

๒/๓ ๓๐๔๔๗๙๖

๖๒๕๗

๗.๓

ความเชื่อและการปฏิบัติของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง

ปริญญาโท

ของ

อานุภาพ ภูมุกัก

๑๐ ต.ค. ๒๕๓๓

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา

เมษายน ๒๕๓๓

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

170574

คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิตและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้
แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
พลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

.....ประธาน /

(ผศ. อุดม พิมพา)

.....กรรมการ /

(ผศ. เทเวศร์ นิริยะพจนท์)

คณะกรรมการสอบ

.....ประธาน

(ผศ. อุดม พิมพา)

.....กรรมการ

(ผศ. เทเวศร์ นิริยะพจนท์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์แผน เจียรน้อย)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศ.ดร.สมพร บัวทอง)

วันที่ .. ๑๗ .. เดือน .. เมษายน .. พ.ศ. ๒๕๓๓

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลือจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์อุดม พิมพ์า ประธานกรรมการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เทเวศร์ นิริยะพจน์ท์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์แพทย์หญิง เทียมจันทร์ เจียมประเสริฐ รองศาสตราจารย์ ดร. สุพิตร สมานิติโต รองศาสตราจารย์ฟอง เกิดแก้ว ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณธาดา ดร. จรวยพร ธรนิมทร์ ที่กรุณาสละเวลาอันมีค่ามาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบแบบสอบถาม ขอขอบคุณอาจารย์นิสิต ศศิธรเวชกุล ที่กรุณาให้คำปรึกษา และขอขอบคุณผู้ให้ความกรุณาช่วยเหลือในการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยไม่สามารถกล่าวนามไว้ ณ ที่นี้ได้ทั้งหมด

คุณประโยชน์บางอย่างบางประการอันพึงมีจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้คุณพ่อคุณแม่ และพี่ ตลอดจนครูอาจารย์ที่ให้การอบรมสั่งสอน และให้ความรู้ต่าง ๆ อันเป็นการวางรากฐานทางการศึกษาแก่ผู้วิจัยตลอดมา

อานุภาพ ภู่มุกข์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1	บทนำ..... 1
	/ ภูมิหลัง..... 1
	/ ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า..... 3
	/ ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า..... 4
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า..... 4
	คำนิยามศัพท์เฉพาะ..... 5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 6
	* เอกสารที่เกี่ยวกับความเชื่อ..... 6
	* งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อ..... 7
	/ เอกสารและผลงานที่เกี่ยวข้องกับเครื่องตีไม้บำรุงพลัง..... 9
	/ สมมติฐานในการวิจัย..... 14
3	วิธีดำเนินการศึกษา..... 15
	ประชากรที่ศึกษา..... 15
	กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา..... 15
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า..... 15
	ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ..... 16
	การหาคุณภาพของเครื่องมือ..... 17
	การเก็บรวบรวมข้อมูล..... 17
	การวิเคราะห์ข้อมูล..... 18
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล..... 18

4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	21
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	21
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมาย.....	22
5	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	56
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	56
	ประชากร.....	56
	กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	56
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	57
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
	สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
	อภิปรายผล.....	58
	ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย.....	59
	บรรณานุกรม.....	61
	ภาคผนวก.....	66
	ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	78

เขตข้อ ✓

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	22
2	การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง.....	26
3	จำนวนร้อยละของผู้ที่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง จำแนกตามเพศ.....	34
4	จำนวนร้อยละของผู้ที่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง จำแนกตามอายุ.....	34
5	จำนวนร้อยละของผู้ที่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง จำแนกตามระดับการศึกษา.....	35
6	ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง.....	36
7	แสดงระดับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง.....	52
8	ความสัมพันธ์ระหว่างเพศของนักกีฬา และความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง....	53
9	ความสัมพันธ์ระหว่างอายุของนักกีฬา และความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง....	54
10	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของนักกีฬา และความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง.....	55

