฝ่ายได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

เดล เอส บีช (Beach. 1965: 379) ให้ความหมาย การจูงใจ ว่าหมายถึง การ กระทำที่จะให้คนเต็มใจที่จะใช้พลังงานของเขา เพื่อให้เกิดความสำเร็จตามเป้าหมาย (Goal) หรือ รางวัล (Reward) ที่จะได้รับ

เอ็ดวิน บี ฟลิปโป (Flippo. 1971: 70) ให้ความหมาย การจูงใจ ว่าหมายถึง การกระตุ้นหรือเร่งเร้า เพื่อทำให้เกิดอิทธิพลเหนือพฤติกรรมของคน อันจะเป็นผลให้ คนเกิดความรู้สึกภายในที่เป็นพลัง ที่จะดำเนินการใดๆ หรือแสดงพฤติกรรมให้มุ่งไปสู่ เป้าหมายที่ต้องการ ทั้งนี้ การกระตุ้นหรือการเร่งเร้าที่จะดำเนินการเพื่อสนองความ ต้องการ หรือความปรารถนาต่างๆ ให้เป็นที่พอใจนั้นจะมีทั้งที่อาศัยวิธีการเชิงบวก (ปฏิฐาน) และเชิงลบ (นิเสธ)

กัญญา สาร.2517: 259 ให้ความหมาย การจูงใจ ว่าหมายถึง ความพยายาม อย่างมีระบบของหน่วยงาน ที่จะลดปัญหาต่างๆ ของบุคลากรใหม่ เพื่อให้เขามีความสุข ความพอใจกับงาน และตำแหน่งของเขา

สมพงษ์ เกษมสิน (2521: 414) ให้ความหมาย การจูงใจ ว่าหมายถึง ความ พยายามที่จะชักจูงให้ผู้อื่นแสดงออกหรือปฏิบัติตามสิ่งจูงใจ ซึ่งสิ่งจูงใจอาจมีทั้งจากภายในและภายนอกบุคคลนั้นๆ และมูลเหตุจูงใจอันสำคัญของบุคคล ก็คือ ความต้องการ (Needs) ที่มีต่อสิ่งต่างๆ นั้นเอง

ธงชัย สันติวงษ์ (2526: 23) ให้ความหมาย การจูงใจว่าหมายถึง กลุ่มทัศนคติที่ มีอยู่ในตัวบุคคลที่ใช้สำหรับปฏิบัติต่อกรณีต่างๆ โดยมีเป้าหมายและทิศทางที่แน่นอน แรงจูงใจจึงเป็นสิ่งที่มียู่ภายในที่มีแรงผลักดันและทิศทางที่ใช้กำกับพฤติกรรม ของมนุษย์ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ

ดิน ปรัชญพฤทธิ (2535: 258) ให้ความหมาย การจูงใจ ว่าหมายถึง ระดับความ พร้อมของพนักงานที่จะปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งระดับความพร้อมเกิด จากปัจจัยต่างๆ เช่น ความสำเร็จ การที่ผลงานเป็นที่ยอมรับ ความรับผิดชอบ ความเจริญ เดิบโตส่วนบุคคล และงานในตัวของมันเอง ภายหลังความต้องการขั้นพื้นฐาน เช่น เงิน เดือน สภาพความมั่นคงในงาน และสภาพการทำงานได้รับการตอบสนองแล้ว

วลัยลักษณ์ ผลุงเจริญ (2540: 14) ให้ความหมาย การจูงใจ ว่าหมายถึง การ กระตุ้นให้บุคคลแต่ละบุคคลหรือหมู่คณะได้มีโอกาสมีกำลังใจทำงานให้แก่องค์กร หรือหน่วยงานอย่างเต็มใจ และเต็มความสามารถ การสร้างแรงจูงใจ จึงเป็นเรื่องเกี่ยวกับ การทำให้คนขององค์กรทำงานอย่างมีประสิทธิภาพที่จะเป็นไปได้

อารี พันธุ์ณี (2546: 269) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง การนำปัจจัยต่างๆ ที่เป็นแรงจูงใจ มาผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างมีทิศทางเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเงื่อนไขที่ต้องการ ปัจจัยต่าง ๆ ที่นำมาอาจจะเป็นเครื่องล่อรางวัล การลงโทษ การทำให้เกิดการตื่นตัว รวมทั้งทำให้เกิดความคาดหวัง เป็นต้น

เต็มศักดิ์ คทวณิช (อ้างถึงใน พาสนา จุลรัตน์. 2548: 194) สรุปความหมายของแรงจูงใจ หมายถึง กระบวนการของการใช้ปัจจัยทั้งหลายที่จะทำให้บุคคลเกิดความต้องการ เพื่อสร้างแรงขับ และแรงจูงใจไปกระตุ้นร่างกายให้แสดงพฤติกรรมตามจุดมุ่งหมายที่ได้วางไว้โดยปัจจัยดังกล่าวนั้น อาจจะเป็นสิ่งเร้าภายนอกกับสิ่งเร้าภายในหรือทั้งสองประการก็ได้

เสนาะ ติเยาว์ (2543: 208) ให้ความหมายของแรงจูงใจไว้ว่า แรงจูงใจในความหมายหนึ่ง คือ การจูงใจเป็นพลังที่กระตุ้นพฤติกรรม กำหนดทิศทางของพฤติกรรม และมีลักษณะเป็นความ มุ่งมั่นอย่างไม่ลดละไปยังเป้าหมายหรือสิ่งจูงใจนั้น ดังนั้นการจูงใจจึงประกอบด้วยความต้องการ (needs) พลัง (force) ความพยายาม (effort) และเป้าหมาย (goal)

พวงเพชร วัชรอยู่ และสุปราณี สนธิรัตน์ (2537: 187) ให้ความหมายของ แรงจูงใจ (Motivation) คือ สิ่งใด ๆ ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมหรือการกระทำ

สุชา จันทน์เอม (2533: 101) กล่าวว่า การจูงใจโดยทั่ว ๆ ไป หมายถึง ประการแรก สภาวะที่อินทรีย์ถูกกระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายปลายทาง (goal) ที่ตั้งไว้ ประการที่สองพฤติกรรมที่สนองความต้องการของมนุษย์ และเป็นพฤติกรรมที่นำไปสู่ จุดหมายปลายทาง ประการที่สามพฤติกรรมที่ถูกกระตุ้นโดยแรงขับ (drive) ของแต่ละบุคคล มี แนวโน้มมุ่งไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทางอย่างใดอย่างหนึ่ง และร่างกายอาจจะสมประสงค์ในความปรารถนาอันเกิดจากแรงขับนั้น ๆ ได้ เมื่อร่างกายเกิดความต้องการ (needs) ขึ้นก็จะเกิดแรงขับซึ่งทำให้เกิดความตึงเครียดขึ้น มนุษย์และสัตว์จะต้องดิ้นรนหาทางบำบัดความต้องการนี้

พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2529: 41) ให้ความหมายแรงจูงใจว่า คือสภาวะที่อินทรีย์ถูก กระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมเพื่อไปยังจุดหมายปลายทาง (goal)

Daft (2000: 534) กล่าวถึง แรงจูงใจว่า หมายถึง พลังหรือแรงผลักดันทั้ง ภายในนอกและ ภายในตัวบุคคลซึ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่กระตือรือร้น รวมทั้งเป็นบุคคลรักษาพฤติกรรมนั้นไว้

Griffin (1999: 484) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง ชุดของพลังผลักดันที่เป็น สาเหตุให้ มนุษย์แสดงพฤติกรรมในแนวทางที่สนองต่อความต้องการของตน

Vroom (1995: 7) ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า หมายถึง กระบวนการในการควบคุมหรือครอบงำทางเลือกโดยบุคคลหรืออินทรีย์ต่ำสุด (lower organism) โดยไม่เปิดโอกาสให้เลือกทางเลือกอื่น ๆ ด้วยความสมัครใจ เช่น เมื่อเราเกิดความรู้สึกหิว เราก็ต้องรับประทานอาหารเพื่อตอบสนองความต้องการของร่างกาย ซึ่งไม่มีโอกาสเลือกทางเลือกอื่นแต่อย่างใด

Chemngton (1994: 132) มองแรงจูงใจว่า เป็นความเข้มข้น (intensity) ความมุ่งมั่น (direction) และความทนผั่งแน่น (persistence) ของพฤติกรรม ทฤษฎี ด้านแรงจูงใจทั้งหมดมุ่งไปสู่วิถีทางในการอธิบายการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ อันสืบเนื่องมาจากแรงจูงใจเป็นสาเหตุหลัก

Dubrin; & Ireland (1993: 294) กล่าวว่า แรงจูงใจ คือ กระบวนการที่ถูกให้เพื่อขับเคลื่อนและสนับสนุนพฤติกรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายในองค์กร

Luthans (1992: 147) กล่าวว่า แรงจูงใจ คือ กระบวนการซึ่งเริ่มต้นจากความรู้สึกที่ไม่เพียงพอ หรือเต็มไม่เต็มทางจิตใจที่เรียกกันว่า ความต้องการ ซึ่งเป็น แรงขับที่ก่อให้เกิดการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ที่จะบรรลุตามเป้าหมายอันเป็นสิ่งที่ล่อใจ นั่นคือ ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการ (needs) แรงขับ (drive) และรางวัล อันเป็นสิ่งที่ล่อใจ (incentive)

ดังนั้น ผู้บริหารที่ต้องการให้ผู้ปฏิบัติงานทำงานให้กับองค์กรอย่างขยันขันแข็ง พยายามใช้ความรู้ความสามารถอย่างเต็มที่ จึงต้องให้ความสนใจกับแรงจูงใจ (Motivation) ต่างๆ ที่จะเป็นแรงผลักดันพฤติกรรมในการทำงานให้เป็นทิศทางที่ต้องการและมีประสิทธิภาพ

จากความหมายในเรื่องแรงจูงใจทั้งหมดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า แรงจูงใจ หมายถึง การได้รับการกระตุ้น โดยนำปัจจัยต่างๆ เป็นสิ่งเร้า สิ่งจูงใจ ให้เกิดแรงผลักดันที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างมีแนวทาง เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมาย หรือเงื่อนไขที่ต้องการที่ต้องการ ตามความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล ให้มีความเจริญก้าวหน้า

ด้านการมีส่วนร่วม

แนวคิดและกระบวนการมีส่วนร่วม (Participation process approach)

ในที่ประชุมเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของประชาชน ณ องค์การสหประชาชาติ เมื่อปี ค.ศ. 1975 กลุ่มผู้เชี่ยวชาญที่ให้ข้อเสนอแนะไว้ว่า การมีส่วนร่วมของประชาชนเป็น คำที่ไม่อาจกำหนดนิยามความหมายเดียวที่ครอบคลุมได้ เพราะความหมายของการมีส่วนร่วมอาจแตกต่างกันไปในแต่ละประเทศ หรือแม้แต่ในประเทศเดียวกันก็ตาม ดังนั้น การนิยามความหมายของการมีส่วนร่วมของประชาชน ควรมีลักษณะจำกัดเฉพาะในระบบเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองหนึ่ง ๆ เท่านั้น อย่างไรก็ตาม กลุ่มผู้เชี่ยวชาญดังกล่าวได้ขยายความการมีส่วนร่วมของประชาชนว่าครอบคลุมประเด็นดังนี้ (กรมอนามัย. 2550: ออนไลน์)

ประเด็นที่ 1 การมีส่วนร่วมของประชาชนครอบคลุมการสร้างโอกาสที่เอื้อให้สมาชิกทุกคนของชุมชนและของสังคมได้ร่วมกิจกรรมซึ่งนำไปสู่ และมีอิทธิพลต่อกระบวนการ พัฒนา และเอื้อให้ได้รับประโยชน์จากการพัฒนาโดยเท่าเทียมกัน

ประเด็นที่ 2 การมีส่วนร่วมสะท้อนการเข้าเกี่ยวข้องโดยสมัครใจ และเป็นประชาธิปไตยในกรณีนี้คือ การเอื้อให้เกิดการพยายามพัฒนา การแบ่งสรรผลประโยชน์จากการพัฒนาโดยเท่าเทียมกัน และการตัดสินใจเพื่อกำหนดเป้าหมาย นโยบายและการวางแผนดำเนินการโครงการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคม

ประเด็นที่ 3 การมีส่วนร่วมเป็นตัวเชื่อมโยงระหว่างประชาชนและทรัพยากรเพื่อพัฒนากับประโยชน์ที่ได้รับจากการลงทุนดังกล่าว กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ การมีส่วนร่วมของประชาชนในการตัดสินใจ ไม่ว่าจะเป็นระดับท้องถิ่น ภูมิภาค และระดับชาติจะช่วยก่อให้เกิดความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งที่ประชาชนลงทุนลงแรงกับประโยชน์ที่ได้รับ

ประเด็นที่ 4 การมีส่วนร่วมของประชาชนอาจแตกต่างกันไปตามสภาพเศรษฐกิจของประเทศ นโยบาย และโครงสร้างการบริหาร รวมทั้งลักษณะเศรษฐกิจสังคมของ ประชากร การมีส่วนร่วมของประชาชนมิได้เป็นเพียงเทคนิควิธีการ แต่เป็นปัจจัยสำคัญในการประกันให้เกิดกระบวนการพัฒนาที่มุ่งเอื้อประโยชน์ต่อประชาชน

นอกจากนี้ ในกระบวนการพัฒนาแบบมีส่วนร่วมจะต้องเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในการตัดสินใจกำหนดความต้องการของตนเอง การตัดสินใจใช้ทรัพยากร

ทวิทอง หงส์วิวัฒน์ (2527: 2) มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า การมีส่วนร่วม หมายถึง สิทธิของประชาชนต่อการตัดสินใจนโยบายที่เกี่ยวกับการจัดสรร (allocation) และการใช้ประโยชน์ (utilization) ของทรัพยากรเพื่อการผลิต ซึ่งเป็นความจำเป็นที่ประชาชนต้องเข้าร่วมในการวางแผนเพื่อการกินดีอยู่ดี และสามารถตอบสนองต่อสิ่งที่เข้าถึง ซึ่งการพัฒนาให้คนจนได้รับประโยชน์เพื่อการผลิต การบริการ และสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะด้วย และการมีส่วนร่วมคือการที่ประชาชนเข้าไปมีส่วนในการตัดสินใจในระดับต่าง ๆ ทางการจัดการบริการทางการเมือง เพื่อกำหนดความต้องการของชุมชนของตน การมีส่วนร่วมของประชาชนก่อให้เกิดกระบวนการและโครงสร้างที่ประชาชนสามารถที่จะแสดงออก ซึ่งความต้องการของตน การจัดลำดับความสำคัญ การเข้าร่วมในการพัฒนา และได้รับประโยชน์จากการพัฒนานั้นโดยเน้นการให้อำนาจในการตัดสินใจแก่ประชาชนในชนบท และเป็นกระบวนการกระทำที่ประชาชนมีความสมัครใจเข้ามามีส่วนในการกำหนดการ

เปลี่ยนแปลง เพื่อประชาชนเอง โดยให้ประชาชนได้มีส่วนในการตัดสินใจเพื่อตนเอง ทั้งนี้ โดยมีใช้ การกำหนดกรอบความคิดจากบุคคลภายนอก

ตามนิยามข้างต้น จะเห็นได้ว่าการมีส่วนร่วมของประชาชน ในฐานะสมาชิกของสังคม ไม่ว่าจะในบริบทของการพัฒนาสังคม เศรษฐกิจ การเมืองหรือวัฒนธรรม ย่อมเป็นสิ่งที่แสดงออกให้เห็นถึงพัฒนาการรับรู้ และภูมิปัญญาในการกำหนดชีวิตของตนเองเป็นต้นของตนเองในการจัดการ ควบคุมการใช้ และการกระจายทรัพยากรที่มีอยู่เพื่อประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตทางเศรษฐกิจและสังคม ตามความจำเป็นอย่างสมศักดิ์ศรี นอกจากนี้ การที่ประชาชนหรือชุมชนพัฒนาขีดความสามารถของตนในการจัดการควบคุมการใช้ทรัพยากร ควบคุมการกระจายทรัพยากรที่มีอยู่ เพื่อประโยชน์ต่อการดำรงชีพทางเศรษฐกิจและสังคม ทำให้ประชาชนได้พัฒนาการรับรู้และภูมิปัญญา ซึ่งแสดงออกในรูปของการตัดสินใจในการกำหนดชีวิตของตน โดยภาครัฐจะต้องค้ำอำนาจ ในการกำหนดการพัฒนาให้แก่ประชาชน เพื่อให้ประชาชนโดยเฉพาะผู้ด้อยโอกาสในสังคมได้มีโอกาสในการแสดงความต้องการ แสวงหาทางเลือก หรือเสนอข้อเรียกร้อง เพื่อปกป้องผลประโยชน์ร่วมของกลุ่ม และเป็นผู้มีบทบาทหลักในการดำเนินกิจกรรมพัฒนาชุมชน คือเป็นผู้ กำหนดความจำเป็นพื้นฐานของชุมชนและเป็นผู้ระดมทรัพยากรต่าง ๆ เพื่อสนองตอบความจำเป็น พื้นฐานและบรรลุวัตถุประสงค์บางประการทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง

