

๗๙๔.๐๔

๘ ๘๖๗๓

ร 3

ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกาย
ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546

๑๔ ก.ย. 25๔7

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุรีพร โรจนศิริ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2547

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

h 251172

ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกาย
ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุรีพร โรจนศิริ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2547

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นางสาวสุวิพร โรจนศิริ. (2547). ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546.
ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล,
อาจารย์ชงชาติ พู่เจริญ.

การศึกษาครั้งนี้เพื่อศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546.
กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์
ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน โดยแยก
เป็นเพศชาย 200 คน เพศหญิง 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ
แบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายของศูนย์ออกกำลังกาย
ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้วจากนั้นดำเนินการวิเคราะห์
ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า

1. ด้านบุคลากร กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และ
สมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.00 40.27 40.31 41.45
และ 54.50 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกีฬา ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์
ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจา
สุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน
มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

2. ด้านการจัดการ กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และ
สมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.47 45.80 45.70 44.93
และ 46.13 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่
ที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

3. ด้านการบริการ กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และ
สมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.55 47 46.03 48.41
และ 46.78 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงาน มีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่
จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

4. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก
กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็น

อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.83 41.37 42.42 41.10 และ 41.60 ตามลำดับ ยกเว้น
ข้อสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้อง
ออกกำลังกายและเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียง
ที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง

OPINIONS OF THE MEMBERS TOWARD THE EXERCISE ADMINISTRATION
AND MANAGEMENT IN EXERCISE CENTER OF FITNESS FIRST (THAILAND) IN 2003

AN ABSTRACT
BY
SUREEPORN ROJCHANASIRI

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
May 2004

Sureeporn Rojchanasiri. (2004). *Opinions of the Member Toward the exercise Administration and Management in exercise center of Fitness First (Thailand) In 2003*. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Asst. Prof.Jiamsak Panichchaikul, Lect. Thangchat Pucharoen

The purpose of this study was opinions of the members toward the administration and management in exercise center of Fitness First (Thailand) in 2003. The samples are 400 Metropolitan by using the services rendered by the Fitness First Exercise Center in Bangkok into 200 males and 20 females. The instrument used in data collection is a Questionnaire created by the researcher to inquire opinions on management of Fitness First (Thailand) Exercise Center. After having gathered data , researcher analyzed the data distributed frequency, and calculated percentage.

The results revealed that :

1. On Personal: The sample group consisting of males, females, persons aged 25-35 years, persons aged 36 years or above, and total members give a moderate opinion or 43.00%, 40.27%, 41.45%, 42.01%, and 41.63%, respectively, except for item the coach dresses appropriately for the kind of sports, the coach has good human relations to the service receivers, the coach on duty and off duty possesses good personalities, the coach speaks to the service receivers politely, and the coach can teach the service receivers in line with the steps set forth, which is of high level.

2. On Management: The sample group consisting of males, females, persons aged 25-35 years, persons aged 36 years or above, and total members give a moderate opinion or 46.47%, 45.80%, 45.70%, 44.93%, and 46.13%, respectively, except for item the opening hours for services are suitable and subscription service rendered by officers is suitable, which is of high level.

3. On Services: The sample group consisting of males, females, persons aged 25-35 years, persons aged 36 years or above, and total members give a moderate opinion or 46.55%, 47.00%, 46.03%, 48.41%, respectively, except or item the servicing officers are industrious and willing to provide assistance to the members, which is of high level.

4. On Location, Equipment, and Facilities: Overall opinion is of high level. The sample group consisting of males, females, persons aged 25-35 years, persons aged 36 years or above, and total members have a high-level opinion or 41.83%, 41.37%, 42.42%, 41.10%, and 41.60%, respectively, except for item the number of location used for relaxation inside the Exercise Center are sufficient, equipment installed in the exercise rooms and tools used for enhancing the exercise are clean and tidy, and stereo sets used in various activities are in good conditions, which is of moderate level.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกาย
ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546

ของ
นางสาวสุรีพร โรจนศิริ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

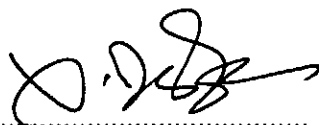


คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาพร หะวานนท์)

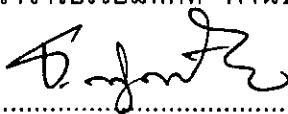
วันที่ ๑๔ เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2547

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์.



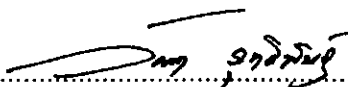
ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล)



กรรมการ

(อาจารย์ธงชาติ พู่เจริญ)



กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา สุทธิพันธ์)



กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีเนื่องจากผู้วิจัยได้รับความกรุณาอย่างสูงจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ธงชาติ พูเจริญ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา สุทธิพันธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นำชัย เลวลย์ ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ เสนอแนะ ตลอดจนการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องในส่วนต่างๆ ที่เป็น ประโยชน์ต่องานวิจัยด้วยความเอาใจใส่อย่างยิ่ง ผู้วิจัยมีความรู้สึกซาบซึ้งและมีความภาคภูมิใจ ในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ท้ายนี้ ผู้วิจัยขอโน้มรำลึกถึงพระคุณของ คุณพ่อคุณแม่ที่ให้กำเนิดชีวิตและโอกาส ทางการศึกษา ครูอาจารย์ทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนและให้วิชาความรู้แก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณพี่ๆ น้องๆ ในครอบครัว และเพื่อนๆ ทุกคนที่ช่วยส่งเสริม สนับสนุน ให้ความช่วยเหลือในทุกๆ ด้าน คอยห่วงใย และเป็นกำลังใจมาโดยตลอด จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี

สุวีพร โรจนศิริ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
	ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	3
	กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	3
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า	4
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
	การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	5
	ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย).....	11
	การบริหารการจัดการ.....	23
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	30
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	30
	งานวิจัยในประเทศ.....	32
3	วิธีดำเนินการวิจัย	37
	การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	37
	ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	37
	กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	37
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	38
	ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	38
	วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	39
	การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	40

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
5	บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	81
	บทย่อ.....	81
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	81
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	81
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	81
	การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	82
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	82
	อภิปรายผล.....	87
	ข้อเสนอแนะ.....	90
	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป.....	90
บรรณานุกรม		91
ภาคผนวก		94
ประวัติย่อผู้วิจัย		104

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	อุปกรณ์ กิจกรรม และการให้บริการภายในศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส-เฟิร์สท์ (ประเทศไทย).....	13
2	จำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่าง.....	53
3	กลุ่มตัวอย่างแยกตามเพศและอายุ.....	42
4	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลลากร เพศชาย (N=200).....	45
5	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลลากร เพศหญิง (N=200).....	47
6	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลลากร อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262).....	49
7	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลลากร อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138).....	51
8	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ เพศชาย (N=200).....	52
9	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ เพศหญิง (N=200).....	55
10	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262).....	57
11	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138).....	59

บัญชีตาราง (ต่อ).

ตาราง		หน้า
12	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ เพศชาย (N=200).....	61
13	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ เพศหญิง (N=200).....	62
14	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262).....	63
15	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138).....	64
16	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก เพศชาย (N=200).....	65
17	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก เพศหญิง (N=200)	67
18	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262)	69
19	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138).....	71

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
20	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400).....	73
21	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400)	75
22	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400).....	77
23	ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายอุปกรณ์ ในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400).....	78

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 โครงสร้างของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)	14
2 แนวความคิด 3 มิติ.....	24

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ด้วยสภาพสังคมที่แออัดประกอบกับค่าครองชีพที่สูงดังภาวะในปัจจุบัน ทำให้มนุษย์ต้องดิ้นรนต่อสู้แข่งขันเพื่อความอยู่รอดของชีวิต ทำให้เกิดภาวะความตึงเครียดและมีความวิตกกังวลต่างๆ อันเป็นผลต่อสุขภาพจิต ประกอบกับร่างกายต้องเคร่งเครียดอยู่กับหน้าที่การงานจนได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอ ไม่มีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายทำให้ร่างกายอ่อนแอและเกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ง่าย ซึ่งมีผลให้ทำงานได้ไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร อันเป็นผลเสียต่อระบบเศรษฐกิจรอบครัวอีกด้วย ดังนั้น มนุษย์ จึงมีความต้องการที่จะพยายามหาเวลาว่างเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพ ทางด้านร่างกายและจิตใจด้วย การออกกำลังกาย จะเห็นได้จากศูนย์ออกกำลังกายหรือสวนสาธารณะต่างๆ จะมีประชาชนมาออกกำลังกายเป็นประจำ ในปัจจุบันทั้งภาครัฐและภาคเอกชน รวมทั้งสังคมทั่วไปกำลังปลูกฝังความคิด ความรู้สึก ความรัก ความชอบ เพื่อให้เกิดประโยชน์ที่ดีต่อร่างกาย เพราะการออกกำลังกายช่วยให้เด็ก และเยาวชนที่เติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต พร้อมทั้งจะเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าต่อการพัฒนาประเทศ ทั้งด้านเศรษฐกิจ การปกครอง และการพัฒนาสังคม การออกกำลังกายจึงมีส่วนสำคัญในการช่วยพัฒนา และสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย ซึ่งได้แก่ โครงสร้าง (รูปร่าง ทรวดทรง) และการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกาย เช่น ระบบเส้นประสาท ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบหายใจ ระบบขับถ่าย ระบบกล้ามเนื้อ เป็นต้น

— ในปัจจุบันการดูแลสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพราะนอกจากช่วยลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลลงแล้ว ยังสามารถช่วยการป้องกันโรคภัยไข้เจ็บได้อีกด้วย อาทิ โรคอ้วน ความดันโลหิตสูง เป็นต้น คนในเมืองใหญ่ที่ใช้ชีวิตอยู่กับเทคโนโลยี และการทำงานประเภทนั่งเก้าอี้ จึงมักประสบปัญหาเกี่ยวกับการปวดเมื่อยเอวเพราะนั่งทำงานทั้งวัน ปวดกล้ามเนื้อบริเวณคอ หัวไหล่ ตลอดจนเกิดความเครียด และปวดศีรษะเพราะต้องใช้สมองอยู่กับงานที่ทำ หรือสายตาจ้องที่เครื่องคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานหลายชั่วโมงต่อวัน การออกกำลังกายเพื่อลดความตึงเครียดจากงานประจำวัน กำลังได้รับความนิยมในกลุ่มคนเมืองมากขึ้น และประชาชนส่วนใหญ่มักมีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ในการออกกำลังกาย เพราะสนามกีฬา สวนสาธารณะ หรือลานอเนกประสงค์ที่ใช้เป็นสถานที่ออกกำลังกายมีจำนวนน้อย หรืออยู่ไกลบ้านมากเกินไป ทำให้เกิดความไม่สะดวกในการเดินทาง ด้วยเหตุผลดังกล่าว หน่วยงานเอกชน จึงมองเห็นความสำคัญ ของการออกกำลังกาย โดยกำหนดให้เป็นส่วนหนึ่งของการบริหารหน่วยงานและหน่วยงานเอกชนจำนวนมาก มีโครงการ สวัสดิการ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การแข่งขันกีฬา และการพักผ่อนหย่อนใจให้แก่พนักงาน ทำให้ประชาชนมีความสนใจในการออกกำลังกาย

เพื่อสุขภาพมากขึ้น จนทำให้การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเกิดเป็นธุรกิจ เพื่อรองรับความต้องการการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของประชาชน จะเห็นได้จากการเกิดศูนย์กีฬา ศูนย์สุขภาพขึ้นอย่างมากมายทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด เฉลิม ชัยวัชรภรณ์ (2535 : 135) กล่าวว่า กิจกรรมในศูนย์สุขภาพจะประกอบด้วย การใช้กีฬานิตต่างๆ เป็นสื่อในการออกกำลังกาย เช่น กีฬาเทนนิส สควอช แบดมินตัน วายน้ำ เป็นต้น ตลอดจนการนำอุปกรณ์การออกกำลังกายที่เป็นเครื่องกล เช่น จักรยานที่อยู่กับที่ ลู่วิ่งกล เป็นต้น ซึ่งถนนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร (2537 : 6) ได้กล่าวว่า การออกกำลังกายต้องคำนึงถึงสถานที่ที่ใช้ในการออกกำลังกาย เพราะทุกวันนี้มีสถานประกอบการทางการกีฬาที่ให้บริการทางด้านกีฬา หรือเป็นธุรกิจเกี่ยวกับการกีฬา โดยในสถานดังกล่าวให้ความสะดวกสบายในด้านสถานที่และอุปกรณ์ เช่น มีศูนย์แอโรบิค มีสระว่ายน้ำ รวมไปถึงห้องอบไอน้ำไว้สำหรับผู้ใช้บริการ ส่วนในการบริหารหน่วยงาน จำเป็นต้องใช้คนเป็นผู้ดำเนินการติดต่อกับผู้ที่มาใช้บริการ เช่น การบริการของกิจกรรมการออกกำลังกายในศูนย์กีฬา การบริการกิจกรรมกีฬาในสถานฝึก เป็นต้น แต่ในการบริหารงานก็มีปัญหาเกิดขึ้น ทำให้มีช่องว่างในการบริหารองค์กรคือ ผู้บริหารศูนย์สุขภาพมีความรู้เรื่องการจัดการแต่ไม่รู้เรื่องด้านกีฬา หรือผู้บริหารมีความรู้ทางด้านกีฬาแต่ไม่รู้เรื่องการจัดการ การขาดแคลนบุคลากรที่เหมาะสมในการเป็นผู้นำทางด้านการออกกำลังกาย

ศูนย์ออกกำลังกายหรือศูนย์สุขภาพ (Fitness Center) ซึ่งส่วนใหญ่จะตั้งอยู่ตามโรงแรม หรืออาคารที่พักอาศัยที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก เช่น อาคารชุดพักอาศัย (Condominium) หมู่บ้านจัดสรร เป็นต้น จะมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ศูนย์ออกกำลังกาย แต่ละแห่งจัดให้บริการแก่สมาชิกจะมีคล้ายๆ กัน ได้แก่ กิจกรรมในห้องสตูดิโอ ซึ่งประกอบด้วย การเดินแอโรบิค ชนิดต่างๆ และห้องยิม ซึ่งประกอบด้วย จักรยานที่อยู่กับที่ (Stationary Bicycle) ลู่วิ่งกล (Treadmill) ซึ่งใช้สำหรับวิ่งหรือเดิน ตลอดจนเครื่องมือในการฝึกด้วยน้ำหนัก (Weight Training) ทั้งแบบที่มีอุปกรณ์การฝึกเป็นสถานี หรือที่เรียกว่า เวท แมชชีน (Weight Machine) และแบบที่ผู้เล่นสามารถได้เลือกทำได้เองตามใจชอบ โดยใช้ดัมเบลล์และบาร์เบล ซึ่งเรียกว่า ฟรีเวท (Free Weight) จึงทำให้ศูนย์ออกกำลังกายจึงเป็นที่นิยมแก่ประชาชนทั่วไป เพราะมีสิ่งอำนวยความสะดวกมากมาย อยู่ใกล้สถานที่ทำงาน หรือ ที่พักอาศัย อีกทั้งยังสามารถใช้เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ ผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานและเป็นที่พบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทางด้านธุรกิจ

ศูนย์ออกกำลังกายขนาดใหญ่ ของเอกชนในกรุงเทพมหานคร ที่เป็นที่ยอมรับจากประชาชนทั่วไป มีการแข่งขันทางด้านธุรกิจและด้านการตลาดกันสูง จึงจำเป็นต้องจัดให้มีการบริการที่ดีกว่า มีอุปกรณ์ที่ครบครันที่สามารถรองรับสมาชิกที่มาใช้บริการ เพื่อสามารถดึงดูดให้ประชาชนเข้ามาเป็นสมาชิกเพิ่มมากขึ้น ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) เป็นศูนย์ออกกำลังกาย ขนาดใหญ่ มีสมาชิกจำนวนมาก ปัจจุบันศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มี 4 สาขา ได้แก่ สาขาแลนมาร์ค สาขาบางนา สาขาเซ็นทรัล ปิ่นเกล้า และสาขาพระราม 3 เพื่อตอบสนองความต้องการของสมาชิก จึงมีความจำเป็นต้องทราบความ

คิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการด้านบุคลากร การจัดการ การบริการ และวัสดุ อุปกรณ์ ที่ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ดำเนินงานอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งในแต่ละสาขามีจำนวนสมาชิกไม่น้อยกว่า 2,000 คน ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาทางด้านต่างๆ ให้เป็นที่พึงพอใจแก่สมาชิก และรักษาระดับมาตรฐานของศูนย์ออกกำลังกายของประเทศไทย ให้อยู่ในระดับสากลต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ประจำปี 2546

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ทราบความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นประโยชน์ในการวิจัยและเป็นข้อมูลพัฒนาศูนย์ออกกำลังกายให้มีคุณภาพ ทำให้สถาบันที่ผลิตบุคลากรทางด้านการออกกำลังกายสามารถจัดการเรียน การสอนที่เหมาะสมกับสายอาชีพ

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่จดทะเบียนการออกกำลังกาย ที่ศูนย์ออกกำลังกายของ ฟิตเนส เฟิร์สท์(ประเทศไทย) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 สาขา จำนวน 12,560 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกาย ที่ศูนย์ออกกำลังกายของ ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น คือ จำแนกตามเพศ และอายุ

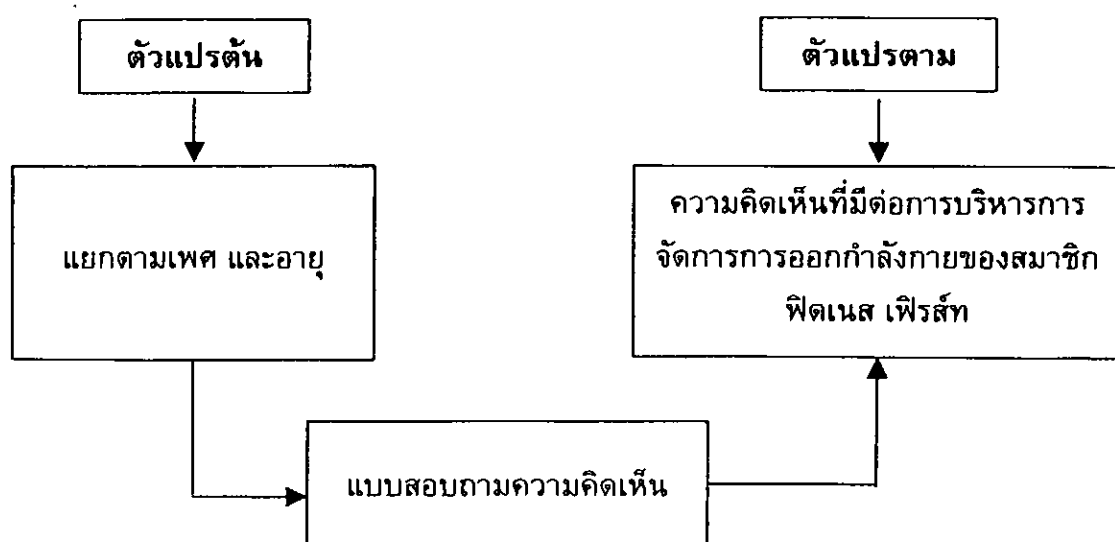
ตัวแปรตาม คือ ความคิดเห็นของสมาชิกที่มาออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **ความคิดเห็น** หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดหรือความคิดเห็นที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด โดยถ่ายทอด ออกมาเป็นคำพูด หรือลายลักษณ์อักษร
2. **สมาชิก** หมายถึง บุคคลที่มาลงทะเบียนและใช้บริการทางด้านการออกกำลังกาย พักผ่อน ผ่อนคลาย หรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับสมาชิกเพื่อให้เกิดสังคมใหม่
3. **ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)** หมายถึง ศูนย์การออกกำลังกายเอกชนที่เปิดให้บริการในประเทศไทย เพื่อสร้างเสริมสุขภาพ และมีเครื่องมือการออกกำลังกายที่ครบครัน และทันสมัยที่สุด ทั้งอุปกรณ์ยกน้ำหนักและอุปกรณ์ออกกำลังกายที่ช่วยให้ระบบการทำงานของหัวใจ ระบบกล้ามเนื้อ และระบบต่างๆ ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ มี 4 สาขา ได้แก่ สาขาแลนมาร์ค สาขาบางนา สาขาเซ็นทรัล ปิ่นเกล้า และสาขาพระราม 3
4. **การบริหารการจัดการ** หมายถึง การใช้ศาสตร์และศิลปะเพื่อดำเนินการเกี่ยวกับการนำเอาทรัพยากรการบริหารมาประกอบการตามกระบวนการบริหาร ให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้การบริหารการจัดการเป็นการศึกษา การดำเนินการของ ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) แบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้
 - 4.1 ด้านบุคลากร
 - 4.2 ด้านการจัดการ
 - 4.3 ด้านการใช้บริการ
 - 4.4 ด้านวัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

จากขอบเขตของการศึกษาค้นคว้าในเรื่อง ความคิดเห็นในการออกกำลังกายของสมาชิก ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ผู้วิจัยสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า (Conceptual Frame Work) ไว้ดังนี้



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาคำว่าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยของทั้งต่างประเทศและภายในประเทศ สรุปได้ดังนี้ผู้วิจัย

1. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
2. ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)
3. การบริหารและการจัดการที่ใช้ในศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยในประเทศ

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2538 : 9-13) กล่าวว่า ในสังคมปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ทำให้มนุษย์มีเครื่องทุ่นแรงมากมาย เป็นผลให้การใช้ร่างกายในชีวิตประจำวันลดลง ประกอบกับมนุษย์ต้องมีการต่อสู้ แข่งขัน ในเรื่องการศึกษา การทำมาหากิน ทำให้การออกกำลังกาย และการพักผ่อนหย่อนใจเปรียบเสมือนสิ่งฟุ่มเฟือยแทนที่จะเป็นสิ่งที่จำเป็น จึงมีคนจำนวนมากออกกำลังกาย มีดังนี้

1. ในวัยเด็ก
 - 1.1 การเจริญเติบโตไม่สมวัย
 - 1.2 รูปร่างท้วมทรุงจะหายไป เช่น อาจจะมีอ้วน ผอมเกินไป ขาโก่ง เข้าชิดกัน หลังโก่ง ศีรษะคดหรือเอียง และตัวเอียง เป็นต้น
 - 1.3 สุขภาพทั่วไปไม่ดี ร่างกายอ่อนแอ มีความต้านทานโรคต่ำ เจ็บป่วยง่าย และเมื่อเจ็บป่วยแล้วหายช้า
 - 1.4 สมรรถภาพทางกายอยู่ในระดับต่ำ เหนื่อยง่ายหายเหนื่อยช้า
 - 1.5 การศึกษา มีหลักฐานแน่นอนทางการศึกษาเปรียบเทียบผลการเรียนระหว่างเด็กที่มีสมรรถภาพทางกายสูง จะมีผลการเรียนดีกว่าเด็กที่มีสมรรถภาพทางกายต่ำ
 - 1.6 ทางด้านสังคมและจิตใจเด็กที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอจะปรับตัวเข้ากับสังคม และทำงานเป็นหมู่คณะได้ดีกว่าเด็กที่ไม่สนใจการออกกำลังกาย
 - 1.7 จิตใจเครียด หงุดหงิดง่าย เชื่องซึม และขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

2. ในวัยหนุ่มสาว

จะทำให้สมรรถภาพทางกายต่ำ สุขภาพทั่วไปไม่ดี มีผลเสียทางสังคม จิตใจ และบุคลิกภาพ ทำให้กระทบกระเทือนต่อการศึกษาหรือการประกอบอาชีพด้วย

3. ในวัยผู้ใหญ่และวัยสูงอายุ

มีผลเสียเช่นเดียวกับวัยหนุ่มสาวและยังเป็นสาเหตุนำโรคร้ายแรงหลายชนิดอีกด้วย ได้แก่

3.1 โรคประสาทเสียดุลยภาพ ได้แก่ ท้องอืดเฟ้อ อาหารไม่ย่อย ท้องผูกประจำ เป็นลมบ่อย เหนื่ออกตามฝ่ามือฝ่าเท้า หรือใจสั่นนอนไม่หลับ เป็นต้น

3.2 โรคหลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ซึ่งจะก่อให้เกิดหัวใจวายปัจจุบันได้

3.3 โรคความดันโลหิตสูง

3.4 โรคอ้วน

3.5 โรคเบาหวาน ซึ่งเป็นโรคทางกรรมพันธุ์ และความผิดปกติของต่อมที่ผลิตอินซูลินควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด แต่การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

3.6 โรคของข้อต่อและกระดูก

ประโยชน์ของการออกกำลังกายทางการแพทย์

1. การเจริญเติบโต การออกกำลังกายจะช่วยให้เจริญอาหาร ระบบการย่อยอาหาร และระบบการขับถ่ายทำงานเป็นปกติ โดยเฉพาะในวัยเด็ก ดังนั้น เด็กที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอจึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ จึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย

2. รูปร่างทรวดทรง การออกกำลังกายสามารถป้องกันและรักษาการเสียทรวดทรงได้ โดยการบริหารเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในส่วนที่ต้องการ และทำให้กล้ามเนื้อกระชับ

3. สุขภาพทั่วไปเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า การออกกำลังกายทำให้อวัยวะต่างๆ มีการเจริญได้ดีทั้งขนาด รูปร่าง และหน้าที่การทำงาน โอกาสของการเกิดโรคที่ไม่ใช่โรคติดเชื้อมีน้อยกว่า