ภูมิหลัง

ปัจจุบันเรามักพบเห็นโฆษณาในสื่อสารมวลชนต่าง ๆ เช่น ทางหน้าหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และอื่น ๆ เกี่ยวกับสิ่งบำรุงพลังในรูปเครื่องดื่มอย่างแพร่หลายว่า ส่วนผสมในเครื่องดื่มบำรุงพลังเหล่านั้น สามารถทดแทนพลังงานที่สูญเสียไป หรือเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้ดียิ่งขึ้น ทำให้เป็นที่ยอมรับ และนิยมของบุคคลทั่วไป โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ใช้แรงงานและนักกีฬา แต่ประทุม ม่วงมี (2527 : 45) ได้กล่าวอ้างอิงถึงผลการวิจัยของ เพล (Peihl) ไพค์ (Pike) และ บราวน์ (Brown) เกี่ยวกับเครื่องดื่มพวกนี้ว่า มีหลักฐานที่แสดงให้เห็นว่าไม่ทำให้การทำงานหรือ การออกกำลังกายที่รุนแรงและเสร็จในช่วงเวลาอันสั้น (ภายใน 1 ชั่วโมง) มีผลดีขึ้นแต่อย่างใด จากการศึกษาของคาร์โปวิช (Karpovich, 1966 : 312) พบว่า การใช้สิ่งบำรุงพลัง อาจมีผลโดยตรงต่อเนื้อเยื่อของกล้ามเนื้อ ช่วยให้เกิดพลังงาน ซึ่งจำเป็นต่อการหดตัวของกล้ามเนื้อ มีผลต่อหัวใจและระบบไหลเวียนของโลหิต ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและความสะดวกในการส่ง ผ่านออกซิเจนและของเสีย มีผลต่อศูนย์กลางควบคุมการหายใจ ช่วยยืดระยะเวลาเริ่มต้นของ อาการเมื่อยล้า โดยไม่มีปฏิกิริยาต่อระบบประสาท เป็นต้น นอกจากนี้ จากการศึกษาของ กรุงไกร เจนพาณิชย์ (2515 : 1163) ยังพบว่า ประสิทธิภาพของการใช้สิ่งบำรุงพลัง ยังต้อง ขึ้นอยู่กับปัจจัยเกี่ยวข้องอื่น ๆ อีกหลายประการ เช่น ขนาดหรือปริมาณที่บริโภค ซึ่งยากต่อการ ควบคุมให้เหมาะสม อีกทั้งปฏิกิริยาตอบสนองต่อสารบางอย่างของร่างกายแต่ละคนแตกต่างกันอาจ เกิดผลอันไม่พึงประสงค์ได้ เช่น ตื่นตกใจ ง่วงซึม คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย เป็นต้น และ เสี่ยงต่อผลเสียบางอย่าง ซึ่งทำให้ผู้ใช้ต้องเพิ่มขนาดสิ่งบำรุงพลังในปริมาณมากขึ้น จนอาจเป็น อันตรายหรือเสพยาติดได้ (กองวิทยาศาสตร์ชีวภาพ, 2526 : 131) เครื่องดื่มบำรุงพลังที่วาง จำหน่ายในท้องตลาดในประเทศไทยปัจจุบัน ส่วนใหญ่จะประกอบด้วยสารเคมี และวิตามินต่าง ๆ เช่น กลูคูโรโนแลคโตน แพนโททีนัลแอลกอฮอล์ ไอโนซิทอล คาเฟอีน ซิตริกแอซิด ทอรีน ในอานีนาไมด์ ไพรดีอกซิน และน้ำผึ้ง ในส่วนผสมที่แตกต่างกันในแต่ละบริษัทที่ประกอบการผลิต