ทศพล กฤตยพิสิฐ (2538: 10) ได้ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมที่เน้นในรูปกลุ่ม/องค์กร หรือชุมชนไว้ว่า หมายถึง การที่ปัจเจกบุคคล กลุ่มหรือชุมชน มีความเห็นพ้องต้องกันในเรื่องที่มี ผลกระทบใด ๆ ต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง แล้วมีการแสดงให้เห็นถึงความต้องการร่วมกันที่จะ เปลี่ยนแปลงให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของตน จนมาสู่การตัดสินใจกระทำการเพื่อให้บรรลุ วัตถุประสงค์นั้น ๆ มีความร่วมมือและรับผิดชอบในกิจกรรมการพัฒนาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม โดย ในขั้นตอนต่าง ๆ ของการดำเนินกิจกรรมนั้น ๆ มีกลุ่มหรือองค์กรชุมชนรองรับ ประชาชนที่เข้าร่วม มีการพัฒนาภูมิปัญญา และการรับรู้สามารถคิด วิเคราะห์ และตัดสินใจเพื่อกำหนดการดำเนินชีวิต ของตนเองได้ ประชาชน หรือชุมชนได้พัฒนาขีดความสามารถของตน ในการจัดการควบคุมการใช้ และการกระจายทรัพยากรที่มีอยู่ เพื่อประโยชน์ต่อการดำรงชีพทางเศรษฐกิจและสังคม ตามความ จำเป็นอย่างสมศักดิ์ศรีในฐานะสมาชิกของสังคม

Batten (อ้างถึงใน ถนอม สุขสง่าเจริญ. 2526: 25) กล่าวถึง แนวคิดการ มีส่วนร่วมว่า เป็น การเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมในกิจการต่าง ๆ ในการใช้ความคิด ตัดสินใจ วางแผน และ ดำเนินการ โดยยึดหลักต่อไปนี้ คือ หลักการช่วยตนเอง หลักการให้ประชาชนมีส่วนร่วม และหลัก ประชาธิปไตยในการดำเนินงาน

ปาริชาติ วลัยเสถียร, พระมหาสุทิตย์ อบอุ่น, สหัทยา วิเศษ, จันทนา เบญจทรัพย์ และชล กาญจน์ ฮาชันนารี (2543: 138-139) ได้ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมใน 2 ลักษณะ กล่าวคือ

ลักษณะที่ 1 การมีส่วนร่วมในลักษณะที่เป็นกระบวนการของการพัฒนา โดยให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนาตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดโครงการ เช่น การร่วมกันค้นหาปัญหา การวางแผนการตัดสินใจ การระดมทรัพยากรและเทคโนโลยีท้องถิ่น การบริหารจัดการ การติดตาม ประเมินผล รวมถึงการรับผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากโครงการ โดยที่โครงการพัฒนาดังกล่าวจะต้องมีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชุมชน

ลักษณะที่ 2 การมีส่วนร่วมทางการเมือง ซึ่งสามารถจำแนกได้เป็นสองประเภทคือ การส่งเสริมสิทธิและพลังอำนาจของพลเมือง และการเปลี่ยนแปลงกลไกการพัฒนาโดยรัฐ โดยการส่งเสริมสิทธิและพลังอำนาจของพลเมือง โดยประชาชนหรือชุมชน เพื่อพัฒนาขีดความสามารถในการจัดการเพื่อรักษาผลประโยชน์ของกลุ่ม ควบคุมการใช้และการกระจายทรัพยากรของชุมชนอันจะก่อให้เกิดกระบวนการและโครงสร้างที่ประชาชนในชนบทสามารถแสดงออกซึ่งความสามารถของตน และได้รับผลประโยชน์จากการพัฒนา และมีการเปลี่ยนแปลงกลไกการพัฒนาโดยรัฐมาเป็นการพัฒนาที่ประชาชนมีบทบาทหลัก โดยการกระจายอำนาจในการวางแผนจากส่วนกลางมาสู่ส่วนภูมิภาค เพื่อให้ภูมิภาคมีลักษณะเป็นเอกเทศให้มีอำนาจทางการเมือง การบริหารมีอำนาจต่อรองในการจัดการทรัพยากรโดยอยู่ในมาตรฐานเดียวกัน ประชาชนสามารถตรวจสอบได้ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเป็นการคืนอำนาจในการพัฒนาให้แก่ประชาชน เพื่อให้มีส่วนร่วมในการกำหนดอนาคตของตนเอง

(สำนักบริการข้อมูลและสารสนเทศ. 2553; ออนไลน์)

จากความหมายในเรื่องการมีส่วนร่วมทั้งหมดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การมีส่วนร่วมของประชาชนในความหมายกว้างซึ่งมักจะคาบเกี่ยวกับการพัฒนานั้น ก็คือ การให้โอกาสประชาชนเป็นฝ่ายการตัดสินใจ กำหนดปัญหาความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง เป็นการเสริมพลังอำนาจให้แก่ประชาชน/กลุ่ม/องค์กรชุมชนให้สามารถระดมขีดความสามารถในการจัดการทรัพยากร การตัดสินใจ และควบคุมดูแลกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชนมากกว่าที่จะเป็นฝ่ายตั้งรับ สามารถกำหนดการดำรงชีวิตได้ด้วยตนเองให้มีชีวิตมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นตามความจำเป็นอย่างมีศักดิ์ศรีและสามารถพัฒนาศักยภาพของประชาชน/ชุมชนในด้านภูมิปัญญา ทักษะ ความรู้ ความสามารถ และการจัดการและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของโลกได้ และประชาชนจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการอย่างมีอิสระ การทำงานต้องเน้นในรูปกลุ่มหรือองค์กรชุมชนที่มีวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมอย่างชัดเจน เนื่องจากพลังกลุ่มจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้งานพัฒนาต่าง ๆ บรรลุผลสำเร็จตามความมุ่งหมายได้ ทั้งนี้ การจะเกิดสภาพของการมีส่วนร่วมของประชาชนตามความหมายที่กล่าวถึงข้างต้น จะต้องเกิดสภาพการณ์หรือเงื่อนไขสำคัญ คือ การมีความตระหนักและความเห็น

พึ่งต้องกันของประชาชนที่มีจำนวนมากพอต่อการริเริ่มโครงการ/กิจกรรมหนึ่งกิจกรรมใด ที่เป็นความต้องการของส่วนรวม โดยความร่วมมือของประชาชนไม่ว่าของบุคคลหรือกลุ่มคนที่เห็นพ้องต้องกันและเข้ามารับผิดชอบเพื่อการดำเนินการพัฒนา และการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ต้องการ โดยมีลักษณะเป็นการกระทำผ่านกลุ่มหรือองค์กรเพื่อให้บรรลุถึงความเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์

ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม

สถานที่และสิ่งแวดล้อมของสวนสาธารณะ

การออกแบบและการวางแผนสวนสาธารณะ มีความจำเป็นเนื่องจากการก่อสร้างสวนสาธารณะต้องใช้เงินงบประมาณสูง การไม่ให้ความสำคัญด้านการออกแบบและวางผังเท่าที่ควร ความล้มเหลวในการใช้งานของสวนสาธารณะจึงเกิดขึ้นบ่อยครั้งและเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งทั่วโลก ดังนั้น การออกแบบและวางแผนจึงมีความสำคัญและต้องมีข้อพิจารณาเกี่ยวกับปรัชญาและมาตรฐานมากขึ้น ซึ่งอาจสรุปได้เป็นหมวดๆ โดยย่อได้ดังนี้

การวางแผนและออกแบบสวนสาธารณะสมัยใหม่

อุทยาน ยุคก่อนการปฏิวัติอุตสาหกรรมเป็นสถานที่เล่นกีฬาและสัตว์ของกษัตริย์และขุนนางและปรับเป็นอุทยานหลวงที่สวยงามแบบธรรมชาติ จึงถือเป็นสถานที่หวงห้ามส่วนบุคคลดังได้กล่าวมาแล้ว แต่หลังจากที่เกิด อุทยานประชาชน (People's parks) แนวคิดก็ได้เปลี่ยนไป ยอมให้สาธารณชนเสียเงินหรือเข้าไปใช้ฟรีอย่างมีเงื่อนไข องค์ประกอบและสิ่งอำนวยความสะดวกกำหนดโดยเจ้าของ คือกษัตริย์หรือขุนนางชั้นสูงซึ่งมักไม่ตรงกับความต้องการของผู้ใช้ แต่หลังจากเหตุการณ์ที่ไฮด์ปาร์กและการสร้างสวนเบอร์เก็นเฮดซึ่งเป็นการจงใจออกแบบให้เป็นสวนสำหรับประชาชนที่แท้จริง การออกแบบได้จึงหันมาเน้นความต้องการของประชาชนผู้ใช้สวนมากขึ้น

แบบกระฉับกระเฉง / แบบผ่อนคลาย

สวนสาธารณะในยุคอุตสาหกรรมมักเน้นที่พักผ่อนแบบผ่อนคลายมาก มีบริเวณออกกำลังกายไม่มากสำหรับเด็ก นักเนื่องจากผู้ใช้ที่เป็นผู้ใหญ่ส่วนใหญ่เป็นผู้ใช้แรงงาน จึงต้องการที่นั่งพักผ่อนแบบธรรมชาติที่ร่มรื่นมีทิวทัศน์สวยงาม แต่ในระยะหลังที่ประชาชนในเมืองเปลี่ยนจากการทำงานในโรงงานมาเป็นการทำงานในสำนักงาน ความต้องการออกกำลังกายจึงเพิ่มมากกว่าการนั่งหรือเดินพักผ่อน จึงอาจสรุปได้ว่า สวนสาธารณะยุคปัจจุบัน ผู้ใช้วัยทำงานต้องการนันทนาการแบบกระฉับกระเฉง (Active recreation) มากกว่าแบบผ่อนคลาย (passive recreation) มากขึ้น ส่วนวัยเด็กและวัยรุ่นยังคงต้องการที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายมากเท่าเดิม

ความหลากหลาย / ความขัดแย้ง

ต้องยอมรับว่าลักษณะเฉพาะของผู้ใช้สวนมีความหลากหลายมากทั้งอายุ รายได้ อาชีพ ขนาดครอบครัว พื้นฐานทางสังคมประเพณี ความนิยม ฯลฯ ซึ่งสวนสาธารณะที่ดีจะต้องตอบสนอง ผู้ให้ใช้ได้มากที่สุดจึงจะลดความขัดแย้งหรือลดการใช้สวนในทางที่ผิดลงได้ ตัวอย่างเช่นการไม่ ยอมรับความต้องการตามพฤติกรรมของวัยรุ่นในย่านที่มีวัยรุ่นมาก แต่กลับทำสวนดอกไม้ที่สวยงาม หุรรหาใหญ่โตอย่างเดียว ในขณะที่วัยรุ่นต้องการลานกีฬา หรือที่เล่นสเก็ตบอร์ด ความขัดแย้งจาก การละเมิด การทำลาย ย่อมมีมากขึ้นและหากเข้มงวด เช่นจัดยามคอยเป่านกหวีดห้าม ปราบปรามการเดินเล่นใช้สอยย่อมเกิดขึ้นเป็นการสูญเสียและเกิดความไม่เสมอภาค โดยเฉพาะใน ประเทศที่ยังขาดแคลนสวนสาธารณะ เช่นประเทศไทย อย่างไรก็ตาม การจัดให้มีองค์ประกอบให้ ครบถ้วนตามลักษณะประชากรย่อมขึ้นอยู่กับขนาดเนื้อที่ของสวนและงบประมาณ การออกแบบจึง ต้องทำให้มีความเป็นเอกประสงคให้มากที่สุดโดยให้คงความร่มรื่นสวยงามไว้ได้

มาตรฐาน

โดยทั่วไป ในด้านการผังเมืองมักกำหนดมาตรฐานด้านการวางแผนและออกแบบในด้าน ต่างๆ ของสถานที่พักผ่อนหย่อนใจไว้ มาตรฐานดังกล่าวของแต่ละประเทศจะไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่ กับขนาด ความหนาแน่นและลักษณะประชากรของประเทศหรือเมืองนั้นๆ

ปริมาณ

ได้แก่มาตรฐานจำนวนเนื้อที่สำหรับพักผ่อนหย่อนใจที่รวมที่ว่างว่างสีเขียวของเมือง (recreation and open spaces) โดยรวมต่อจำนวนประชากร เช่น 25 ไร่ต่อประชากร 1000 คนและ 2.5 ไร่ต่อประชากร 800 คนสำหรับสนามเล่นกีฬาและสนามเด็กเล่นตามชุมชนของสหรัฐฯ และในใน แต่ละรัฐก็ไม่เท่ากัน สำหรับประเทศไทย ครั้งหนึ่งสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฯ เคยกำหนดพื้นที่พักผ่อนโดยรวมสำหรับประเทศไทยไว้ที่ 10 ไร่ต่อประชากร 1000 คน ตาม ข้อเสนอสำหรับผังเมืองกรุงเทพฯ ที่เรียกว่า "ผังลิฟฟิลด์" (พ.ศ. 2500) ซึ่งต่อมาได้มีหลายหน่วยงาน นำไปใช้ เช่น สำนักผังเมืองทั้งของกระทรวงมหาดไทยและของกรุงเทพมหานคร อย่างไรก็ตาม ใน ความเป็นจริง ผังเมืองกรุงเทพฯฉบับปรับปรุงใหม่ทำได้เพียง 1.8 ไร่ต่อประชากร 1000 คน นอกจาก การใช้จำนวนไร่ต่อประชากร 1000 คนแล้ว บางหน่วยงานอาจกำหนดมาตรฐานเป็น "ตารางเมตร ต่อคน" แต่ไม่นิยมใช้

ประเภท

แบ่งเป็นสวนสาธารณะระดับภาค (Regional parks) ได้แก่สวนสาธารณะที่มีพื้นที่ขนาดใหญ่มากที่ใช้ร่วมกันได้หลายจังหวัด ระดับมหานคร (metropolitan parks) สำหรับประชาชนทั้งมหา นครและหลั้่นลงเป็นระดับเมือง (city parks) ระดับย่านหรืออำเภอ (district parks) ระดับชุมชน (community parks) จนถึงระดับละแวกบ้าน (Neighborhood Park) รวมถึงสนามเด็กเล่น มีการ กำหนดมาตรฐานขนาดเนื้อที่และระยะทางมาใช้สวนในแต่ละระดับ รวมทั้งประเภทของกิจกรรม

สิ่งอำนวยความสะดวก

ในแต่ละลำดับขั้นของสวนสาธารณะจะมีการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับกิจกรรมการพักผ่อนในรูปแบบต่างๆ การที่จะเรียกเป็นสวนสาธารณะได้นั้น จะต้องจัดให้มีองค์ประกอบที่ตรงกับความต้องการของ "สาธารณะ" ได้แก่กลุ่มอายุ กลุ่มรายได้ ความนิยม ฯลฯ สมัยหนึ่ง สนามเด็กเล่นและที่เล่นกีฬาถือเป็นภาคบังคับ เนื่องจากพบว่าอัตราการป่วยเป็นวัณโรคและอาชญากรรมรอบๆ สวนสาธารณะที่มีสนามเด็กเล่นและสนามกีฬาในเมืองแออัดของประเทศต่างๆ ในยุโรปมีน้อยกว่าสวนสาธารณะประเภทสวยงามเป็นธรรมชาติที่จัดแบบเก่า แต่ในปัจจุบันหลักสำคัญในการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ที่ความหลากหลายและความเป็นเอกประสงค์ที่จะสามารถสนองตอบต่อผู้ใช้สวนโดยรวมได้มากที่สุด รวมทั้งสนามเล่นกีฬาและสนามเด็กเล่น

ขนาดและการกระจาย

ขนาดของสวนในแต่ละประเภทจะขึ้นอยู่กับขนาดของสิ่งอำนวยความสะดวกที่บรรจุอยู่ในนั้น แต่ในความเป็นจริง ขนาดของสวนกลับอยู่ที่ว่าจะหาได้ที่ดินได้มากน้อยเท่าใด โดยเฉพาะสวนสร้างใหม่ในเขตเมืองที่มีที่ดินราคาแพง ปกติสวนสาธารณะจัดเป็น "การใช้ที่ดิน" หนึ่งในเจ็ดประเภทในงานผังเมืองที่จะต้องมีการจัดเตรียมล่วงหน้า ขนาดของสวนระดับละแวกบ้านจึงมีขนาดเล็กได้ แต่ต้องสามารถจัดให้มีบริเวณเด็กเล่นหรือสนามเด็กเล่นวัย 0-8 ขวบและที่นั่งพักผ่อนสบายๆ วิวดีและปลอดภัยสำหรับผู้ปกครองที่พาเด็กมาและสำหรับผู้สูงอายุซึ่งอาจใช้พื้นที่เพียง 100 ตารางวาขึ้นไป ที่ผู้ใช้สามารถพาเด็กหรือคนชราให้เดินมาใช้ได้