4. สมรรถภาพทางกายการออกกำลังกายสามารถสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายในทุกๆ ด้าน ด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้นๆ

5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคร้ายหลายชนิดได้ โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสภาพของอวัยวะต่างๆ อันเนื่องมาจากมีอายุมากขึ้น ประกอบกับปัจจัยอื่นๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น ความเครียด การสูบบุหรี่มาก การกินอาหารเกิน โรคเหล่านี้ ได้แก่ โรคหลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ความดันโลหิตสูง โรคข้อต่อเสื่อมสภาพ โรคอ้วน

โรคเบาหวาน เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ไม่ได้ออกกำลังกายหรืออาจไม่เกิดขึ้นเลยก็ได้

6. การรักษาโรคและการฟื้นฟูสภาพโรคต่างๆ ที่กล่าวมาถึงในข้อ 5 เมื่อโรคต่างๆ เกิดขึ้นแล้ว การออกกำลังกายที่เหมาะสมจะช่วยรักษาและฟื้นฟูสภาพต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

ขั้นตอนการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

การออกกำลังกายจะต้องปฏิบัติอย่างถูกต้องและเหมาะสม จึงจะทำให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ โดยมีลำดับความจำเป็นดังนี้

1. สำรวจร่างกายก่อนที่จะออกกำลังกาย โดยการตรวจสุขภาพทั่วไปและทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อทราบความพร้อมของร่างกายว่าออกกำลังกายอย่างไร มากน้อยเท่าไร มีรายละเอียดดังนี้

1.1 รวบรวมประวัติทางสุขภาพ และการออกกำลังกายของแต่ละบุคคล

1.2 ชั่งน้ำหนักตัว และวัดส่วนสูง

1.3 วัดความดันโลหิตชีพจรขณะพัก

1.4 วัดปริมาณไขมันในร่างกาย

1.5 สำหรับผู้มีปัญหาทางสุขภาพ และผู้ที่ขาดการออกกำลังกายมานานควรให้แพทย์ตรวจสอบปอด และหัวใจเป็นพิเศษ

1.6 ตรวจสภาพชีวเคมีในเลือด

1.7 ทดสอบสมรรถภาพทางกาย

2. การกำหนดความต้องการในการออกกำลังกายสำหรับตน โดยนำผลการตรวจสุขภาพทั่วไป และทดสอบสมรรถภาพในข้อ 1 มากำหนดความต้องการร่วมไปกับความสนใจและความพร้อมของสภาพแวดล้อม ซึ่งมีข้อพิจารณาในการกำหนดดังนี้

2.1 สำหรับผู้ที่มีสุขภาพดีไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

2.1.1 ถ้าความสมบูรณ์ของร่างกายอยู่ในเกณฑ์ที่ดี เราก็ออกกำลังกายเพื่อรักษาสภาพไว้ไม่ให้ต่ำลง

2.1.2 ความสมบูรณ์ของร่างกายอยู่ในเกณฑ์พอใช้ เราก็ออกกำลังกายเพื่อปรับปรุงเสริมสร้างให้อยู่ในเกณฑ์ที่ดีขึ้น

2.1.3 ความสมบูรณ์ของร่างกายอยู่ในเกณฑ์ต่ำ เราก็ออกกำลังกายเพื่อป้องกันโรคภัยไข้เจ็บและเสริมสร้างให้อยู่ในเกณฑ์พอใช้และดีต่อไป

2.2 สำหรับผู้ที่มีสุขภาพไม่ดี

2.2.1 พวกที่มีโรคและใช้ยารักษาอยู่เราก็ออกกำลังกาย เพื่อรักษาโรคตามคำแนะนำของแพทย์

2.2.2 พวกที่มีโรคแต่อยู่ในขั้นไม่ต้องใช้ยาแล้ว ก็ต้องออกกำลังกายเพื่อฟื้นฟูร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรงขึ้นอยู่ในเกณฑ์ของคนปกติต่อไป

3. การเลือกชนิดของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้เหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพร่างกายของตนเอง ดังนี้

3.1 ชนิดของการออกกำลังกายที่แบ่งตามผลประโยชน์ที่ได้รับคือ

3.1.1 การออกกำลังกายเพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เป็นการพักผ่อนหย่อนใจ และคลายความเครียด ซึ่งเป็นการออกกำลังกายที่ไม่หนักและไม่นาน เช่น การเล่นปาเป้า หรือเปตอง เป็นต้น

3.1.2 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพทั่วไป เป็นการเสริมสร้างร่างกายด้านความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ ความคล่องตัว และความอ่อนตัว เช่น การฝึกยกน้ำหนัก โยคะ ฤาษีตัดตน หรือการบริหาร เป็นต้น

3.1.3 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของหัวใจและปอด ซึ่งเป็นการออกกำลังกายแบบแอโรบิค นั้นเอง ได้แก่ การวิ่ง ขี่จักรยาน เดินแอโรบิค ที่หนักและนานเพียงพอ

3.2 ชนิดของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่แบ่งตามลักษณะการเคลื่อนไหว คือ

3.2.1 กายบริหารทั่วไป ให้ผลดีกับความคล่องตัวของระบบการเคลื่อนไหว ได้แก่ กล้ามเนื้อ ข้อต่อ และกระดูก เป็นต้น เหมาะสมกับเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ผู้ฟื้นฟูร่างกายหลังเจ็บป่วยและผู้ป่วยที่อยู่ในความดูแลของแพทย์และยังใช้เป็นการอบอุ่นร่างกายก่อน หรือผ่อนคลายร่างกายหลังออกกำลังกายหนักได้อีกด้วย

3.2.2 กายบริหารพิเศษให้ผลดีต่างกันไปตามกิจกรรมที่ใช้ เช่น ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง ระบบหายใจและไหลเวียนเลือดและความอ่อนตัวดีขึ้น เป็นต้น เป็นการบริหารที่มีวัตถุประสงค์มากกว่ากายบริหารทั่วไป โดยเน้นด้านจังหวะการหายใจ ความหนักในการออกกำลังกาย และทางจิตใจโดยเฉพาะอีกด้วย เหมาะสมกับทุกเพศและวัย ได้แก่ โยคะ รำมวยจีน พวยัดนกง หรือแกว่งแขน เป็นต้น

3.2.3 เดินเพื่อสุขภาพให้ผลดีกับการฝึกความอดทนของระบบหายใจ และระบบไหลเวียนเลือด ความแข็งแรง และความอดทนของกล้ามเนื้อเป็นต้น เหมาะสมกับทุกเพศและวัยโดยเฉพาะ เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ ผู้ฟื้นฟูร่างกายหลังเจ็บป่วยและผู้ป่วยที่อยู่ในความดูแลของแพทย์ เป็นต้น

3.2.3 วิ่งเพื่อสุขภาพหรือวิ่งเหยาะๆ ให้ผลดีเช่นเดียวกับการเดินเพื่อสุขภาพ แต่ควรจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายพร้อมมากกว่าเหมาะสมกับทุกเพศและวัย โดยเฉพาะในเด็ก วัยหนุ่มสาวและ ผู้ใหญ่ เป็นต้น

3.2.4 ฝึกจักรยาน ว่ายน้ำ เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะผู้ที่มีน้ำหนักตัวเกินปกติ

3.2.5 เดินแอโรบิค เป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมมากอย่างหนึ่ง เหมาะสมกับทุกเพศและวัย ให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินเกิดผลดีกับระบบหายใจและไหลเวียนเลือด ความแข็งแรง และความอดทนของกล้ามเนื้อทั่วร่างกาย ความคล่องตัว และความอ่อนตัว

3.2.6 เล่นกีฬาแข่งขันและเกมส์ต่างๆ ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล แบดมินตัน เทนนิส วิ่งเปรี้ยว ชักกะเย่อ และกระโดดเชือก เป็นต้น แต่ควรจะมีการดัดแปลงสนาม ระยะเวลา คะแนนที่ใช้ในการแข่งขัน หรือเทคนิคต่างๆ ให้สะดวก ง่าย ปลอดภัยต่อการเล่นมากที่สุดและเหมาะสมกับเพศและวัย

3.2.7 งานอาชีพ งานอดิเรก และงานบ้านที่ใช้แรงงานเป็นการออกกำลังกายที่สามารถดัดแปลงให้เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพได้

4. การกำหนดปริมาณการออกกำลังกายโดยเน้นถึง

4.1 ความหนัก โดยใช้จำนวนการเต้นของชีพจรขณะออกกำลังกายเป็นหลัก คือ ขณะออกกำลังกายชีพจรไม่ควรเกิน 190 - อายุ (190 ลบด้วยอายุ) และไม่ต่ำกว่า 150 - อายุ (150 ลบด้วยอายุ) ของแต่ละคน

4.2 ความบ่อย อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง

4.3 ความนานครั้งละ 10-30 นาที สัปดาห์หนึ่งนับรวมกันแล้วไม่ควรต่ำกว่า 60 นาที

5. การกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายโดยเน้นถึง

5.1 อบอุ่นร่างกาย โดยการเล่นกายบริหารทั่วไป เดินวิ่งเหยาะๆ ยืดกล้ามเนื้อ แล้วค่อยๆ ออกกำลังกายตามชนิดที่เราต้องการ โดยใช้เวลาประมาณ 5-15 นาที

5.2 ออกกำลังกายตามที่เราได้ศึกษาไว้ข้างต้นว่าจะออกกำลังกายด้วยอะไร และปริมาณเท่าไร โดยพิจารณาตามข้อ 3 และ 4

5.3 การผ่อนคลายร่างกายภายหลังการออกกำลังกาย เมื่อออกกำลังกายตามข้อ 5.2 เสร็จแล้ว จะเริ่มด้วยการเดินช้าๆ จนร่างกายหายเหนื่อย ฝึกเล่นกายบริหารและการยืดกล้ามเนื้อ ถ้ามีการนวดและแช่น้ำอุ่นด้วยยิ่งดี

การดัดแปลงงานอาชีพ งานอดิเรก และงานบ้าน มีหลักเกณฑ์ดังนี้

1. สำรวจปริมาณการใช้แรงงานตลอดทั้งวัน ส่วนใหญ่เวลารวมกันแล้วจะนานเกินไป ขาดความต่อเนื่อง หรือออกแรงกายเบาเกินไป

2. กำหนดช่วงเวลาหนึ่งไว้ให้เป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ในระหว่างปฏิบัติงาน ซึ่งควรเป็นเวลาเดียวกันทุกวัน

3. ในช่วงเวลาที่กำหนดให้ทำงานนั้นต่อเนื่องในอัตราที่หนักพอ คือ ให้รู้สึกว่ายเหนื่อย เต้นแรงขึ้นและหายใจแรงขึ้นเป็นเวลานาน 10 นาทีขึ้นไป แต่ไม่ควรเกิน 30 นาที

4. ก่อนทำตามข้อ 3 ควรทำการบริหารทั่วไป และเริ่มทำงานอย่างเบาๆ ก่อน และทำจิตใจให้ร่าเริง

5. ถ้างานที่ทำส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายเพียงส่วนเดียว ควรทำกายบริหารส่วนอื่น เพื่อเพิ่มประโยชน์ที่ได้รับร่างกายคล้ายกับกิจกรรมอื่นที่กล่าวข้างต้น และเหมาะสมกับทุกเพศ และวัย โดยเฉพาะพ่อบ้านและแม่บ้านที่ไม่มีเวลาร่วมกิจกรรมในการออกกำลังกายอื่นๆ ที่กล่าวมาแล้วข้างต้น

หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

1. สนุกสนานเพลิดเพลิน ไม่เคร่งเครียด
2. ต้องใช้วิธีค่อยๆ ทำค่อยๆ ไป
3. ต้องให้ทุกส่วนของร่างกายได้ออกกำลังกายในแต่ละสัปดาห์ ควรใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหลายๆ อย่าง
4. การออกกำลังกายควรทำโดยสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆ ละ 10-30 นาที และควรเป็นเวลาเดียวกัน

การออกกำลังกายที่ทำให้เสียสุขภาพ

1. เลือกชนิดการออกกำลังกายไม่เหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพร่างกาย
2. เลือกเวลาในการออกกำลังกายไม่ถูก เช่น หลังรับประทานอาหารอิ่มจัด อากาศร้อนจัด หรืออบอ้าว หรือเย็นจัด เป็นต้น
3. ออกกำลังกายเกินไป เช่น อาจหนักหรือนานเกินไป

อาการผิดปกติเกิดขึ้นขณะออกกำลังกาย

1. เวียนศีรษะ ตามัว หน้ามืด
 2. ใจสั่น แน่นหรือเจ็บตันบริเวณหน้าอก
 3. รู้สึกเหนื่อยผิดปกติ
 4. มีอาการคลื่นไส้
- ถ้ามีอาการเหล่านี้เกิดขึ้น ควรลดความหนักของการออกกำลังกาย เช่น เปลี่ยนจากวิ่งเป็นเดิน ถ้าไม่หายให้หยุดแล้วนั่งพักหรือนอนราบ

สิ่งอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์

สิ่งอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์ ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกาย สนามกีฬา สระว่ายน้ำน้ำ โรงยิมเนเซียม และอุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับการออกกำลังกายและการกีฬา ทั้งที่ได้มาตรฐานและไม่ได้มาตรฐาน เพื่อตอบสนองความต้องการในการออกกำลังกายหรือมีไว้เพื่อให้บริการสำหรับผู้ที่ต้องการและไม่ต้องการออกกำลังกาย เพื่อพักผ่อนหย่อนใจก็ได้สามารถแบ่งเป็น 2 ประเภท

1. สิ่งอำนวยความสะดวกในร่ม (Indoor Facilities) ได้แก่ โรงยิมเนเซียม สนามกีฬาในร่ม ห้องออกกำลังกายในร่ม เป็นต้น

2. สิ่งอำนวยความสะดวกกลางแจ้ง (Outdoor Facilities) ได้แก่ สนามกีฬา กลางแจ้ง สระว่ายน้ำ และสวนสุขภาพ เป็นต้น

นักวิชาการหลายท่านได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับความต้องการ และปัญหาเกี่ยวกับ สิ่งอำนวยความสะดวกได้ดังนี้

นภาพร ทศนัยนา (2521 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ปัญหาเจตคติและความต้องการ ด้านพลศึกษาของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ปัญหาที่สำคัญที่สุดที่นักศึกษาไม่เข้าร่วม กิจกรรมที่จัดขึ้น เนื่องจาก สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่เพียงพอและ ไม่ได้มาตรฐาน ซึ่งสอดคล้องกับ เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่นๆ (2525 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่องความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกายของข้าราชการและนิสิตใน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากร พบว่า ปัญหาและอุปสรรค สำคัญของการออกกำลังกาย ที่พบมากที่สุด คือ สถานที่และอุปกรณ์ที่จะให้บริการแก่ข้าราชการ และนิสิตไม่เพียงพอ อีกทั้งขาดการบำรุงดูแลรักษา และสนับสนุนงบประมาณจากมหาวิทยาลัย เป็นเหตุให้ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการ และนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ยังต้องประสบกับปัญหาและอุปสรรคต่อไป

จะเห็นได้ว่าปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย และการเล่น กีฬา คือ สิ่งอำนวยความสะดวกทางกีฬา อันได้แก่ สถานที่และอุปกรณ์นั่นเอง ดังนั้น หากสิ่งอำนวยความสะดวกดังกล่าวขาดตกบกพร่อง ไม่ได้มาตรฐาน ขาดการดูแลเอาใจใส่ บำรุงรักษาไม่เพียงพอ กับความต้องการในการกระทำกิจกรรมต่างๆ การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา แล้วก็ไม่เกิดผลต่อตัวผู้ทำกิจกรรม ผู้เล่นกีฬารวมทั้งผู้ที่ต้องการออกกำลังกาย เท่าที่ควร

ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

เป็นศูนย์ออกกำลังกายที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทยที่มีเครื่องมือการออกกำลังกาย ที่ครบครันและทันสมัยที่สุด ทั้งอุปกรณ์ยกน้ำหนักและอุปกรณ์ออกกำลังกายที่ช่วยให้ระบบ การทำงาน ของหัวใจทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ (บริษัท ฟิตเนส เฟิร์สท์, 2546 : 1-24)

ประวัติความเป็นมาของบริษัทฟิตเนส เฟิร์สท์

ในปี พ.ศ. 2535 ฟิตเนส เฟิร์สท์ ก่อตั้งที่ประเทศอังกฤษ ด้วยวัตถุประสงค์ที่จะพัฒนา สาขางานทางด้านศูนย์สุขภาพและฟิตเนส โดยเน้นที่แนวความคิดและคุณภาพทางด้านฟิตเนส

ในราคาที่สมาชิกพึงพอใจและไม่เกินกำลังซื้อของพวกเขา ซึ่งทางศูนย์ออกกำลังกายจะเป็นผู้ให้บริการเกี่ยวกับ สาธารณูปโภคทางด้านสุขภาพ ซึ่งมีแนวโน้มว่าจะได้รับความต้องการสูงสุดและสอดคล้องกับค่าธรรมเนียมในการเป็นสมาชิกที่ย่อมเยา

โดยทั่วไป ภายในศูนย์ออกกำลังกายของฟิตเนส เฟิร์สท์จะมีห้องยิมเนเซียม ซึ่งประกอบไปด้วยอุปกรณ์ที่ช่วยในการฝึกการเต้นของหัวใจ ห้องกรุป เอ็กเซอร์ไซส์ และห้องจักรยาน พร้อมห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าที่หรูหรา (ล็อกเกอร์) ซึ่งเป็นห้องเชื่อมต่อไปยังห้องเชาว์น่าและสตูม พร้อมเครื่องดื่มที่ทางศูนย์ออกกำลังกายจัดไว้เป็นพิเศษสำหรับสมาชิก พร้อมให้บริการยิมวิดีโอ วีซีดี อีกด้วย

ปัจจุบัน ฟิตเนส เฟิร์สท์ มีสาขากว่า 300 แห่ง มีจำนวนสมาชิกกว่า 500,000 คนทั่วโลก ทั้งในอังกฤษ ยุโรป และตอนนี้ขยายสาขาไปยังเอเชีย แปซิฟิก เปิดสาขา ในปี พ.ศ. 2541 ฟิตเนส เฟิร์สท์ กลายมาเป็นผู้ดำเนินการทางด้านสุขภาพของฟิตเนส อันดับหนึ่ง และเริ่มออกสู่ตลาด ยุโรป พร้อมซื้อกิจการบริษัทฟิตเนสในเยอรมัน ในเดือนพฤศจิกายน ปี พ.ศ. 2543 เราซื้อกิจการศูนย์ออกกำลังกายถึง 13 ศูนย์ออกกำลังกายในออสเตรเลีย และขยายกิจการอย่างรวดเร็ว ตั้งแต่นั้นมา ฟิตเนส เฟิร์สท์ ได้ย้ายมาเอเชีย ในปี พ.ศ. 2544 โดยเริ่มที่ ส่องกง (ซึ่งเป็นสำนักงานใหญ่ของเอเชีย) หลังจากนั้นขยายกิจการอย่างรวดเร็วไปยังฟิลิปปินส์ มาเลเซีย จีน (เซี่ยงไฮ้) และประเทศไทย

ฟิตเนส เฟิร์สท์ ตระหนักดีว่า การทำธุรกิจในเอเชียนับเป็นโอกาสที่ดี เนื่องจากเอเชียเป็นแหล่งผลิตที่มีคุณภาพและหลังจากที่ได้ ทำการวิจัยค้นคว้าทั้งภูมิภาค ผู้นำธุรกิจทางด้านด้านการบริหารฟิตเนส และสปา และผู้เชี่ยวชาญทางด้านผลิตภัณฑ์สปอร์ตแอธลอน นับได้ว่าเป็นองค์กรที่มีความโดดเด่นมาก

สปอร์ตแอธลอน ได้ดำเนินธุรกิจในตลาดเอเชียตั้งแต่ปี พ.ศ. 2528 และเติบโตทางด้านธุรกิจนับแต่นั้นมา รวมทั้งมีการให้บริการทางด้าน ฟิตเนส คลับ ตัวแทนจำหน่ายอุปกรณ์ ยิมที่ใช้ ในบ้าน ระบบการจัดการและบริการ และการออกแบบเกี่ยวกับสปา การจัดการบริหาร และ จำหน่ายผลิตภัณฑ์ ภายใต้ชื่อสปา เฮลท์ คลับ ทั่วเอเชีย

ฟิตเนส เฟิร์สท์ มองเห็นโอกาสในการขยายกิจการมาสู่ตลาดเอเชีย และตระหนักดีว่า หากต้องการประสบความสำเร็จ ต้องได้รับการสนับสนุนจากองค์กรที่มีรากฐานมั่นคงในภูมิภาคนี้ และหลังจากได้ศึกษาประวัติของสปอร์ตแอธลอนแล้ว ก็ตระหนักได้ทันทีว่า สपोर्टแอธลอนเป็นองค์กรที่มั่นคง และประสบความสำเร็จในธุรกิจด้านนี้

ฟิตเนส เฟิร์สท์ ได้รวมกิจการกับสปอร์ตแอธลอนในปี 2543 หลังจากนั้นมีการขยายกิจการศูนย์ออกกำลังกายออกไปถึง 12 สาขาในเอเชีย ศูนย์ออกกำลังกายของฟิตเนส เฟิร์สท์ ในเอเชีย มีดังนี้

1. ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ฮ่องกง) เป็นศูนย์กลางในการดำเนินงานของฟิตเนส เฟิร์สท์ในเอเชีย โดยมีที่อยู่ สำนักงานใหญ่ฟิตเนส เฟิร์สท์ชั้น 24 เวิร์ล เทรด เซ็นเตอร์ เซ็นทรัล ฮ่องกง

โทร. 001 852 2805 5802 มีสาขาดังนี้ แกรนด์ มิลเลเนียม พลาซ่า (จีเอ็มพี) โอлимпเปีย พลาซ่า เกทเวย์ และพีซีซีดับเบิลยู

2. ฟิตเนส เฟิร์สท์ (มาเลเซีย) มีสาขาดังนี้ เมนารา จอห์น แอนด์คอค (เอ็มเจ แอนด์คอค) เมนาราแมกซิส สุปังจายา ดามานซารา และวิสมา เอส พี เค

3. ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ฟิลิปปินส์) มีสาขาดังนี้ อาร์เอสที กามาติ ลิบิส อาลาบัง และ เอบีเอส ซีบีเอ็น

4. ฟิตเนส เฟิร์สท์ (จีน) มีสาขาที่เซี่ยงไฮ้

5. ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ประสบความสำเร็จอย่างสูงในประเทศไทย นับตั้งแต่เริ่มเปิดให้บริการเป็นแห่งแรกที่เซ็นทรัล ทาวเวอร์ ปิ่นเกล้า เมื่อวันที่ 15 กันยายน 2544 ปัจจุบัน ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มี 4 สาขา ดังนี้ สาขาแลนด์มาร์ก สาขาเซ็นทรัล ทาวเวอร์ ปิ่นเกล้า พลาซ่า สาขาเซ็นทรัล ทาวเวอร์ บางนา และสาขาเซ็นทรัล พลาซ่า พระราม 3

รายละเอียดของงานในแต่ละแผนก ประกอบไปด้วย การทำงานร่วมกันของ 3 แผนก ดังต่อไปนี้

1. แผนกต้อนรับ ประกอบไปด้วย

- 1.1 ผู้จัดการแผนกต้อนรับ
- 1.2 หัวหน้าพนักงานต้อนรับ
- 1.3 พนักงานต้อนรับ
- 1.4 ผู้ช่วยงานธุรการ

พนักงานต้อนรับถือเป็นความประทับใจแรกนับตั้งแต่สมาชิกก้าวเข้ามาสู่ฟิตเนส เฟิร์สท์ แผนกต้อนรับมีบทบาทสำคัญมากในการเก็บบันทึกประจำวันโดยการให้บริการสมาชิก ไม่ว่าจะเป็น การเช็คคินของสมาชิก (POS) สมาชิกมาร้องเรียนอะไรต่างๆ เป็นต้น และงานธุรการ

2. แผนกฟิตเนส ประกอบไปด้วยพนักงานดังนี้

- 2.1 ผู้จัดการแผนกฟิตเนส
- 2.2 หัวหน้าครูฝึก
- 2.3 ผู้ประสานงานกรุป เอ็กเซอร์ไซส์
- 2.4 ผู้ประสานงานต่างๆ เกี่ยวกับกรุป เอ็กเซอร์ไซส์
- 2.5 ครูฝึก

พนักงานในแผนกฟิตเนส ถือเป็นส่วนหนึ่งของแผนกต้อนรับ และเป็นจุดสื่อสารที่สำคัญของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) เพราะเป็นผู้ให้บริการที่ไม่ใช่เพียงพบกับสมาชิกเท่านั้น แต่เป็นการอำนวยความสะดวก ทุกอย่างแก่สมาชิกของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ด้วย แผนกฟิตเนส เป็นตัวบอกว่าคุณภาพของการบริการ ทางศูนย์ออกกำลังกาย นั้นเป็นอย่างไร ไม่ว่าจะเป็นการจัดโปรแกรมออกกำลังกายฟรี ประเมินผล และคอยช่วยเหลือ การฝึกตัวต่อตัว เป็นต้น

3. สำนักงานธุรการ ประกอบไปด้วยพนักงานเหล่านี้

- 3.1 ผู้จัดการศูนย์ออกกำลังกาย
- 3.2 ผู้ช่วยส่วนตัวผู้จัดการ
- 3.3 ผู้ช่วยธุรการ