(นิลิต ศศิธรเวชกุล. 2521 : 5 - 10) เมื่อพิจารณาวิเคราะห์องค์ประกอบของเครื่องต้มพบว่า มีสารหลายชนิดเป็นส่วนประกอบสำคัญคือ คาเฟอีน ปริมาณเท่ากับกาแฟครั้งถ้วย กรดน้ำส้มกลั่นน้ำผึ้ง ซึ่งไม่ใช่ส่วนผสมแต่เป็นสารเคมี วิตามินบี และสารประกอบอื่น ๆ อีกเล็กน้อย ซึ่งสิรินทร์ พิบูลนิยม (วารสารข่าวสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. 2522 : 20 - 21) ได้กล่าวว่า เครื่องต้มบำรุงพลังไม่จำเป็นต่อสุขภาพอนามัยและร่างกาย เนื่องจากหากได้รับประทานอาหารที่ดีก็จะมีอยู่ในอาหารครบทุกอย่าง โดยไม่ต้องรับเพิ่มเติมจากเครื่องต้มดังกล่าว และหากต้มเครื่องต้มดังกล่าวเข้าไป โดยไม่มีอาหารเป็นตัวประกอบ ร่างกายก็ไม่สามารถจะนำเอาวิตามินต่าง ๆ มาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ เพราะวิตามินเหล่านี้มีหน้าที่สำคัญในการใช้สารอาหารให้เกิดประโยชน์เต็มที่ หากไม่ได้สารอาหารเข้าไปด้วย ร่างกายจำเป็นต้องกำจัดออกไปในปัสสาวะ ซึ่งนับเป็นการสูญเสียเงินโดยเปล่าประโยชน์ และวิตามินบางชนิดหากรับประทานในปริมาณที่มากเกินไปความต้องการก็จะเป็นอันตรายต่อร่างกาย (สมใจ วิชัยดิษฐ์. 2532 : 52) นอกจากนี้สารเคมีซึ่งถือว่าเป็นสารกระตุ้นประสาทและทำให้เสพยาติได้ หากรับประทานติดต่อกันเป็นเวลานานคือ คาเฟอีน นั้น จากการศึกษาของโกธ (Goth. 1974 : 274 - 275) พบว่า มีผลต่อร่างกายโดยไปกระตุ้นการทำงานของสมอง เพิ่มการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจ และเพิ่มการหลั่งกรดในกระเพาะอาหาร เบอร์เกน และ มิทเชล (Borgen and Mitchel. 1972 : 42) พบว่า นักกีฬาบางคนไวต่อคาเฟอีนในกาแฟเป็นพิเศษ จะเกิดอาการกระวนกระวาย อยู่ไม่สุข ตื่นเต้น นอนไม่หลับ หรือมีอาการทางระบบทางเดินอาหาร ขนาดปกติของคาเฟอีนที่รับประทานไม่ควรเกินวันละ 200 มิลลิกรัม แต่สำหรับผู้ที่มีการทำงานของหัวใจไม่ปกติ ควรระวังการรับประทานคาเฟอีนให้มาก เพราะอาจเป็นอันตรายได้ จากการวิเคราะห์ปริมาณคาเฟอีนในเครื่องต้มบำรุงพลัง พบว่า มีตั้งแต่ 50 - 250 มิลลิกรัม (วนิดา ศรีเตชะ. 2523 : 830 - 831) การศึกษาผลของการให้เครื่องต้มบำรุงพลังต่อสมรรถภาพสูงสุด ในการจับออกซิเจนของร่างกาย ซึ่งการทำงานของร่างกายจะดำเนินไปได้นานแค่ไหน ขึ้นอยู่กับความสามารถในการจับออกซิเจนของเซลล์ในร่างกาย เพื่อนำไปใช้ให้เกิดพลังงานต่อไป พบว่า เครื่องต้มบำรุงพลังไม่ได้เพิ่มสมรรถภาพทางกาย โดยเฉพาะสมรรถภาพสูงสุดในการจับออกซิเจนแต่อย่างใด (นิลิต ศศิธรเวชกุล. 2521 : 34)