ในทำนองเดียวกันสวนสาธารณะระดับมหานครจะต้องใหญ่พอสำหรับกิจกรรมที่สวนระดับรองๆ ลงไปจัดให้ไม่ได้ เช่นพื้นที่ศึกษาธรรมชาติ อาคารทำกิจกรรม บริเวณปิกนิก ที่เล่นกีฬาใหญ่ๆ เช่น สนามฟุตบอล สนามเทนนิสหรือสระว่ายน้ำขนาดใหญ่รวมทั้งสระน้ำหรือบึงธรรมชาติและเส้นทางจักรยาน ซึ่งมักเป็นการใช้ประจำสัปดาห์หรือนานๆ ครั้งสำหรับประชาชนทั้งเมืองใหญ่ สวนวชิรเบญจทัศ (สนามกอล์ฟรถไฟเดิม) ขนาด 450 ไร่เมื่อผนวกกับสวนสมเด็จพระนางเจ้าและสวนจตุจักรเดิมรวมได้ 790 ไร่ ก็นับเป็นตัวอย่างของสวนมหานครขนาดเล็กได้ ปกติสวนระดับมหานครควรมีพื้นที่ไม่น้อยกว่า 800 ไร่ เช่นทรลพาร์คของนครนิวยอร์กมีขนาด 1,250 ไร่

ในด้านมาตรฐานการกระจายถือระยะทางเดินไปใช้สวนเป็นหลัก โดยเฉพาะสวนระดับละแวกบ้านและชุมชน ในบางกรณี ระยะกบินหรือระยะที่วัดตรงในแผนที่อาจนำมาใช้ไม่ได้ เช่นสวนที่ห่างจากย่านพักอาศัยเพียง 100 เมตรแต่มีถนนใหญ่ ทางรถไฟหรือทางน้ำขวางกั้น ดังนั้นการกระจายจึงถือระยะเดินทางจริงที่ระดับดินและความปลอดภัยในการเข้าถึงเป็นหลัก

ลักษณะสวนสาธารณะที่ดี รูปแบบลักษณะสวนสาธารณะตามความต้องการจัดให้มีพื้นที่ออกกำลังกายในสัดส่วนที่มากขึ้น และบางแห่งอาจจัดให้มากกว่าพื้นที่แบบผ่อนคลายเป็นหลัก

กิจกรรมที่หลากหลายมากที่สุดเท่าที่จะทำได้โดยเน้นครอบครัว เช่น ให้ ผู้สูงอายุ เช่น ปู่ย่า พ่อแม่ ้วยทำงาน ้วยรุ่นและเด็กเล็กสามารถมาที่สวนเดียวกันพร้อมกันได้ โดยไม่เบื่อและรบกวนกัน

-มีพื้นที่อเนกประสงค์ที่ใช้ได้ทั้งการออกกำลังกายและทำกิจกรรมทางวัฒนธรรม เช่น การแสดงและการเล่นดนตรี

-มีความร่มรื่น สวยงาม เขียวสะอาด และดูแลรักษาง่าย

-เข้าถึงสะดวก ทางเข้าเชื่อมโยงระบบขนส่งมวลชนหรือชุมชน ให้มีความสำคัญทางเดินเท้า แยกทางรถยนต์และที่จอด

-มีอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกเพียงพอและตอบสนองต่อภูมิอากาศ

-ลดหรือขจัดการรบกวนระหว่างกิจกรรมที่ขัดแย้งกันด้วยการแบ่งเขตและการออกแบบ

-มีความปลอดภัยสูงทั้งจากอาชญากรรมและจากอุบัติเหตุ

(สำนักงานสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม. 2555: ออนไลน์)

จากความหมายในเรื่องสถานที่และสิ่งแวดล้อมทั้งหมดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การกำหนดมาตรฐาน ในการออกแบบผังของสถานที่หรือสวนสาธารณะนั้น ควรให้มีสอดคล้องกับความต้องการของประชาชน ในเรื่องของจำนวนของประชาชนที่มาใช้บริการ อาจแบ่งเป็นประเภทของสวนสาธารณะ มีการกำหนดมาตรฐานขนาดเนื้อที่ชัดเจน มีการจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างทั่วถึง สิ่งสำคัญที่สุด ก็คือการตอบสนองความต้องการของประชาชนให้มีความสะดวกสบายต่อการผ่อนคลายและการออกกำลังกายของประชาชน อันส่งผลที่ดีต่อสุขภาพและสุขภาวะที่ดีของประชาชน

ด้านอุปกรณ์

อุปกรณ์ออกกำลังกายในสวนสาธารณะ เป็นอุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับเล่นกลางแจ้ง โดยจะเน้นให้มีอุปกรณ์ออกกำลังกายครบทุกส่วนของร่างกาย เช่น ชุดอุปกรณ์บริหารช่วงแขน ชุดอุปกรณ์บริหารไหล่และช่วงอก อุปกรณ์ลู่เดิน อุปกรณ์นวดหลังแบบคู่ อุปกรณ์ลู่วิ่ง อุปกรณ์แกว่งตัว อุปกรณ์ก้าวเดินแบบคู่ อุปกรณ์ฝึกเดินคู่ ชุดจักรยานโยกตัว อุปกรณ์ลูกกลิ้งนวดเท้า ชุดอุปกรณ์บริหารเอว อุปกรณ์ล้อหมุนบริหารช่วงไหล่ ชุดอุปกรณ์กรรเชียงบก ชุดอุปกรณ์ยืดขา รวมถึงสนามเด็กเล่น สนามตะกร้อ สนามแบดมินตัน สนามฟุตบอล สนามบาสเกตบอล สนามเปตอง (สำนักงานสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม. 2555: ออนไลน์)

6. ผลงานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

ผลงานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้องต่างประเทศ

แฮร์ริส และ กูเทน (Harris; & Guten.1979: 17 – 29) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการป้องกันตนเองด้านสุขภาพ เกี่ยวกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 842 คน ผลการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีกิจกรรมที่มีเป้าหมายในการรักษาสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย และการควบคุมปริมาณอาหารมากกว่าบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำ

ซาโลเนน และคนอื่นๆ (Salonen; & others.198: 87) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่างและอาชีพที่มีการออกกำลังกายต่อความเสี่ยงจากการตายด้วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด (Leisure Time and Occupational Physical Activity: Risk of Death from Ischemic Heart Disease) โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15,088 คน อายุ 30 – 59 ปี ไม่มีประวัติเป็นโรคหัวใจและโรคหลอดเลือด หรือมีสภาวะที่เกิดระหว่างการออกกำลังกาย ผลการศึกษาพบว่าผู้ที่ไม่มีเวลาว่างในการออกกำลังกายและมีอาชีพที่ต้องทำงานเป็นประจำ มีความสัมพันธ์กันภาวะเสี่ยงต่อการตายด้วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด

โอกูระ และยามากูชิ (Ogura; & Yamaguchi.1988: 5380 – 5381) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ กรณีศึกษาจากการจัดการพบว่า จำนวนของศูนย์สุขภาพในญี่ปุ่นมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในเวลา 5 ปี ที่ผ่านมานี้ เนื่องจากความตื่นตัวทางด้านสุขภาพ อย่างไรก็ตามจำนวนการออกจากการเป็นสมาชิกกลายเป็นปัญหาที่สำคัญสำหรับศูนย์สุขภาพ วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้านี้ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพกับการออกจากการเป็นสมาชิกข้อมูลที่ได้จากศูนย์สุขภาพโตเกียว ประมาณ 3,000 คน ตัวอย่างประชากรประกอบด้วยสมาชิกใหม่ 236 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างได้เป็น 3 กลุ่ม ความถี่ของการใช้บริการในช่วง 2 เดือนแรก กลุ่มที่ 1 ผู้ใช้ระดับน้อย (0 – 1 ครั้ง) กลุ่มที่ 2 ผู้ใช้ระดับกลาง (2 – 5 ครั้ง) และในกลุ่มที่ 3 ผู้ใช้ระดับมาก (6 – 31 ครั้ง) ค่าเฉลี่ยของระดับการออกจากการเป็นสมาชิกที่ศึกษามาพบว่า ระดับของการออกจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มผู้ใช้ระดับน้อยสูงที่สุดใน 3 กลุ่ม ความถี่ของผู้ใช้ระดับมากแสดงให้เห็นระดับความคงที่อย่างต่อเนื่อง จะเห็นได้ว่า ความถี่ของการใช้บริการระหว่าง 2 เดือนแรกเป็นสิ่งสำคัญในการตัดสินใจเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ

บราวน์ (Brown. 2005: 107 – 116) ได้ศึกษาการรับรู้ประโยชน์และการรับรู้อุปสรรคที่มีต่อการออกกำลังกายของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 398 คน เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ ผลการศึกษาพบว่า มีเพียงการรับรู้ประโยชน์ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายในหนึ่งอาทิตย์ที่ผ่านมาของนักศึกษา

เบลล์ และโรเจอร์ (1999: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ชีวิตที่ดีเมื่อคุณมีส่วนร่วมในการรักษาสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า ประชากรโลก 1 ใน 10 คน จะมีอายุยืนมากขึ้น คือจะมีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป โดยที่ประชากรดังกล่าวจะยอมเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง นอกจากนี้ยังให้ความสำคัญกับสภาพแวดล้อมต่างๆ เพื่อให้ตนมีอายุยืนมากขึ้นด้วย จากการสอบถามผู้สูงอายุจำนวน 1,000 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 50 – 90 ปี พบว่า กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

ให้องค์การที่เกี่ยวข้องสนับสนุนได้แก่ โบว์ลิง เกาอี้และพื้นที่สำหรับออกกำลังกาย อาหารว่าง กอล์ฟ ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวจะเป็นการสนับสนุนสุขภาพผู้สูงอายุให้มีอายุยืนยาว

ผลงานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้องในประเทศ

ประเสริฐ ชวนบุญ (2553: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติในองค์การบริหารส่วนจังหวัดสมุทรสาคร จากการศึกษาวิจัยพบว่า

1) แนวทางในการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติในองค์การบริหารส่วนจังหวัดสมุทรสาครเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านเป้าหมายและวัตถุประสงค์มีการกำหนดโดยคำนึงถึงความสามารถในการนำไปดำเนินงานได้จริง มีความชัดเจนในการดำเนินนโยบาย ข้าราชการและบุคลากรที่นำนโยบายไปปฏิบัติสามารถเข้าใจและปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้อง ด้านการกำหนดภารกิจและการมอบหมายงานมีความเหมาะสมตรงตามความสามารถ ความชำนาญ และทักษะในการปฏิบัติงานของหน่วยงานและข้าราชการและบุคลากรฝ่ายปฏิบัติงาน ด้านลักษณะหน่วยงานที่นำนโยบายไปปฏิบัติมีข้าราชการและบุคลากรมีความรู้สามารถดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ การติดต่อประสานงานระหว่างหน่วยงานทำได้ดีเป็นอย่างดี ด้านการสนับสนุนจากส่วนกลางและท้องถิ่นได้รับการสนับสนุนทั้งจากประชาชน หน่วยงานภาคเอกชนและหน่วยงานภาครัฐในการดำเนินนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นอย่างดี ด้านมาตรการควบคุมการประเมินผลและการกระตุ้นและการส่งเสริมใน ส่วนของการควบคุมและการประเมินผลแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ การประเมินก่อนการเริ่มโครงการ และการประเมินผลลัพธ์ที่ได้จากการดำเนิน

2) ความสำเร็จในการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติในองค์การบริหารส่วนจังหวัดสมุทรสาครในด้านของการดำเนินโครงการตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนในด้านความสม่ำเสมอในการมาออกกำลังกายของประชาชนในสวนสุขภาพและสนามกีฬาในจังหวัดสมุทรสาครซึ่งเมื่อพิจารณาตามจำนวนวันต่อสัปดาห์สามารถเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ 5-6 วันต่อสัปดาห์ ออกกำลังกายทุกวัน 3-4 วันต่อสัปดาห์ และ 1-2 วันต่อสัปดาห์ ตามลำดับ และองค์การบริหารส่วนจังหวัดสมุทรสาครยังประสบความสำเร็จในการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติตามแนวทางในการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติทั้ง 5 ด้าน 3) ความพึงพอใจของประชาชนที่มาใช้บริการสถานที่ออกกำลังกายในสวนสุขภาพและสนามกีฬาในจังหวัดสมุทรสาคร ในด้านกระบวนการ/ขั้นตอนการให้บริการ ด้านเจ้าหน้าที่/บุคลากรที่ให้บริการอยู่ในระดับมาก ส่วนในด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านผลของการให้บริการ ความพึงพอใจของประชาชนที่มาใช้บริการสถานที่ออกกำลังกายในสวนสุขภาพและสนามกีฬาในจังหวัดสมุทรสาครอยู่ในระดับปานกลาง

นักสุวรรณ เจริญศิลาวิทย (2553: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการนำนโยบายส่งเสริมสุขภาพไปปฏิบัติ: ศึกษากรณีพยาบาลวิชาชีพ การศึกษาครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการนำนโยบายส่งเสริมสุขภาพไปปฏิบัติและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนโยบายนี้ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ พยาบาลวิชาชีพ สังกัดวิทยาลัยแพทยศาสตร์ กรุงเทพมหานคร และวชิรพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาพบุคลากร จำนวน 59 คน ข้อมูลเชิงปริมาณเก็บรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามที่ผ่านการทดสอบความเชื่อถือได้ และนำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา (ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน) สถิติอ้างอิง (การทดสอบค่าที การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และการวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ) ข้อมูลเชิงคุณภาพเก็บรวบรวมโดยใช้แบบสัมภาษณ์ นำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า 1) ผู้ที่เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาพที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีความคิดเห็นต่อปัจจัยด้านโครงสร้างระบบราชการ แตกต่างกัน 2) ปัจจัยที่มีผลต่อการนำนโยบายส่งเสริมสุขภาพไปปฏิบัติมากที่สุดคือ ปัจจัยด้านการติดต่อสื่อสาร

จรัส ประสิว (2552: บทคัดย่อ) ได้ศึกษา กองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น: การนำนโยบายสู่การปฏิบัติกรณีศึกษาจังหวัดสระบุรี ผลการวิจัยพบว่า คณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น มีความคิดเห็นในประเด็น ความชัดเจนในวัตถุประสงค์ของนโยบายกองทุนโครงสร้างขององค์กรกองทุน การจัดการองค์กรของกองทุน การสื่อสารขององค์กรกองทุน และการมีส่วนร่วมของคณะกรรมการกองทุน ในการนำนโยบายไปปฏิบัติของกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่นในภาพรวมทุกด้าน อยู่ในระดับมากมีความสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัย ทั้งห้าด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ความชัดเจนในวัตถุประสงค์ของนโยบายกองทุน โครงสร้างขององค์กรกองทุน การจัดการองค์กรของกองทุนการสื่อสารขององค์กรกองทุนและการมีส่วนร่วมของคณะกรรมการกองทุนกับผลสำเร็จของการนำนโยบายไปปฏิบัติของกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น ลักษณะส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพ รายได้ และประเภทของคณะกรรมการกองทุน ระหว่างกลุ่มที่มีผลการดำเนินงานอยู่ระดับดี และกลุ่มที่มีผลการดำเนินงานระดับผ่านเกณฑ์มีการนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติไม่แตกต่างกัน แต่คณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่นที่ผ่านเกณฑ์ระดับดีมีปัจจัยสนับสนุนความสำเร็จในการนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติมากกว่าคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่นระดับผ่านเกณฑ์ ($p < .05$)

โดยสรุป ในการนำนโยบายไปปฏิบัติเรื่องกองทุนหลักประกันสุขภาพจะประสบผลสำเร็จด้วยดี ต้องมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องคือ ผู้ปฏิบัติต้องมีความชัดเจนในวัตถุประสงค์ของนโยบาย มีระบบการสื่อสารที่ชัดเจน เพื่อให้เกิดการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียและภาคีเครือข่าย ในที่สุดจะมีระบบของการจัดการทำให้นโยบายที่นำสู่การปฏิบัติประสบผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