แผนกธุรการเป็นหัวใจของระบบธุรการศูนย์ออกกำลังกายแต่ละที่ ข้อมูลทางด้านการเงินและงานธุรการทั้งหมดที่ได้ถูกส่งมาจากการทำงานของแผนกต้อนรับ จะถูกส่งมายังแผนกธุรการตามขั้นตอนการดำเนินงาน แผนกธุรการถือเป็นจุดควบคุมคุณภาพของศูนย์ออกกำลังกาย

รูปแบบและแนวความคิดของพนักงานฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

ลูกจ้างและพนักงานทุกคนของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีหน้าที่ช่วยกันในการให้บริการที่ดีแก่สมาชิกของศูนย์ออกกำลังกาย พนักงานต้อนรับ ศูนย์กลางการติดต่อ

สมาชิกและศูนย์ข้อมูลของครูฝึก นับเป็นจุดหลักในการสื่อสารอย่างเป็นทางการภายในศูนย์ ออกกำลังกาย พนักงานของเราต้องให้การประชาสัมพันธ์ที่ดี และมีทักษะที่ดีและเหมาะสมในการสื่อสารตลอดเวลาพนักงานของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ทุกคนต้องให้ การบริการแก่สมาชิกในเรื่องดังต่อไปนี้ เช่นเรื่องการให้คำแนะนำ ข้อมูล และการให้ความช่วยเหลือ นอกจากนี้ ยังต้องเป็นคนกระฉับกระเฉงและร่าเริงตลอดเวลา พนักงานทุกคนจะต้องสร้างความมั่นใจว่า กิจกรรมการออกกำลังกายนั้นๆ มีความสนุกสนาน มีความสำคัญ และต้องสร้างแรงจูงใจให้สมาชิก อยู่ตลอดเวลา โดยถือว่า

1. พนักงานทุกคนถือเป็นตัวแทน ที่จะสะท้อนให้เห็นถึงมาตรฐานการทำงานของบริษัท
2. พนักงานทุกคนต้องมีความรู้ เกี่ยวกับอุปกรณ์ และขั้นตอนต่างๆ ภายใน ศูนย์ออกกำลังกาย เพื่อช่วยเหลือสมาชิกในกรณีที่สมาชิกต้องการ ต้องมีความรับผิดชอบที่จะ ช่วยแก้ปัญหาในการแก้ปัญหาของสมาชิก
3. พนักงานทุกคนควรหาเวลาพูดคุยกับสมาชิก เพราะเป็นส่วนในการช่วยทำ โปรโม ชันต่างๆ ต่อไปในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมต่างๆ ที่สมาชิกสนใจ มีเพื่อนมากน้อยแค่ไหน นอกจากนี้ยังเป็นการให้บริการที่ดีขึ้นแก่สมาชิกอีกด้วย
4. สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับสมาชิกให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ภายในศูนย์ออกกำลังกาย ไม่ ว่าจะเป็นขณะที่สมาชิกออกกำลังกาย หรือกำลังพักผ่อนในบริเวณ บาร์เครื่องดื่ม
5. พยายามจำชื่อสมาชิก และปฏิบัติต่อสมาชิกด้วยความเคารพ

นโยบายและมาตรฐานในการบริหารและการจัดการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

คณะกรรมการบริหาร ผู้จัดการศูนย์ออกกำลังกายทั่วไป รองผู้จัดการและหัวหน้างาน ต้องตระหนักถึงนโยบายและมาตรฐานในการบริหารและการจัดการเหล่านี้ และมีอำนาจใน การตั้งคำถามในกรณีที่มีการละเมิด รวมทั้งมีการแก้ไขปัญหาได้ทันทีทันใด ดังนั้น เพื่อให้การ บริการมีคุณภาพสูงสุดและเกิดประโยชน์กับสมาชิกมากที่สุด พนักงานของ ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) จะต้องปฏิบัติตามนโยบายและมาตรฐานในการบริหารและการจัดการที่ กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด ดังนี้

1. ทักษะคติ
2. สุขอนามัยและบุคลิกลักษณะภายนอก
3. ภาษาที่ใช้ภายในศูนย์ออกกำลังกาย
4. ชั่วโมงการทำงาน
5. มาสาย ความเฉื่อยในการทำงานและการขาดงาน
6. นโยบายแอลกอฮอล์และยาเสพติด

7. นโยบายการไม่สูบบุหรี่
8. นโยบายต่อต้านความรุนแรง
9. ขั้นตอนกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน
10. สถานภาพทางสังคม
11. การใช้อุปกรณ์สาธารณูปโภค
12. อุปกรณ์เฉพาะทาง
13. แผนกอื่นๆ
14. คำเตือน
15. ข้อคิดเห็นและคำวิจารณ์ต่างๆ
16. สัญญา
17. นโยบายโอกาสและความเท่าเทียมกัน
18. นโยบายการต่อต้านการเลือกที่รักมักที่ชัง และนโยบายการล่วงละเมิดทางเพศ
19. กระบวนการให้คำแนะนำปรึกษา และระเบียบวินัยต่างๆ
20. กระบวนการยุติธรรม
21. ความลับและคำแถลงต่อสื่อมวลชน
22. นโยบายทางด้านสุขภาพและความปลอดภัย

หน้าที่รับผิดชอบในแต่ละวันของพนักงาน ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

ในแต่ละวันพนักงานที่ทำงานในบริเวณส่วนของแผนกต้อนรับต้องทำงานให้เสร็จสมบูรณ์ ไม่ว่าจะเป็นงานประจำแต่ละวัน ดูแลความสะอาดทั่วไป เป็นต้น ส่วนหน้าที่ต่างๆ ภายในบริเวณศูนย์ออกกำลังกายโดยทั่วไป มีดังนี้

1. คอยให้ความช่วยเหลือสมาชิก
2. คอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกายกับสมาชิก
3. ปฏิบัติตามกฎหมาย
4. ปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และดูแลสมาชิกเพื่อการประเมินผลครั้งต่อไป
5. ดูแลความสะอาดของอุปกรณ์ ภายในศูนย์ออกกำลังกาย
6. ดูแลความสะอาดและการจัดวางโต๊ะในบริเวณบาร์เครื่องดื่มให้เป็นระเบียบ

ตรวจตรา และรายงานอุปกรณ์ที่เสียหาย อื่นๆ เป็นต้น

7. ปิดกวาดในบริเวณนั้นๆ
8. คอยช่วยพนักงานคนอื่นๆ หากจำเป็น
9. เคลียร์ขยะ

กฎระเบียบบังคับใช้ภายในศูนย์ออกกำลังกาย

มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อสร้างความมั่นใจว่าสมาชิกทุกคนมีความปลอดภัยตลอดเวลาที่เข้ามาใช้บริการภายในศูนย์ออกกำลังกาย และปฏิบัติตามความสมบูรณ์

2. สมาชิกทุกคนต้องปฏิบัติตามกฎดังต่อไปนี้ โดยพนักงานของฟิตเนส เฟิร์สท (ประเทศไทย) ต้องปฏิบัติตาม

เพื่อให้มีมาตรฐานในเรื่องของความปลอดภัย สมาชิกและพนักงานที่ปฏิบัติหน้าที่ต้องเข้าใจกฎระเบียบต่างๆ ดังนี้

1. ห้ามวิ่ง
2. ห้ามปีนป่ายอุปกรณ์
3. ห้ามนำอาหารและเครื่องดื่ม มารับประทานในบริเวณออกกำลังกาย
4. ห้ามถ่มน้ำลายหรือเคี้ยวหมากฝรั่ง
5. ห้ามผลัก ดัน หรือต่อสู้กันภายในศูนย์ออกกำลังกาย
6. ไม่อนุญาตให้อุปกรณ์ต่างๆ เข้ามาในคลาส กรุ๊ป เอ็กเซอร์ไซส์ หากใช้อุปกรณ์แล้วหายไป 5 นาทีขึ้นไป ถือว่าอุปกรณ์นั้นๆ ไม่มีเจ้าของ สมาชิกท่านอื่นสามารถนำมาใช้ได้
7. สมาชิกต้องมีบัตรผ่านเข้ามาใช้บริการ

กฎระเบียบเพิ่มเติมสำหรับพนักงาน

1. ห้ามพนักงานนั่งหันหลังให้บริเวณสระว่ายน้ำ เพราะนั้นแสดงถึงการขาดความรับผิดชอบและใส่ใจในหน้าที่
 2. ห้ามนั่ง ในบริเวณศูนย์ข้อมูลหรือจุดประชาสัมพันธ์
 3. ห้ามรับประทาอาหารในระหว่างที่ปฏิบัติหน้าที่
 4. ห้ามอ่านหนังสือ หรือ นิ่งสัปหงกขณะอยู่ในหน้าที่
 5. ห้ามพกโทรศัพท์มือถือถือในระหว่างปฏิบัติหน้าที่
 6. หากไม่สบายในระหว่างทำงานให้แจ้งหัวหน้างานทันที
 7. บอกหรือตักเตือนหากพบว่าใครที่ออกกำลังกายไม่ถูกวิธี หรือออกกำลังกายมากเกินไป
- ขั้นตอนการการตักเตือน เมื่อสมาชิกไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบ ควรปฏิบัติดังนี้
1. เข้าไปคุยกับสมาชิก หรือส่งสัญญาณให้เขามาพบเรา
 2. คุยกับสมาชิกด้วยความสุภาพ และบอกถึงปัญหาที่เกิดขึ้น
 3. อย่าตะโกนข้ามฟาก หรือโบกมือให้ เพราะสมาชิกอาจไม่เข้าใจ
 4. ใช้อำนาจที่มีในการปฏิบัติที่เหมาะสมและบอกให้เขารับฟัง

ความปลอดภัยภายในศูนย์ออกกำลังกาย

โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างความมั่นใจว่า ภายในศูนย์ออกกำลังกายทุกๆ บริเวณที่มีกิจกรรมต่างๆ นั้น มีความปลอดภัย พนักงานทุกคนต้องเข้าใจในขั้นตอนความปลอดภัยอย่างละเอียด และจัดการตามขั้นตอนด้วยความเข้าใจ โดยถือว่าความปลอดภัยถือเป็นหลักในการพิจารณาที่สำคัญที่สุด

หลักเกณฑ์ในการพิจารณา

ก่อนที่จะจัดการทำกิจกรรมต่างๆ ควรคำนึงถึงความปลอดภัยก่อน และต้องมั่นใจว่าไม่มีความเสี่ยง หากพบว่ากิจกรรมนั้นๆ ไม่มีความปลอดภัย ก็ไม่ควรทำกิจกรรมนั้นๆ

1. พนักงานจะต้องวางแผนทำกิจกรรมออกกำลังกายทั้งหมด ก่อนที่จะเริ่มปฏิบัติหน้าที่ตามตารางการออกกำลังกายที่กำหนดให้ พนักงานต้องถามตัวเองดังนี้

- 1.1 อุปกรณ์ต่างๆ ปลอดภัยหรือเปล่า
- 1.2 มีอัตราการเสี่ยงหรือไม่ ถ้ามี เราจะลดความเสี่ยงนั้นๆ อย่างไร
- 1.3 มีอุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้นในบริเวณนั้นหรือไม่
- 1.4 หากมีเหตุฉุกเฉินเกิดขึ้น เราควรทำอย่างไร
- 1.5 กิจกรรมนี้เหมาะกับคนทุกวัยหรือไม่
- 1.6 ต้องมั่นใจว่าเราตอบคำถามเหล่านี้ได้ก่อนที่จะจัดกิจกรรม
- 1.7 ดูแลสมาชิกระหว่างออกกำลังกาย หรือทำกิจกรรมต่างๆ
- 1.8 ให้ความดูแลเป็นพิเศษ หากมีคนสูงอายุเข้ามาใช้บริการในศูนย์ออกกำลังกาย
- 1.9 ให้ความใส่ใจอย่างดี หากมีอันตรายเกิดขึ้นสามารถแก้ปัญหาได้อย่างรวดเร็ว
- 1.10 ต้องมั่นใจและพึงระลึกเสมอว่าการออกกำลังกายเป็นสิ่งใหม่สำหรับสมาชิก

2. พนักงานต้องเตรียมความพร้อมของชั้นเรียนต่างๆ ที่ได้รับมอบหมาย เพื่อให้กิจกรรมต่างๆ นั้นสมบูรณ์แบบ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งทางด้านการศึกษาและภาพลักษณ์ของศูนย์ออกกำลังกาย

- 2.1 เช็กประกาศเกี่ยวกับตาราง กรุป เอ็กเซอร์ไซส์ และกิจกรรมพิเศษต่างๆ ในแต่ละวัน
- 2.2 ทำโน้ตไว้ว่าต้องการอุปกรณ์อะไรบ้าง ระยะเวลา และสถานที่
- 2.3 เช็คว่าอุปกรณ์ที่ต้องการมีอะไรบ้าง มีอะไรเกิดความเสียหายหรืออะไรขาดหายไปบ้าง ซึ่งอาจมีผลกระทบกับกิจกรรมนั้นๆ
- 2.4 เตรียมและจัดวางอุปกรณ์ให้เหมาะสมกับตารางในคลาสนั้นๆ
- 2.5 พนักงานที่ได้รับมอบหมายต้องมั่นใจว่าอุปกรณ์ที่นำมาประกอบในกิจกรรมนั้นๆ ได้ส่งกลับคืนที่เดิม และมีรายงานความเสียหายลงบนแบบฟอร์มรายงาน

รูปแบบการให้บริการกับสมาชิก

ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีรูปแบบการให้บริการกับสมาชิก 2 ลักษณะ ดังนี้

1. การฝึกโปรแกรมพื้นฐาน เป็นรูปแบบการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกายที่มีให้สมาชิกโดยไม่เสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม เพียงแค่สมัครเป็นสมาชิกกับศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ซึ่งประกอบด้วย โปรแกรมการออกกำลังกายแบบต่างๆ เช่น การออกกำลังกายประเภทแอโรบิก ยกน้ำหนัก เป็นต้น รวมถึงการประเมินผลระดับสมรรถภาพทางกายด้านต่างๆ ซึ่งจะทำให้สมาชิกสามารถรับรู้สภาพร่างกายของสมาชิก

2. การฝึกตัวต่อตัว เป็นการฝึกฝนทางด้านร่างกายที่เข้มข้นมากยิ่งขึ้น เพื่อให้ได้ผลตามที่สมาชิกต้องการให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ สมาชิกจะต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม ซึ่งมีองค์ประกอบดังนี้

1. การตั้งเป้าหมาย
2. การฝึกด้วยอุปกรณ์ที่ใช้แรงต้านทานของร่างกาย
3. การฝึกการทรงตัว และความสมดุลย์ของร่างกาย
4. การฝึกความแข็งแรงและยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ
5. การยืดเส้นสายเพื่อความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ

จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า การฝึกออกกำลังกายด้วยการผสมผสานระหว่างแอโรบิก และการออกกำลังกายประเภทยกน้ำหนัก จะเป็นผลดีต่อผู้ฝึกมากกว่าการออกกำลังกายเพียงอย่างหนึ่งอย่างเดียว ซึ่งการฝึกตัวต่อตัวนี้จะช่วยในการผสมผสานการออกกำลังกายทั้งสองรูปแบบให้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด และด้วยความเชี่ยวชาญจากครูฝึกของศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

การฝึกตัวต่อตัว จะทำให้สมาชิกได้รับการเอาใจใส่ ให้คำแนะนำ และฝึกฝนเพื่อให้สมาชิกสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางด้านร่างกายสูงสุด จากการลดน้ำหนักสู่การลดไขมัน จากการสร้างกล้ามเนื้อสู่การสร้างความฟิตของร่างกาย และจากการฝึกความอดทนสู่ความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ ตามหลักของการออกกำลังกาย และการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ

อุปกรณ์ กิจกรรม และการให้บริการภายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ได้จัดทหอุปกรณ์...กิจกรรม และการให้บริการรูปแบบต่างๆ ไว้คอยอำนวยความสะดวกให้กับสมาชิก ดังตารางที่ 1

ตาราง 1 อุปกรณ์ กิจกรรม และการให้บริการภายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

กิจกรรม	ปั่นเกล้า	แลนด์มาร์ก	บางนา	พระราม 3
คลาส กรุป เอ็กเซอร์ไซส์				
สเต็ป, อินโทร สเต็ป	•	•	•	•
พาวเวอร์ สเต็ป	•	•	•	•
ไฮ-โล	•	•	•	•
บอดี้ คอมแบท	•	•	•	•
บอดี้ บาลานซ์	•	•	•	•
บอดี้ แจม	•	•	•	•
บอดี้ พัมพ์	•	•	•	•
โยคะ	•	•	•	•
พิลาทิส	-	•	•	-
บอกซิ่ง	-	•	•	-
วี-ไบค์	•	•	•	-
เชอร์กิต เทรนนิ่ง	•	•	•	•
เอบีที, ยิมบอล	•	•	•	•
อุปกรณ์ คาร์ดิโอ				
คาร์ดิโอ เรียวเตอร์	•	•	•	•
เทรดมิลล์	•	•	•	•
สเต็ปเปอร์	•	•	•	•
อัพไรท์ ไบค์	•	•	•	•
รีคัมแบนท์ ไบค์	•	•	•	•
โรเทกซ์	•	•	•	•
กลิเดกซ์	•	•	•	•
คอนเซ็ปท์ โรเวอร์	•	•	•	•

ตาราง 1 (ต่อ)

กิจกรรม	ปิ่นเกล้า	แลนด์มาร์ก	บางนา	พระราม 3
<u>อุปกรณ์ยึดกลัมนื้อ</u>				
เทคโนโลยีม ไลน์	●	●	●	●
ยูนิเวอร์แซล ซีเล็คชั่น	●	●	●	●
กราวน์ ซีโร	●	●	●	-
ไคเซอร์	-	●	●	-
เคเบิล ครอส โอเวอร์	●	●	●	-
<u>ห้องแต่งตัว</u>				
ลิคเกอร์ประจำวัน	●	●	●	●
เข้าลิคเกอร์รายเดือน	●	●	●	●
ห้องสตรีม	●	●	●	●
เซา์น่า	●	●	●	●
บริการเสริมความงาม	●	●	●	●
ห้องอาบน้ำ	●	●	●	●
ห้องสุขา	●	●	●	●
<u>ห้องออกกำลังกาย</u>				
สตูดิโอ กรุป เอ็กเซอร์ไซส์	●	●	●	●
วี-ไบค์, คาร์ดิโอ เชียเตอร์	●	●	●	●
เอบีเอส / เซอร์กิต	●	-	-	-
สเตร็นท์	●	●	●	●
ไคเซอร์ เซอร์กิต	-	●	●	-
ฟรีเวท	●	●	●	●
ยิมสำหรับสุขภาพสตรี	●	-	-	-
มวย	-	●	-	-

ตาราง 1 (ต่อ)

กิจกรรม	ปีนเกล้า	แลนด์มาร์ก	บางนา	พระราม 3
<u>บริการอื่น ๆ</u>				
บาร์เครื่องดื่ม	●	●	●	-
บริการยืมวิดีโอ	●	●	●	●
เครื่องดื่มฟรี	●	●	●	●
หนังสือพิมพ์	●	●	●	●
แมกกาศิน	-	●	●	●
โปร ช็อป	●	●	●	●
ยูบีซี	●	-	-	-

ที่มา : บริษัทฟิตเนส เฟิร์สท์ (2546). คู่มือสำหรับพนักงาน

การบริหารและการจัดการ

เฮอร์เบิร์ต เอ. ไชมอน (Herbert A. Simon. 1947 : 3) ได้ให้ความหมายของการบริหารว่า หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปร่วมกันดำเนินการ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ร่วมกัน

สมพงษ์ เกษมสิน (2526 : 6) กล่าวว่า การบริหารหมายถึงการใช้ศาสตร์และศิลปะเพื่อนำเอาทรัพยากรการบริหารมาประกอบการตามกระบวนการบริหาร ให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2529 : 1) กล่าวว่า การบริหารหมายถึงการใช้ศาสตร์และศิลปะเพื่อดำเนินการเกี่ยวกับ คน (Man) เงิน (Money) วัสดุอุปกรณ์ (Material) และการจัดการ (Managements) ให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้การบริหารเป็นการประสานงาน การอำนวยความสะดวก และการให้บริการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง

ดังนั้นจึงอาจสรุปได้ว่า การบริหารหมายถึงกิจกรรมที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปร่วมกันดำเนินการเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่กำหนดไว้ (ศิริอร ชันธหัตถ์. 2536 : 2)

คำว่า การบริหาร (Administration) ใช้ได้ทั้งการบริหารกิจการของรัฐบาลในส่วนที่เรียกว่า รัฐกิจ และการบริหารกิจการของเอกชนที่เรียกว่า ธุรกิจ ภาคธุรกิจ เช่น การบริหาร

กระทรวง ทบวง กรมต่างๆ และภาคธุรกิจ เช่น การบริหารของบริษัทห้างร้านหรือศูนย์การค้าต่างๆ เป็นต้น ซึ่งใช้รวมๆ กันว่า การบริหาร

งานการบริหารจัดการ

เกณฑ์เพื่อถือปฏิบัติ มีการสั่งการ มอบหมายงาน และประสานงาน เพื่อให้บรรลุผลตามเป้าหมายขององค์การ

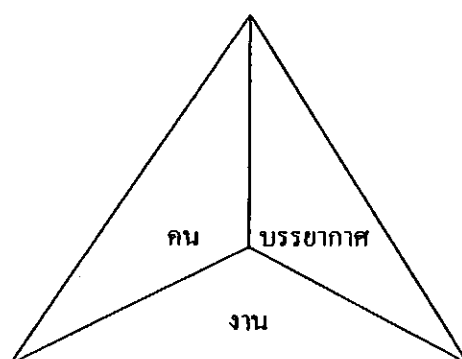
วิจิตร ศรีสอาน (2512 : 9-10) ได้เสนอหลักการของงานการบริหารเป็น 2 แนวคิด ดังนี้

1. แนวคิด 3 มิติ (The Three-dimensional Concept) โดยทั่วไปผู้บริหารมีภารกิจในการบริหาร ประกอบด้วย งาน (Job) คน (Man) และบรรยากาศขององค์การ (Social Setting) คือ

1.1 งาน ผู้บริหารมีหน้าที่และความรับผิดชอบในงานทั้งหมดขององค์การ เช่น งานวางแผนดำเนินงาน และประเมินผลงาน งานที่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ งานวินิจฉัยสั่งการ งานแก้ปัญหา และงานลงนามในหนังสือที่ออกจากองค์การ นอกจากนั้นเป็นงานอื่นๆ

1.2 คน ผู้บริหารมีหน้าที่เกี่ยวกับคน คืองานสรรหาคนดีมาปฏิบัติงาน มอบหมายงานพัฒนา ให้บำเหน็จความชอบ และการให้พ้นจากงาน ซึ่งนับว่าคนเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดของการบริหาร

1.3 บรรยากาศขององค์การ ผู้บริหารมีหน้าที่ในการสร้างบรรยากาศและสัญลักษณ์ให้แก่องค์การ เพื่อสร้างความมั่นคงและความอบอุ่นให้แก่สมาชิกในองค์การ



ภาพประกอบ 2 แนวความคิด 3 มิติ

2. แนวคิดทักษะการจัดการ (Managerial Skills) เป็นทักษะทางการบริหารของผู้บริหาร ซึ่งประกอบด้วยทักษะที่สำคัญ 3 ทักษะ คือ

2.1 ทักษะทางด้านความคิด (Conceptual Skill) เป็นทักษะที่จำเป็นสูงสุดสำหรับผู้บริหารในองค์การทุกระดับ ผู้บริหารควรจะต้องมองเห็นภาพรวม ตระหนักและเข้าใจเป็นอย่างดีถึงภารกิจและหน้าที่ขององค์การ ตลอดจนมองเห็นแนวทางในการแก้ไขปรับปรุงและพัฒนาองค์การได้ ซึ่งจะเป็นผู้บริหารที่เก่งงานหรือครองงานได้ ผู้บริหารระดับสูง เช่น นายกรัฐมนตรี รัฐมนตรี ปลัด-กระทรวง อธิบดี ประธานบริษัท และกรรมการผู้จัดการใหญ่ เป็นต้น จำเป็นต้องใช้ทักษะด้านนี้ มากเป็นพิเศษ ส่วนผู้บริหารระดับกลาง เช่น ผู้อำนวยการกอง หัวหน้ากอง ผู้จัดการฝ่าย และ ผู้จัดการสาขา จำเป็นต้องใช้ทักษะด้านนี้ในระดับมาก ส่วนผู้บริหารระดับต้น เช่น หัวหน้าฝ่าย หัวหน้าคณะวิชา หัวหน้าภาควิชา และหัวหน้าแผนก จำเป็นต้องใช้ทักษะด้านนี้ในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย

2.2 ทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ (Human Relation Skill) เป็นทักษะที่จำเป็นที่จำเป็นรองลงมาสำหรับผู้บริหารในองค์การทุกระดับขั้น ทักษะด้านนี้เป็นทักษะในการรู้จักคน เข้าใจคน ทำงานร่วมกับคนและครองคนได้ ที่เรียกว่า “เก่งคน” ผู้บริหารจะต้องมีทักษะในการจูงใจบุคลากรในองค์การให้ร่วมมือร่วมใจกันทำงาน เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายขององค์การ มีทักษะในการแก้ปัญหาอันเนื่องมาจากบุคลากร ซึ่งปัญหาดังกล่าวจะมีผลกระทบต่อการปฏิบัติงานโดยส่วนรวมขององค์การ เช่น บุคลากรมีความผิดหวังในเรื่องส่วนตัว รู้สึกเชิง กังวลกับเรื่องครอบครัว กังวลกับการเลื่อนตำแหน่ง กลุ้มใจเรื่องหนี้สินและขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน เป็นต้น ผู้บริหารจำเป็นต้องมีทักษะในการเข้าสังคม เข้ากับบุคคลได้ทุกระดับ มีทักษะในการแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลได้