จากการแข่งขันในเชิงธุรกิจการค้า ผู้ผลิตสินค้าประเภทเครื่องตีบ่ารุงพลัง ได้พยายามโฆษณาชวนเชื่อโดยวิธีการต่าง ๆ ถึงคุณภาพของผลิตภัณฑ์ของตน รวมทั้งการวางจำหน่ายอย่างแพร่หลาย หาซื้อได้ง่าย ทำให้เครื่องตีบ่ารุงประเภทนี้เป็นที่รู้จักและนิยมอย่างกว้างขวางในกลุ่มบุคคลทั่วไป ซึ่งอาจมีทั้งคุณและโทษต่อผู้ใช้ได้ (มีลลิกา ธัญวัฒนา. 2520 : 35 -51) นอกจากนี้ยังมีผู้พยายามคิดค้นว่าจะมียาหรือสารเคมีใดบ้าง ที่จะเพิ่มสมรรถภาพของนักกีฬาให้มีมากกว่าปกติ (กรุงไกร เจนพาณิชย์. 2512 : 3 - 4) ดังนั้น วงการกีฬาจึงเป็นเป้าหมายหนึ่งที่ผู้ผลิตหรือผู้ประกอบการประเภทเครื่องตีบ่ารุงให้ความสนใจ และถือว่่านักกีฬาเป็นกลุ่มผู้บริโภคเป้าหมายสำคัญ ดังนั้น จะเห็นได้จากการเข้าไปมีส่วนร่วมในการจัดการแข่งขันกีฬาระเภทต่าง ๆ โดยการสนับสนุนทั้งด้านเงินทุน และผลิตภัณฑ์เครื่องตีบ่ารุงพลังของตน ด้วยวิธีการดังกล่าว จึงทำให้เครื่องตีบ่ารุงประเภทนี้แพร่หลายและเป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวางในวงการกีฬา

จากเหตุผลต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น จึงเป็นที่น่าสนใจศึกษาว่า ในกลุ่มผู้บริโภคซึ่งเป็นนักกีฬาเหล่านี้มีความเชื่อและการปฏิบัติอย่างไรเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง และมีปัจจัยใดบ้างที่สัมพันธ์กับความเชื่อและการปฏิบัติเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง ซึ่งยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษามาก่อน ทั้งนี้ ผลที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ สามารถนำมาเป็นประโยชน์แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการใช้เป็นข้อมูลพื้นฐาน ในการวางแผนส่งเสริม ประชาสัมพันธ์ ให้ความรู้และการปฏิบัติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการใช้เครื่องตีบ่ารุงพลังแก่ประชาชนต่อไป

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า X

1. เพื่อทราบถึงระดับความเชื่อที่ถูกต้องของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง
2. เพื่อทราบถึงการปฏิบัติของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง
- ✓ 3. เพื่อทราบถึงปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบถึงความเชื่อและการปฏิบัติของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องดื่มนำรุงพลัง
2. ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องดื่มนำรุงพลัง
3. เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้มาเสนอต่อหน่วยงานของรัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้อง
4. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้าของผู้สนใจในการศึกษาวิจัยด้านการกีฬาต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักกีฬาที่ได้รับเลือกเป็นตัวแทน ของเขตต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักกีฬาที่ได้รับเลือกเป็นตัวแทนของ เขตต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533 โดยใช้การสุ่มอย่างง่าย รวมทั้งสิ้น 300 คน
3. การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะความเชื่อและการปฏิบัติของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องดื่มนำรุงพลัง และปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬาที่เกี่ยวกับเครื่องดื่มนำรุงพลัง
4. ตัวแปรที่ศึกษาครั้งนี้
 - 4.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่
 - เพศ
 - อายุ
 - ระดับการศึกษา
 - 4.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องดื่มนำรุงพลัง