นิตยา อุปถัมภ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการนำนโยบายสร้างเสริมสุขภาพด้านการไม่สูบบุหรี่ไปปฏิบัติ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษามี 3 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้นำนโยบายไปปฏิบัติ จำนวน 200 คน, กลุ่มประชาชนที่เข้าร่วมโครงการ จำนวน 60 คน และกลุ่ม

ประชาชนทั่วไป จำนวน 400 คน จากผลการศึกษา พบว่า 1.ปัจจัยที่มีส่งผลต่อความสำเร็จด้านผู้นำนโยบายไปปฏิบัติมากที่สุดคือ ด้านการติดต่อสื่อสารข้อมูล รองลงมาคือ ด้านความร่วมมือและการสนับสนุนของผู้ปฏิบัติ กลไกและกระบวนการ การปฏิบัติงาน งบประมาณ การประสานงานระหว่างหน่วยงาน การกำหนดภารกิจและมอบหมายงาน ความชัดเจนของนโยบาย 2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการนำนโยบายไปปฏิบัติ ด้านประชาชนที่เข้าร่วมโครงการมากที่สุดคือ ด้านการมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพ รองลงมาคือ ด้านการรับรู้นโยบาย และด้านคุณภาพโครงการ ส่วนประชาชนทั่วไป ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการนำนโยบายไปปฏิบัติคือ ด้านคุณภาพโครงการ รองลงมาคือ ด้านการรับรู้นโยบาย

สังคม คุณคนกรสกุล (2547: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การสำรวจความคิดเห็นของประชาชนในเรื่องการพัฒนานโยบายสาธารณะเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี พบว่าลักษณะของนโยบายสาธารณะที่ดีควรเป็นนโยบายที่มุ่งเน้นเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน การรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมการพัฒนาการศึกษา การพัฒนาเศรษฐกิจ การมุ่งเน้นความโปร่งใส และการสร้างเสริมสุขภาพส่วนลักษณะของนโยบายสาธารณะที่ดีที่ควรมี ได้แก่ การส่งเสริมการออกกำลังกาย การสร้างงาน สร้างรายได้ การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม การพัฒนาภูมิทัศน์ชุมชน การสร้างเสริมสุขภาพ การส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดี การพัฒนาระบบสาธารณสุขมูลฐาน การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของประชาชน การปราบปรามยาเสพติด และการพัฒนาระบบขนส่งมวลชนที่มีประสิทธิภาพ และสำหรับนโยบายสาธารณะที่ไม่ควรมีได้แก่ ระบบอุปถัมภ์ การพนันและบ่อน การสร้างสิ่งก่อสร้างขนาดใหญ่ การสร้างโรงงานอุตสาหกรรมในพื้นที่ที่ไม่เหมาะสม การสนับสนุนเกษตรเคมี การสนับสนุนให้ประชาชนก่อภาระหนี้สิน และการสร้างศูนย์การค้าขนาดใหญ่ในชุมชน

พิทยาพร ยิ้มเที่ยง (2546: บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ทักษะของบุคลากรทางการแพทย์ที่มีต่อนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพและการนำนโยบายไปปฏิบัติ ศึกษาเฉพาะกรณี : โรงพยาบาลตรัง กระทรวงสาธารณสุข ผลการศึกษาพบว่า ทักษะของบุคลากรทางการแพทย์ต่อนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วยโครงการ 30 บาทรักษาทุกโรค การกระจายอำนาจด้านสุขภาพ และการบริหารจัดการองค์กรด้านสุขภาพ บุคลากรทางแพทย์โรงพยาบาลตรังส่วนใหญ่มีทักษะที่เห็นด้วยกับหลักการของนโยบายและโครงการต่าง ๆ สำหรับทักษะของบุคลากรทางการแพทย์ต่อนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพกับการนำมาปฏิบัติโรงพยาบาล ในด้านความรู้ ความเข้าใจ ทักษะคิดและทักษะในการปฏิบัติงาน ด้านรูปแบบกาปฏิบัติงานและด้านลักษณะการปฏิบัติงาน บุคลากรทางแพทย์โรงพยาบาลตรังส่วนใหญ่มีทักษะที่เห็นด้วย โดยเฉพาะในประเด็นของการร่วมกันทำงานในรูปแบบสหวิชาชีพและการเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการตามนโยบายอย่างจริงจังของผู้บริหารเพื่อให้งานเกิดประสิทธิภาพ สำหรับประเด็นของการสนับสนุนให้เกิดการปฏิบัติงานลงสู่ชุมชนมากขึ้นส่วนใหญ่บุคลากรทางแพทย์มีทักษะที่เห็นด้วยและให้ความสำคัญเนื่องจากเห็นว่าในปัจจุบันเพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพจึงควรเน้นการทำงานในเชิงรุกทำให้เข้าถึงผู้รับบริการอย่างทั่วถึงและครอบคลุมและบุคลากรทางแพทย์ได้ให้

ทัศนะว่า ปัญหาและอุปสรรคอาจเกิดขึ้นได้เนื่องจากปัญหาในเรื่องการจัดสรรเวลาจึงมีอุปสรรคในการทำงานลงสู่ชุมชนและการทำงานรูปแบบสหวิชาชีพและด้วยภาระงานที่เพิ่มขึ้นทำให้เกิดการฟ้องร้องมากขึ้น และนำไปสู่การลาออกจากราชการของบุคลากรได้

สำหรับในทัศนะต่อแนวทางในการพัฒนางานสาธารณสุขปัจจุบันและอนาคตบุคลากรทางการแพทย์ให้ทัศนะว่านโยบายจะชี้ทิศทางไปเองโดยดูจากการประมวลผลเป็นระยะ ๆ ในด้านผู้ปฏิบัติงานควรได้รับการอบรมอย่างสม่ำเสมอเพราะเป็นนโยบายที่ไม่หยุดนิ่งและเห็นด้วยกับการพัฒนาให้ชุมชนรู้จักการดูแลตนเองในลักษณะการสร้างชุมชนเป็นหลักฐาน สร้างความเข้มแข็งด้านสุขภาพให้ชุมชนเสียก่อนและมีทัศนะที่เห็นด้วยกับการให้บริการในระดับปฐมภูมิ และยังมีกลุ่มบุคลากรทางการแพทย์ที่มีทัศนะไม่แน่ใจว่าเมื่อโรงพยาบาลนำโครงการ 30 บาทรักษาทุกโรคมาปฏิบัติแล้วทำให้ภาระงานเพิ่มมากขึ้น และมีทัศนะที่ไม่เห็นด้วยว่า เมื่อโรงพยาบาลนำนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพมาปฏิบัติแล้วทำให้การปฏิบัติงานตามหน้าที่จะถูกควบคุมมากขึ้น



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ” ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากร และการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากร และการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนสาธารณะลุมพินี กรุงเทพมหานคร

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง (Sample) ที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนสาธารณะลุมพินี ซึ่งผู้วิจัยไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน ผู้วิจัยจึงใช้สูตรของ ดับเบิลยู. จี. คอชแรน (Cochran, 1953, Sampling Techniques: อ้างอิงจาก อภินันท์ จันตะนี, 2550: 25) ดังนี้ การหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างของประชาชน

ดังแสดงในสมการ

$$\text{สูตร } n = \frac{P(1-P) Z^2}{d^2}$$

เมื่อ n = จำนวนตัวอย่าง

P = สัดส่วนประชากรของประชากรที่ผู้วิจัยต้องการจะสุ่ม
โดยกำหนดใช้ 20% หรือ .20

Z = ความเชื่อมั่นที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ 95% ซึ่งเป็นระดับ
นัยสำคัญทางสถิติ 0.05 มีค่าเท่ากับ 1.96

d = สัดส่วนในการคลาดเคลื่อน ($e = .05$) ที่ยอมให้เกิดขึ้นได้
จากสูตรสามารถแทนค่าได้ ดังนี้

วิธีทำ $P = 0.20$

$Z = 1.96$ (ความเชื่อมั่น 95%)

$d = 0.05$ (คลาดเคลื่อนได้ 5% หรือ $= 0.05$)

แทนค่าในสูตร $n = \frac{0.2 (1-0.20) (1.96)^2}{(0.05)^2}$

$= \frac{0.2(0.80) (3.84)}{0.0025}$

$= \frac{0.6144}{0.0025}$

$= 246$ คน

3. การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญหรือตามความสะดวก (Convenience Sampling) โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชาชนที่เข้ามาใช้บริการที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 จำนวน 246 คน และสวนสาธารณะลุมพินี จำนวน 246 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยคือแบบสอบถาม สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งแบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากร ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มีลักษณะคำถามเป็นแบบให้เลือกตอบ (Check list)

ตอนที่ 2 ข้อคำถามความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ มีลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ โดยกำหนดระดับความคิดเห็นเป็นน้ำหนักตามแนวคิดของลิเคิร์ท ดังนี้

ระดับคะแนน	ความหมาย
5 คะแนน	มากที่สุด
4 คะแนน	มาก
3 คะแนน	ปานกลาง

	2 คะแนน	น้อย
	1 คะแนน	น้อยที่สุด

นำคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย และแปรผลโดยใช้เกณฑ์ ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ระดับค่าเฉลี่ย} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.8 \end{aligned}$$

ซึ่งทำให้ได้เกณฑ์ในการแปลความหมาย ดังนี้

4.21 – 5.00 คะแนน หมายถึง ระดับเห็นด้วยมากที่สุด

3.41 – 4.20 คะแนน หมายถึง ระดับเห็นด้วยมาก

2.61 – 3.40 คะแนน หมายถึง ระดับเห็นด้วยปานกลาง

1.81 – 2.60 คะแนน หมายถึง ระดับเห็นด้วยน้อย

1.00 – 1.80 คะแนน หมายถึง ระดับเห็นด้วยน้อยที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษาเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพื่อกำหนดจุดมุ่งหมาย และวางแผนทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. นำข้อมูลและแนวคิดที่รวบรวมได้จากการทบทวนวรรณกรรมมาสรุปเพื่อกำหนดขอบเขตและเนื้อหาในการสร้างแบบสอบถามเพื่อให้ครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการประเมินผล

วิธีการหาคุณภาพแบบสอบถาม

1. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ให้กระชับชัดเจนเข้าใจง่ายโดยให้มีความน่าเชื่อถือและเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content validity) รวมทั้งให้ครอบคลุมถึงประเด็นที่จะทำการประเมินผล
2. นำแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นไปทดลองใช้ (try out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน การหาความเชื่อมั่น ใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha-Conficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1951) ซึ่งในการหาความเชื่อมั่นในครั้งนี้ได้ค่าเท่ากับ 0.915

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การจัดกระทำข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ขอความร่วมมือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อทำหนังสือขออนุญาตในการแจกแบบสอบถาม

1.2 ทำการเก็บแบบสอบถาม จำนวน 246 ชุด

1.3 นำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมจนครบ จำนวน 246 ชุด มาตรวจความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม เพื่อเตรียมข้อมูลในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

2. การวิเคราะห์ข้อมูล

2.1 ค่าความถี่และค่าร้อยละ (Frequency and percentage) เพื่อใช้อธิบายความถี่และร้อยละของข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากร

2.2 ค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้อธิบายค่าเฉลี่ย ของข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation: S.D.) เพื่ออธิบายค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2.4 การทดสอบสมมติฐานด้วย t-test และ F-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างข้อมูลลักษณะทางประชากรกับระดับความคิดเห็นต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ โดยได้กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ซึ่งถ้าค่าน้อยกว่า 0.05 แสดงว่ามีระดับความคิดเห็นต่อผลของนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกัน

2.5 ทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม โดยใช้วิธีแบบ LSD (Least-Significant Different)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็น การศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เกี่ยวกับข้อมูลลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี และเกี่ยวกับข้อมูลนโยบายการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการสนใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้าน สถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
2. ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เข้าใจตรงกันในการแปลความหมายข้อมูล ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการ เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
df	แทน	ค่าชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
SS	แทน	ค่าผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean Square)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา (F-distribution)
Sig	แทน	นัยสำคัญของการทดสอบสมมติฐาน
t	แทน	ค่าสถิติทดสอบความแตกต่างแบบที่ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-test)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 เกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินี

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินีเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนสาธารณะสวนลุมพินีเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

ตอนที่ 6 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม โดยเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างลักษณะทางประชากรกับระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีแจกแจงจำนวน และค่าร้อยละ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตาราง 1 ลักษณะทางประชากรของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ
สวนหลวง ร.9

(n=246)		
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	85	34.55
หญิง	161	65.45
รวม	246	100.00
อายุ		
น้อยกว่า 25 ปี	36	14.63
26-30 ปี	60	24.39
31-40 ปี	85	34.55
มากกว่า 40 ปี	65	26.42
รวม	246	100.00
สถานภาพ		
โสด	147	59.76
สมรส	86	34.96
หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่	13	5.28
รวม	246	100.00
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	83	33.74
ปริญญาตรี หรือ เทียบเท่าปริญญาตรี	146	59.35
สูงกว่าปริญญาตรี	17	6.91
รวม	246	100.00
อาชีพ		
นักเรียน / นักศึกษา	27	10.98
พนักงานบริษัทเอกชน	82	33.33
ธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย	47	19.11
ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ	90	36.59
รวม	246	100.00

ตาราง 1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	9	3.66
5,000 – 7,000 บาท	37	15.04
7,001 – 10,000 บาท	48	19.51
10,001 – 15,000 บาท	71	28.86
15,001 บาทขึ้นไป	81	32.93
รวม	246	100.00

จากตาราง 1 แสดงลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 จำนวน 246 คน พบว่า

1. เพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 161 คน (ร้อยละ 65.45) และเป็นเพศชาย จำนวน 85 คน (ร้อยละ 34.55)

2. อายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 31-40 ปี จำนวน 85 คน (ร้อยละ 34.55) รองลงมาคือมีอายุมากกว่า 40 ปี จำนวน 65 คน (ร้อยละ 26.42) มีอายุ 26-30 ปี จำนวน 60 คน (ร้อยละ 24.39) และมีอายุน้อยกว่า 25 ปี จำนวน 36 คน (ร้อยละ 14.63) ตามลำดับ

3. สถานภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 147 คน (ร้อยละ 59.76) มีสถานภาพสมรสแล้ว จำนวน 86 คน (ร้อยละ 34.96) และมีสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ จำนวน 13 คน (ร้อยละ 5.28) ตามลำดับ

4. ระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 146 คน (ร้อยละ 59.35) รองลงมามีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 83 คน (ร้อยละ 33.74) และมีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 17 คน (ร้อยละ 6.91) ตามลำดับ

5. อาชีพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ จำนวน 90 คน (ร้อยละ 36.59) รองลงมาประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน จำนวน 82 คน (ร้อยละ 33.33) ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย จำนวน 47 คน (ร้อยละ 19.11) และเป็นนักเรียน / นักศึกษา จำนวน 27 คน (ร้อยละ 10.98) ตามลำดับ

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป จำนวน 81 คน (ร้อยละ 32.93) รองลงมาคือมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท จำนวน 71 คน (ร้อยละ 28.86) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท จำนวน 48 คน (ร้อยละ 19.51)

ละ 19.51) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท จำนวน 37 คน (ร้อยละ 15.04) และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท จำนวน 9 คน (ร้อยละ 3.66) ตามลำดับ

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลข้อมูลด้วยวิธีการแสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังนี้

ตาราง 2 การวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี

(n = 246)			
ความคิดเห็นโดยรวมของประชาชนต่อการนำนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ			
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สวนหลวง ร.9	3.40	0.40	ปานกลาง
2. สวนลุมพินี	3.06	0.484	ปานกลาง
รวม	4.93	0.64	ปานกลาง

จากตาราง 2 แสดงว่าความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 4.93$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ($\bar{X} = 3.40$) แสดงว่าประชาชนรับรู้ และเข้าใจนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายในระดับกลางๆ ข้อต่อมา ความคิดเห็นโดยรวมต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ($\bar{X} = 3.06$) แสดงว่า ประชาชนรับรู้ และเข้าใจนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายในระดับกลางๆ เช่นเดียวกัน ดังนั้นความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ($\bar{X} = 4.93$) แสดงว่า ประชาชนของทั้ง 2 สวน รับรู้ และเข้าใจนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายในระดับกลางๆ เป็นเพราะนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย มีเหมือนกัน

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 เกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ กับประชาชนที่มาใช้

บริการสวนลุมพินี ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลข้อมูลด้วยวิธีการแสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังนี้

ตาราง 3 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ
สวนหลวง ร.9 ต่อบทเอนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ

(n = 246)			
ด้านการจูงใจ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น	3.41	0.976	มาก
2. การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น	3.35	0.952	ปานกลาง
3. หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชน	3.24	0.982	ปานกลาง
4. หน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง	3.14	0.933	ปานกลาง
5. หน่วยงานของรัฐที่มีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้ามาร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	3.26	0.955	ปานกลาง
6. หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	3.30	0.959	ปานกลาง
รวม	3.28	0.472	ปานกลาง