ผู้บริหารระดับสูงในองค์การจะหาเวลาว่างสำหรับส่วนตัวได้ยาก มีงานรับแขก และงานออกสังคมเป็นส่วนใหญ่ จึงเกี่ยวข้องกับบุคคลในองค์การในระดับปานกลาง ผู้บริหารระดับกลางจะเกี่ยวข้องกับบุคคลในระดับมาก ส่วนผู้บริหารระดับต้นจะใช้เวลากับบุคคลในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย

2.3 ทักษะด้านเทคนิค (Technical Skill) เป็นทักษะที่จำเป็นอันดับสุดท้ายสำหรับผู้บริหารในองค์การทุกระดับ แต่มีระดับความสำคัญแตกต่างกัน กล่าวคือผู้บริหารระดับสูงต้องใช้ทักษะด้านนี้ในระดับน้อย ผู้บริหารระดับกลางต้องใช้ทักษะด้านนี้ในระดับมาก ส่วนผู้บริหารต้นต้องใช้ทักษะด้านนี้ในระดับมากที่สุด

พจน์ ชาญชัย (2521 : 6-11) ได้สรุปงานที่สำคัญของผู้บริหารว่ามี 4 งาน คือ

1. เป็นผู้นำหรือประธานในกิจกรรมต่างๆ ซึ่งเกิดจากตำแหน่งหน้าที่นั้นร้อยละ 10
2. แนะนำและพัฒนาบุคคล ร้อยละ 20
3. คิดริเริ่มและปรับปรุงงานให้ก้าวหน้า ร้อยละ 20
4. วินิจฉัยสั่งการและแก้ปัญหาต่างๆ ร้อยละ 50

โดยสรุปผู้บริหารองค์การหรือผู้จัดการหน่วยงาน ควรมึงานที่สำคัญดังนี้ งานกำหนดนโยบายและเป้าหมายขององค์การหรือหน่วยงาน งานวางแผน และโครงการตลอดจนนำแผนและโครงการไปปฏิบัติให้ครบวงจร จัดหาทรัพยากรที่จำเป็นสำหรับการบริหาร เช่น คน (Man) เงิน (Money) และวัสดุอุปกรณ์ ตลอดจนอาคารสถานที่ (Materials) เพื่อใช้ทรัพยากรเหล่านั้นเป็นปัจจัยในการดำเนินการให้บรรลุผลตามแผนงาน โครงการ นโยบายและเป้าหมายขององค์การ

ผู้บริหารกับกระบวนการบริหาร

การเป็นผู้บริหารที่ดีจะต้องทราบทั้งงานหรือภารกิจในการบริหารขององค์การ และหลักการบริหารหัวใจของหลักการบริหารก็คือกระบวนการบริหารนั่นเอง

ลูเธอร์ กุลิก และ ไลนอล อูวิก (Luther Gulick and Lyanall Urwick. 1973 : 17) เสนอเป็นหลักการว่า กระบวนการบริหารย่อมประกอบด้วยขั้นตอนที่สำคัญ 7 ประการ หรือเรียกว่า POSDCORB ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การวางแผน (Planning) หมายถึงการวางแผนหรือกำหนดโครงการไว้ล่วงหน้าว่าจะทำอะไร ในการบริหารงานใด ๆ ก็ตามผู้บริหารจะต้องรู้จักวางแผน เพราะการวางแผนเป็นหลักการสำคัญขั้นมูลฐานของกระบวนการบริหาร ผู้บริหารจะต้องตระหนักอยู่เสมอว่า แผนงานเป็นหลักและเป็นรากฐานของการปฏิบัติงานทั้งปวง ถ้าปราศจากแผนงานแล้วเป็นการยากที่ผู้บริหารจะทำงานให้ได้ผลดี การวางแผนในการบริหารนั้นอาจจัดทำเป็นแผนระยะสั้น หรือแผนระยะยาวก็ได้ รูปแบบของแผนงานควรประกอบด้วยวัตถุประสงค์ นโยบาย แนวปฏิบัติ และมาตรฐานของงาน ในการวางแผนนั้นผู้บริหารจะต้องคำนึงอยู่เสมอว่า จะทำอะไร (What) จะทำอย่างไร (How) จะใช้เงินเท่าไร (How many) จะมอบหมายให้ใครทำ (Who) จะกระทำที่ไหน (Where) และจะกระทำเมื่อใด (When) นอกจากนั้นผู้บริหารจะต้องคำนึงถึงสภาพทางภูมิศาสตร์ สภาพแวดล้อม ดินฟ้าอากาศ ระบบของสังคม พฤติกรรมของบุคคล ตลอดจนขนบธรรมเนียมประเพณีอันเป็นที่ยึดถือของบุคคลในกลุ่มนั้น ๆ ด้วย

2. การจัดการ (Organizing) หมายถึง การจัดองค์การหรือจัดหน่วยงาน โดยการจัดแบ่งงานขององค์การหรือของหน่วยงานเป็นหน่วยงานย่อย พร้อมทั้งกำหนดวัตถุประสงค์ กำหนดหน้าที่และความรับผิดชอบของแต่ละส่วนงาน ตลอดจนกำหนดงานควบคุมและบังคับบัญชาในลักษณะหน่วยงานหลัก (Line) หน่วยงานที่ปรึกษา (Staff) และหน่วยงานช่วย (Auxiliary) พร้อมทั้งกำหนด ช่วงการบังคับบัญชาไว้ด้วย ซึ่งตามปกติช่วงการบังคับบัญชาจะอยู่ระหว่าง 3-15 หน่วยงาน การจัดองค์การเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะถ้ามีการจัดองค์การดีจะช่วยให้เกิดความราบรื่นในองค์การนั้น ในการจัดองค์การอาจแสดงไว้ในรูปของแผนภูมิองค์การ เพื่อให้เกิดการสื่อสารความเข้าใจใน องค์การเกี่ยวกับอำนาจหน้าที่ ความรับผิดชอบ สายการบังคับบัญชา และการติดต่อสื่อสาร

3. บุคลากร (Staffing) หมายถึงการดำเนินการบริหารงานบุคคลซึ่งเป็นกระบวนการของการสรรหาและคัดเลือกบุคคลที่มีคุณสมบัติเหมาะสมเข้ามาสู่หน่วยงาน มีการประเมินนิเทศและมอบหมายงานให้ทั้งบุคลากรใหม่และบุคลากรเก่า มีการพิจารณาความดีความชอบ และดูแลเรื่องสวัสดิการ

เนื่องจาก “คน” เป็นปัจจัยสำคัญที่สุดในการบริหาร ดังนั้นการบริหารงานบุคคลจึงมีความสำคัญสูงสุดของกระบวนการบริหาร ผู้บริหารพึงเอาใจใส่ชีวิตความเป็นอยู่ และความสุขความทุกข์ของผู้ร่วมงาน ดูแลผู้ร่วมงานของหน่วยงานให้อยู่ในสภาพที่จะปฏิบัติงานได้อย่างเต็มกำลังความสามารถ มีการมอบหมายงานให้เหมาะสมกับบุคคล (Put The Right Man in The Right Place) และให้ความเป็นธรรมแก่ผู้ร่วมงานโดยเสมอหน้ากัน

ในการบริหารงานบุคคลในปัจจุบันมีใช้อยู่ 2 ระบบ คือ

1. ระบบคุณธรรม (Merit System) เป็นระบบบริหารงานบุคคลที่ใช้หลักเกณฑ์

4 ประการคือ

- 1.1 หลักความเสมอภาค เช่น ใช้สิทธิสมัครสอบได้ทุกคน
- 1.2 หลักความสามารถ เช่น ให้ผู้ที่สอบได้คะแนนสูงกว่าได้รับการบรรจุก่อน
- 1.3 หลักความมั่นคง เช่น ให้ผู้ร่วมงานได้รับความคุ้มครองเมื่อได้ปฏิบัติหน้าที่
- 1.4 หลักความเป็นกลางทางการเมือง เช่น ห้ามข้าราชการฝักใฝ่ทางการเมือง

2. ระบบอุปถัมภ์ (Patronage System) เป็นระบบบริหารงานบุคคลที่ตรงข้ามกับระบบคุณธรรมส่วนใหญ่จะใช้ระบบเครือญาติ หรือระบบพวกพ้อง

4. การสั่ง (Directing) เป็นขั้นตอนที่สำคัญในกระบวนการบริหารและเป็นบทบาทที่สำคัญของนักบริหาร เพราะการสั่งการและคำสั่งของผู้บริหารจะมีผลกระทบต่อพฤติกรรมขององค์การหรือหน่วยงาน ซึ่งอาจจะเป็นไปตามแผนหรือเป้าหมายที่กำหนดไว้หรือไม่ก็ได้การสั่งการเป็นการตัดสินใจของผู้บริหาร ในการกำหนดให้ผู้ร่วมงานปฏิบัติงาน หรือดำเนินการในลักษณะใดลักษณะหนึ่งเป็นการตัดสินใจในการเลือกทางเดินขององค์การก็ได้

ในการสั่งการนั้น ผู้บริหารอาจสั่งการได้ 2 วิธีคือ การสั่งการด้วยลายลักษณ์อักษรและการสั่งด้วยวาจา ในการสั่งการนั้นมีข้อที่ควรคำนึงถึง คือ

1. การสั่งการนั้นก่อให้เกิดประโยชน์ต่อองค์การเพียงใด
2. ผู้บริหารมีข้อมูล ผลการวิจัยและความคิดของนักวิชาการประกอบการตัดสินใจ
3. สั่งการเพียงใด
4. คำนึงถึงความสามารถของผู้รับคำสั่งด้วยหรือยัง
5. ปัจจัยเกื้อกูลและอุปสรรคในการปฏิบัติงานพร้อมและเพียงพอหรือไม่
6. เป็นคำสั่งที่ชัดเจน และเกิดความเข้าใจตรงกันระหว่างผู้สั่งและผู้รับคำสั่งหรือไม่

5. การประสานงาน (Co-ordinating) หมายถึง การประสานงานระหว่างหน่วยงานหรือตำแหน่งที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการติดต่อสื่อสารภายในองค์กร เพื่อให้การดำเนินงานขององค์กรหรือหน่วยงานเป็นไปได้อย่างเรียบร้อย และบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร การประสานงานเป็นขั้นหนึ่งของกระบวนการบริหาร ซึ่งผู้บริหารจะต้องใช้เทคนิคในการส่งเสริม ชักจูง ดักเตือนและช่วยเหลือให้ทุกหน่วยงานขององค์กร หน้าที่ขององค์กรเป็นจุดหมายปลายทาง วัตถุประสงค์ขององค์กรเป็นทิศทางและใช้มาตรฐานการปฏิบัติเป็นทางเสื่อสำหรับบังคับตนเอง และรวมระบบย่อยให้เป็นระบบใหญ่ที่เข้มแข็ง ดังนั้นการประสานงานจึงเป็นการจัดให้คนในองค์กรทำงานให้เป็นระบบสัมพันธ์และสอดคล้องกัน โดยยึดถือหน้าที่ วัตถุประสงค์ และมาตรฐานการปฏิบัติขององค์กรเป็นหลัก ทั้งนี้เพื่อให้องค์กรเป็นปึกแผ่นและก้าวหน้าอยู่เสมอสำหรับเทคนิคในการประสานงานที่ดี

สำหรับความหมายของการประสานงานนั้น สรุปได้ว่าการประสานงานเป็นการจัดให้คนในองค์กรทำงานให้สัมพันธ์และสอดคล้องกัน โดยจะต้องตระหนักถึง

วัตถุประสงค์ของการประสานงาน ในการประสานงานขององค์กร มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย
2. เพื่อให้งานมีคุณภาพตามมาตรฐานการปฏิบัติที่ได้กำหนดไว้
3. เพื่อเป็นการประหยัดเวลาและทรัพยากรในการปฏิบัติงาน
4. เพื่อให้เกิดความเข้าใจอันดีแก่ผู้เกี่ยวข้อง

หลักการประสานงาน การประสานงานมีหลักการที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. จัดให้มีระบบการติดต่อสื่อสารที่ดี ไม่ว่าจะเป็นการติดต่อสื่อสารระหว่างคนในองค์กรหรือคนในองค์กรกับคนนอกองค์กรก็ตาม ควรได้มีการกำหนดตัวบุคคล เครื่องมือสื่อสาร วันเวลา และสถานที่ ตลอดจนหมายเลขโทรศัพท์ (ถ้ามี) ในการติดต่อสื่อสาร เช่น บางองค์กรจัดให้มีจดหมายข่าวประจำวันหรือประจำเดือน บางองค์กรจัดให้มีระบบโทรศัพท์ภายในและกำหนดให้พนักงานติดต่อกันทางโทรศัพท์ได้ แม้กระทั่งพนักงานชั้น ผู้น้อยกับชั้นผู้ใหญ่ (Communication Leads to Understanding and Coordination)

2. จัดให้มีระบบของความร่วมมือที่ดี คือ “ความร่วมมือและประสานงาน”

โดยกระตุ้นให้สมาชิกในองค์กรมีความเต็มใจที่จะร่วมมือ (Willing to Cooperation) ในการ ช่วยเหลือซึ่งกันและกันมีน้ำใจไมตรีต่อกันเพื่อให้งานขององค์กรดำเนินไปด้วยดีและบรรลุเป้าหมายขององค์กร สิ่งพึงระวังก็คือพฤติกรรมการวางเฉย (Ignore) หรือพฤติกรรมต่อต้าน เปรียบเสมือนไม่พายุแล้วยังเอาเท้าราน้ำ อันจะเป็นอุปสรรคต่อการสร้างระบบความร่วมมือที่ดี นอกจากการกระตุ้นให้สมาชิกมีความเต็มใจที่จะร่วมมือแล้วสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งได้แก่การฝึกทักษะในการปฏิบัติงาน (Skill to Work) ให้แก่สมาชิกขององค์กรด้วยเพราะเพียงแต่การมีจิตใจที่อยากจะร่วมมือยังไม่เพียงพอ ยังต้องอาศัยทักษะหรือความชำนาญในการปฏิบัติงานเสมอ เช่น ทีมฟุตบอลที่ประกอบด้วยผู้เล่นมีทั้งจิตใจอยากจะเล่นเป็น

ทีมพร้อมทั้งผู้เล่นแต่ละคนก็มีทักษะในการเล่น จะส่งจะรับฟุตบอลดูแล้วเกิดความคล่องแคล่ว ประสานสัมพันธ์อันดี และยอมนำชัยมาสู่ทีมฟุตบอลได้ ฉะนั้นก็นั้นในองค์กรก็เช่นเดียวกัน

3. จัดให้มีระบบการประสานงานที่ดี การประสานในองค์กร ควรจัดให้เป็นระบบ ทั้งการประสานงานจากเบื้องบนสู่เบื้องล่าง จากเบื้องล่างสู่เบื้องบนและในระดับเดียวกัน เช่น จัดให้มีการประชุม การเลี้ยงน้ำชา หรือการเลี้ยงสังสรรค์เป็นครั้งคราว เพื่อประสานความเข้าใจอันดีระหว่างสมาชิกในองค์กร สำหรับการประสานระหว่างองค์กรก็อาจจัดทำได้ในลักษณะเดียวกันนี้ เป็นต้น

4. จัดให้มีการประสานนโยบายและวัตถุประสงค์ขององค์กรให้สอดคล้องกัน เพราะตามปกติทุกองค์กรจะมีการกำหนดนโยบายและวัตถุประสงค์ไว้ เป็นการยากที่สมาชิกในองค์กรจะเข้าใจได้อันเป็นอุปสรรคต่อการประสานงานอย่างยิ่ง ดังนั้นเพื่อให้เกิด เอกภาพในการบริหารงานจำเป็นต้องจัดให้มีการประสานงานระหว่างนโยบายและวัตถุประสงค์ขององค์กรให้สอดคล้องต้องกันและง่ายต่อการปฏิบัติ

5. จัดให้มีการประสานงานในรูปกระบวนการบริหารที่ครบวงจร กล่าวคือ ในการบริหารจะประกอบด้วย ตัวป้อน (Input) กระบวนการ (Process) และผลผลิต (Output) ดังนั้นในการประสานงานที่ดีจะต้องเริ่มต้นด้วยการวางแผนที่ดี กำหนดนโยบายและวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน กำหนดขั้นตอนการปฏิบัติตามกำหนดเวลาและสถานที่ตลอดจนผู้รับผิดชอบ ทำให้ผู้เกี่ยวข้องทราบว่าเป็นวันเวลาใด ใครทำอะไร ที่ไหน และทำอย่างไร เป็นการสะดวกทุกฝ่าย ในการติดต่อประสานงานเกี่ยวกับกระบวนการของการผลิตและผลผลิตต่อไป (ศิริอร ชันทรหัตถ์. 2536 : 150 -152)

6. การรายงานผล (Reporting) หมายถึง การรายงานผลการปฏิบัติงานและการประชาสัมพันธ์ขององค์กรในการบริหารนั้นผู้บริหารจะต้องดำเนินการตามกระบวนการบริหาร เริ่มจากการวางแผน การจัดองค์กร การบริหารงานบุคคล การสั่งการ การประสานงาน ต่อจากนั้นก็เป็นที่ของผู้บริหารที่จะต้องติดตามผลว่าการทำงานที่ได้สั่งการหรือมอบหมายงานให้แก่ผู้ร่วมงานนั้น ผลการปฏิบัติงานบรรลุหน้าหรือไม่เพียงใด มีอุปสรรคและข้อขัดข้องประการใด ผลการปฏิบัติงานสอดคล้องและบรรลุเป้าหมายขององค์กรหรือไม่ ทั้งนี้เพื่อจะได้เป็นการประเมินผลงานขององค์กรและประเมินผลการปฏิบัติงานของเพื่อนร่วมงานด้วย และจะได้เป็นข้อมูลในรายงานผลการปฏิบัติงานต่อผู้บังคับบัญชา และประชาสัมพันธ์ให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทราบด้วย

7. งบประมาณ (Budgeting) หมายถึง การบริหารงบประมาณ ในการบริหารงาน-ผู้บริหารมีภารกิจหน้าที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงบประมาณ มีภารกิจหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติ 2 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนแรก ได้แก่ การจัดทำงบประมาณซึ่งเป็นการวางแผนล่วงหน้าในการขอเงินเพื่อจัดซื้อหรือจัดจ้างหรือใช้จ่าย และขั้นตอนที่สอง ได้แก่ การดำเนินการใช้เงินเพื่อจัดซื้อหรือจ้างตามงบประมาณที่ได้รับนั้น (ศิริอร ชันทรหัตถ์. 2536 : 42-47)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

โอกูระ และยามากูชิ (Ogura and Yamaguchi, 1988) ได้ทำการศึกษาถึงสาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ: กรณีศึกษาจากการจัดการ พบว่าจำนวนของศูนย์สุขภาพในญี่ปุ่น มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในเวลา 5 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากความตื่นตัวทางด้านสุขภาพอย่างไรก็ตาม จำนวนการออกจากการเป็นสมาชิกกลายเป็นปัญหาสำคัญสำหรับศูนย์สุขภาพ วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้างนี้ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพกับการออกจากการเป็นสมาชิก ข้อมูลได้จากศูนย์สุขภาพในโตเกียวประมาณ 3,000 คน ประชากรประกอบด้วยสมาชิกใหม่ (N=236) ซึ่งเข้าเป็นสมาชิกศูนย์สุขภาพในเดือนพฤษภาคม 2530 แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม ตามความถี่ของการใช้บริการในช่วง 2 เดือนแรก กลุ่มที่ 1 ผู้ใช้ในระดับน้อย (0-1 ครั้ง) กลุ่มที่ 2 ผู้ใช้ระดับกลาง (2-5 ครั้ง) และกลุ่มที่ 3 ผู้ใช้ระดับมาก (6-31 ครั้ง) ค่าเฉลี่ยของระดับการออกจากการเป็นสมาชิกของแต่ละกลุ่ม ในช่วง 6 เดือนต่อมา มีสถิติเพิ่มขึ้นสาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกที่ศึกษามา พบว่า ระดับของการออกจากการเป็นสมาชิกของกลุ่ม ผู้ใช้ระดับน้อยสูงสุดที่สุดใน 3 กลุ่ม ความถี่ของ ผู้ใช้ระดับมากแสดงให้เห็นระดับความคงที่อย่างต่อเนื่องจะเห็นว่าความถี่ของการมาใช้บริการระหว่าง 2 เดือนแรก เป็นสิ่งในการตัดสินใจออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ

ยามากูชิ โอคาตะ (Yamaguchi and Ogura, 1988) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับศูนย์สุขภาพ : ตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ พบว่า แม้ว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายจะเพิ่มมากขึ้น แต่ความตั้งใจที่จะเข้าร่วมกับโปรแกรมกีฬายังมีน้อย วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้างนี้ก็เพื่อตรวจสอบปัจจัยในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ ตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ ปัจจัยต่างๆ มีดังนี้ 1) ความพึงพอใจในอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก 2) ความพึงพอใจที่มีต่อเจ้าหน้าที่ และ 3) ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ข้อมูลนี้ได้จากสมาชิก 186 คน ของศูนย์สุขภาพเอกชน(5 สาขา) ในโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม ทดสอบสมมติฐาน เพื่ออธิบายปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมเป็นสมาชิกศูนย์สุขภาพ คือ ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ประมาณร้อยละ 23 การเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ ได้พิจารณาจากการจัดการที่ดี

ฮอลล์ (Hall, 1989 : 47) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องลักษณะการใช้บริการ ในบิววิส (Beau Fitness) และแอโรบิค เซ็นเตอร์ (Aerobic Center) โดยศึกษากับประชากร อันจะก่อให้เกิดความรู้ เพื่อช่วยให้สถานบริการมีการพัฒนามากขึ้น และเพื่อเผยแพร่ข่าวสารของสถานบริการด้านนี้ให้

แก่บุคคลทั่วไปมากขึ้น สถานบริการทั้งสองแห่งอยู่ในเมืองฟินิกซ์ และการเก็บรวบรวมข้อมูลจะเก็บจากสถานบริการทั้งสองนี้ เพื่อนำมาเปรียบเทียบกัน

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้ เป็นสมาชิกของสถานบริการที่อาศัยอยู่นอกเมือง 112 คน และสมาชิกที่อาศัยอยู่ในเมือง 88 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการออกไปสัมภาษณ์ตามสถานบริการด้านสุขภาพ ความแตกต่างระหว่างสถานบริการก็คือ สถานที่ตั้ง ระยะทางจากบ้านมาถึงสถานบริการด้านสุขภาพของสมาชิกทั้งหมดน้อยกว่า 5 ไมล์ สำหรับเพศที่มาใช้บริการจะมีการวิเคราะห์และแปลความหมายพิเศษ คือ เพศชายจะสนใจเรื่องการเสริมสร้างความแข็งแรง ในขณะที่เพศหญิงจะชอบเดินแอโรบิค ฝึกความอ่อนตัว และการลดน้ำหนัก การทำให้ร่างกายเป็นที่สนใจของเพศตรงข้าม มีรูปลักษณะที่สวยงาม สมาชิกทั้งชายและหญิงจะสนใจมาก แต่สมาชิกหญิงจะสนใจมากกว่าสมาชิกชายเล็กน้อย

จอห์นสัน (Johnson. 1990-A) ได้วิจัยเรื่องการมีส่วนร่วมกันของการศึกษาและธุรกิจ ในด้านสมรรถภาพ การศึกษานี้ได้สนับสนุนสมมติฐานที่ว่า วิทยาลัยและมหาวิทยาลัยมีส่วนร่วมในการให้บริการสาธารณะ โดยเข้าไปร่วมกับฝ่ายธุรกิจ ได้มีการตรวจสอบการตั้งห้างหุ้นส่วนระหว่างวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยกับสถานประกอบการใหญ่ ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาและจัดการบริหารศูนย์สมรรถภาพทางกายสำหรับลูกจ้างของบริษัท หลังจากศูนย์สุขภาพได้ก่อตั้งหนึ่งปีผ่านไปแล้ว ได้มีการประเมินความคิดเห็นจากสมาชิกของศูนย์ และได้มีการอภิปรายโต้แย้งกันอย่างกว้างขวางและนำผลมาใช้ในการให้คำแนะนำปรับปรุงศูนย์สมรรถภาพทางกาย ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงมากมาย ในสถาบันการศึกษาชั้นสูง เช่น การลดลงของผู้ลงทะเบียนเรียน รูปแบบของนักศึกษาที่เปลี่ยนไป การตัดงบประมาณ เป็นต้น โรงเรียนหรือสถานศึกษาต้องปรับให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ ซึ่งฝ่ายธุรกิจต้องเข้ามามีส่วนร่วมรับผิดชอบช่วยเหลือ จึงเห็นได้ชัดว่าไม่มีใครที่จะสามารถทำงาน ได้โดยลำพัง

โฮลbrook (Holbrook. 1993: 2375-A) ได้ศึกษาเรื่อง ความต้องการเร่งด่วนและการกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพการเรียนรู้พลศึกษา นันทนาการ และโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 94 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการ และสถาปนิก ผลการวิจัยพบว่า คณะกรรมการวางแผนของสถาปนิกจะต้องศึกษาในรายละเอียดเพื่อกำหนดแบบสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ประสิทธิภาพ ควรร่วมกันดำเนินการตั้งแต่การวางแผน และการวิจัยเพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อประสิทธิผลในการวางแผนและการดำเนินการ