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเชื่อ หมายถึง ความนึกคิดหรือความเข้าใจของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งอาจจะมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลก็ได้ และจะทำให้บุคคลนั้นมีความโน้มเอียงที่จะปฏิบัติตามแนวคิด และความเข้าใจนั้น ๆ

2. นักกีฬา หมายถึง นักกีฬาที่ได้รับคัดเลือกเป็นตัวแทนของเขตต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533

3. เครื่องดื่มบำรุงพลัง หมายถึง เครื่องดื่มประเภทยากระตุ้น เนื่องจากมีสารเคมีและวิตามินบางประเภท ที่อาจจะมีผลต่อประสาทส่วนกลาง หรือส่วนอื่นของร่างกาย เครื่องดื่มดังกล่าวมีขายตามท้องตลาดอย่างแพร่หลาย ซึ่งมีชื่อทางการค้าต่าง ๆ กัน

4. ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง หมายถึง ความนึกคิดหรือความเข้าใจของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลังซึ่งอาจจะผิดหรือถูกก็ได้ หรืออาจจะมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลก็ได้

5. ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง หมายถึง ข้อมูลที่เป็นจริงตามหลักวิทยาศาสตร์การแพทย์เกี่ยวกับคุณสมบัติของส่วนประกอบของสารเคมีและวิตามินต่าง ๆ ในเครื่องดื่มบำรุงพลัง รวมทั้งการปฏิบัติที่ถูกต้อง เกี่ยวกับการใช้เครื่องดื่มบำรุงพลังของนักกีฬา

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยทั้งภายในประเทศ และต่างประเทศ มีดังนี้

เอกสารที่เกี่ยวกับความเชื่อ

โรคีส (Rokeach. 1970 : 112) ได้ให้ความหมายว่าความเชื่อเป็นส่วนประกอบในตัวบุคคล ซึ่งอาจจะรู้ตัวว่ามี หรือไม่รู้ตัวก็ได้ แต่สามารถจะรู้ว่ามีได้ จากการที่บุคคลนั้นพูด หรือกระทำ ความเชื่อจะเป็นส่วนกำหนดแนวโน้มของบุคคล หรือเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดบุคคลกระทำการใดสิ่งหนึ่งลงไป ถ้าได้รับการกระตุ้นอย่างเหมาะสม ดังนั้น ความเชื่อจึงมีอิทธิพลอย่างหนึ่งต่อพฤติกรรม การแสดงออกของมนุษย์ และความเชื่อที่เกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วยก็น่าจะมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลในการปฏิบัติตนเพื่อรักษาสุขภาพอนามัยด้วย

ส่วนฟิชไบน์และไอจเซน (Fishbein and Ajzen. 1975 : 131) ได้ให้ความหมายของความเชื่อไว้ว่า น่าจะเกี่ยวกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดซึ่งสามารถเร้าให้บุคคลเกิดการตอบสนองออกมาได้ และสิ่งนั้น ๆ มีความสัมพันธ์กับเหตุผล เป้าหมาย ความคิดรวบยอด หรือจุดมุ่งหมายของบุคคล ซึ่งความเชื่อดังกล่าวมีรากฐานที่มาจาก 2 ประการ คือ

1. บุคคลสร้างรูปแบบของความเชื่อ จากความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งที่พบเห็น เป็นต้นว่า บุคคลพบเห็นสิ่งที่แน่นอน เช่น เห็นหรือรู้สึกได้ว่า โต๊ะกลม หรือเห็นว่า นิโกรมีผิวดำ เป็นต้น
2. บุคคลสร้างรูปแบบความเชื่อ จากการที่มีประสบการณ์ต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยตรง เช่น บุคคลได้รับการอบรมจากบิดามารดาเกี่ยวกับสิ่งใด ก็จะมี ความเชื่อตามที่ได้รับประสบการณ์มา