จากตาราง 3 แสดงว่า ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.28$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น ($\bar{X} = 3.41$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น ($\bar{X} = 3.35$) หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 3.30$) หน่วยงานของรัฐที่มีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้ามาร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 3.26$) หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อการ

ดำรงชีวิตของประชาชน ($\bar{X} = 3.24$) และหน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง ($\bar{X} = 3.14$) ตามลำดับ

ตาราง 4 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9
 ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม

(n = 246)			
ด้านการมีส่วนร่วม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. หน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน	3.28	1.082	ปานกลาง
2. ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี	3.56	0.878	มาก
3. ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ	3.53	0.942	มาก
4. เมื่อมีการนำนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมาปฏิบัติท่านยินดีและให้การสนับสนุน	3.55	0.769	มาก
5. มีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย	3.39	0.879	ปานกลาง
รวม	3.46	0.547	มาก

จากตาราง 4 แสดงว่า ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม โดยรวมอยู่ระดับมาก ($\bar{X} = 3.46$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี ($\bar{X} = 3.56$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ เมื่อมีการนำนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมาปฏิบัติท่านยินดีและให้การสนับสนุน ($\bar{X} = 3.55$) ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ ($\bar{X} = 3.53$) มีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย ($\bar{X} = 3.39$) และหน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน ($\bar{X} = 3.28$) ตามลำดับ

ตาราง 5 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9
 ต่อบทบัญญัติการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม

(n = 246)

ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการ ออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน	3.52	0.832	มาก
2. ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะ ร้านค้า เป็นต้น	3.47	0.911	มาก
3. สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน	3.49	0.889	มาก
4. มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและน่าไว้วางใจได้	3.35	0.841	ปานกลาง
5. มีการบริการห้องน้ำ พอเพียง สะดวกน่าใช้	3.45	0.873	มาก
6. มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม เป็นระเบียบ ดูสดชื่น	3.53	0.831	มาก
7. มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	3.62	0.748	มาก
รวม	3.49	0.479	มาก

จากตาราง 5 แสดงว่า ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อบทบัญญัติการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม โดยรวมอยู่ระดับมาก ($\bar{X} = 3.49$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 3.62$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม เป็นระเบียบ ดูสดชื่น ($\bar{X} = 3.53$) สถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน ($\bar{X} = 3.52$) สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน ($\bar{X} = 3.49$) ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะ ร้านค้า เป็นต้น ($\bar{X} = 3.47$) มีการบริการห้องน้ำ พอเพียง สะดวกน่าใช้ ($\bar{X} = 3.45$) และมีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและน่าไว้วางใจได้ ($\bar{X} = 3.35$) ตามลำดับ

ตาราง 6 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ
สวนหลวง ร.9 ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์

(n = 246)

ด้านอุปกรณ์	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน	3.54	0.770	มาก
2. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน	3.36	0.755	ปานกลาง
3. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน	3.44	0.784	มาก
4. มีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ	3.09	1.009	ปานกลาง
5. มีม้านั่งเพียงพอ	3.43	0.862	มาก
รวม	3.37	0.548	ปานกลาง

จากตาราง 6 แสดงว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.37$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน ($\bar{X} = 3.54$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน ($\bar{X} = 3.44$) มีม้านั่งเพียงพอ ($\bar{X} = 3.43$) อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน ($\bar{X} = 3.36$) และมีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 3.09$) ตามลำดับ

ตาราง 7 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ
สวนหลวง ร.9 ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยรวม

(n = 246)

การนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ด้านการจูงใจ	3.28	0.472	ปานกลาง
ด้านการมีส่วนร่วม	3.46	0.547	มาก
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	3.49	0.479	มาก
ด้านอุปกรณ์	3.37	0.548	ปานกลาง
รวม	3.40	0.343	ปานกลาง

จากตาราง 7 แสดงว่า ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.40$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.49$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ ด้านการมีส่วนร่วม ($\bar{X} = 3.46$) ด้านอุปกรณ์ ($\bar{X} = 3.37$) และด้านการจูงใจ ($\bar{X} = 3.28$) ตามลำดับ

4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินี ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ เฉลี่ยต่อเดือน ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีแจกแจงจำนวน และค่าร้อยละ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตาราง 8 ลักษณะทางประชากรของประชาชนที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินี

(n=246)		
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	127	51.63
หญิง	119	48.37
รวม	246	100.00
อายุ		
น้อยกว่า 25 ปี	50	20.33
26-30 ปี	52	21.14
31-40 ปี	62	25.20
มากกว่า 40 ปี	82	33.33
รวม	246	100.00
สถานภาพ		
โสด	143	58.13
สมรส	94	38.21
หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่	9	3.66
รวม	246	100.00
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ

ตาราง 8 (ต่อ)

ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	74	30.08
ปริญญาตรี หรือ เทียบเท่าปริญญาตรี	138	56.10
สูงกว่าปริญญาตรี	34	13.82
รวม	246	100.00
อาชีพ		
นักเรียน / นักศึกษา	31	12.60
พนักงานบริษัทเอกชน	91	36.99
ธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย	65	26.42
ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ	35	14.23
อื่น ๆ	24	9.76
รวม	246	100.00
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	28	11.38
5,000 – 7,000 บาท	3	1.22
7,001 – 10,000 บาท	22	8.94
10,001 – 15,000 บาท	40	16.26
15,001 บาทขึ้นไป	153	62.20
รวม	246	

จากตาราง 8 แสดงลักษณะทางประชากรของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี จำนวน 246 คน พบว่า

1. เพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 127 คน (ร้อยละ 51.63) และเป็นเพศหญิง จำนวน 119 คน (ร้อยละ 48.37)

2. อายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 40 ปี จำนวน 82 คน (ร้อยละ 33.33) รองลงมา มีอายุ 31-40 ปี จำนวน 62 คน (ร้อยละ 25.20) มีอายุ 26-30 ปี จำนวน 52 คน (ร้อยละ 21.14) และมีอายุน้อยกว่า 25 ปี จำนวน 50 คน (ร้อยละ 20.33) ตามลำดับ

3. สถานภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 143 คน (ร้อยละ 58.13) มีสถานภาพสมรสแล้ว จำนวน 94 คน (ร้อยละ 38.21) และมีสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ จำนวน 9 คน (ร้อยละ 3.66) ตามลำดับ

4. ระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 138 คน (ร้อยละ 56.10) รองลงมา มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 74 คน (ร้อยละ 30.08) และมีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 34 คน (ร้อยละ 13.82) ตามลำดับ

5. อาชีพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน จำนวน 91 คน (ร้อยละ 36.99) รองลงมาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย จำนวน 65 คน (ร้อยละ 26.42) ประกอบอาชีพข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ จำนวน 35 คน (ร้อยละ 14.23) เป็นนักเรียน / นักศึกษา จำนวน 31 คน (ร้อยละ 12.60) และประกอบอาชีพอื่น ๆ จำนวน 24 คน (ร้อยละ 9.76) ตามลำดับ

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป จำนวน 153 คน (ร้อยละ 62.20) รองลงมา มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท จำนวน 40 คน (ร้อยละ 16.26) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท จำนวน 28 คน (ร้อยละ 11.38) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท จำนวน 22 คน (ร้อยละ 8.94) และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท จำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.22) ตามลำดับ

5. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินีเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลข้อมูลด้วยวิธีการแสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ดังนี้

ตาราง 9 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชนที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจิตใจ

(n = 246)

ด้านการจิตใจ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น	3.26	1.008	ปานกลาง
2. การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น	3.34	1.008	ปานกลาง
3. หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชน	3.03	0.901	ปานกลาง
4. หน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง	2.80	0.942	ปานกลาง
5. หน่วยงานของรัฐที่มีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้ามาร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.99	0.932	ปานกลาง
6. หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.86	0.911	ปานกลาง
รวม	3.05	0.682	ปานกลาง

จากตาราง 9 แสดงว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจิตใจ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.05$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น ($\bar{X} = 3.34$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น ($\bar{X} = 3.26$) หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชน ($\bar{X} = 3.03$) หน่วยงานของรัฐที่มีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้ามาร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 2.99$) หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 2.86$) และหน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง ($\bar{X} = 2.80$) ตามลำดับ

ตาราง 10 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม

(n = 246)

ด้านการมีส่วนร่วม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. หน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน	2.83	0.926	ปานกลาง
2. ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี	3.89	0.923	มาก
3. ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ	2.93	0.962	ปานกลาง
4. เมื่อมีการนำนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมาปฏิบัติท่านยินดีและให้การสนับสนุน	4.18	0.835	มาก
5. มีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย	2.27	1.243	น้อย
รวม	3.22	0.583	ปานกลาง

จากตาราง 10 แสดงว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.22$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า เมื่อมีการนำนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมาปฏิบัติท่านยินดีและให้การสนับสนุน ($\bar{X} = 4.18$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี ($\bar{X} = 3.89$) ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ ($\bar{X} = 2.93$) หน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน ($\bar{X} = 2.83$) และมีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย ($\bar{X} = 2.27$) ตามลำดับ

ตาราง 11 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีตอนโยบายนการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม

(n = 246)

ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน	2.95	1.001	ปานกลาง
2. ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะ ร้านค้า เป็นต้น	3.46	0.910	มาก
3. สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน	3.62	0.981	มาก
4. มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและนำไปวางใจได้	3.68	0.955	มาก
5. มีการบริการห้องน้ำ พอเพียง สะดวกน่าใช้	3.59	1.014	มาก
6. มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม เป็นระเบียบ ดูสดชื่น	3.67	0.833	มาก
7. มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	3.04	0.837	ปานกลาง
รวม	3.43	0.641	มาก

จากตาราง 11 แสดงว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม โดยรวมอยู่ระดับมาก ($\bar{X} = 3.43$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและนำไปวางใจได้ ($\bar{X} = 3.68$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงามเป็นระเบียบ ดูสดชื่น ($\bar{X} = 3.67$) สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน ($\bar{X} = 3.62$) มีการบริการห้องน้ำ พอเพียง สะดวกน่าใช้ ($\bar{X} = 3.59$) ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะ ร้านค้า เป็นต้น ($\bar{X} = 3.46$) มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 3.04$) และสถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน ($\bar{X} = 2.95$) ตามลำดับ

ตาราง 12 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี
 ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์

(n = 246)

ด้านอุปกรณ์	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน	2.37	1.041	น้อย
2. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน	2.20	1.027	น้อย
3. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน	2.30	1.048	น้อย
4. มีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ	2.33	1.054	น้อย
5. มีม้านั่งเพียงพอ	3.49	0.933	มาก
รวม	2.54	0.788	น้อย

จากตาราง 12 แสดงว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ โดยรวมอยู่ระดับน้อย ($\bar{X} = 2.54$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีม้านั่งเพียงพอ ($\bar{X} = 3.49$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน ($\bar{X} = 2.37$) มีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 2.33$) อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน ($\bar{X} = 2.30$) และอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน ($\bar{X} = 2.20$) ตามลำดับ

ตาราง 13 การวิเคราะห์ความคิดเห็นของประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี
 ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยรวม

(n = 246)

การนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ด้านการจูงใจ	3.05	0.682	ปานกลาง
ด้านการมีส่วนร่วม	3.22	0.583	ปานกลาง
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	3.43	0.641	มาก
ด้านอุปกรณ์	2.54	0.788	น้อย
รวม	3.06	0.484	ปานกลาง

จากตาราง 13 แสดงว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.06$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.43$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ ด้านการมีส่วนร่วม ($\bar{X} = 3.22$) ด้านการจูงใจ ($\bar{X} = 3.05$) และด้านอุปกรณ์ ($\bar{X} = 2.54$) ตามลำดับ

6. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนสาธารณะสวนลุมพินีเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

ตาราง 14 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ

ด้านการจูงใจ	ประชาชนที่มา ออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น	สวนหลวง ร.9	3.41	0.976	มาก
	สวนลุมพินี	3.26	1.008	ปานกลาง
2. การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น	สวนหลวง ร.9	3.35	0.952	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	3.34	1.008	ปานกลาง
3. หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชน	สวนหลวง ร.9	3.24	0.982	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	3.03	0.901	ปานกลาง
4. หน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง	สวนหลวง ร.9	3.14	0.933	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	2.80	0.942	ปานกลาง

ตาราง 14 (ต่อ)

ด้านการจูงใจ	ประชาชนที่มา ออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
5. หน่วยงานของรัฐที่มีการ	สวนหลวง ร.9	3.26	0.955	ปานกลาง
ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้ามามี	สวนลุมพินี	2.99	0.932	ปานกลาง
กิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกาย				
สุขภาพ				
6. หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนด	สวนหลวง ร.9	3.30	0.959	ปานกลาง
กิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริม	สวนลุมพินี	2.86	0.911	ปานกลาง
การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ				

จากตาราง 14 พบว่า ระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจมีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นที่แตกต่างกันซึ่งสามารถจำแนกในแต่ละข้อได้ดังนี้

1. หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.41 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.26

2. การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.35 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.34

3. หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อดำรงชีวิตของประชาชน ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.24 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.03

4. หน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.14 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.80

5. หน่วยงานของรัฐที่มีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.26 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.99

6. หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.30 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.86

ตาราง 15 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม

ด้านการมีส่วนร่วม	ประชาชนที่มา ออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. หน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน	สวนหลวง ร.9	3.28	1.082	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	2.83	0.926	ปานกลาง
2. ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี	สวนหลวง ร.9	3.56	0.878	มาก
	สวนลุมพินี	3.89	0.923	มาก
3. ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ	สวนหลวง ร.9	3.53	0.942	มาก
	สวนลุมพินี	2.93	0.962	ปานกลาง
4. เมื่อมีนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพท่านยินดีและให้การสนับสนุน	สวนหลวง ร.9	3.55	0.769	มาก
	สวนลุมพินี	4.18	0.835	มาก
5. มีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย	สวนหลวง ร.9	3.39	0.879	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	2.27	1.243	ปานกลาง

จากตาราง 15 พบว่า ระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีตอนนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมมีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นที่แตกต่างกันซึ่งสามารถจำแนกในแต่ละข้อได้ดังนี้

1. หน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.28 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.83

2. ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้งานได้ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.56 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.89

3. ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.53 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.93

4. เมื่อมีนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพท่านยินดีและให้การสนับสนุน ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.55 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 4.18

5. มีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.39 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.27

ตาราง 16 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี
 ต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม

ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ประชาชนที่มา ออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน	สวนหลวง ร.9	3.52	0.832	มาก
	สวนลุมพินี	2.95	1.001	ปานกลาง
2. ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะ ร้านค้า เป็นต้น	สวนหลวง ร.9	3.47	0.911	มาก
	สวนลุมพินี	3.46	0.91	มาก
3. สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน	สวนหลวง ร.9	3.49	0.889	มาก
	สวนลุมพินี	3.62	0.981	มาก
4. มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและน่าไว้วางใจได้	สวนหลวง ร.9	3.35	0.841	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	3.68	0.955	มาก
5. มีการบริการห้องน้ำ พกเพียง สะดวก น่าใช้	สวนหลวง ร.9	3.45	0.873	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	3.59	1.014	มาก
6. มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม เป็นระเบียบ ดูสดชื่น	สวนหลวง ร.9	3.53	0.831	มาก
	สวนลุมพินี	3.67	0.833	มาก
7. มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	สวนหลวง ร.9	3.62	0.748	มาก
	สวนลุมพินี	3.04	0.837	ปานกลาง

จากตาราง 16 พบว่า ระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมมีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นที่แตกต่างกันซึ่งสามารถจำแนกในแต่ละข้อได้ดังนี้

1. สถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน ประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.52 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.95

2. ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถังขยะ ร้านค้า เป็นต้น ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.47 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.46

3. สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.49 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.62

4. มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและน่าไว้วางใจได้ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.33 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.68

5. มีการบริการห้องน้ำ พอเพียง สะดวกน่าใช้ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.45 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.59

6. มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม เป็นระเบียบ ดูสดชื่น ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.53 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.67

7. มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.62 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.04

ตาราง 17 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติ ด้านอุปกรณ์

ด้านอุปกรณ์	ประชาชนที่มี ออกกำลังกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน	สวนหลวง ร.9	3.54	0.770	มาก
	สวนลุมพินี	2.37	1.041	น้อย
2. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน	สวนหลวง ร.9	3.36	0.755	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	2.20	1.027	น้อย
3. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน	สวนหลวง ร.9	3.44	0.784	มาก
	สวนลุมพินี	2.30	1.048	น้อย
4. มีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ	สวนหลวง ร.9	3.09	1.009	ปานกลาง
	สวนลุมพินี	2.33	1.054	น้อย
5. มีม้านั่งเพียงพอ	สวนหลวง ร.9	3.43	0.862	มาก
	สวนลุมพินี	3.49	0.933	มาก