จอห์นสัน (Johnston. 1995 : 147) ศึกษาเกี่ยวกับสถานที่ทำงานและการส่งเสริมสุขภาพคนงานในเมืองอัลเบอร์ตา (Alberta) ประเทศแคนาดา โดยศึกษาความก้าวหน้าและการเปลี่ยนแปลงของกิจกรรมโดยทั่วไปของคนงานและโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพในโอกาสที่เหมาะสม

สม โดยส่งแบบสอบถามไปยังบริษัท 396 บริษัทซึ่งแบ่งเป็น 4 กลุ่มอุตสาหกรรมคือ กลุ่มค้าขาย กลุ่มให้บริการเงินทุน กลุ่มโรงงานอุตสาหกรรม และกลุ่มโรงกลั่นน้ำมัน ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมโดยทั่วไปในที่ทำงานและโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพไม่ได้หยุดอยู่เฉพาะในวงจำกัด แม้ว่าจะมีการลดประเภทกีฬาเฉพาะบุคคลไปบ้าง การจัดกิจกรรมที่เหมาะสมและเพิ่มกีฬาประเภททีม รวมทั้งการให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพทำให้มีชีวิตที่สดชื่น ร่างกายแข็งแรง บริษัทที่ไม่มีโปรแกรมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ต่อเนื่องก็เริ่มจัดโปรแกรมที่ให้การศึกษาและบริการที่ต่อเนื่องเพื่อลดความแตกต่างระหว่างบริษัทเล็กลงได้

งานวิจัยในประเทศ

บุญเลิศ กาญจนจงกล (2525 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ปัญหาการจัดการและการดำเนินโครงการการกีฬาเพื่อสันติภาพของรัฐวิสาหกิจในกรุงเทพมหานคร” พบว่า ปัญหา การจัดการและการดำเนินโครงการการกีฬาเพื่อสันติภาพของรัฐวิสาหกิจเป็นปัญหามากก็คือ ฝ่ายบริการไม่สนับสนุนการจัดโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการ กิจกรรมกีฬาที่จัดให้เป็นปัญหาใน การฝึกซ้อมแก่นักงาน ช่วงระยะเวลาที่จะใช้จัดโครงการเพื่อนันทนาการ ไม่เอื้ออำนวย ขาดงบประมาณในการซื้ออุปกรณ์ ขาดงบประมาณสำหรับการดำเนินการแข่งขัน กีฬาเพื่อการนันทนาการ ขาดงบประมาณในการเข้าสถานที่ในการจัดโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการ ขาดสถานที่ในการจัดโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการในร่มและกลางแจ้ง ขาดสถานที่ทำงานสำหรับคณะกรรมการกีฬา ความไม่สะดวกในการเช่ายิมสถานที่ที่จัดโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการ ขาดสถานที่เก็บรักษาอุปกรณ์ และจำนวนอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการไม่เพียงพอ

เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่นๆ (2525 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเพื่อ “ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะทราบความต้องการการรับบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนปัญหาต่างๆ ในการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย ผลการวิจัยพบว่า

1. ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในระดับมากที่สุด
2. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้ทางมหาวิทยาลัยจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ให้เหมาะสมเพียงพอกับความต้องการรับบริการอยู่ในระดับมากที่สุด
3. ความต้องการด้านบุคลากรที่จะมาให้บริการ ข้าราชการและนิสิตต้องการให้จัดหาบุคลากรที่มีความรู้ ความชำนาญแต่ละด้านมาคอยบริการให้คำแนะนำการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด

4. ความต้องการด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ทั้งข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับการบริการความรู้เกี่ยวกับเทคนิควิธีการออกกำลังกาย และกติกาการแข่งขันมากที่สุด ส่วนการประชาสัมพันธ์ ให้ข่าวสารความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางด้านการออกกำลังกายด้านต่างๆ นั้น มีความต้องการรองลงมา

5. ข้าราชการและนิสิต ต้องการให้มหาวิทยาลัยเป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทางด้านนี้ทั้งหมดมากที่สุด อย่างไรก็ตามข้าราชการและนิสิตยังมีความเห็นว่าบุคคลผู้ใช้บริการควรสนับสนุนงบประมาณร่วมกับมหาวิทยาลัยบ้างตามสมควรในรูปของการเป็นสมาชิก โดยเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือนหรือรายปี

6. ข้าราชการต้องการได้รับการบริการในกิจกรรมประเภทบริหารทรวดทรง กายบริหาร ว่ายน้ำ เทนนิส แบดมินตัน มากที่สุด รองลงมาได้แก่ เทเบิลเทนนิส และยิมนาสติก

7. นิสิตต้องการได้รับการบริการในกิจกรรมประเภท ว่ายน้ำ ฟุตบอล เทนนิส มากที่สุด รองลงมาได้แก่ แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส ยิมนาสติก และวอลเลย์บอล

8. ในวันธรรมดา ข้าราชการและนิสิตต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30-18.30 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.30-20.30 น.

9. ในวันเสาร์-อาทิตย์ ข้าราชการต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00-10.00 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ 16.30-18.30 น. ส่วนนิสิตต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30-18.30 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ 08.00-10.00 น.

10. ปัญหาและอุปสรรคสำคัญของการออกกำลังกายที่พบมากที่สุด คือ สถานที่และอุปกรณ์ที่จะให้บริการแก่ข้าราชการและนิสิตไม่เพียงพอ อีกทั้งขาดการดูแล และสนับสนุนงบประมาณจากทางมหาวิทยาลัย เป็นเหตุให้การบริการการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ยังต้องประสบปัญหาและอุปสรรคอยู่ต่อไป

กวิน คเชนทร์เดชา (2529 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่อง “ความต้องการการบริหารเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมาย จังหวัดชุมพร” โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความต้องการ การบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร ผลการวิจัยพบว่า

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ต้องการให้โรงเรียนของหมู่บ้านเป็นสถานที่ในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ให้มีสถานที่สำหรับออกกำลังกายได้หลายทาง และมีอุปกรณ์กีฬาที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างเพียงพอ

2. ด้านบุคลากร ผู้ให้บริการต้องการให้จัดเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย ให้มีผู้สอนที่มีความสามารถและมีความชำนาญหลายอย่างในกิจกรรมการออกกำลังกาย และให้มีคณะกรรมการชุดหนึ่งประกอบด้วย ประชาชนในหมู่บ้านเป็นผู้ดำเนินงานเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

3. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ต้องการให้จัดบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เฉพาะในวันหยุดราชการ สัปดาห์ละ 1-2 วัน วันละ 1-2 ชั่วโมง ระหว่างเวลา 16.00-18.00 น.

4. ด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมที่จัดต้องการให้เป็น กิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เวลามาก ไม่เสียค่าใช้จ่ายมาก และเป็นกิจกรรมที่ประชาชนสามารถเข้าร่วม โดยไม่ต้องใช้ความสามารถมาก ให้มีการเล่นเกมและกีฬาพื้นเมืองสำหรับประชาชนในหมู่บ้าน ใกล้เคียงในวันสำคัญต่างๆ

5. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ต้องการกิจกรรมกายบริหาร กีฬาพื้นเมือง ฟุตบอล ตะกร้อ และการเดินออกกำลังกาย

6. ด้านการทดสอบสมรรถภาพ ต้องการให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับประชาชนเป็นประจำทุกปี ให้สถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพ ทางกายและให้มี การติดต่อกับหน่วยงานทางด้านกีฬามาทดสอบทางกายให้กับประชาชน

7. ด้านการให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ต้องการจัดให้จากภาพยนตร์ หรือ เทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการกีฬาการออกกำลังกายต่างๆ ให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ และให้มีการประกาศชักชวนให้ประชาชนเห็นคุณค่าและเข้าร่วม การออกกำลังกาย

เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2529 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการจัด บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของบุคลากร ในหน่วยงานเอกชน ในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่าบุคลากรของหน่วยงานเอกชน ในกรุงเทพมหานคร มีความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริม สุขภาพ และสมรรถภาพทางด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. ด้านผู้ให้บริการออกกำลังกาย ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ ที่ดีกับทุกฝ่าย ความต้องการบุคลากรที่มารยาทเรียบร้อยมีน้ำใจนักกีฬา มีศีลธรรมสูง อารมณ์ มั่นคง และประพฤติดี ความต้องการบุคลากรเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ

2. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ความต้องการสถานที่ สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอและถูกสุขลักษณะ ความต้องการสถานที่ออกกำลังกายของบุคลากรแยกเป็นสัดส่วน เช่น สนามบาสเกตบอล สนามแบดมินตัน

3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ความต้องการจัดบริการตรวจโรค ด้วยการเอกซ - เรย์ (X - RAY) เป็นประจำทุกปี ความต้องการสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรม สร้างเสริมสมรรถภาพ

4. ด้านวิชาการ ได้แก่ ความต้องการความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ หลักการปฐมพยาบาล และความปลอดภัย ความต้องการความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย

5. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ว่ายน้ำ แบดมินตัน ศิลปะป้องกันตัว

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการออกกำลังกายวันเสาร์-วันอาทิตย์ และต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00 - 18.00 น. , 18.00 - 20.00 น. ของทุกวัน

เกี่ยวกับความต้องการรูปแบบของกิจกรรมที่ให้จัดกิจกรรมที่ให้จัดบริการด้านการออกกำลังกาย มีความต้องการให้จัดกิจกรรมทุกรูปแบบ จำนวน 1-2 ครั้งต่อปี ยกเว้นกิจกรรมกายบริหารและกิจกรรมเข้าจังหวะ จำนวน 6 ครั้งขึ้นไป ต่อปี

การเปรียบเทียบความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายระหว่างบุคลากรชายและหญิง ปรากฏว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สาธิต กุฎาคาร (2538 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเรื่องความต้องการในการใช้บริการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย เพื่อทราบความต้องการในการใช้บริการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า ผู้มาใช้บริการ

1. ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00 – 19.00 น.

2. ต้องการให้มีแสงสว่างเพียงพอบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย

3. ต้องการให้ผู้ฝึกสอนที่มีบุคลิกภาพ มนุษย์สัมพันธ์ และการแต่งกายที่เหมาะสม มีความสามารถในการตัดสินใจ ความสามารถในการแนะนำแนวทางในการฝึกและการออกกำลังกาย มีความสม่ำเสมอและตรงเวลา และต้องการให้ผู้ฝึกสอนให้ความสนใจเอาใจใส่ต่อผู้มาใช้บริการ และมีการสาธิตกิจกรรมให้ผู้มาใช้บริการดู

วีรกาญจน์ สินธุวงษานนท์ (2546 : บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเพื่อทราบความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2545 เพื่อเป็นข้อมูลนำไปปรับปรุงและพัฒนาการให้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 320 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย โดยใช้การแจกแจงความถี่และค่าร้อยละในการวิเคราะห์ข้อมูล ผลการศึกษา พบว่า

1. ผู้มาใช้บริการมีความคิดเห็นด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมาก ยกเว้นเรื่องของตู้เก็บสิ่งของ เครื่องระบายความร้อน และเครื่องทำน้ำเย็น มีให้บริการไม่เพียงพอ

2. ผู้มาใช้บริการมีความคิดเห็นด้านผู้ฝึกสอน อยู่ในระดับมาก ยกเว้นเรื่องของจำนวนผู้ฝึกสอน มีจำนวนน้อยไม่เพียงพอต่อการสอนและให้คำแนะนำ

3. ผู้มาใช้บริการมีความคิดเห็นด้านการจัดการ อยู่ในระดับมาก ยกเว้นเรื่องของข้อมูลข่าวสารด้านสารสนเทศ การประชาสัมพันธ์ กิจกรรมนันทนาการ ข่าวสารด้านสุขภาพ และห้องปฐมพยาบาล มีให้บริการไม่เพียงพอ

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยจึงสรุปการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อนำไปใช้ในการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) 4 ด้าน คือ ด้านบุคลากร ด้านการจัดการ ด้านการบริการ และด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่จดทะเบียนออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2546 มีสมาชิกทั้งหมด 12,560 คน แยกเป็น ชาย จำนวน 4,643 คน และหญิง จำนวน 7,917 คน แยกออกเป็นจำนวน 4 สาขา ดังนี้

- | | |
|-----------------------------|----------------|
| 1. ฟิตเนส เฟิร์สท์ แลนมาร์ค | จำนวน 2,116 คน |
| 2. เซ็นทรัล ปิ่นเกล้า | จำนวน 3,372 คน |
| 3. เซ็นทรัล บางนา | จำนวน 3,441 คน |
| 4. เซ็นทรัล พระราม 3 | จำนวน 3,631 คน |

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling) ดังนี้

1. เลือกศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่เปิดให้บริการในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2546 จำนวน 4 สาขา
2. รวมจำนวนสมาชิกทั้งหมด 12,560 คน แยกเป็น ชาย จำนวน 4,643 คน และหญิง จำนวน 7,917 คน การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากจำนวนประชากรดังกล่าว แล้วเทียบจากตารางแสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างของเครจซี่ และ มอร์แกน ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 375 คน
3. จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามตารางของเครจซี่ และ มอร์แกน ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 375 คน เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างในแต่ละสาขาเท่าๆ กัน จำนวน สาขาละ 94 คน แต่การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็นสาขาละ 100 คน รวมทั้งหมด 400 คน
4. จากกลุ่มตัวอย่างสาขาละ 100 คน ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Random Sampling) กำหนดให้กลุ่มตัวอย่างต้องมีอายุตั้งแต่ 25 ปีขึ้นไปจะได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นชาย จำนวน 50 คน และหญิง จำนวน 50 คน ในแต่ละสาขา
5. ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิง โดยใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับสลาก เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างดังตาราง

ตาราง 2 จำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

สาขา	ประชากร			กลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
1. แลนมาร์ค	781	1,335	2,116	50	50	100
2. เซ็นทรัล ปิ่นเกล้า	1,247	2,125	3,372	50	50	100
3. เซ็นทรัล บางนา	1,272	2,169	3,441	50	50	100
4. เซ็นทรัล พระราม 3	1,343	2,288	3,631	50	50	100
รวม	4,643	7,917	12,560	200	200	400

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการเกี่ยวกับการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

มากที่สุด	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นมากที่สุด
มาก	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นมาก
ปานกลาง	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นปานกลาง
น้อย	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความนั้นน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของผู้มาใช้บริการเกี่ยวกับการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) โดยมีลักษณะเป็นแบบปลายเปิด (Open-Ended Questionnaires)

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเครื่องมือตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ และผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับวิชาชีพพลศึกษา และธุรกิจกีฬา

3. ผู้วิจัยรวบรวมความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ และผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับวิชาชีพพลศึกษา และธุรกิจกีฬา นำมากำหนดความต้องการด้านต่างๆของสถานบริหารการออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 สาขา ที่ต้องการทราบ

4. นำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้ามาวิเคราะห์ จากนั้นนำมาสร้างแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านบุคลากร
2. ด้านการจัดการ
3. ด้านการใช้บริหาร
4. ด้านวัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

5. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอประธาน และกรรมการผู้ควบคุมปริญญาโท เพื่อขอคำแนะนำตรวจสอบและแก้ไขให้สมบูรณ์ และการใช้ภาษาอย่างเหมาะสม

6. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปหาคุณภาพ โดยการหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยมีผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน

7. นำแบบสอบถามที่แก้ไขปรับปรุงเสนอประธานและกรรมการ ผู้ควบคุมปริญญาโท อีกครั้งหนึ่ง ก่อนที่จะนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูล เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

8. นำแบบสอบถามที่ได้จากข้อ 7 ไปทดสอบกับกลุ่มทดสอบที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α = Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83

9. นำแบบสอบถามไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอหนังสือนำจากบัณฑิตวิทยาลัย ขอความอนุเคราะห์ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามของสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 สาขา

2. ส่งหนังสือนำพร้อมแบบสอบถามถึงผู้บริหารศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 สาขา ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล

3. ผู้วิจัยขอรับแบบสอบถามด้วยตัวเอง

4. รวบรวมแบบสอบถามตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้รับคืน

5. นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์มาวิเคราะห์ทางสถิติ

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปความเรียง
2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปความเรียง
3. นำข้อมูลที่ได้จากตอนที่ 3 สรุปแต่ละด้าน และนำเสนอเป็นความเรียง รายข้อ

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเรื่อง ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามไปให้ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ทั้ง 4 สาขาๆ ละ 100 ชุด รวม 400 ชุด หลังจากการตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาทั้งหมด พบว่า ได้ชุดที่สมบูรณ์ จำนวน 400 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 จากนั้นผู้วิจัยได้รวบรวมแบบสอบถามทั้งหมดไปวิเคราะห์ข้อมูลโดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

f แทน จำนวนความถี่

% แทน ค่าร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปความเรียง
2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปความเรียง
3. นำข้อมูลที่ได้จากตอนที่ 3 สรุปแต่ละด้าน และนำเสนอเป็นความเรียง รายข้อ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 รายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์โดยการหาค่าร้อยละ

ตาราง 3 แสดงข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างแยกตามเพศ

รายการ	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ						
25 – 35 ปี	137	68.50	125	62.50	262	65.50
36 ปีขึ้นไป	63	31.50	75	37.50	138	34.50
ระดับการศึกษา						
ประถมศึกษา	1	0.50	1	0.50	2	0.50
มัธยมศึกษา	9	4.50	3	1.50	12	3.00
อนุปริญญา	7	3.50	11	5.50	18	4.50
ปริญญาตรี	129	64.50	129	64.50	258	64.50
สูงกว่าปริญญาตรี	53	26.50	51	25.50	104	26.00
อื่นๆ	1	0.50	5	2.50	6	1.50
การใช้บริการ						
1 - 2 วัน/สัปดาห์	28	14.00	37	18.50	65	16.25
3 - 5 วัน/สัปดาห์	144	72.00	135	67.50	279	69.75
มาใช้บริการทุกวัน	23	11.50	20	10.00	43	10.75
อื่นๆ	5	2.50	8	4.00	13	3.25
ช่วงเวลาที่มาใช้บริการ						
06.00ถึง09.00 น.	16	8.00	21	10.50	37	9.25
09.00ถึง12.00 น.	15	7.50	25	12.50	40	10.00
12.00ถึง16.00 น.	26	13.00	31	15.00	57	14.25
16.00ถึง19.00 น.	63	31.50	63	31.50	126	31.50
19.00ถึง22.00 น.	80	40.00	60	30.00	140	35.00

ตาราง 3 (ต่อ)

รายการ	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โอกาสที่มาใช้บริการ						
เมื่อมีเวลาว่างหลังเลิกงาน	127	63.50	104	52.00	231	57.75
มาใช้บริการเฉพาะวันหยุด	24	12.00	14	7.00	38	9.50
มาตามตารางกิจกรรมที่ชอบ	31	15.50	70	35.00	101	25.25
อื่นๆ	18	9.00	12	6.00	30	7.50
บุคคลที่มาใช้บริการด้วย						
มาคนเดียว	133	66.50	131	65.50	264	66.00
มากับครอบครัว	28	14.00	25	12.50	53	13.25
มากับเพื่อน 2 ถึง 3 คน	34	17.00	42	21.00	76	19.00
อื่นๆ	5	2.50	2	1.00	7	1.75
จุดมุ่งหมายของการมาใช้บริการ						
เพื่อสุขภาพ	179	52.80	176	47.96	355	50.28
เพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	31	9.14	47	12.81	78	11.05
เพื่อเพิ่มพูนทักษะกิจกรรมใน ประเภทที่ชอบและสนใจ	15	4.42	21	5.72	36	5.10
เพื่อการพักผ่อน	37	10.91	40	10.90	77	10.91
เพื่อทบทวนท่วงท่ายสวยงาม	69	20.35	80	21.80	149	21.10
อื่นๆ	8	2.36	3	0.82	11	1.56
ระยะเวลาที่ใช้บริการ						
1ถึง3 เดือน	44	22.00	43	21.50	87	21.75
3ถึง6 เดือน	57	28.50	52	26.00	109	27.25
6ถึง9 เดือน	23	11.50	29	14.50	52	13.00
9ถึง12 เดือน	20	10.00	12	6.00	32	8.00
มากกว่า 1 ปี	56	28.00	64	32.00	120	30.00

จากตาราง 3 แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีทั้งหมดจำนวน 400 คน แยกเป็นเพศชาย จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 เพศหญิง จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และเมื่อพิจารณาตามอายุ พบว่า ส่วนใหญ่มีช่วงอายุ 25 – 35 ปี คิดเป็นร้อยละ 65.50 มีการศึกษา ระดับปริญญาตรี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 64.50 มาใช้บริการ 3 ถึง 5 วัน/สัปดาห์ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.75 มาใช้บริการช่วงเวลา 19.00 ถึง 22.00 น. มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.00 มาใช้บริการเมื่อมีเวลาว่างหลังเลิกงาน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.96 ซึ่งจะมาใช้ บริการ คนเดียว มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 66.00 โดยมีจุดมุ่งหมายของการมาใช้บริการเพื่อ สุขภาพ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.28 และระยะเวลาที่ใช้บริการ มากกว่า 1 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 30.00

**ตอนที่ 2 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหาร
การจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546**

**ตาราง 4 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านบุคลากร เพศชาย (N = 200)**

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนผู้ฝึกสอนเพียงพอต่อการให้บริการ	f	6	59	113	21	1
สอนแก่สมาชิก	%	3.00	29.50	56.50	10.50	0.50
2. ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม	f	19	109	65	6	1
	%	9.50	54.50	32.50	3.00	0.50
3. ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ	f	19	102	68	10	1
	%	9.50	51.00	34.00	5.00	0.50
4. ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม	f	13	105	68	12	2
	%	6.50	52.50	34.00	6.00	1.00
5. ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ	f	17	116	54	8	5
	%	8.50	58.00	27.00	4.00	2.50
6. ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตวิธีการใช้อุปกรณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน	f	12	73	80	31	4
	%	6.00	36.50	40.00	15.50	2.00
7. ผู้ฝึกสอนดำเนินการสอนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง	f	3	64	104	27	2
	%	1.50	32.00	52.00	13.50	1.00
8. ผู้ฝึกสอนแนะนำการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่นำมาติดตั้งใหม่ให้แก่สมาชิก	f	7	57	89	36	11
	%	3.50	28.50	44.50	18.00	5.50
9. ผู้ฝึกสอนดูแลความปลอดภัย และอำนวยความสะดวกแก่สมาชิก	f	4	60	82	44	10
	%	2.00	30.00	41.00	22.00	5.00
10. ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	f	39	54	76	30	1
	%	19.50	27.00	38.00	15.00	0.50
11. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ	f	10	83	94	9	4
	%	5.00	41.50	47.00	4.50	2.00
12. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน	f	11	107	79	2	1
	%	5.50	53.50	39.50	1.00	0.50
13. ผู้ฝึกสอนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร	f	6	45	103	37	9
	%	3.00	22.50	51.50	18.50	4.50

ตาราง 4 (ต่อ)

รายการ			ระดับความคิดเห็น				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับ	f	9	42	118	24	7
	การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	%	4.50	21.00	59.00	12.00	3.50
15.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความเข้าใจในระบบ	f	4	89	97	8	2
	กล้ามเนื้อและระบบต่างๆ ของร่างกาย	%	2.00	44.50	48.50	4.00	1.00
รวม		f	179	1,165	1,290	305	61
		%	5.97	38.83	43.00	10.17	2.03

จากตาราง 4 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลิกภาพโดยรวม สมาชิกเพศชายส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.00 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและ นอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 54.50 51.00 52.50 58.00 และ 53.50 ตามลำดับ

ตาราง 5 ความถี่ และร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ.-2546
ด้านบุคลากร เพศหญิง (N = 200)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนผู้ฝึกสอนเพียงพอต่อการให้บริการ	f	14	59	93	26	8
สอนแก่การสมาชิก	%	7.00	29.50	46.50	13.00	4.00
2. ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม	f	26	111	53	7	3
	%	13.00	55.50	26.50	3.50	1.50
3. ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ	f	30	103	58	6	3
	%	15.00	51.50	29.00	3.00	1.50
4. ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม	f	16	99	78	5	2
	%	8.00	49.50	39.00	2.50	1.00
5. ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ	f	23	106	64	3	4
	%	11.50	53.00	32.00	1.50	2.00
6. ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตวิธีการใช้อุปกรณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน	f	16	57	91	30	6
	%	8.00	28.50	45.50	15.00	3.00
7. ผู้ฝึกสอนดำเนินการสอนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง	f	13	62	97	22	6
	%	6.50	31.00	48.50	11.00	3.00
8. ผู้ฝึกสอนแนะนำการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่นำมาติดตั้งใหม่ให้แก่สมาชิก	f	10	56	82	39	13
	%	5.00	28.00	41.00	19.50	6.50
9. ผู้ฝึกสอนดูแลความปลอดภัย และอำนวยความสะดวกแก่สมาชิก	f	14	66	86	28	6
	%	7.00	33.00	43.00	14.00	3.00
10. ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	f	41	66	53	29	11
	%	20.50	33.00	26.50	14.50	5.50
11. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ	f	14	93	83	8	2
	%	7.00	46.50	41.50	4.00	1.00
12. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน	f	23	92	75	9	1
	%	11.50	46.00	37.50	4.50	0.50
13. ผู้ฝึกสอนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร	f	18	48	91	35	8
	%	9.00	24.00	45.50	17.50	4.00
14. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f	9	42	107	37	5
	%	4.50	21.00	53.50	18.50	2.50

ตาราง 5 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความเข้าใจในระบบกล้ามเนื้อและระบบต่างๆ ของร่างกาย	f	9	78	97	14	2
	%	4.50	39.00	48.50	7.00	1.00
รวม	f	276	1,138	1,208	298	80
	%	9.20	37.93	40.27	9.93	2.67

จากตาราง 5 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากรโดยรวม สมาชิกเพศหญิงส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.27 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็น อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ แนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อ ผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 55.50 51.50 49.50 53.00 46.50 33.00 และ 46.00 ตามลำดับ

ตาราง 6 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปีพ.ศ. 2546
ด้านบุคลากร อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนผู้ฝึกสอนเพียงพอต่อการให้บริการ	f	11	90	132	24	5
สอนแก่สมาชิก	%	4.20	34.35	50.38	9.16	1.91
2. ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม	f	30	147	75	6	4
	%	11.45	56.11	28.63	2.29	1.53
3. ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ	f	35	129	87	7	4
	%	13.36	49.24	33.21	2.67	1.53
4. ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม	f	19	137	92	12	2
	%	7.25	52.29	35.11	4.58	0.76
5. ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ	f	27	148	76	7	4
	%	10.31	56.49	29.01	2.67	1.53
6. ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตวิธีการใช้อุปกรณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน	f	19	94	103	39	7
	%	7.25	35.88	39.31	14.89	2.67
7. ผู้ฝึกสอนดำเนินการสอนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง	f	9	87	129	32	5
	%	3.44	33.21	49.24	12.21	1.91
8. ผู้ฝึกสอนแนะนำการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่นำมาติดตั้งใหม่ให้แก่สมาชิก	f	12	88	99	49	14
	%	4.58	33.59	37.79	18.70	5.34
9. ผู้ฝึกสอนดูแลความปลอดภัย และอำนวยความสะดวกแก่สมาชิก	f	14	90	97	52	9
	%	5.34	34.35	37.02	19.85	3.44
10. ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	f	57	79	81	40	5
	%	21.76	30.15	30.92	15.27	1.91
11. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ	f	18	121	114	8	1
	%	6.87	46.18	43.51	3.05	0.38
12. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน	f	24	135	92	10	1
	%	9.16	51.53	35.11	3.82	0.38
13. ผู้ฝึกสอนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร	f	15	62	138	36	11
	%	5.73	23.66	52.67	13.74	4.20
14. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f	16	61	148	29	8
	%	6.11	23.28	56.49	11.07	3.05

ตาราง 6 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความเข้าใจในระบบกล้ามเนื้อและระบบต่างๆ ของร่างกาย	f	18	111	121	40	2
	%	6.87	42.37	46.18	3.82	0.76
รวม	f	324	1,579	1,584	361	82
	%	8.24	40.18	40.31	9.19	2.09

จากตาราง 6 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากรโดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.31 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็น อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้เวลาจากสภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 56.11 49.24 52.29 56.49 46.18 และ 51.53 ตามลำดับ

ตาราง 7 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ.-2546
ด้านบุคลากร อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนผู้ฝึกสอนเพียงพอต่อการให้บริการ	f	6	45	57	26	4
สอนแก่การสมาชิก	%	4.35	32.61	41.30	18.84	2.90
2. ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม	f	15	73	39	7	4
	%	10.87	52.90	28.26	5.07	2.90
3. ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ	f	14	76	39	5	4
	%	10.14	55.07	28.26	3.62	2.90
4. ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม	f	9	67	53	1	8
	%	6.52	48.55	38.41	0.72	5.80
5. ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ	f	13	74	41	5	5
	%	9.42	53.62	29.71	3.62	3.62
6. ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตวิธีการใช้อุปกรณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน	f	6	36	67	22	7
	%	4.35	26.09	48.55	15.94	5.07
7. ผู้ฝึกสอนดำเนินการสอนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง	f	3	35	72	17	11
	%	2.17	25.36	52.17	12.32	7.97
8. ผู้ฝึกสอนแนะนำการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่นำมาติดตั้งใหม่ให้แก่สมาชิก	f	3	25	66	34	10
	%	2.17	18.12	47.83	24.64	7.25
9. ผู้ฝึกสอนดูแลความปลอดภัย และอำนวยความสะดวกแก่สมาชิก	f	4	36	62	21	15
	%	2.90	26.09	44.93	15.22	10.87
10. ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	f	23	41	52	19	3
	%	16.67	29.71	37.68	13.77	2.17
11. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ	f	5	57	58	16	2
	%	3.62	41.30	42.03	11.59	1.45
12. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน	f	7	64	55	4	8
	%	5.07	46.38	39.86	2.90	5.80
13. ผู้ฝึกสอนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร	f	2	30	64	29	13
	%	1.45	21.74	46.38	21.01	9.42
14. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f	2	22	70	39	5
	%	1.45	15.94	50.72	28.26	3.62

ตาราง 7 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความเข้าใจในระบบกล้ามเนื้อและระบบต่างๆ ของร่างกาย	f	3	56	63	5	11
	%	2.17	40.58	45.65	3.62	7.97
รวม	f	115	737	858	250	110
	%	5.56	35.60	41.45	12.08	5.31

จากตาราง 7 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากรโดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 41.45 เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 52.90 55.07 48.55 53.62 และ 46.38 ตามลำดับ

ตาราง 8 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการจัดการ เพศชาย (N = 200)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมาชิกรายเดือนเหมาะสม	f	8	29	114	37	12
	%	4.00	14.50	57.00	18.50	6.00
2. อัตราค่าสอนตัวต่อตัวเหมาะสม	f	14	25	94	45	22
	%	7.00	12.50	47.00	22.50	11.00
3. ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม	f	30	98	52	13	7
	%	15.00	49.00	26.00	6.50	3.50
4. การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม	f	13	106	65	13	3
	%	6.50	53.00	32.50	6.50	1.50
5. การติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวกรวดเร็ว	f	7	85	95	9	4
	%	3.50	42.50	47.50	4.50	2.00
6. ข้อมูลข่าวสารด้านสารสนเทศมีความเหมาะสม	f	3	67	94	24	12
	%	1.50	33.50	47.00	12.00	6.00
7. การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ออกกำลังกายมีความต่อเนื่องเหมาะสม	f	5	74	89	25	7
	%	2.50	37.00	44.50	12.50	3.50
8. การจัดกิจกรรมนันทนาการระหว่างการให้บริการเหมาะสม	f	8	69	90	27	6
	%	4.00	34.50	45.00	13.50	3.00
9. การให้บริการด้านข่าวสารสุขภาพเพียงพอเหมาะสม	f	4	33	92	56	15
	%	2.00	16.50	46.00	28.00	7.50
10. ห้องปฐมพยาบาลและเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลเหมาะสม	f	9	29	98	45	19
	%	4.50	14.50	49.00	22.50	9.50
11. ระบบการจราจรของศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวก, คล่องตัว	f	7	41	99	37	16
	%	3.50	20.50	49.50	18.50	8.00
12. การให้บริการหลังรับบริการ(ผลตอบรับการใช้บริการ)	f	10	61	97	27	5
	%	5.00	30.50	48.50	13.50	2.50
13. การให้บริการด้านข้อติชมการให้บริการเพียงพอเหมาะสม	f	2	46	113	33	6
	%	1.00	23.00	56.50	16.50	3.00
14. การจัดกิจกรรมแต่ละเดือนให้กับสมาชิกเพียงพอ	f	6	50	101	42	1
	%	3.00	25.00	50.50	21.00	0.50

ตาราง 8 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ระบบเตือนภัยในศูนย์ออกกำลังกายจัดไว้เหมาะสม	f	6	56	101	35	2
	%	3.00	28.00	50.50	17.50	1.00
รวม	f	132	869	1394	468	137
	%	4.40	28.97	46.47	15.60	4.57

จากตาราง 8 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกเพศชาย ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.47 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 49.00 และ 53.00 ตามลำดับ

ตาราง 9 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการจัดการ เพศหญิง (N = 200)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมาชิกรายเดือนเหมาะสม	f	7	18	108	50	17
	%	3.50	9.00	54.00	25.00	8.50
2. อัตราค่าสอนตัวต่อตัวเหมาะสม	f	8	19	78	56	39
	%	4.00	9.50	39.00	28.00	19.50
3. ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม	f	39	98	41	14	8
	%	19.50	49.00	20.50	7.00	4.00
4. การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม	f	14	78	80	19	9
	%	7.00	39.00	40.00	9.50	4.50
5. การติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวกรวดเร็ว	f	15	68	97	13	7
	%	7.50	34.00	48.50	6.50	3.50
6. ข้อมูลข่าวสารด้านสารสนเทศมีความเหมาะสม	f	6	44	103	36	11
	%	3.00	22.00	51.50	18.00	5.50
7. การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ออกกำลังกายมีความต่อเนื่องเหมาะสม	f	5	53	96	39	7
	%	2.50	26.50	48.00	19.50	3.50
8. การจัดกิจกรรมนันทนาการระหว่างการให้บริการเหมาะสม	f	10	47	107	28	8
	%	5.00	23.50	53.50	14.00	4.00
9. การให้บริการด้านข่าวสารสุขภาพเพียงพอเหมาะสม	f	5	28	97	52	18
	%	2.50	14.00	48.50	26.00	9.00
10. ห้องปฐมพยาบาลและเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลเหมาะสม	f	6	29	85	57	23
	%	3.00	14.50	42.50	28.50	11.50
11. ระบบการจราจรของศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวก, คล่องตัว	f	12	48	99	27	14
	%	6.00	24.00	49.50	13.50	7.00
12. การให้บริการหลังรับบริการ(ผลตอบรับการใช้บริการ)	f	8	49	99	35	9
	%	4.00	24.50	49.50	17.50	4.50
13. การให้บริการด้านข้อติชมการให้บริการเพียงพอเหมาะสม	f	18	46	93	34	9
	%	9.00	23.00	46.50	17.00	4.50
14. การจัดกิจกรรมแต่ละเดือนให้กับสมาชิกเพียงพอ	f	8	45	96	38	13
	%	4.00	22.50	48.00	19.00	6.50

ตาราง 9 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ระบบเตือนภัยในศูนย์ออกกำลังกายจัดไว้เหมาะสม	f	11	49	95	38	7
	%	5.50	24.50	47.50	19.00	3.50
รวม	f	172	719	1374	536	199
	%	5.73	23.97	45.80	17.87	6.63

จากตาราง 9 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกเพศหญิง ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.80 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.00

ตาราง 10 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการจัดการ อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมาชิกรายเดือนเหมาะสม	f	8	33	145	53	23
	%	3.05	12.60	55.34	20.23	8.78
2. อัตราค่าสอนตัวต่อตัวเหมาะสม	f	5	34	119	64	40
	%	1.91	12.98	45.42	24.43	15.27
3. ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม	f	43	131	59	18	11
	%	16.41	50.00	22.52	6.87	4.20
4. การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม	f	26	117	94	21	4
	%	9.92	44.66	35.88	8.02	1.53
5. การติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวกรวดเร็ว	f	18	95	132	11	6
	%	6.87	36.26	50.38	4.20	2.29
6. ข้อมูล ข่าวสารด้านสารสนเทศมีความเหมาะสม	f	10	74	127	36	15
	%	3.82	28.24	48.47	13.74	5.73
7. การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ออกกำลังกายมีความต่อเนื่องเหมาะสม	f	9	83	123	38	9
	%	3.44	31.68	46.95	14.50	3.44
8. การจัดกิจกรรมนันทนาการระหว่างการให้บริการเหมาะสม	f	10	85	128	33	6
	%	3.82	32.44	48.85	12.60	2.29
9. การให้บริการด้านข่าวสารสุขภาพเพียงพอเหมาะสม	f	8	40	128	64	22
	%	3.05	15.27	48.85	24.43	8.40
10. ห้องปฐมพยาบาลและเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลเหมาะสม	f	8	25	135	64	30
	%	3.05	9.54	51.53	24.43	11.45
11. ระบบการจราจรของศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวก, คล่องตัว	f	9	57	133	48	15
	%	3.44	21.76	50.76	18.32	5.73
12. การให้บริการหลังรับบริการ(ผลตอบรับการใช้บริการ)	f	15	79	123	38	7
	%	5.73	30.15	46.95	14.50	2.67
13. การให้บริการด้านข้อติชมการให้บริการเพียงพอเหมาะสม	f	16	64	132	40	10
	%	6.11	24.43	50.38	15.27	3.82
14. การจัดกิจกรรมแต่ละเดือนให้กับสมาชิกเพียงพอ	f	8	67	131	50	6
	%	3.05	25.57	50.00	19.08	2.29

ตาราง 10 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ระบบเดือนนัยในศูนย์ออกกำลังกายจัดไว้เหมาะสม	f	17	65	143	33	4
	%	6.49	24.81	54.58	12.60	1.53
รวม	f	210	1,049	1,852	611	208
	%	2.63	27.93	45.70	15.27	4.90

จากตาราง 10 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 - 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.70 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 50.00 และ 44.66 ตามลำดับ

ตาราง 11 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการจัดการ อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมาชิกรายเดือนเหมาะสม	f	4	14	77	34	9
	%	2.90	10.14	55.80	24.64	6.52
2. อัตราค่าสอนตัวต่อตัวเหมาะสม	f	2	10	64	41	21
	%	1.45	7.25	46.38	29.71	15.22
3. ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม	f	26	63	35	9	5
	%	18.84	45.65	25.36	6.52	3.62
4. การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม	f	4	62	51	11	10
	%	2.90	44.93	36.96	7.97	7.25
5. การติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวกรวดเร็ว	f	1	58	56	11	12
	%	0.72	42.03	40.58	7.97	8.70
6. ข้อมูลข่าวสารด้านสารสนเทศมีความเหมาะสม	f	8	33	65	24	8
	%	5.80	23.91	47.10	17.39	5.80
7. การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ออกกำลังกายมีความต่อเนื่องเหมาะสม	f	11	44	57	21	5
	%	7.97	31.88	41.30	15.22	3.62
8. การจัดกิจกรรมนันทนาการระหว่างการให้บริการเหมาะสม	f	2	26	76	22	12
	%	1.45	18.84	55.07	15.94	8.70
9. การให้บริการด้านข่าวสารสุขภาพเพียงพอเหมาะสม	f	7	19	57	44	11
	%	5.07	13.77	41.30	31.88	7.97
10. ห้องปฐมพยาบาลและเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลเหมาะสม	f	9	15	59	33	22
	%	6.52	10.87	42.75	23.91	15.94
11. ระบบการจราจรของศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวก, คล่องตัว	f	4	41	62	21	10
	%	2.90	29.71	44.93	15.22	7.25
12. การให้บริการหลังรับบริการ(ผลตอบรับการใช้บริการ)	f	9	28	73	15	13
	%	6.52	20.29	52.90	10.87	9.42
13. การให้บริการด้านข้อติชมการให้บริการเพียงพอเหมาะสม	f	14	29	67	23	5
	%	10.14	21.01	48.55	16.67	3.62
14. การจัดกิจกรรมแต่ละเดือนให้กับสมาชิกเพียงพอ	f	8	28	64	32	6
	%	5.80	20.29	46.38	23.19	4.35

ตาราง 11 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ระบบเตือนภัยในศูนย์ออกกำลังกายจัดไว้เหมาะสม	f	12	31	67	23	5
	%	8.70	22.46	48.55	16.67	3.62
รวม	f	121	501	930	364	154
	%	5.85	24.20	44.93	17.58	7.44

จากตาราง 11 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 44.93 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม และการติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกาย มีความสะดวกรวดเร็ว มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 45.65 44.93 และ 42.03 ตามลำดับ

ตาราง 12 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการบริการ เพศชาย (N = 200)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สมาชิกมีความพึงพอใจต่อการบริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)	f	3	39	89	56	13
	%	1.50	19.50	44.50	28.00	6.50
2. การให้บริการกิจกรรมการสอนมีเพียงพอต่อสมาชิก	f	3	47	101	45	4
	%	1.50	23.50	50.50	22.50	2.00
3. การให้บริการข้อมูลของแต่ละแผนกเหมาะสม	f	9	37	106	41	7
	%	4.50	18.50	53.00	20.50	3.50
4. การให้บริการการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายแบบไม่คิดค่าใช้จ่าย เหมาะสมแก่สมาชิก	f	7	38	98	46	11
	%	3.50	19.00	49.00	23.00	5.50
5. การให้บริการแก่สมาชิกพนักงานทุกคนสามารถให้ข้อมูลได้ อย่างถูกต้อง	f	6	68	96	19	11
	%	3.00	34.00	48.00	9.50	5.50
6. การให้บริการแจ้งข้อมูลต่างๆ ในโปสเตอร์ 2 ภาษา มีเพียงพอต่อสมาชิก	f	12	76	86	24	2
	%	6.00	38.00	43.00	12.00	1.00
7. การให้บริการการวางแผนเวลาที่จะจัดกิจกรรมการออกกำลังกายมีความเหมาะสม	f	4	72	100	21	3
	%	2.00	36.00	50.00	10.50	1.50
8. การจัดตารางของกิจกรรมออกตามเวลาที่กำหนด	f	12	75	97	15	1
	%	6.00	37.50	48.50	7.50	0.50
9. การให้บริการของพนักงานสามารถสื่อสารได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว	f	11	85	90	9	5
	%	5.50	42.50	45.00	4.50	2.50
10. การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก	f	28	89	68	13	2
	%	14.00	44.50	34.00	6.50	1.00
รวม	f	95	626	931	289	59
	%	4.75	31.30	46.55	14.45	2.95

จากตาราง 12 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกเพศชาย ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.55 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 44.50

ตาราง 13 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการบริการ เพศหญิง (N = 200)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สมาชิกมีความพึงพอใจต่อการบริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)	f	6	37	101	48	8
	%	3.00	18.50	50.50	24.00	4.00
2. การให้บริการกิจกรรมการสันทนาการมีเพียงพอต่อสมาชิก	f	4	56	91	41	8
	%	2.00	28.00	45.50	20.50	4.00
3. การให้บริการข้อมูลของแต่ละแผนกเหมาะสม	f	9	32	109	45	5
	%	4.50	16.00	54.50	22.50	2.50
4. การให้บริการการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายแบบไม่คิดค่าใช้จ่าย เหมาะสมแก่สมาชิก	f	7	33	89	57	14
	%	3.50	16.50	44.50	28.50	7.00
5. การให้บริการแก่สมาชิกพนักงานทุกคนสามารถให้ข้อมูลได้ อย่างถูกต้อง	f	8	54	110	26	2
	%	4.00	27.00	55.00	13.00	1.00
6. การให้บริการแจ้งข้อมูลต่างๆ ในโปสเตอร์ 2 ภาษา มีเพียงพอต่อสมาชิก	f	16	76	80	23	5
	%	8.00	38.00	40.00	11.50	2.50
7. การให้บริการการวางแผนเวลาที่ดีกิจกรรมการออกกำลังกายมีความเหมาะสม	f	8	56	96	33	7
	%	4.00	28.00	48.00	16.50	3.50
8. การจัดตารางของกิจกรรมออกตามเวลาที่กำหนด	f	11	74	91	17	7
	%	5.50	37.00	45.50	8.50	3.50
9. การให้บริการของพนักงานสามารถสื่อสารได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว	f	13	63	95	26	3
	%	6.50	31.50	47.50	13.00	1.50
10. การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก	f	19	83	78	13	7
	%	9.50	41.50	39.00	6.50	3.50
รวม	f	101	564	940	329	66
	%	5.05	28.20	47.00	16.45	3.30

จากตาราง 13 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกเพศหญิง ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.00 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.50

ตาราง 14 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการบริการ อายุ 25 ถึง 35 ปี (N = 262)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สมาชิกมีความพึงพอใจต่อการบริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)	f	6	54	113	77	12
	%	2.29	20.61	43.13	29.39	4.58
2. การให้บริการกิจกรรมการสอนมีเพียงพอต่อสมาชิก	f	9	69	127	51	6
	%	3.44	26.34	48.47	19.47	2.29
3. การให้บริการข้อมูลของแต่ละแผนกเหมาะสม	f	12	55	145	46	4
	%	4.58	20.99	55.34	17.56	1.53
4. การให้บริการการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายแบบไม่คิดค่าใช้จ่าย เหมาะสมแก่สมาชิก	f	16	52	106	73	15
	%	6.11	19.85	40.46	27.86	5.73
5. การให้บริการแก่สมาชิกพนักงานทุกคนสามารถให้ข้อมูลได้ อย่างถูกต้อง	f	10	84	139	24	5
	%	3.82	32.06	53.05	9.16	1.91
6. การให้บริการแจ้งข้อมูลต่างๆ ในโปสเตอร์ 2 ภาษา มีเพียงพอต่อสมาชิก	f	20	103	110	21	8
	%	7.63	39.31	41.98	8.02	3.05
7. การให้บริการการวางแผนเวลาที่ดี กิจกรรมการออกกำลังกายมีความเหมาะสม	f	9	88	129	28	8
	%	3.44	33.59	49.24	10.69	3.05
8. การจัดตารางของกิจกรรมออกตามเวลาที่กำหนด	f	16	108	114	19	5
	%	6.11	41.22	43.51	7.25	1.91
9. การให้บริการของพนักงานสามารถสื่อสารได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว	f	10	108	124	16	4
	%	3.82	41.22	47.33	6.11	1.53
10. การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็ง และเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก	f	34	108	99	16	5
	%	12.98	41.22	37.79	6.11	1.91
รวม	f	142	829	1,206	371	72
	%	5.42	31.64	46.03	14.16	2.75

จากตาราง 14 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.03 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.22

ตาราง 15 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการบริการ อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สมาชิกมีความพึงพอใจต่อการบริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)	f	1	22	80	27	8
	%	0.72	15.94	57.97	19.57	5.80
2. การให้บริการกิจกรรมการสอนมีเพียงพอต่อสมาชิก	f	1	30	65	40	2
	%	0.72	21.74	47.10	28.99	1.45
3. การให้บริการข้อมูลของแต่ละแผนกเหมาะสม	f	1	16	83	36	2
	%	0.72	11.59	60.14	26.09	1.45
4. การให้บริการการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายแบบไม่คิดค่าใช้จ่าย เหมาะสมแก่สมาชิก	f	2	31	61	36	8
	%	1.45	22.46	44.20	26.09	5.80
5. การให้บริการแก่สมาชิกพนักงานทุกคนสามารถให้ข้อมูลได้ อย่างถูกต้อง	f	1	38	75	21	3
	%	0.72	27.54	54.35	15.22	2.17
6. การให้บริการแจ้งข้อมูลต่างๆ ในโปสเตอร์ 2 ภาษา มีเพียงพอต่อสมาชิก	f	2	49	56	29	2
	%	1.45	35.51	40.58	21.01	1.45
7. การให้บริการการวางแผนเวลาที่จัดกิจกรรมการออกกำลังกายมีความเหมาะสม	f	3	44	71	18	2
	%	2.17	31.88	51.45	13.04	1.45
8. การจัดตารางของกิจกรรมออกตามเวลาที่กำหนด	f	10	55	63	7	3
	%	7.25	39.86	45.65	5.07	2.17
9. การให้บริการของพนักงานสามารถสื่อสารได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว	f	4	49	62	19	4
	%	2.90	35.51	44.93	13.77	2.90
10. การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก	f	10	65	52	10	1
	%	7.25	47.10	37.68	7.25	0.72
รวม	f	35	399	668	243	35
	%	2.54	28.91	48.41	17.61	2.54

จากตาราง 15 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 48.41 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานทุกฝ่ายมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 47.10

ตาราง 16 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก เพศชาย (N = 200)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สถานที่สำหรับพักผ่อนภายใน	f	4	32	87	61	16
ศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ	%	2.00	16.00	43.50	30.50	8.00
2. บริเวณโดยรอบของศูนย์ออกกำลังกาย	f	17	111	61	10	1
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	8.50	55.50	30.50	5.00	0.50
3. บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกายและภายใน	f	19	111	57	12	1
ห้องออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย	%	9.50	55.50	28.50	6.00	0.50
4. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	5	86	71	32	6
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	2.50	43.00	35.50	16.00	3.00
มีเพียงพอ (เช่นดัมเบล,สเต็ป,จักรยาน)						
5. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	6	52	73	53	16
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	3.00	26.00	36.50	26.50	8.00
มีความสะอาดเรียบร้อย						
6. พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ	f	22	96	61	18	3
	%	11.00	48.00	30.50	9.00	1.50
7. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	13	92	64	23	8
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	6.50	46.00	32.00	11.50	4.00
8. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	19	96	63	19	3
มีปริมาณเพียงพอ	%	9.50	48.00	31.50	9.50	1.50
9. ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ	f	13	92	69	22	4
	%	6.50	46.00	34.50	11.00	2.00
10. เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝึกกีฬา	f	18	110	62	9	1
มีปริมาณเพียงพอ	%	9.00	55.00	31.00	4.50	0.50
11. สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับ	f	11	84	71	26	8
ออกกำลังกาย	%	5.50	42.00	35.50	13.00	4.00
12. เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้ง	f	17	75	88	16	4
ในสถานที่ที่เหมาะสม	%	8.50	37.50	44.00	8.00	2.00
13. สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวน	f	12	93	71	19	5
สมาชิก	%	6.00	46.50	35.50	9.50	2.50

ตาราง 16 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14. เครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพ	f	3	39	89	54	15
ใช้งานได้ดี	%	1.50	19.50	44.50	27.00	7.50
15. บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องดื่มบริการอย่าง	f	8	86	73	22	11
เพียงพอ	%	4.00	43.00	36.50	11.00	5.50
รวม	f	187	1,255	1,060	396	102
	%	6.23	41.83	35.33	13.20	3.40

จากตาราง 16 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกเพศชาย ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.83 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกาย มีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย มีความสะอาดเรียบร้อย เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้งในสถานที่ที่เหมาะสมและเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี ซึ่งมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.50 36.50 44.00 และ 44.50 ตามลำดับ

ตาราง 17 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) -ปี พ.ศ. 2546
ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก เพศหญิง (N = 200)...