จากตาราง 17 พบว่า ระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นที่แตกต่างกันซึ่งสามารถจำแนกในแต่ละข้อได้ดังนี้

1. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน ประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.54 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.37

2. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน ประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.36 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.20

3. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน ประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.44 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.30

4. มีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ ประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.09 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.33

5. มีม้านั่งเพียงพอ ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.43 ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.49

ตาราง 18 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ จำแนกตามเพศ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการจูงใจ	ระหว่างกลุ่ม	1	1.055	1.055	2.969	0.086
	ภายในกลุ่ม	490	174.106	0.355		
	รวม	491	175.161			

จากตาราง 18 ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีเพศแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 19 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามเพศ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการมีส่วนร่วม	ระหว่างกลุ่ม	1	0.885	0.885	2.611	0.107
	ภายในกลุ่ม	490	166.088	0.339		
	รวม	491	166.973			

จากตาราง 19 ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีเพศแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 20 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายตอนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามเพศ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	1	0.922	0.922	2.885	0.090
	ภายในกลุ่ม	490	156.663	0.320		
	รวม	491	157.586			

จากตาราง 20 ประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีเพศแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 21 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายตอนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามเพศ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	1	2.927	2.927	4.558	0.333
	ภายในกลุ่ม	490	314.686	0.642		
	รวม	491	317.613			

จากตาราง 21 ประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีเพศแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 22 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายตอนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามเพศ

ปัจจัย	เพศ	Mean	S.D.	df	t	Sig.
ด้านอุปกรณ์	ชาย	2.88	0.822	490	-2.135	0.033*
	หญิง	3.04	0.785			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 22 ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีเพศแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้าน
อุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 23 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการ
ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ จำแนกตามอายุ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการจูงใจ	ระหว่างกลุ่ม	3	0.508	0.169	0.473	0.701
	ภายในกลุ่ม	488	174.653	0.358		
	รวม	491	175.161			

จากตาราง 23 ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีอายุแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการ
จูงใจไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 24 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามอายุ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการมีส่วนร่วม	ระหว่างกลุ่ม	3	1.173	0.391	1.151	0.328
	ภายในกลุ่ม	488	165.801	0.340		
	รวม	491	166.973			

จากตาราง 24 ประชาชนที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีอายุแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 25 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามอายุ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	3	0.440	0.147	0.456	0.713
	ภายในกลุ่ม	488	157.146	0.322		
	รวม	491	157.586			

จากตาราง 25 ประชาชน ที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีอายุแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 26 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอายุต่างกันที่สนใจการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามอายุ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านอุปกรณ์	ระหว่างกลุ่ม	3	5.126	1.709	2.668	0.047*
	ภายในกลุ่ม	488	312.487	0.640		
	รวม	491	317.613			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 26 ประชาชน ที่มีอายุต่างกันที่สนใจการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD ดังแสดงในตารางที่ 26

ตาราง 27 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มามีอายุต่างกันกับด้านอุปกรณ์

อายุ	ค่าเฉลี่ย	น้อยกว่า 25 ปี	26-30 ปี	31-40 ปี	มากกว่า 40 ปี
น้อยกว่า 25 ปี	3.07	-	0.238*	-0.008	0.152
26-30 ปี	2.83		-	-0.247*	-0.086
31-40 ปี	3.07			-	0.161
มากกว่า 40 ปี	2.91				-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 27 ประชาชน ที่มีอายุต่างกันที่สนใจการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 คือ

1. อายุน้อยกว่า 25 ปี กับ อายุ 26-30 ปี
2. อายุ 26-30 ปี กับ อายุ 31-40 ปี

ตาราง 28 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายตอนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ จำแนกตามสถานภาพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการจูงใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	0.303	0.152	0.424	0.655
	ภายในกลุ่ม	489	174.858	0.358		
	รวม	491	175.161			

จากตาราง 28 ประชาชน ที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 29 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายตอนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามสถานภาพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการมีส่วนร่วม	ระหว่างกลุ่ม	2	0.087	0.043	0.127	0.881
	ภายในกลุ่ม	489	166.887	0.341		
	รวม	491	166.973			

จากตาราง 29 ประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 30 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายก่อนนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามสถานภาพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	2	0.376	0.188	0.585	0.557
	ภายในกลุ่ม	489	157.209	0.321		
	รวม	491	157.586			

จากตาราง 30 ประชาชนที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีความคิดเห็นนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 31 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายก่อนนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามสถานภาพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านอุปกรณ์	ระหว่างกลุ่ม	2	1.105	0.552	0.853	0.427
	ภายในกลุ่ม	489	316.508	0.647		
	รวม	491	317.613			

จากตาราง 31 ประชาชนที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีความคิดเห็นก่อนนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 32 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายตอนโยบายนการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ จำแนกตามระดับการศึกษา

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการจูงใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	0.381	0.190	0.533	0.587
	ภายในกลุ่ม	489	174.780	0.357		
	รวม	491	175.161			

จากตาราง 32 ประชาชนที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 33 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายตอนโยบายนการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการมีส่วนร่วม	ระหว่างกลุ่ม	2	0.977	0.488	1.439	0.238
	ภายในกลุ่ม	489	165.996	0.339		
	รวม	491	166.973			

จากตาราง 33 ประชาชน ที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความคิดเห็นนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 34 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายตอนโยบายนการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดลอม จำแนกตามระดับการศึกษา

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และ สิ่งแวดลอม	ระหว่างกลุ่ม	2	1.176	0.588	1.838	0.160
	ภายในกลุ่ม	489	156.410	0.320		
	รวม	491	157.586			

จากตาราง 34 ประชาชน ที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดลอมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 35 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากำลังกายตอนโยบายนการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามระดับการศึกษา

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านอุปกรณ์	ระหว่างกลุ่ม	2	6.940	3.470	5.462	0.005*
	ภายในกลุ่ม	489	310.673	0.635		
	รวม	491	317.613			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 35 ประชาชนที่มามากำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD ดังแสดงในตารางที่ 35

ตาราง 36 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันกับด้านอุปกรณ

ระดับการศึกษา	ค่าเฉลี่ย	ต่ำกว่า ปริญญาตรี	ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า ปริญญาตรี	สูงกว่า ปริญญาตรี
ต่ำกว่าปริญญาตรี	3.07	-	0.096	0.424*
ปริญญาตรี หรือ เทียบเท่าปริญญาตรี	2.97		-	0.328*
สูงกว่าปริญญาตรี	2.64			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 36 ประชาชน ที่มามีการออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อ
สุขภาพ ด้านอุปกรณแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 คือ

1. ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี กับ ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี
2. ระดับการศึกษาปริญญาตรี หรือเทียบเท่าปริญญาตรี กับ ระดับการศึกษาสูงกว่า
ปริญญาตรี

ตาราง 37 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีการออกกำลังกายต่อผลของ
นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ จำแนกตามอาชีพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการจูงใจ	ระหว่างกลุ่ม	4	2.391	0.598	1.685	0.152
	ภายในกลุ่ม	487	172.770	0.355		
	รวม	491	175.161			

จากตาราง 37 ประชาชน ที่มามีการออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้าน
การจูงใจไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 38 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามอาชีพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการมีส่วนร่วม	ระหว่างกลุ่ม	4	1.269	0.317	0.932	0.445
	ภายในกลุ่ม	487	165.705	0.340		
	รวม	491	166.973			

จากตาราง 38 ประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 39 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมจำแนกตามอาชีพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	4	2.245	0.561	1.759	0.136
	ภายในกลุ่ม	487	155.341	0.319		
	รวม	491	157.586			

จากตาราง 39 ประชาชน ที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 40 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามอาชีพ

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านอุปกรณ์	ระหว่างกลุ่ม	4	4.521	1.130	1.758	0.136
	ภายในกลุ่ม	487	313.092	0.643		
	รวม	491	317.613			

จากตาราง 40 ประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้าน
อุปกรณ์ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 41 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริม
การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการจูงใจ	ระหว่างกลุ่ม	4	6.100	1.525	4.393	0.002*
	ภายในกลุ่ม	487	169.061	0.347		
	รวม	491	175.161			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 41 ประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อ
สุขภาพ ด้านการจูงใจแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้
จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD ดังแสดงในตารางที่ 42

ตาราง 42 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มามีอาการกำลังกายที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน
แตกต่างกันกับด้านการจูงใจ

รายได้เฉลี่ย ต่อเดือน	ค่าเฉลี่ย	ต่ำกว่า 5,000 บาท	5,000 – 7,000 บาท	7,001 – 10,000 บาท	10,001 – 15,000 บาท	15,001 บาทขึ้นไป
ต่ำกว่า 5,000 บาท	2.95	-	-0.295*	-0.390*	-0.294*	-0.141
5,000 – 7,000 บาท	3.25		-	-0.095	0.001	0.155
7,001 – 10,000 บาท	3.34			-	0.096	0.249*
10,001 – 15,000 บาท	3.24				-	0.154*
15,001 บาท ขึ้นไป	3.09					-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 42 ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 คือ

1. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท
2. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท
3. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป
4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป

ตาราง 43 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านการมีส่วนร่วม	ระหว่างกลุ่ม	4	2.603	0.651	1.928	0.105
	ภายในกลุ่ม	487	164.370	0.338		
	รวม	491	166.973			

จากตาราง 43 ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 44 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มาออกกำลังกายต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	4	1.279	0.320	0.996	0.409
	ภายในกลุ่ม	487	156.307	0.321		
	รวม	491	157.586			

จากตาราง 44 ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อ

สุขภาพ ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 45 การวิเคราะห์ความแตกต่างของประชาชนที่มามากกำลังกายก่อนนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ปัจจัย	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ด้านอุปกรณ์	ระหว่างกลุ่ม	4	30.444	7.611	12.907	0.000**
	ภายในกลุ่ม	487	287.168	0.590		
	รวม	491	317.613			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 45 ประชาชนที่มามากกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD ดังแสดงในตาราง 46

ตาราง 46 การเปรียบเทียบเป็นรายคู่ของประชาชนที่มามากกำลังกายที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันกับด้านอุปกรณ์

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	ค่าเฉลี่ย	ต่ำกว่า 5,000 บาท	5,000 – 7,000 บาท	7,001 – 10,000 บาท	10,001 – 15,000 บาท	15,001 บาทขึ้นไป
ต่ำกว่า 5,000 บาท	2.83	-	-0.503*	-0.456*	-0.350*	0.092
5,000 – 7,000 บาท	3.33		-	0.047	0.153	0.595*
7,001 – 10,000 บาท	3.28			-	0.106	0.548*
10,001 – 15,000 บาท	3.18				-	0.442*
15,001 บาทขึ้นไป	2.74					-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 46 ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวน
ลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อ
สุขภาพ ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 คือ

1. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท
2. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท
3. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท
4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป
5. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป
6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยสรุปผลการศึกษาวิจัยดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นในเรื่องนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นในเรื่องนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่ใช้บริการสวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับ สวนลุมพินี โดยจำแนกตามลักษณะทางประชากรศาสตร์

สมมติฐานในการวิจัย

1. ความคิดเห็นโดยรวมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี มีความแตกต่างกัน
2. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ แตกต่างกับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินี
3. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีเพศต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน
4. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีอายุแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน
5. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน
6. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน

7. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีอาชีพแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน

8. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินีที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร คือ ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา ประกอบด้วย

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ลักษณะทางประชากร ประกอบด้วย

- เพศ
- อายุ
- สถานภาพ
- ระดับการศึกษา
- อาชีพ
- รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความคิดเห็นของประชาชนที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

3. ขอบเขตด้านสถานที่ คือ สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนสาธารณะสวนลุมพินี

4. ขอบเขตด้านเวลาระยะเวลาเก็บรวบรวมข้อมูล ระหว่าง วันที่ 1 มกราคม 2555 – วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2555

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยคือแบบสอบถาม สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งแบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากร ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มีลักษณะคำถามเป็นแบบให้เลือกตอบ (Check list)

ตอนที่ 2 ข้อคำถามความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ มีลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ลักษณะทางประชากรของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 161 คน (ร้อยละ 65.45) มีอายุ 31-40 ปี จำนวน 85 คน (ร้อยละ 34.55) มีสถานภาพโสด จำนวน 147 คน (ร้อยละ 59.76) ศึกษาในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 146 คน (ร้อยละ 59.35) ประกอบอาชีพข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ จำนวน 90 คน (ร้อยละ 36.59) และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป จำนวน 81 คน (ร้อยละ 32.93)

2. ลักษณะทางประชากรของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนลุมพินี ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 127 คน (ร้อยละ 51.63) มีอายุมากกว่า 40 ปี จำนวน 82 คน (ร้อยละ 33.33) สถานภาพโสด จำนวน 143 คน (ร้อยละ 58.13) มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 138 คน (ร้อยละ 56.10) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน จำนวน 91 คน (ร้อยละ 36.99) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป จำนวน 153 คน (ร้อยละ 62.20)

3. ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ พบว่า ประชาชนที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.40$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.49$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมา ได้แก่ ด้านการมีส่วนร่วม ($\bar{X} = 3.46$) ด้านอุปกรณ์ ($\bar{X} = 3.37$) และด้านการตั้งใจ ($\bar{X} = 3.28$) ตามลำดับ

4. ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ พบว่า ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.06$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.43$) อยู่ในลำดับที่ 1 รองลงมา ได้แก่ ด้านการมีส่วนร่วม ($\bar{X} = 3.22$) ด้านการตั้งใจ ($\bar{X} = 3.05$) และด้านอุปกรณ์ ($\bar{X} = 2.54$) ตามลำดับ

5. การเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 กับสวนสาธารณะสวนลุมพินีเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ พบว่า

5.1 ด้านการตั้งใจ ประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.28 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.05

5.2 ด้านการมีส่วนร่วม ประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.46 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.22

5.3 ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.49 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 3.43

5.4 ด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนหลวง ร.9 มีค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นคือ 3.37 ซึ่งมากกว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดเห็นของประชาชนที่มามีอาการทางจิตที่สวนลุมพินี มีค่าเฉลี่ย 2.54

6. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานในการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม โดยเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างลักษณะทางประชากรกับระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

6.1 เพศ พบว่า ประชาชน ที่มามีอาการทางจิตที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีเพศแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

6.2 อายุ พบว่า ประชาชน ที่มามีอาการทางจิตที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีอายุแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD พบว่า อายุน้อยกว่า 25 ปีมีความคิดเห็นแตกต่างกันกับอายุ 26-30 ปี และอายุ 26-30 ปี กับ อายุ 31-40 ปี

6.3 สถานภาพ พบว่า ประชาชน ที่มามีอาการทางจิตที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อ

สุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

6.4 ระดับการศึกษา พบว่า ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร. 9 และสวนลุมพินี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD พบว่า ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีมีความคิดเห็นแตกต่างกันกับระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี และระดับการศึกษาปริญญาตรี หรือเทียบเท่าปริญญาตรีกับระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

6.5 อาชีพ พบว่าประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

6.6 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า ประชาชน ที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมและด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนด้านการจูงใจและด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD พบว่า

- ด้านการจูงใจ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท มีความคิดเห็นแตกต่างกันกับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท, รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท, รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป

- ด้านอุปกรณ์ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท มีความคิดเห็นแตกต่างกันกับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท, รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท, รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท, รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 – 7,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาทขึ้นไป, รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 – 10,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001

บาทขึ้นไป และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 15,000 บาท กับ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 บาท ขึ้นไป

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ผู้วิจัยนำประเด็นที่สำคัญมาอภิปรายผล ดังนี้

1. ประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ทำให้ทราบว่าประชาชนที่แสดงความคิดเห็นของสวนสาธารณะทั้งสอง มีความคิดเห็น ไม่แตกต่างกัน และไม่เกินไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ประชาชนที่มาใช้บริการในสวนทั้งสองโดยนำการเปรียบเทียบด้วยลักษณะทางประชากรศาสตร์ กับ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ ได้ผล คือ ประชาชนที่มาใช้บริการมีความพอใจกับการบริการของหน่วยงานที่ดูแลด้านต่างๆ ในการให้บริการและความรู้ในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน แต่ ยังหวังว่าหน่วยงานต่างๆ เหล่านี้จะมีการพัฒนาการบริการให้ดีขึ้นอีก

2. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการตั้งใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

2.1 ด้านการตั้งใจ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับสวนลุมพินี มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับปานกลางทั้งสองแห่ง ซึ่งไม่เกินไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ การรับรู้ และความเข้าใจของประชาชนที่มาออกกำลังกายนั้นมีในระดับเดียวกัน แสดงว่าการส่งเสริมการออกกำลังกายของหน่วยงานต่างๆ ที่มีในสวนสาธารณะทั้งสอง มีนโยบายที่คล้ายคลึงกันหรืออาจเป็นนโยบายเดียวกัน และหน่วยงานที่ควบคุมดูแลเป็นหน่วยงานเดียวกัน (สำนักงานสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร)

2.2 ด้านการมีส่วนร่วม ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในระดับมาก โดยประชาชนคิดว่าหน่วยงานของรัฐพอมีการดำเนินงานเพื่อนำการมีส่วนร่วมของประชาชนเป็นอย่างดี ประชาชนส่วนใหญ่ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำและพร้อมให้การสนับสนุนนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างเต็มที่ ประชาชนต่างมีส่วนในการดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพใช้งานได้ดีเสมอ เปรียบเทียบกับสวนลุมพินี ซึ่งมีความคิดเห็นต่อการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติในระดับปานกลาง ซึ่งจะเห็นได้ว่าประชาชนทั้งสองกลุ่มนั้นมีความแตกต่างกัน อย่างชัดเจน กล่าวคือ ดังนี้ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีส่วนใหญ่ไม่ได้ติดตาม

ข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ มองว่าหน่วยงานของรัฐ ยังไม่เน้นการทำงานที่ให้ประชาชนมีส่วนร่วมมากนัก ประชาชนเองยังไม่พร้อมรับนโยบายด้านการดูแลสุขภาพโดยการออกกำลังกาย และยากให้มีการสำรวจความต้องการของประชาชนในด้านอุปกรณ์กีฬามากขึ้น

2.3 ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 และประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินี มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับปานกลางทั้งสองแห่ง ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 และประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินี ต่างก็เห็นว่า การจัดการด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมเพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนที่เข้ามาใช้บริการ อยู่ในระดับที่ประชาชนพึงพอใจในระดับที่พอใช้แล้วก็ตาม ประชาชนยังรู้สึกว่าจะทำได้ดีขึ้นกว่านี้ และหวังไว้ว่าจะดีขึ้นเรื่อยๆ แม้ที่เป็นอยู่ก็สามารถใช้สอยได้ตามความต้องการแล้วก็ตาม

2.4 ด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านอุปกรณ์ในระดับปานกลาง เปรียบเทียบกับสวนลุมพินี ซึ่งมีความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านอุปกรณ์ ในระดับน้อย มีความแตกต่างกัน คือประชาชนที่มาใช้บริการในสวนหลวง ร.9 มีความคิดเห็นด้านอุปกรณ์ในระดับหนึ่ง ซึ่งมีไม่มากแต่ยังมีความรู้สึกว่าคุณสมบัติเพียงพอต่อความต้องการ ส่วนประชาชนที่มาใช้บริการในสวนลุมพินี มีความคิดเห็นในด้านการอุปกรณ์ในระดับน้อย แสดงให้เห็นว่า ประชาชนที่ใช้บริการในสวนลุมพินีส่วนใหญ่ ยังได้รับการบริการด้านอุปกรณ์อย่างไม่เพียงพอต่อความต้องการ จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ประชาชนที่มาใช้บริการในสวนหลวง ร.๙ มีอายุ 31 – 40 ปี ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จบปริญญาตรี เป็นโสดและมีเงินเดือนมากกว่า 15,000 บาทขึ้นไป มีความคิดเห็นว่าหน่วยงานที่รับผิดชอบในการจัดหาอุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อความต้องการแล้ว มีการตรวจตราอุปกรณ์ที่ชำรุด และซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน ประชาชนก็มีความรู้สึกในการห่วงหาและช่วยกันดูแลอุปกรณ์เป็นอย่างดี ส่วนประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนลุมพินีมี ส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 40 ปี เป็นเพศชาย ยังโสด และจบปริญญาตรี มีความคิดเห็นว่าอุปกรณ์ที่มีอยู่เก่า ล้าสมัย ยังมีไม่เพียงพอต่อความต้องการ หน่วยงานที่ดูแลไม่มีการตรวจตราอุปกรณ์ให้พร้อมใช้งานได้ มีอุปกรณ์ที่ชำรุดเสียหายอยู่เสมอ เป็นผลให้ประชาชนรู้สึกว่าคุณสมบัติไม่ได้เป็นประโยชน์แก่พวกเขา จึงไม่ได้สนใจที่จะช่วยกันดูแล

3. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีเพศต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับ สวนลุมพินีที่มีเพศต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจในการพัฒนาความเป็นอยู่

เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น จัดเตรียมสถานที่ออกกำลังกายและศูนย์กีฬา รวมถึงการจัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย ด้านการมีส่วนร่วม ในการติดตามข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการประชาสัมพันธ์การส่งเสริมการออกกำลังกาย ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม มีสถานที่ในการออกกำลังกายต่อความต้องการของประชาชน รวมทั้งยังมีความร่มรื่นเป็นที่พักผ่อนหย่อนใจที่ดี และมีความปลอดภัยต่อประชาชนที่มาใช้บริการ และด้านอุปกรณ์ มีอุปกรณ์ที่เพียงพอต่อความต้องการ ทั้งยังบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานได้ตลอด ประชาชนที่มาใช้ทั้งสองแห่ง คิดเห็นไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ไม่ว่าจะเป็นเพศชายหรือเพศหญิง ไม่ทำให้ความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนมีความแตกต่างกัน

4. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีอายุต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อมประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีอายุต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ แม้จะมีอายุต่างกัน ความคิดเห็น ต่อการจูงใจจากหน่วยงานที่ดูแลและรับผิดชอบในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ที่เห็นว่ารัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น การเพิ่มสถานที่ออกกำลังกาย รวมถึงมีการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน การมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาอุปกรณ์และการติดตามข่าวสารหรือนโยบายของหน่วยงานของรัฐสถานที่ที่จัดเตรียมไว้ให้มีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน มีความเหมาะสมของสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะร้านค้า เป็นต้น การรักษาความปลอดภัย มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่างๆที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย จะไม่มีความแตกต่างกัน

ส่วน ด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับ สวนลุมพินีที่มีอายุต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่า ประชาชนที่แสดงความคิดเห็นของสวนสาธารณะทั้งสองแห่ง ที่มีอายุแตกต่างกันมีความคิดเห็นด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ในแต่ละวัยจะมีความต้องการอุปกรณ์ที่แตกต่างกัน ผู้มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ ที่มีวัยรุ่นและวัยทำงานเป็นส่วนใหญ่ คือมีอายุ 31 – 40 ปี ต่างก็รู้สึกพึงพอใจต่อการให้บริการด้านอุปกรณ์ว่าอุปกรณ์นั้นมีจำนวนมากและตอบสนองความต้องการได้เป็นอย่างดี ไม่ทันสมัยมากนักแต่ใช้งานได้ดี อุปกรณ์ต่างๆพร้อมใช้งานดี การซ่อมบำรุงมีไม่บ่อยนัก เพราะอุปกรณ์มีการชำรุดไม่บ่อย อาจเนื่องมาจากประชาชนช่วยกันดูแลรักษาเป็นอย่างดี แต่ในขณะที่ผู้มาใช้บริการสวนลุมพินี ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ คือมีอายุมากกว่า 40 ปี กลับรู้สึกว่าอุปกรณ์ที่ตอบสนอง

ความต้องการที่มีอยู่นั้น ยังไม่เพียงพอต่อความต้องการ ที่มีอยู่ก็เก่า ไม่ทันสมัย อีกทั้งยังชำรุดอยู่บ่อยครั้ง เมื่อประชาชนมองว่าอุปกรณ์ดูเก่าและล้าหลัง กับทั้งไม่มีการซ่อมบำรุง ทำให้อุปกรณ์เหล่านั้นดูไม่มีค่า ไม่น่าดูแลและหวงแหน ประชาชนจึงมีส่วนร่วมในการดูแลน้อยลง เมื่อเปรียบเทียบประชนที่มามีอายุแตกต่างกันกับด้านอุปกรณ์ซึ่งมีความคิดเห็นแตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

5. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีสถานภาพต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพทุกด้านคิดเห็นไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ สถานภาพที่ต่างกันของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับ สวนลุมพินี ไม่ได้ทำให้ ความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ มีความแตกต่างกัน โดยความคิดเห็นที่ได้แสดงว่าพึงพอใจกับการได้รับบริการ แต่ก็มีความต้องการให้มีบริการดีขึ้นไปอีก

6. ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

ด้านการจูงใจด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ประชาชนที่มาใช้บริการส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ต่างมีความคิดเห็นว่าการดำเนินการต่างๆในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของหน่วยงานของรัฐพอมีบ้าง แต่ยังไม่มากพอ การจัดสถานที่ออกกำลังกายก็อยากให้จัดเพิ่มมากขึ้นตามจำนวนประชากรที่เพิ่มมากขึ้น และควรมีการนำเสนอข้อมูลข่าวสารเพื่อประชาสัมพันธ์ในการจัดกิจกรรมในการส่งเสริมการออกกำลังกายให้มีประสิทธิภาพ โดยมุ่งเน้นให้ข้อมูลข่าวสารต้องไปถึงประชาชนทุกคน ควรมีการสำรวจความต้องการของประชาชน เพื่อนำมาเป็นต้นแบบในการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน เพื่อให้ประชาชนรู้สึกว่าได้เป็นเจ้าของร่วมกัน จะรักและช่วยกันทำนุบำรุงสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งแวดล้อมให้คงทนและใช้งานได้อีกนาน

ด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับ สวนลุมพินีที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านอุปกรณ์แตกต่างกัน ประชาชนที่มาใช้บริการมีระดับการศึกษาในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่าที่มีจำนวน

มากที่สุดที่มารับบริการ ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ ซึ่งสวนใหญ่เป็นวัยทำงาน มีความคิดเห็นพึงพอใจในระดับมากต่อความพึงพอใจในการออกกำลังกาย มองว่าอุปกรณ์ที่ใช้อยู่ถึงแม้ไม่ทันสมัยมาก แต่ก็ถือว่าล้ำสมัย และอุปกรณ์ที่มีอยู่ก็พร้อมในการใช้งานเป็นอย่างดี มีการซ่อมแซมอุปกรณ์ที่ชำรุดอยู่ตลอด โดยมีการจัดเตรียมม้านั่งในการพักผ่อนหย่อนใจไว้เป็นจำนวนที่มากพอต่อความต้องการของประชาชน ส่วนประชาชนที่มารับบริการสวนลุมพินีมีผู้สูงอายุเป็นจำนวนมาก ยังคิดว่าอุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีน้อยเกินไป อุปกรณ์สวนใหญ่ก็เก่าและล้าหลัง ทั้งยังไม่มีความพร้อมในการให้บริการ การบำรุงรักษามีไม่มากนัก แต่มีความพึงพอใจในการจัดม้านั่งอย่างเพียงพอต่อความต้องการ มีความแตกต่างกันทางความคิดเห็นของประชาชนทั้งสองสวนสาธารณะด้านอุปกรณ์ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

7. ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีอาชีพแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีสถานภาพต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพทุกด้านคิดเห็นไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพข้าราชการและรัฐวิสาหกิจ ส่วนประชาชนที่มารับบริการสวนลุมพินีที่มีอาชีพของบริษัทเอกชนเป็นจำนวนมาก ประชาชนที่มารับบริการในสวนลุมจึงประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเป็นส่วนใหญ่ ถึงแม้จะมีการประกอบอาชีพที่แตกต่างกัน แต่ความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมีในทิศทางเดียวกัน เป็นเพราะการที่หน่วยงานของรัฐดำเนินการด้านการจูงใจเหมือนกัน เช่น การจัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย มีการรณรงค์และประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนรู้ถึงประโยชน์ และนำการออกกำลังกายมาสู่ชีวิตประจำวันของประชาชน มีการจัดสถานที่อยู่ในระดับที่เป็นมาตรฐานเพื่อให้บริการประชาชนในการใช้เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจและสถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์ของทั้งสองสวนจะมีลักษณะที่เหมือนกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับการใช้สอยและการบำรุงรักษาที่เป็นตัวชี้วัดต่ออายุการใช้งานของอุปกรณ์

8. ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ด้านอุปกรณ์ ดังนี้

ด้านการจูงใจ ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจแตกต่างกัน ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยมากกว่า 15,000 บาทต่อเดือน ประชาชนที่มารับบริการสวนหลวง ร.๙ คิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการจูงใจว่า หน่วยงานของรัฐนั้นมีส่วนสำคัญเป็นอย่างมากในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

กายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น รัฐมีการนำความเจริญสู่ท้องถิ่นบ้าง ในการสร้างศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้ในการออกกำลังกาย ซึ่งสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของประชาชนได้เป็นอย่างดี มีการจัดกิจกรรมเพื่อให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพต่อประชาชน อยู่เป็นระยะ และมีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนมาร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพเช่นกันแต่ยังไม่ทั่วถึงมากนัก หน่วยงานที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ มีภาพออกมาให้เห็นบ้างแต่ยังไม่มากนักในความคิดเห็นของ ประชาชนที่มาใช้บริการในสวนหลวง ร.๙ ส่วนประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินี มีความคิดเห็นว่า หน่วยงานของรัฐมีส่วนในการพัฒนาความเป็นอยู่เกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกายใน ระดับกลางๆ การสร้างสวนสาธารณะและศูนย์กีฬาก็พอมีบ้าง ซึ่งสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของ ประชาชนได้เป็นอย่างดี หากรัฐมีการประชาสัมพันธ์และจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย แก่ประชาชนอย่างสม่ำเสมอ มีความแตกต่างในความคิดของประชาชนที่มาใช้บริการใน สวนสาธารณะทั้งสองแห่งในเรื่องการจูงใจ โดยจำแนกด้านรายได้ต่อเดือน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ที่ตั้งไว้

ด้านการมีส่วนร่วมและด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับสวนลุมพินีที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการมีส่วนร่วมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของประชาชนส่วนใหญ่ที่มาใช้บริการทั้งสองสวน คือ มากกว่า 15,000 บาทต่อเดือน มีความคิดเห็นในการดำเนินการของหน่วยงานของรัฐในการส่งเสริมให้ ประชาชนมามีส่วนร่วมต่อนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในระดับเดียวกัน และม ีความคิดเห็นว่าหน่วยงานที่ดูแลเกี่ยวกับสถานที่ในการออกกำลังกาย รวมถึงการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ ดีในการออกกำลังกาย อยู่ในเกณฑ์ที่ดีพอใช้ได้เหมือนกัน

ด้านอุปกรณ์ ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ กับ สวนลุมพินีที่มีรายได้เฉลี่ยต่อ เดือนแตกต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้าน อุปกรณ์แตกต่างกัน ประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มากกว่า 15,000 บาทต่อเดือน รองลงมารายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 - 15,000 บาทต่อเดือน รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 - 10,000 บาทต่อเดือน รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 - 7,000 บาทต่อ เดือน และมีรายได้เฉลี่ยต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน ตามลำดับ มีคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านอุปกรณ์ ว่าอุปกรณ์ที่มีอยู่เพียงพอต่อความต้องการแล้ว แม้ยังไม่ ทันสมัยนักแต่ก็ทนทานและสามารถใช้งานได้ดีและมีความพร้อมในการใช้งานเป็นอย่างดี อีกทั้งยังมี เจ้าหน้าที่ คอยตรวจตราอุปกรณ์ที่ชำรุดเพื่อบำรุงรักษาอยู่ตลอด ภายในสวนก็มีเก้าอี้จัดเตรียมไว้ บริการเป็นจำนวนมาก ส่วนประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.๙ ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มากกว่า 15,000 บาทต่อเดือน รองลงมารายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 - 15,000 บาทต่อเดือน รายได้เฉลี่ยต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,001 - 10,000 บาทต่อเดือน และมี

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,000 - 7,000 บาทต่อเดือน ตามลำดับ มีคิดเห็นต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านอุปกรณ์ ว่าอุปกรณ์ที่จัดเตรียมไว้ให้นั้นมีไม่เพียงพอต่อความต้องการของประชาชน อุปกรณ์ก็ค่อนข้างล้าสมัย อยู่ใสภาพที่เก่าและไม่พร้อมใช้งาน การตรวจตราอุปกรณ์ มีน้อยอุปกรณ์ที่ชำรุดจึงไม่มีการบำรุงรักษา แต่มีเก้าอี้ไว้บริการอย่างเพียงพอ เมื่อเปรียบเทียบประชาชนที่มาออกกำลังกายที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันกับด้านอุปกรณ์ซึ่งมีความคิดเห็นแตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของประชาชนที่มาใช้บริการสวนหลวง ร.9 กับประชาชนที่มาใช้บริการสวนลุมพินีที่มีต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนา ปรับปรุงการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ดังนี้