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สถานที่สำหรับพักผ่อนภายใน	f	4	49	94	43	10
ศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ	%	2.00	24.50	47.00	21.50	5.00
2. บริเวณโดยรอบของศูนย์ออกกำลังกาย	f	26	100	67	7	0
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	13.00	50.00	33.50	3.50	0.00
3. บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกายและภายใน	f	26	105	65	4	0
ห้องออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย	%	13.00	52.50	32.50	2.00	0.00
4. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	16	82	70	29	3
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	8.00	41.00	35.00	14.50	1.50
มีเพียงพอ (เช่นดัมเบล,สเต็ป,จักรยาน)						
5. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	9	57	76	45	13
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	4.50	28.50	38.00	22.50	6.50
มีความสะอาดเรียบร้อย						
6. พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ	f	24	97	59	15	5
	%	12.00	48.50	29.50	7.50	2.50
7. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	17	76	60	36	11
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	8.50	38.00	30.00	18.00	5.50
8. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	26	96	58	12	8
มีปริมาณเพียงพอ	%	13.00	48.00	29.00	6.00	4.00
9. ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ	f	11	88	52	32	17
	%	5.50	44.00	26.00	16.00	8.50
10. เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝึกกีฬา	f	18	98	61	17	6
มีปริมาณเพียงพอ	%	9.00	49.00	30.50	8.50	3.00
11. สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับ	f	10	83	69	27	11
ออกกำลังกาย	%	5.00	41.50	34.50	13.50	5.50
12. เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้ง	f	11	84	69	24	12
ในสถานที่ที่เหมาะสม	%	5.50	42.00	34.50	12.00	6.00
13. สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวน	f	14	89	72	19	6
สมาชิก	%	7.00	44.50	36.00	9.50	3.00

ตาราง 17 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มาก	มาก	ปาน	น้อย	น้อย
		ที่สุด		กลาง		ที่สุด
14. เครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพ	f	5	50	90	45	10
ใช้งานได้ดี	%	2.50	25.00	45.00	22.50	5.00
15. บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องดื่มบริการ	f	15	87	67	25	6
อย่างเพียงพอ	%	7.50	43.50	33.50	12.50	3.00
รวม	f	232	1,241	1,029	380	118
	%	7.73	41.37	34.30	12.67	3.93

จากตาราง 17 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกเพศหญิง ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.37 เมื่อพิจารณา รายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกาย มีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย มีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.00 38.00 และ 45.00 ตามลำดับ

ตาราง 18 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี.พ.ศ. 2546
ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อายุ 25 ถึง 35 ปี (N=262)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สถานที่สำหรับพักผ่อนภายใน	f	9	62	113	64	14
ศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ	%	3.44	23.66	43.13	24.43	5.34
2. บริเวณโดยรอบของศูนย์ออกกำลังกาย	f	35	138	79	9	1
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	13.36	52.67	30.15	3.44	0.38
3. บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกายและภายใน	f	34	143	72	12	1
ห้องออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย	%	12.98	54.58	27.48	4.58	0.38
4. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	14	112	89	41	6
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	5.34	42.75	33.97	15.65	2.29
มีเพียงพอ (เช่นดัมเบล,สเต็ป,จักรยาน)						
5. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	10	79	96	61	16
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	3.82	30.15	36.64	23.28	6.11
มีความสะอาดเรียบร้อย						
6. พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ	f	31	124	84	20	3
	%	11.83	47.33	32.06	7.63	1.15
7. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	23	108	84	39	8
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	8.78	41.22	32.06	14.89	3.05
8. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	29	120	82	21	10
มีปริมาณเพียงพอ	%	11.07	45.80	31.30	8.02	3.82
9. ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ	f	18	111	90	34	9
	%	6.87	42.37	34.35	12.98	3.44
10. เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝึกกีฬา	f	26	141	73	16	6
มีปริมาณเพียงพอ	%	9.92	53.82	27.86	6.11	2.29
11. สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับ	f	15	114	90	35	8
ออกกำลังกาย	%	5.73	43.51	34.35	13.36	3.05
12. เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้ง	f	18	120	95	23	6
ในสถานที่ที่เหมาะสม	%	6.87	45.80	36.26	8.78	2.29
13. สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวน	f	17	119	92	25	9
สมาชิก	%	6.49	45.42	35.11	9.54	3.44

ตาราง 18 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14. เครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี	f	9	67	108	60	18
	%	3.44	25.57	41.22	22.90	6.87
15. บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องตีம்பริการอย่างเพียงพอ	f	15	109	95	30	13
	%	5.73	41.60	36.26	11.45	4.96
รวม	f	303	1,667	1,342	490	128
	%	7.71	42.42	34.15	12.47	3.26

จากตาราง 18 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 42.42 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริม การออกกำลังกาย มีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ใน กิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.13 36.64 และ 41.22 ตามลำดับ

ตาราง 19 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) - ปี.พ.ศ.2546
ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อายุ 36 ปีขึ้นไป (N = 138)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สถานที่สำหรับพักผ่อนภายใน	f	5	19	62	40	12
ศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ	%	3.62	13.77	44.93	28.99	8.70
2. บริเวณโดยรอบของศูนย์ออกกำลังกาย	f	11	73	49	5	
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	7.97	52.90	35.51	3.62	0.00
3. บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกายและภายใน	f	7	73	50	5	3
ห้องออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย	%	5.07	52.90	36.23	3.62	2.17
4. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	7	61	46	20	4
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	5.07	44.20	33.33	14.49	2.90
มีเพียงพอ (เช่นดัมเบล,สเตป,จักรยาน)						
5. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	5	34	49	37	13
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	3.62	24.64	35.51	26.81	9.42
มีความสะอาดเรียบร้อย						
6. พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ	f	15	72	38	8	5
	%	10.87	52.17	27.54	5.80	3.62
7. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	7	61	40	22	8
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	5.07	44.20	28.99	15.94	5.80
8. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	11	72	37	14	4
มีปริมาณเพียงพอ	%	7.97	52.17	26.81	10.14	2.90
9. ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ	f	6	68	30	22	12
	%	4.35	49.28	21.74	15.94	8.70
10. เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝึกกีฬา	f	10	67	50	7	4
มีปริมาณเพียงพอ	%	7.25	48.55	36.23	5.07	2.90
11. สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับ	f	8	38	63	18	11
ออกกำลังกาย	%	5.80	27.54	45.65	13.04	7.97
12. เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้ง	f	10	57	48	17	6
ในสถานที่ที่เหมาะสม	%	7.25	41.30	34.78	12.32	4.35
13. สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวน	f	9	61	53	13	2
สมาชิก	%	6.52	44.20	38.41	9.42	1.45

ตาราง 19 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14. เครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี	f	2	23	64	39	10
	%	1.45	16.67	46.38	28.26	7.25
15. บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องดื่มน้ำบริการอย่างเพียงพอ	f	8	59	45	19	7
	%	5.80	42.75	32.61	13.77	5.07
รวม	f	121	838	724	286	101
	%	6.23	41.10	34.63	12.87	3.40

จากตาราง 19 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็น ร้อยละ 41.10 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกาย มีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 44.93 35.51 45.65 และ 46.38 ตามลำดับ

ตาราง 20 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านบุคลากร ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. จำนวนผู้ฝึกสอนเพียงพอต่อการให้บริการ	f	20	118	206	47	9
สอนแก่การสมาชิก	%	5.00	29.50	51.50	11.75	2.25
2. ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม	f	45	220	118	13	4
	%	11.25	55.00	29.50	3.25	1.00
3. ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ	f	49	205	126	16	4
	%	12.25	51.25	31.50	4.00	1.00
4. ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม	f	29	204	146	17	4
	%	7.25	51.00	36.50	4.25	1.00
5. ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ	f	40	222	118	11	9
	%	10.00	55.50	29.50	2.75	2.25
6. ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตวิธีการใช้อุปกรณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน	f	28	130	171	61	10
	%	7.00	32.50	42.75	15.25	2.50
7. ผู้ฝึกสอนดำเนินการสอนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง	f	16	126	201	49	8
	%	4.00	31.50	50.25	12.25	2.00
8. ผู้ฝึกสอนแนะนำการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่นำมาติดตั้งใหม่ให้แก่สมาชิก	f	17	113	171	75	24
	%	4.25	28.25	42.75	18.75	6.00
9. ผู้ฝึกสอนดูแลความปลอดภัย และอำนวยความสะดวกแก่สมาชิก	f	18	126	168	72	16
	%	4.50	31.50	42.00	18.00	4.00
10. ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	f	80	120	129	59	12
	%	20.00	30.00	32.25	14.75	3.00
11. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ	f	24	176	177	17	6
	%	6.00	44.00	44.25	4.25	1.50
12. ผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน	f	34	199	154	11	2
	%	8.50	49.75	38.50	2.75	0.50
13. ผู้ฝึกสอนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร	f	24	93	194	72	17
	%	6.00	23.25	48.50	18.00	4.25
14. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f	18	84	225	61	12
	%	4.50	21.00	56.25	15.25	3.00

ตาราง 20 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความเข้าใจในระบบกล้ามเนื้อและระบบต่างๆ ของร่างกาย	f	13	167	194	22	4
	%	3.25	41.75	48.50	5.50	1.00
รวม	f	455	2,303	2,498	603	141
	%	7.58	38.38	41.63	10.05	2.35

จากตาราง 20 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 41.63 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 55.00 51.25 51.00 55.50 49.75 และ 53.50 ตามลำดับ

ตาราง 21 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการจัดการ ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมาชิกรายเดือนเหมาะสม	f	15	47	222	87	29
	%	3.75	11.75	55.50	21.75	7.25
2. อัตราค่าสอนตัวต่อตัวเหมาะสม	f	22	44	172	101	61
	%	5.50	11.00	43.00	25.25	15.25
3. ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม	f	69	196	93	27	15
	%	17.25	49.00	23.25	6.75	3.75
4. การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม	f	27	184	145	32	12
	%	6.75	46.00	36.25	8.00	3.00
5. การติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวกรวดเร็ว	f	22	153	192	22	11
	%	5.50	38.25	48.00	5.50	2.75
6. ข้อมูลข่าวสารด้านสารสนเทศมีความเหมาะสม	f	9	111	197	60	23
	%	2.25	27.75	49.25	15.00	5.75
7. การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ออกกำลังกายมีความต่อเนื่องเหมาะสม	f	10	127	185	64	14
	%	2.50	31.75	46.25	16.00	3.50
8. การจัดกิจกรรมนันทนาการระหว่างการให้บริการเหมาะสม	f	18	116	197	55	14
	%	4.50	29.00	49.25	13.75	3.50
9. การให้บริการด้านข่าวสารสุขภาพเพียงพอเหมาะสม	f	9	61	189	108	33
	%	2.25	15.25	47.25	27.00	8.25
10. ห้องปฐมพยาบาลและเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลเหมาะสม	f	15	58	183	102	42
	%	3.75	14.50	45.75	25.50	10.50
11. ระบบการจราจรของศูนย์ออกกำลังกายมีความสะดวก, คล่องตัว	f	19	89	198	64	30
	%	4.75	22.25	49.50	16.00	7.50
12. การให้บริการหลังรับบริการ(ผลตอบรับการใช้บริการ)	f	18	110	196	62	14
	%	4.50	27.50	49.00	15.50	3.50
13. การให้บริการด้านข้อติชมการให้บริการเพียงพอเหมาะสม	f	20	92	206	67	15
	%	5.00	23.00	51.50	16.75	3.75
14. การจัดกิจกรรมแต่ละเดือนให้กับสมาชิกเพียงพอ	f	14	95	197	80	14
	%	3.50	23.75	49.25	20.00	3.50

ตาราง 21 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ระบบเดือนภัยในศูนย์ออกกำลังกายจัดไว้เหมาะสม	f	17	105	196	73	9
	%	4.25	26.25	49.00	18.25	2.25
รวม	f	304	1,588	2,768	1,004	336
	%	5.07	26.47	46.13	16.73	5.60

จากตาราง 21 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.13 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 49.00 และ 46.00 ตามลำดับ

ตาราง 22 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านการบริการ ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สมาชิกมีความพึงพอใจต่อการบริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)	f	9	76	190	104	21
	%	2.25	19.00	47.50	26.00	5.25
2. การให้บริการกิจกรรมการสอนมีเพียงพอต่อสมาชิก	f	7	103	192	86	12
	%	1.75	25.75	48.00	21.50	3.00
3. การให้บริการข้อมูลของแต่ละแผนกเหมาะสม	f	18	69	215	86	12
	%	4.50	17.25	53.75	21.50	3.00
4. การให้บริการการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายแบบไม่คิดค่าใช้จ่าย เหมาะสมแก่สมาชิก	f	14	71	187	103	25
	%	3.50	17.75	46.75	25.75	6.25
5. การให้บริการแก่สมาชิกพนักงานทุกคนสามารถให้ข้อมูลได้ อย่างถูกต้อง	f	14	122	206	45	13
	%	3.50	30.50	51.50	11.25	3.25
6. การให้บริการแจ้งข้อมูลต่างๆ ในโปสเตอร์ 2 ภาษา มีเพียงพอต่อสมาชิก	f	28	152	166	47	7
	%	7.00	38.00	41.50	11.75	1.75
7. การให้บริการการวางแผนเวลาที่จัดกิจกรรมการออกกำลังกายมีความเหมาะสม	f	12	128	196	54	10
	%	3.00	32.00	49.00	13.50	2.50
8. การจัดตารางของกิจกรรมออกตามเวลาที่กำหนด	f	23	149	188	32	8
	%	5.75	37.25	47.00	8.00	2.00
9. การให้บริการของพนักงานสามารถสื่อสารได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว	f	24	148	185	35	8
	%	6.00	37.00	46.25	8.75	2.00
10. การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก	f	47	172	146	26	9
	%	11.75	43.00	36.50	6.50	2.25
รวม	f	196	1,190	1,871	618	125
	%	4.90	29.75	46.78	15.45	3.13

จากตาราง 22 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.78 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากคิดเป็นร้อยละ 43.00

ตาราง 23 ความถี่ และค่าร้อยละ ของความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการ
การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546
ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของสมาชิกทั้งหมด (N = 400)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สถานที่สำหรับพักผ่อนภายใน	f	8	81	181	104	26
ศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ	%	2.00	20.25	45.25	26.00	6.50
2. บริเวณโดยรอบของศูนย์ออกกำลังกาย	f	43	211	128	17	1
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	10.75	52.75	32.00	4.25	0.25
3. บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกายและภายใน	f	45	216	122	16	1
ห้องออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย	%	11.25	54.00	30.50	4.00	0.25
4. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	21	168	141	61	9
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	5.25	42.00	35.25	15.25	2.25
มีเพียงพอ (เช่นดัมเบล,สเต็ป,จักรยาน)						
5. อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และ	f	15	109	149	98	29
เครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย	%	3.75	27.25	37.25	24.50	7.25
มีความสะอาดเรียบร้อย						
6. พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ	f	46	193	120	33	8
	%	11.50	48.25	30.00	8.25	2.00
7. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	30	168	124	59	19
มีความสะอาดเรียบร้อย	%	7.50	42.00	31.00	14.75	4.75
8. ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกาย	f	45	192	121	31	11
มีปริมาณเพียงพอ	%	11.25	48.00	30.25	7.75	2.75
9. ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ	f	24	180	121	54	21
	%	6.00	45.00	30.25	13.50	5.25
10. เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝึกกีฬา	f	36	208	123	26	7
มีปริมาณเพียงพอ	%	9.00	52.00	30.75	6.50	1.75
11. สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับ	f	21	167	140	53	19
ออกกำลังกาย	%	5.25	41.75	35.00	13.25	4.75
12. เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้ง	f	28	159	157	40	16
ในสถานที่ที่เหมาะสม	%	7.00	39.75	39.25	10.00	4.00
13. สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวน	f	26	182	143	38	11
สมาชิก	%	6.50	45.50	35.75	9.50	2.75

ตาราง 23 (ต่อ)

รายการ		ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14. เครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี	f	8	89	179	99	25
	%	2.00	22.25	44.75	24.75	6.25
15. บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องดื่มบริการอย่างเพียงพอ	f	23	173	140	47	17
	%	5.75	43.25	35.00	11.75	4.25
รวม	f	419	2,496	2,089	776	220
	%	6.98	41.60	34.82	12.93	3.67

จากตาราง 23 แสดงว่า ความคิดเห็นของสมาชิกต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.60 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้น ข้อสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกายและเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.25 37.25 และ 44.75 ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของสมาชิกและผู้มาใช้บริการศูนย์ออกกำลังกาย
ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

สมาชิกและผู้มาใช้บริการศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีข้อเสนอแนะ
เพื่อใช้ในการปรับปรุงการบริหารจัดการการออกกำลังกาย โดยแยกออกเป็นดังนี้

ด้านบุคลากร

ความรู้ของพนักงานควรมีการฝึกจากผู้เชี่ยวชาญมาสอนโดยตรง เพื่อให้มีการ
สอนแก่สมาชิกอย่างมีคุณภาพมากที่สุด ทั้งนี้รวมถึงบุคลิกภาพ การมีมารยาทและสัมมา
การวาระแก่สมาชิกอย่างสุภาพ อ่อนโยน และจัดหาพนักงานให้เพียงพอต่อการให้บริการแก่
สมาชิกในช่วงเวลาที่มีสมาชิกมาใช้บริการ

ด้านการจัดการ

พนักงานควรมีบุคลิกภาพที่จะสอนให้เหมาะกับความถนัดในกิจกรรมที่จะสอน
และควรจำกัดสมาชิกเมื่อมีจำนวนมากเกินสถานที่ที่จะรับได้ และควรเพิ่มจำนวนชั้นเรียนเบื้องต้น
ในบางกิจกรรมที่มีการสอนในห้องออกกำลังกายเพื่อรองรับสมาชิกใหม่ การแนะนำหรือให้
ความรู้แก่พนักงานอย่างต่อเนื่อง และคอยดูแลในทุกพื้นที่ภายในศูนย์สุขภาพเพื่อป้องกัน
อันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นกับสมาชิก เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นมักจะไม่ได้รับการแก้ไขโดยทันที

ด้านการบริการ

พนักงานควรให้ข้อมูล, คำแนะนำระเบียบข้อบังคับต่าง ๆ อย่างชัดเจนและเป็น
มาตรฐานเดียวกัน อยากให้มีการบริการข่าวสารที่สมาชิกทราบได้อย่างรวดเร็วทั้งภาษาไทย
และภาษาอังกฤษ แก่สมาชิก ทางโทรสาร จดหมายอิเล็กทรอนิกส์ หรือเอกสารแผ่นพับและ
เพิ่มบริการทางด้านเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพภายในศูนย์ออกกำลังกาย

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ควรเพิ่มอุปกรณ์ เครื่องมือและสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ให้เพียงพอกับ
สมาชิกที่มาใช้บริการและอุปกรณ์ออกกำลังกายในแต่ละสาขาให้เหมือนกันเพื่อรักษามาตรฐาน
ของศูนย์การออกกำลังกาย และมีการตรวจคุณภาพของเครื่องมือหรืออุปกรณ์ทุก ๆ 3-6 เดือน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่จดทะเบียนออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายของฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 สาขา ดังนี้ ฟิตเนส เฟิร์สท์ แลนมาร์ค จำนวน 2,116 คน เซ็นทรัล ปิ่นเกล้า จำนวน 3,372 คน เซ็นทรัล บางนา จำนวน 3,441 คน และเซ็นทรัล พระราม 3 จำนวน 3,631 คน รวมทั้งสิ้น 12,560 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน โดยใช้ตารางสำเร็จรูปของ เคลซี และ มอร์แกน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าข้อมูลในครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 สถานภาพข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายของศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า แบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของผู้ใช้บริการเกี่ยวกับการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีลักษณะเป็นแบบปลายเปิด

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปความเรียง
2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์โดยพรรณนาลักษณะความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปความเรียง
3. นำข้อมูลที่ได้จากตอนที่ 3 สรุปแต่ละด้าน และนำเสนอเป็นความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. รายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

กลุ่มตัวอย่างมีทั้งหมดจำนวน 400 คน แยกเป็นเพศชาย จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 เพศหญิง จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และเมื่อพิจารณาตามอายุ พบว่า ช่วงอายุ 25 ถึง 35 ปี คิดเป็นร้อยละ 65.50 และอายุ 36 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 34.50 การศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 64.50 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นสมาชิกมากกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.00 จะมาใช้บริการ 3 ถึง 5 วันสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 69.75 ณ ช่วงเวลา 19.00 ถึง 22.00 น. คิดเป็นร้อยละ 35.00 โดยใช้เวลาว่างหลังเลิกงาน คิดเป็นร้อยละ 57.75 ชอบมาออกกำลังกายคนเดียว คิดเป็นร้อยละ 66.00 โดยมีจุดมุ่งหมายของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อทรมานที่สวยงาม และเพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ คิดเป็นร้อยละ 50.28 21.10 และ 11.05 ตามลำดับ

2. ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร จั๊วแนกตามเพศ (ชาย , หญิง) และอายุ (25 – 35 ปี, 36 ปีขึ้นไป) มีดังต่อไปนี้

2.1 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศชาย ที่ต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร โดยรวมสมาชิกเพศชายส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.00 เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลา สอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตาม ขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 54.50 51.00 52.50 58.00 และ 53.50 ตามลำดับ

2.2 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิงที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร โดยรวม สมาชิกเพศหญิงส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง อยู่ในระดับปานกลาง

คิดเป็นร้อยละ 40.27 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็น อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ แนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตาม ชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อ ผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งใน เวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ให้บริการ ผู้ฝึกสอนมีความ สามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่าง ถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 55.50 51.50 49.50 53.00 46.50 33.00 และ 46.00 ตามลำดับ

2.3 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ที่มีต่อการบริหารจัดการ การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร โดยรวมส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.31 เมื่อพิจารณาราย ข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็น อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะ สมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้ง ในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ให้บริการ ผู้ฝึกสอนมีความ สามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่าง ถูกต้องตามขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 56.11 49.24 52.29 56.49 46.18 และ 51.53 ตามลำดับ

2.4 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ต่อการบริหารจัดการ การออกกำลังกายในศูนย์ ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร โดยรวมส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 41.45 เมื่อพิจารณา รายข้อพบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกาย เหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อ ผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอน มีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลา และนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ ใช้ บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตาม ขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ใน ระดับมาก คิดเป็น ร้อยละ 52.90 55.07 48.55 53.62 และ 46.38 ตามลำดับ

3. ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ จำแนกตามเพศ (ชาย , หญิง) และอายุ (25 – 35 ปี, 36 ปีขึ้นไป) มีดังต่อไปนี้

3.1 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศชายที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลัง กายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดย รวม สมาชิกเพศชาย ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.47 เมื่อ พิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิด ให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ใน ระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 49.00 และ 53.00 ตามลำดับ

3.2 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิงที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกเพศหญิง ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.80 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 49.00

3.3 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 25 - 35 ปี ที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 - 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.70 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 50.00 และ 44.66 ตามลำดับ

3.4 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 44.93 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม และการติดต่อสื่อสารกับศูนย์ออกกำลังกาย มีความสะดวกรวดเร็ว มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 45.65 44.93 และ 42.03 ตามลำดับ

4. ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ จำแนกตามเพศ (ชาย , หญิง) และอายุ (25 – 35 ปี, 36 ปีขึ้นไป) มีดังต่อไปนี้

4.1 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศชายที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกเพศชาย ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.55 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 44.50

4.2 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิงที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกเพศหญิง ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.00 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับ

ปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.50

4.3 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.03 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.22

4.4 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 48.41 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานทุกฝ่ายมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 47.10

5. ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามเพศ (ชาย , หญิง) และอายุ (25 – 35 ปี, 36 ปีขึ้นไป) มีดังต่อไปนี้

5.1 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศชายที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกเพศชาย ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.83 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกาย มีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย มีความสะอาดเรียบร้อย เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้งในสถานที่ที่เหมาะสมและเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี ซึ่งมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.50 36.50 44.00 และ 44.50 ตามลำดับ

5.2 ความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิงที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกเพศหญิง ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.37 เมื่อพิจารณา รายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกาย มีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย

มีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.00 38.00 และ 45.00 ตามลำดับ

5.3 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 25 ถึง 35 ปี ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 42.42 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริม การออกกำลังกาย มีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ใน กิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.13 36.64 และ 41.22 ตามลำดับ

5.4 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกที่มีอายุ 36 ปีขึ้นไป ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็น ร้อยละ 41.10 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อยและเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 44.93 35.51 45.65 และ 46.38 ตามลำดับ

6. ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ของสมาชิกทั้งหมด จำแนกในแต่ละด้านได้ดังนี้

6.1 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการ การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านบุคลากร โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 54.50 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลางยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกิจกรรม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อ ผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ให้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตาม ขั้นตอน มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 55.00 51.25 51.00 55.50 49.75 และ 53.50 ตามลำดับ

6.2 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการจัดการ โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.13 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับ ปานกลาง ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 49.00 และ 46.00 ตามลำดับ

6.3 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านการบริการ โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.78 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากคิดเป็นร้อยละ 43.00