1. ด้านการจูงใจ

1.1 หน่วยงานของรัฐบาลควรมีการสร้างศูนย์กีฬาหรือสวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกายให้มากยิ่งขึ้น

1.2 ควรมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง พร้อมทั้งจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้ครอบคลุมทุกพื้นที่ที่มีประชาชนอาศัยอยู่เพื่อเป็นการกระตุ้นหรือสร้างแรงผลักดันให้ประชาชนรู้จักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2. ด้านการมีส่วนร่วม

2.1 ควรมีการกำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน เช่น การให้ผู้นำชุมชนร่วมโครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ มีการประชุมวางแผนร่วมกันเพื่อกำหนดกิจกรรม แนวทางการดำเนินงาน เป็นต้น

2.2 หน่วยงานท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ควรมีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย ก่อนการจัดหางบประมาณมาดำเนินงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

3. ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม

3.1 ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอภายในศูนย์กีฬาหรือสวนสาธารณะ เพื่อรักษาความปลอดภัยและน่าไว้วางใจได้

3.2 ควรมีการบริการห้องน้ำให้พอเพียง และควรมีการรักษาความสะอาดอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง

4. ด้านอุปกรณ์

4.1 ควรจัดหาอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายให้มีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน

4.2 ควรมีสำรวจอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้ความพร้อมในการใช้งานเสมอ และเมื่อพบอุปกรณ์ที่ชำรุดเสียหายควรดำเนินการซ่อมในทันที

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการดำเนินงานเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการเข้าร่วมโครงการเกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ
3. ควรมีการติดตามและประเมินผลการดำเนินงานเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่องและกำหนดระยะเวลาในการติดตามประเมินผลอย่างเป็นระบบ



บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. (2548). แนวทางการปฏิบัติเมืองไทยแข็งแรง. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- ขันติยา กรรณสูต (ม.ป.ป.) (2526). นโยบายสังคม แนวความคิดและการศึกษาเฉพาะกรณี กรุงเทพมหานคร. โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ร่วมกับสำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- จำรัส ประสิว. (2552). กองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น: การนำนโยบายสู่การปฏิบัติกรณีศึกษา จังหวัดสระบุรี. ส.ม. (การจัดการระบบสุขภาพ). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- จุฑารัตน์ นิรันดร์. (2547). นโยบายของผู้บริหารสถานศึกษากับการประกันคุณภาพการศึกษา สถานศึกษา. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นักสวรรณ เจริญศิลาวาทย์. (2553). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการนำนโยบายส่งเสริมสุขภาพไปปฏิบัติ: ศึกษากรณีพยาบาลวิชาชีพ. รป.ม. (นโยบายสาธารณะ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิตยา อุปถัมภ์. (2550). ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการนำนโยบายสร้างเสริมสุขภาพด้านการไม่สูบบุหรี่ไปปฏิบัติ. รป.ม. (นโยบายสาธารณะ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปธาน สุวรรณมงคล. (2547). นโยบายด้านการเมือง การปกครอง. ในประมวลสาระและแนวการศึกษาชุดวิชาปัญหาเฉพาะเชิงนโยบายสาธารณะ หน่วยที่ 6 หน้า 6-1 - 6-8. นนทบุรี สาขาวิชารัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ประเสริฐ ชวนบุญ. (2553). การศึกษาการนำนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปปฏิบัติในองค์การบริหารส่วนจังหวัดสมุทรสาคร. ศิลปะศาสตรมหาบัณฑิต (รัฐประศาสนศาสตร์) คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปัทมา พวงมาลัย. (2548). การประเมินโครงการสุขภาพด้านการจัดบริการสุขภาพในโรงเรียน ประถมศึกษาเขตเทศบาลเมืองกำแพงเพชร. ค.ม. (การบริหารการศึกษา) มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร.
- พงษ์ภัทร์ รัตนสุวรรณ. (2550). การกำหนดนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพในระดับท้องถิ่น : กรณีศึกษาเทศบาลตำบลขุนยวม อำเภอกันยวม จังหวัดแม่ฮ่องสอน. ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พิทยาพร ยิ้มเที่ยง. (2546). ทักษะของบุคลากรทางการแพทย์ที่มีต่อนโยบายการปฏิรูประบบสุขภาพและการนำนโยบายไปปฏิบัติ ศึกษาเฉพาะกรณี: โรงพยาบาลตรัง กระทรวงสาธารณสุข. สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- ยุทธนา สุขสมบัติ. (2543). การวางแผนงานสาธารณสุขหน่วยที่ 8-15 ฉบับปรับปรุง 2543. นนทบุรี : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2536). เทคนิคการวิจัยการศึกษา. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วรเดช จันทรศร. (2540). การพัฒนาระบบราชการไทย. กรุงเทพฯ: คณะกรรมการปฏิรูประบบราชการ สำนักงานเลขาธิการ สำนักนายกรัฐมนตรี.
- วรเดช จันทรศร. (2548). ทฤษฎีการนำนโยบายไปปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: สหยาบสื่อและการพิมพ์.
- สังคม คุณคณากรสกุล. (2547). การสำรวจความคิดเห็นของประชาชนในเรื่องการพัฒนานโยบายสาธารณะเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ. สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (ม.ป.ป.). แผนพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (2550-2554). สืบค้นเมื่อ 30 พฤศจิกายน 2554, แหล่งที่มา: <http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid.html>.
- อภิรักษ์ จันตะนี. (2550). สถิติและการวิจัยทางธุรกิจ สำหรับนักศึกษา MBA และ Ph.D. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.
- อำพล จินดาวัฒนะ. (2546). การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ. วารสารการส่งเสริมสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อม. ปีที่ 26 ฉบับที่ 4 ตค. -ธ ค.46.
- พรรณราย ทพยะประภา. (2529). จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ: โอ เอส พริ้นติ้ง เฮาส์.
- พวงเพชร วัชรอยู่ และสุปราณี สนิธรัตน์. (2537). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: เนติกุลการพิมพ์.
- สุชา จันท์เอม. (2533). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- เสนาะ ดิยาวี. (2543). หลักการบริหาร. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กิตติ บุณนาค. (2536). การนำนโยบายภาษีมูลค่าเพิ่มไปปฏิบัติ: การศึกษาวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์ในธุรกิจโรงแรม. ภาคนิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- กรรณิการ์ ชมดี. (2524). การมีส่วนร่วมของประชาชนที่มีต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ: ศึกษาเฉพาะกรณีโครงการสารภี ตำบลท่าช้าง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ถนอม สุขสง่าเจริญ. (2526). บทบาทของกรรมการศึกษาต่อการพัฒนาโรงเรียนประชาบาลเขตจังหวัดสกลนคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์. (2527). การมีส่วนร่วมของประชาชน. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล, ศูนย์ศึกษานโยบายสาธารณสุข.

- ทศพล กฤตยพิสิฐ. (2538). การมีส่วนร่วมของกำนันผู้ใหญ่บ้านเขตหนองจอกที่มีต่อโครงการ/กิจกรรมการพัฒนาตามแนวทาง “บวร” และ “บรม” เพื่อสร้างอุดมการณ์แผ่นดินธรรม แผ่นดินทอง. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ปาริชาติ วลัยเสถียร, พระมหาสุทิตย์ อบอุ่น, สหทยา วิเศษ, จันทนา เบญจทรัพย์ และ ชลกาญจน์ ฮาชนนารี. (2543). กระบวนการและเทคนิคการทำงานของนักพัฒนา. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- ณรงค์ บุญสวยขวัญ. (2538). การตอบสนองของประชาชนและภาคราชการต่อโครงการพัฒนาพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สมชาย เกตุใหม่. (2552). โครงการพระราชดำริฝนหลวงกับงานด้านกิจการพลเรือนของกองทัพอากาศ. ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (รัฐศาสตร์), มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- Bardach, Eugene. (1980). *The Implementation Game: What Happen After a Bill Becomes a Law*, 3rd ea. (Prass: The MIT Press).
- Barrett, S. and C. Fudge. (1981). *Policy and Action : Essays on The Implementation of Public Policy*. New York : Methue n and Co., Ltd.,
- Dejon, William L. (1980). *Policy Formulation*. United State of America : CBI Publishing.
- Donald, S. and E. Carl. (1975). “The Policy Implementation Process Policy : A Conceptual Framework,” *Administration and Society*. 2(10) : 463 ; 6 February.
- Helga Pulzl and Oliver Treib. (2007). *Implementing public policy*. in Frank Fischer, Gerald J.Miller, and Mara S. Sidney, eds., *Handbook of public policy analysis, theory, politics, and methods* (New York: CRC Press, 2007).
- Hambleton, Robin. (1983). *Planning Systems and Policy Implementation*. Journal of Public Policy. Vol. 3,4 (October,1983)
- Jeffrey, L. P. and A. Wildavsky. (1979). *Implementation*. 2nd ed. Berkeley : University of California Press Passim.
- Lusk,P.H, J.K,Kull and W.L,Ronis. (1999). “Model Health Behaviors of Person in America,” *Research*. 122 (October 1999) : 55-59.
- Muhlenkamp, L.E. and V.J,Sayles. (2001). Health Behaviors of Life style in South western City , *Research*. 124 (February 2001) : 51-54,334-336.
- Mont joy, Robert S.,and O'Toole,Laurence J. (1979). “Toward a Theory of Policy Implementation: An Organizational Perspective” *Public Administration Review* 35,5 (September/October,1979).

- Pender, Nola J. (1996). *Health Promotion in Nursing Practice*. (3rd ed.). Norwalk, Connecticut: Appleton & Lange.
- Pressman, Jeffrey L., and Wildavsky, Aaron. (1973). *Implementation*. 2nd., ed., Berkeley, California : University of California Press.
- Sabatier, Paul and Mazmanian, Daniel. (1980). "The Implementation of Public Policy: A Framework of analysis". *Policy Studies Journal Contents*. Special Issue.
- Thomas, R. D. (1981). *Understanding Public Policy*. 4th ed. Englewood Cliffs. N.J : Prentice – Hall.
- Vamer,C.T. and Q.J,Yonger. (2005). "Health Behaviors in workplace, . *Research*. 128 (December 2005) : 61-63.
- Van Meter, Donald S. and Van Horn, Carl E. (1975, February). "The Policy Implementation Process: A Conceptual Framework," *Administration and Society*. 6(4): 7.
- Walter, Williams. (1971). *Social Policy Research and Analysis: The Experience in The Federal Social Agencies*. New York: American Elsevier Publishing Co.
- Bolles, R. C. (1967). *Theory of motivation*. New York: Harper & Row.
- Cherrington, D. J. (1994). *Organizational behavior: The management of individual and organizational performance* (2nd ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Daft, R. L. (2000). *Management* (5th ed.). New York: Harcourt College.
- Dubrin, A. J., & Ireland, R. D. (1993). *Management & organization* (2nd ed-). Cincinnati, OH: South Western.
- Griffin, R. W. (1999). *Management* (6th ed.). New York: Houghton Mifflin Company.
- Luthans, F. (1992). *Organizational behavior*. Singapore: McGraw-Hill.
- Vroom, V. H. (1995). *Work and motivation*. Harmondsworth, England: Penguin.



ภาคผนวก



แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ความคิดเห็นของประชาชนในกรุงเทพมหานครที่มีต่อหน้านโยบายการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามชุดนี้ แบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของประชาชนที่มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะสวนหลวง ร.9 และสวนลุมพินี

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

2. โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริงเพื่อสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการพัฒนานโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้มากที่สุด

3. ขอขอบคุณที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างสูง

ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงหน้าข้อความที่เป็นจริงและโปรดเติมข้อความลงในช่องว่าง

1. เพศ

☐ 1. ชาย

☐ 2. หญิง

2. อายุ

☐ 1. น้อยกว่า 25 ปี

☐ 2. 26 - 30 ปี

☐ 3. 31 - 40 ปี

☐ 4. มากกว่า 40 ปี

3. สถานภาพ

☐ 1. โสด

☐ 2. สมรส

☐ 3. หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่

4. ระดับการศึกษา

☐ 1. ต่ำกว่าปริญญาตรี

☐ 2. ปริญญาตรี หรือ เทียบเท่าปริญญาตรี

☐ 3. สูงกว่าปริญญาตรี

5. อาชีพ

- ☐ 1. นักเรียน / นักศึกษา
 ☐ 2. พนักงานบริษัทเอกชน
☐ 3. ธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย
 ☐ 4. ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ
☐ 5. อื่น ๆ (ระบุ).....

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

- ☐ 1. ต่ำกว่า 5,000 บาท
 ☐ 2. 5,000 – 7,000 บาท
☐ 3. 7,001 – 10,000 บาท
 ☐ 4. 10,001 – 15,000 บาท
☐ 5. 15,001 บาทขึ้นไป

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน

คือ ด้านการจูงใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม และด้านอุปกรณ์

คำชี้แจง โปรดอ่านแบบสอบถามแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นท้ายคำถามที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โดยใช้เกณฑ์การพิจารณาดังต่อไปนี้

- 5 ระดับดีความคิดเห็นมากที่สุด
 4 ระดับความคิดเห็นมาก
 3 ระดับความคิดเห็นปานกลาง
 2 ระดับความคิดเห็นน้อย
 1 ระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด

นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านการจูงใจ					
1. หน่วยงานของรัฐมีส่วนสำคัญในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนให้ดีขึ้น					
2. การบริหารงานของหน่วยงานของรัฐนำความเจริญมาสู่ท้องถิ่น เช่น การมีศูนย์กีฬา สวนสาธารณะเพื่อใช้สำหรับออกกำลังกาย เป็นต้น					

นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
3. หน่วยงานของรัฐสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนซึ่งมีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชน					
4. หน่วยงานของรัฐมีการจัดกิจกรรมการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างทั่วถึง					
5. หน่วยงานของรัฐที่มีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ					
6. หน่วยงานของรัฐที่มีการกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมต่อนโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ					
ด้านการมีส่วนร่วม					
1. หน่วยงานของรัฐได้กำหนดวิธีการดำเนินงานโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน					
2. ท่านได้มีส่วนร่วมดูแลรักษาทรัพย์สินและสิ่งสาธารณะของหน่วยงานของรัฐให้อยู่ในสภาพที่ใช้การได้ดี					
3. ท่านมีโอกาสได้ติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวของหน่วยงานของรัฐเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นประจำ					
4. เมื่อมีนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพท่านยินดีและให้การสนับสนุน					
5. มีการสำรวจความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับความต้องการอุปกรณ์กีฬาและออกกำลังกาย					

นโยบายการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านสถานที่และสิ่งแวดล้อม					
1. สถานที่ที่หน่วยงานของรัฐจัดเตรียมไว้ให้เพื่อใช้ในการออกกำลังกายมีขนาดที่เพียงพอต่อจำนวนประชาชน					
2. ความเหมาะสมต่อระยะทางระหว่างกิจกรรมกับสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ห้องน้ำ ถึงขยะ ร้านค้า เป็นต้น					
3. สามารถเดินทางมาได้สะดวกไม่ห่างไกลจากชุมชน					
4. มีเจ้าหน้าที่คอยตรวจตราสม่ำเสมอเพื่อรักษาความปลอดภัยและน่าไว้วางใจได้					
5. มีการบริการห้องน้ำ พอเพียง สะดวกน่าใช้					
6. มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม เป็นระเบียบ ดูสดชื่น					
7. มีป้ายแนะนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ					
ด้านอุปกรณ์					
1. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีเพียงพอต่อการใช้งาน					
2. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความทันสมัยและง่ายต่อการใช้งาน					
3. อุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความพร้อมในการใช้งาน					
4. มีการนำอุปกรณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ชำรุดไปซ่อมอย่างสม่ำเสมอ					
5. มีม้านั่งเพียงพอ					

*****ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้*****

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์



ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นายจิตติ พิกุลทอง
วันเดือนปีเกิด	28 เมษายน 2524
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดตราด
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	58/2 หมู่ 8 ต.แหลมกลัด อ.เมือง จ.ตราด 23000
ตำแหน่งหน้าที่ในปัจจุบัน	Physical Training
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงพยาบาลพญาไท 2
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2543	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียน ภ.ป.ร. ราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์
พ.ศ. 2546	ปริญญาตรีศิลปศาสตรบัณฑิต (ศศ.บ.) สาขาวิชารัฐศาสตร์ จาก มหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ. 2555	ปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต (รป.ม.) สาขาวิชานโยบายสาธารณะ จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