6.4 ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม สมาชิกทั้งหมด ส่วนมากมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.60 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ยกเว้น ข้อสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกาย มีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกายและเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดีมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.25 37.25 และ 44.75 ตามลำดับ

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารการจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

1. สมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีความคิดเห็นต่อการบริหารการจัดการออกกำลังกาย ด้านบุคลากร ในระดับมาก นั้นแสดงว่า สมาชิกพบเห็นการปฏิบัติงานของพนักงาน การบริหารการจัดการออกกำลังกาย ของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ด้านบุคลากร อยู่เป็นประจำ ซึ่งได้แก่ ข้อคำถาม เกี่ยวกับ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกีฬา เนื่องจากศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ได้รับการสนับสนุนด้านชุดแต่งกายจากผลิตภัณฑ์ ในกี จึงทำให้ผู้ฝึกสอนมีชุดแต่งกายถูกต้องและเหมาะสมกับชนิดกีฬา ส่วนในข้อคำถาม ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพ

ทั้ง 4 ข้อคำถามนี้ ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีการจัดอบรมผู้ฝึกสอน พนักงานในส่วนต่างๆ อยู่เป็นประจำ เพื่อให้ ผู้ฝึกสอน หรือพนักงานตระหนักถึงการเป็นผู้ให้บริการที่ดี และเพื่อยกระดับศูนย์ออกกำลังกายในประเทศไทยให้ทัดเทียมกับสากล

จากการเปรียบเทียบคำร้อยละ พบว่า ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ ออกกำลังกาย ผิดๆ อาจจะเป็นเพราะว่า ผู้ฝึกสอนไม่ได้ให้คำแนะนำแก่สมาชิก อันเนื่องมาจากสมาชิกมีจำนวนมาก ทำให้การดูแลเอาใจใส่สมาชิกไม่ทั่วถึงทุกคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงเวลาที่สมาชิกมาใช้บริการพร้อมกันหลายร้อยคน ดังที่ เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2529 : บทคัดย่อ) กล่าวว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการให้เจ้าหน้าที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้มาใช้บริการ ได้รับการต้อนรับ การชี้แจงและการให้คำแนะนำด้วยมารยาทเรียบร้อย อารมณ์มั่นคง บุคลิกภาพที่ดี มีความเป็นกันเอง

2. สมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีความคิดเห็นต่อการบริหารการจัดการออกกำลังกาย ด้านการจัดการ ในระดับมาก นั้นแสดงว่า สมาชิกพบเห็นการปฏิบัติงานของพนักงาน การบริหารการจัดการออกกำลังกายของ ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ด้านการจัดการ อยู่เป็นประจำ ซึ่งได้แก่ ข้อคำถามเกี่ยวกับเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) เปิดให้บริการตั้งแต่เวลา 06.00 - 22.30 น. สมาชิกสามารถเลือกเวลามาออก กำลังกายให้เหมาะสมกับเวลาว่างของแต่ละคนได้ การบริการของเจ้าหน้าที่ที่รับสมัครสมาชิก เหมาะสม ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีการขั้นตอนคัดเลือกบุคคลที่จะเข้ามาทำงานในตำแหน่งเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกหลายขั้นตอน และจะต้องฝึกงานก่อนจึงจะรับ เข้าทำงาน รวมทั้งมีการฝึกอบรมในด้านต่างๆ เช่น ด้านความรู้ในงานที่ต้องรับผิดชอบ ด้านบุคลิกภาพ ด้านกริยามารยาท เป็นต้น

จากการเปรียบเทียบคำร้อยละ พบว่า การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ออกกำลังกาย มีความ ต่อเนื่องเหมาะสม มีคำร้อยละน้อยที่สุด นั้นแสดงว่า การประชาสัมพันธ์ภายในศูนย์ ออกกำลังกายยังมีน้อย และไม่มีอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรกาญจน์ สินธุวงษานนท์ (2546 : 99) พบว่า ผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย มีความคิดเห็นเกี่ยวกับด้านการจัดการในระดับน้อย ได้แก่ การบริหารข้อมูล ข่าวสารด้านสาร สนเทศยังมีน้อย การประชาสัมพันธ์ขาดความต่อเนื่อง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สายัน ภูฎาคาร (2538 : 50) พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการการประชาสัมพันธ์ในการ บริการที่เหมาะสม สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ได้อย่างสะดวก และต้องการให้มีการเผยแพร่ เอกสารให้ความรู้ หนังสือ หรือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสม

3. สมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีความคิดเห็นต่อการบริหารการจัดการออกกำลังกาย ด้านการบริการ ในระดับมาก นั้นแสดงว่า สมาชิกพบเห็นการปฏิบัติงานของพนักงาน การบริหารการจัดการออกกำลังกาย ของ

ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ด้านการบริการ อยู่เป็นประจำ ซึ่งได้แก่ ข้อคำถามเกี่ยวกับการให้บริการของพนักงานทุกฝ่ายมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก เป็นนโยบายและมาตรฐานในการบริหารและการจัดการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) เพื่อให้การบริการมีคุณภาพสูงสุดและเกิดประโยชน์กับสมาชิกมากที่สุด ดังนั้นพนักงานของ ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) จะต้องปฏิบัติตามนโยบายและมาตรฐานในการบริหารและการจัดการที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด

4. สมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

มีความคิดเห็นต่อการบริหารการจัดการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ในระดับมาก นั้นแสดงว่าสมาชิกพบเห็นการปฏิบัติงานของพนักงาน การบริหารการจัดการออกกำลังกายของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่เป็นประจำ ซึ่งได้แก่ ข้อคำถามเกี่ยวกับบริเวณโดยรอบของฟิตเนส เฟิร์สท์ มีความสะอาดเรียบร้อย บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกายและภายในห้องออกกำลังกาย มีความสะอาด เรียบร้อย ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย เนื่องจากศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ได้ว่าจ้างบริษัท พีซีเอส จำกัด ในการดูแลความสะอาดเรียบร้อยภายในบริเวณศูนย์ออกกำลังกาย ซึ่งเป็นบริษัทที่มีมาตรฐานที่ดีได้รับการรับรองแห่งหนึ่งของประเทศไทย อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกายและมีเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายเพียงพอ (เช่น ดัมเบล, สเต็ป, จักรยาน) เพื่อเป็นการอำนวยความสะดวกในการมาใช้บริการของสมาชิก ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ได้จัดสรรพื้นที่ไว้รองรับอุปกรณ์ต่างๆ ให้มีปริมาณเพียงพอกับจำนวนของสมาชิก พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝักก็พามีปริมาณเพียงพอ และห้องน้ำ บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องดื่มบริการอย่างเพียงพอ เนื่องจากศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) แต่ละสาขามีพื้นที่กว้างขวาง สามารถจัดสรรพื้นที่ให้กับอุปกรณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม และเพื่อให้สมาชิกได้รับความสะดวกสบายในการมาใช้บริการ สภาพอากาศภายในห้องฝักเหมาะสำหรับออกกำลังกาย เนื่องจากพื้นที่ของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ส่วนใหญ่ตั้งอยู่ในตึกอาคาร จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการปรับสภาพอากาศที่ดีและมีคุณภาพ และสามารถปรับอุณหภูมิได้ตามสภาพภูมิอากาศและกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวนสมาชิก เนื่องจากศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ได้ประสานงานกับเจ้าของพื้นที่ที่ให้เช่า ให้จัดสรรสถานที่จอดรถไว้คอยบริการให้กับสมาชิกโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย และหาสถานที่จอดรถที่สามารถเข้าสู่ศูนย์ออกกำลังกายง่าย และสะดวกสบาย ไม่เสียเวลาในการหาสถานที่จอดรถนาน

จากการเปรียบเทียบ คำร้อยละ พบว่า อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย มีคำร้อยละน้อยที่สุด

นั้นแสดงว่า อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกาย ไม่สะอาด อันเนื่องจากสมาชิกของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีจำนวนมากผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันมาใช้ตลอดเวลา ทำให้ไม่มีเวลาในการทำความสะอาด อุปกรณ์ดังนั้น พนักงานที่อยู่ใกล้กับอุปกรณ์ ควรจะรีบทำ ความสะอาดทันทีโดยการทำความสะอาด น้ำหมาดๆ วางไว้ใกล้กับอุปกรณ์นั้นๆ หรือแนะนำให้สมาชิกทำความสะอาดอุปกรณ์ทุกครั้ง หลังจากการใช้งาน

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาค้นคว้าเรื่อง ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1. ผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ เป็นมุมมองของสมาชิกที่มีต่อสาขาใดสาขาหนึ่งเท่านั้น เพราะสมาชิกบางคนไม่ได้ไปใช้บริการในสาขาอื่นๆ
2. ผู้บริหาร ควรนำข้อเสนอแนะของสมาชิกมาศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาทางด้านต่างๆ ให้เป็นที่พึงพอใจแก่สมาชิก เพื่อจะได้รักษามาตรฐานของการบริการ ภายใต้ชื่อของ ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)
3. พนักงาน ควรจะศึกษาผลการวิจัยครั้งนี้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงตนเอง เพราะพนักงานคือ ตัวแทนของบริษัท
4. ควรศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) เป็นระยะๆ อาจจะเป็น 6 หรือ 12 เดือนต่อครั้ง

ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาสภาพปัญหาการทำงานของพนักงาน ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกายในประเทศไทย เพื่อศึกษาความแตกต่างที่ชัดเจน
3. ควรศึกษาถึงมาตรฐานการให้บริการและลักษณะในการดำเนินการตามความคาดหวังของสมาชิกที่มีต่อศูนย์ออกกำลังกายในประเทศไทย

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กวิน คเซนทร์เดชา. (2529). ความต้องการการบริหารเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชน
ในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- กรมพลศึกษา. (2529). รายงานการวิจัยความสนใจและความต้องการในการออกกำลังกายของ
เยาวชนในชนบท ในเขตการศึกษา 8. กรุงเทพฯ : หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมพลศึกษา.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2538). คู่มือกีฬาเพื่อสุขภาพข้าราชการพลเรือน. กรุงเทพฯ :
ไทยมิตรการพิมพ์. หน้า 9-13.
- จรวัย แก่นวงษ์คำ. (2523). การจัดและการบริหารพลศึกษา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- เจริญ กระบวนรัตน์ ; และคนอื่นๆ. (2525). ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย
เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัย. รายงานการวิจัยสถาบัน
วิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เฉลิม ชัยวัชราภรณ์. (2535, มกราคม - มิถุนายน). การจัดการด้านการกีฬา-วอร์ซอร์สศึกษา
พลศึกษา และสันทนาการ. 18(1-2) : 135.
- ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร. (2537, พฤศจิกายน). EDITORIAL SIDE. สปอร์ต แอนด์ บิสิเนส
แม็กกาซีน. 1(1) : 6.
- ธงชัย สันติวงศ์. (2535). การบริหารงานบุคคล. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- นภาพร ทศนัยนา. (2521). ปัญหาเจตคติและความต้องการทางด้านพลศึกษาของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยมหิดล. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล. อัดสำเนา.
- บริษัท ฟิตเนส เฟิร์สท์. (2546). คู่มือสำหรับพนักงาน. กรุงเทพฯ : ฟิตเนส เฟิร์สท์. อัดสำเนา.
- บุญมา พันธ์งาม. (2520). หลักการและการบริหารพลศึกษา. ชลบุรี : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน.
- บุญเลิศ กาญจนจงกล. (2523). ปัญหาการจัดการและการดำเนินโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการ
ของรัฐวิสาหกิจ ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- พจน์ ธิญญพันธ์. (2521, กุมภาพันธ์). ผู้บริหาร. คุรุปริทัศน์. 3 (11) : 6-11.
- พะยอม วงศ์สารศรี. (2533). องค์การและการจัดการ. กรุงเทพฯ : สุภา.

- เพชรรัตน์ หิรัญชาติ. (2529). ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร ตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ไพศาล ชัยมงคล. (2534). หลักการจัดทำงานประมาณ. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- ไพรวลัย ดันลาพูน. (2540). ปัญหาการจัดสรรทรัพยากรของศูนย์เยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ยุทธพงษ์ กัยวรรณ. (2543). พื้นฐานการวิจัย. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2540). หลักการพลศึกษา. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ-กระทรวงศึกษาธิการ.
- วิจิตร ศรีสอาน. (2521). ประมวลการสอนวิชาหลักการบริหารการศึกษา. พระนคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- วีรกาญจน์ สินธุวานานนท์. (2546). ความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2545. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์ ; และคณะ. (2542). องค์การและการจัดการฉบับสมบูรณ์ (ปรับปรุงใหม่). กรุงเทพฯ : ดวงกมลสมัย.
- สมคิด บางโม. (2538). หลักการจัดการ. กรุงเทพฯ : นำอักษรการพิมพ์.
- สมพงศ์ เกษมสิน. (2523). การบริหาร. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2526). การบริหาร. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2529). การบริหารการศึกษา. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.
- สมาน รังสิโยกฤ. (2537). หลักการบริหารเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สวัสดิการสำนักงาน ก.พ.
- สายัน กุฎาคาร. (2538). ความต้องการในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการ ศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- สุขสันต์ อ่วมสอาด. (2539). สภาพและปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษา ในโรงเรียนโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาขั้นพื้นฐาน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุทธิ พานิชเจริญนาม. (ม.ป.ป.). องค์ประกอบของสมรรถภาพร่างกาย. (เอกสารประกอบคำสอน). กรุงเทพฯ : ม.ป.พ. อัดสำเนา.

อัชนา ลิ้มปิไพฑูรย์. (2530). *การบริหารงานโดยยึดวัตถุประสงค์*. กรุงเทพฯ : ศูนย์เพิ่มผลผลิตแห่งประเทศไทย กระทรวงอุตสาหกรรม. อัดสำเนา.

Luther, Gulick ; & Lyanall, Urwick. (1973). *Paper on Sciences of Administration*. New York : Institution of Public Administration.

Simon, Herbert A. (1947). *Administrative Behavior*. New york : the Macmillan.

Drucker, Peter F. (1964). *Management for result*. New york : Harper and Row.

Hall, Dougluas. (1989, Spring). Beauvais'Fitness and Aerobic Centers : Daeteminaton of Member Characteristics. *In Master Abstracts Internation*. 27(1) : 47.

Hill, Geoffrey Harrison. (1981, June). Participation of Twlfth Grade Females in Interscholastic Athletics on Related to Their Attitudes Concerning Participation in Physical Education and Interscholastic Athletics. *Dissertation Abstracts Internation*. 38(12) : 1875-A.

Holbrook, Jame Edward. (1993, February). Current Problems and Trends in Facility Planning for Health Physical Education Recreation and Athletics at Colleges and Universities. *Dissertation Abstracts International*. 53 : 2735-A.

Johnson, Maureen Mc Carthhy. (1990, Febury). Education and Bussiness in Paratnership for Fitness. *In Duissertation Abstract Internation*. 50(8) : 2327-A.

Johnston, Nora Jane. (1995, Febuary). Workplace Physical Activity and Health Promotion Initiatives in ALBERTA : A Longitudinal Study. *Dissertation Abstracts International*. 33(9) : 147.

Ogura, O ; & Y. Yamaguchi. (1998). A Longitudinal Study of Dropout From a Fitness Club : A Case Study a Management Perspective. *Abstracts New Horizons of Human Movement*. p.129.

Turubull, Auguestus B. (1970). *Government Budgeting and PPB : A Programmed Introduction*. Massachusett : Addison Wesley Publishing.

Yamaguchi, Y. ; & K. Okada. (1988, May). A Study of Adherence to a Fitness Club : A User's Perspective. *Abstracts New Horizons of Human Movement*. 1998(7) :128.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกาย ในศูนย์การออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546

แบบสอบถามนี้ แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Check List)
- ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการเกี่ยวกับการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด
- ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของผู้มาใช้บริการเกี่ยวกับการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) โดยมีลักษณะเป็นแบบปลายเปิด (Open-Ended Questionnaires)

คำชี้แจง

- ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำไปใช้เป็นข้อมูลเพื่อการนำเสนอในภาพรวมของการศึกษาวิจัยเท่านั้น ซึ่งจะไม่เป็นผลเสียต่อผู้ใดทั้งสิ้น
- โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ เพื่อประโยชน์ในการนำผลการวิจัยไปใช้ปรับปรุงแก้ไข การให้บริการของศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

แบบสอบถาม

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน ☐ หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบ

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ ☐ 25 - 35 ปี ☐ 36 ปีขึ้นไป
3. ระดับการศึกษา

☐ ประถมศึกษา	☐ ปริญญาตรี
☐ มัธยมศึกษา	☐ สูงกว่าปริญญาตรี
☐ อนุปริญญา	☐ อื่นๆ (ระบุ).....
4. การใช้บริการ

☐ 1 - 2 วัน/สัปดาห์	☐ มาใช้บริการทุกวัน
☐ 3 - 5 วัน/สัปดาห์	☐ อื่นๆ (ระบุ).....
5. ช่วงเวลาที่มาใช้บริการ

☐ 06.00 - 09.00 น.	☐ 16.00 - 19.00 น.
☐ 09.00 - 12.00 น.	☐ 19.00 - 22.00 น.
☐ 13.00 - 16.00 น.	
6. มาใช้บริการตามโอกาสใดบ้าง (สามารถเลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ เมื่อมีเวลาว่างหลังเลิกงาน	☐ มาตามตารางกิจกรรมที่ชอบ
☐ มาเฉพาะวันหยุด	☐ อื่นๆ (ระบุ).....
7. การมาใช้บริการ ส่วนมากมาใช้บริการร่วมกับใคร

☐ มาคนเดียว	☐ มากับเพื่อน 2 - 3 คน
☐ มากับครอบครัว	☐ อื่นๆ (ระบุ).....

8. จุดมุ่งหมายของการมาใช้บริการ (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ เพื่อสุขภาพ
- ☐ เพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- ☐ เพื่อเพิ่มพูนทักษะกิจกรรมในประเภทที่ชอบและสนใจ
- ☐ เพื่อพักผ่อน
- ☐ เพื่อทรรดทรงที่สวยงาม
- ☐ อื่นๆ (ระบุ).....

9. ระยะเวลาที่ใช้บริการ

- ☐ 1 - 3 เดือน
- ☐ 3 - 6 เดือน
- ☐ 6 - 9 เดือน
- ☐ 9 - 12 เดือน
- ☐ มากกว่า 1 ปี

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้มาใช้บริการเกี่ยวกับการให้บริการของศูนย์ออกกำลังกาย
ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย)

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความตามที่กำหนดให้ต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าท่านมีความคิดเห็นกับ
ข้อความนั้นในระดับใด ซึ่งในแต่ละข้อจะมีคำตอบ 5 ระดับ ดังนี้ มากที่สุด มาก ปานกลาง
น้อย และน้อยที่สุด โดยกำหนดให้แต่ละระดับมีคะแนน 5 4 3 2 และ 1 ตามลำดับ

ตัวอย่าง

ข้อ	รายการ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ท่านคิดว่าสถานที่ที่พักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีเพียงพอ.....	/.....				
2.	ท่านคิดว่าบริเวณโดยรอบของฟิตเนส เฟิร์สท์มีความสะอาดเรียบร้อย.....			/.....		

หมายเหตุ

- 1. ผู้ใช้บริการมีความคิดเห็นในเรื่องสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีเพียงพออยู่ในระดับมากที่สุด
- 2. ผู้ใช้บริการมีความคิดเห็นในเรื่องบริเวณโดยรอบของศูนย์ออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อยเพียงพออยู่ในระดับปานกลาง

2.1 ด้านบุคลากร

ข้อ	รายการ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	จำนวนผู้ฝึกสอนเพียงพอต่อการให้บริการการสอนแก่สมาชิก.....					
2.	ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกีฬา.....					
3.	ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ.....					
4.	ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในเวลาและนอกเวลาสอนกิจกรรม.....					
5.	ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ.....					
6.	ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตวิธีการใช้อุปกรณ์อย่างละเอียดถี่ถ้วน.....					
7.	ผู้ฝึกสอนดำเนินการสอนอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง...					
8.	ผู้ฝึกสอนแนะนำการใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ที่นำมาติดตั้งใหม่ให้แก่สมาชิก.....					
9.	ผู้ฝึกสอนดูแลความปลอดภัย และอำนวยความสะดวกแก่สมาชิก.....					
10.	ผู้ฝึกสอนแนะนำแก่ผู้ใช้บริการที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง.....					
11.	ผู้ฝึกสอนมีความสามารถในการให้คำแนะนำแก่ผู้ใช้บริการ.....					
12.	ผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน.....					
13.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร.....					
14.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น.....					
15.	ผู้ฝึกสอนมีความรู้ความเข้าใจในระบบกล้ามเนื้อและระบบต่างๆ ของร่างกาย.....					

2.2 ด้านการจัดการ

ข้อ	รายการ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	อัตราค่าสมาชิกรายเดือนเหมาะสม.....					
2.	อัตราค่าสอนตัวต่อตัว (คูปอง) เหมาะสม.....					
3.	ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม.....					
4.	การบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม.....					
5.	การติดต่อสื่อสารกับศูนย์ฝึกมีความสะดวกรวดเร็ว.....					
6.	ข้อมูล ข่าวสารด้านสารสนเทศมีความเหมาะสม.....					
7.	การประชาสัมพันธ์ของศูนย์ฝึกมีความต่อเนื่องเหมาะสม....					
8.	การจัดกิจกรรมนันทนาการระหว่างการให้บริการเหมาะสม.....					
9.	การให้บริการด้านข่าวสารสุขภาพเพียงพอเหมาะสม.....					
10.	ห้องปฐมพยาบาลและเจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลเหมาะสม.....					
11.	ระบบการจราจรของศูนย์ฝึกมีความสะดวก,คล่องตัว.....					
12.	การให้บริการหลังรับบริการ(ผลตอบรับการใช้บริการ).....					
13.	การให้บริการด้านข้อติชมการให้บริการเพียงพอเหมาะสม..					
14.	การจัดกิจกรรมแต่ละเดือนให้กับสมาชิกเพียงพอ.....					
15.	ระบบเตือนภัยในศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์ส จัดไว้เหมาะสม.....					

2.3 ด้านการบริการ

ข้อ	รายการ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ฟิตเนส เฟิร์สท (ประเทศไทย)มีให้บริการแก่ประชาชนเพียงพอ.....					
2.	การให้บริการกิจกรรมการสอนมีเพียงพอต่อสมาชิก.....					
3.	การให้บริการข้อมูลของแต่ละแผนกเหมาะสม.....					
4.	การให้บริการการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายฟรีเหมาะสมแก่สมาชิก.....					
5.	การให้บริการแก่สมาชิกพนักงานทุกคนสามารถให้ข้อมูลได้อย่างถูกต้อง.....					
6.	การให้บริการแจ้งข้อมูลต่างๆ ในโปสเตอร์ 2 ภาษา มีเพียงพอ.....					
7.	การให้บริการการวางแผนเวลาที่จัดกิจกรรมการออกกำลังกายมีความเหมาะสม.....					
8.	การจัดตารางของกิจกรรมออกตามเวลาที่กำหนด.....					
9.	การให้บริการของพนักงานสามารถสื่อสารกันได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว.....					
10.	การให้บริการของพนักงานมีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก.....					

2.4 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ข้อ	รายการ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	สถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ.....					
2.	บริเวณโดยรอบของฟิตเนส เฟิร์สท์ มีความสะอาดเรียบร้อย.....					
3.	บริเวณภายในศูนย์ออกกำลังกาย และภายในห้องออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย.....					
4.	อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีเพียงพอ (เช่นดัมเบล,สเตป,จักรยาน).....					
5.	อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกาย และเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย.....					
6.	พื้นที่ในห้องออกกำลังกายมีไว้บริการเพียงพอ.....					
7.	ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย.....					
8.	ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ.....					
9.	ตู้เก็บสิ่งของมีไว้บริการเพียงพอ.....					
10.	เครื่องระบายความร้อนภายในห้องฝึกกีฬามีปริมาณเพียงพอ.....					
11.	สภาพอากาศภายในห้องฝึกเหมาะสำหรับออกกำลังกาย.....					
12.	เครื่องทำน้ำเย็นมีเพียงพอและติดตั้งในสถานที่ที่เหมาะสม.....					
13.	สถานที่จอดรถมีปริมาณเพียงพอกับจำนวนสมาชิก.....					
14.	เครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี.....					
15.	บริเวณที่พักผ่อนมีเครื่องดื่มบริการอย่างเพียงพอ.....					

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่นๆ

ด้านบุคลากร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ด้านการจัดการ

.....

.....

.....

.....

.....

ด้านการบริการ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ด้านสถานที่อุปกรณ์ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ท์

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

รองศาสตราจารย์ชาญวิทย์ เทียมบุญประเสริฐ

อาจารย์ประจำสำนักทดสอบ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นำชัย เลวลย์

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์อรรถาญ ทรวงามทรัพย์

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวสุรีพร โรจนศิริ
วัน เดือน ปีเกิด	19 มิถุนายน พ.ศ. 2522
สถานที่เกิด	จังหวัดนครสวรรค์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	ฟิฟตี้ พาร์ค 50 เลขที่ 2036/163 สุขุมวิท 50 เขตคลองเตย กรุงเทพ 10260
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ผู้ฝึกสอนออกกำลังกาย
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	ศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) สาขาแลนมาร์ค กรุงเทพมหานคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2540	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนลาซาลโชติรวินนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์
พ.ศ. 2544	ศิลปศาสตรบัณฑิต (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา
พ.ศ. 2547	การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