ไวท์ติ้งและไชลด์ (Whiting and Child. 1963 : 352) ได้ให้คำจำกัดความเกี่ยวกับความเชื่อไว้ว่า ความเชื่อเป็นวัฒนธรรมที่ตอบสนองต่อสัญลักษณ์ที่สัมพันธ์กับเหตุการณ์ใด เหตุการณ์หนึ่ง ซึ่งในแต่ละวัฒนธรรมจะประกอบด้วย ประเพณี การปฏิบัติ ความเชื่อ ค่านิยม เจตคติ ฯลฯ ต่าง ๆ กันไป และในการปฏิบัติสิ่งใดก็ตาม บ่อยครั้งที่พบว่า จะเกี่ยวกับความเชื่อ

แม้ว่าการกระทำต่าง ๆ จะไม่จำเป็นต้องระบุถึงความเชื่อในทุกกรณีก็ตาม แต่อย่างน้อยที่สุดการกระทำจะเกี่ยวข้องกับความเชื่อบางอย่างเสมอ

จรรยา สุวรรณทัต (2527 : 141) ได้ให้ความหมายของความเชื่อว่าเป็น ความนึกคิดหรือความเข้าใจของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งอาจจะมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลก็ได้ และจะทำให้มนุษย์มีความโน้มเอียงที่จะปฏิบัติตามแนวความคิด และความเข้าใจนั้น ๆ

สุโท เจริญสุข (2520 : 40 - 41) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบที่มีอิทธิพล ต่อการส่งเสริมความเชื่อคือ

1. อายุ อายุมากร่างกายก็เจริญขึ้น ความคิดความเห็นของตนก็เจริญขึ้นด้วย
2. ระดับการศึกษาทั่วไป คนที่มีการศึกษา และประสบการณ์มาก จะช่วยเพิ่มพูนความรู้และความสามารถให้ตนเองเสมอ ทำให้เกิดทัศนคติที่กว้างขวางและอุปทานในสิ่งต่าง ๆ ได้มาก
3. ชั้นของการเรียน คือ การจบชั้นใดของการศึกษา ผู้ที่เคยผ่านชั้นสูง ๆ ก็รู้มากเห็นมาก คิดมากเป็นธรรมดา พัฒนาการทางด้านความเชื่อถือและอุดมคติจึง เป็นไปได้ดีกว่าคนที่มียระดับการศึกษาต่ำ
4. ฐานะทางเศรษฐกิจสังคม คนมีเงินมากย่อมแสวงหาสิ่งที่ต้องการ ได้มากกว่า ดีกว่า คนขาดเงิน การได้ท่องเที่ยวในต่างประเทศก็ช่วยให้คนเพิ่มความรู้ลึกซึ้งนึกคิดในทางที่ถูกต้อง เช่นกัน
5. อาชีพ ทัศนคติ และศีลธรรมจรรยา ย่อมเป็นตามอาชีพของตน สังเกตได้ง่าย ๆ เช่น แนวความคิดและการกระทำของคนอาชีพหาเข้ากินค่า กับคนอาชีพสูง ๆ ที่สังคมยกย่อง จะเห็นว่าต่าง ๆ กัน พวกมีอาชีพชั้นสูงนั้น จะมีแนวโน้มว่าจะเป็นบุคคลที่มีความคิดผูกมัดกับประเพณีระเบียบแบบแผน
6. เพศ ความแตกต่างทางเพศชี้ให้เห็นถึงความเป็นไปของสังคม เกี่ยวกับเรื่องนี้ได้บ้าง เช่น การดื่มสุรา ผู้ชายจะมากกว่าผู้หญิง การเชื่อฟังปฏิบัติตามกฎหมาย ไม่ฝ่าฝืนข้อบังคับ ผู้หญิงจะมากกว่าผู้ชาย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อ

ประยงค์ ลิ้มตระกูล (2520) ได้ศึกษาเรื่องความเชื่อ ประเพณี และการปฏิบัติตนที่มีผลต่ออนามัยของหญิงหลังคลอด โรงพยาบาลเชียงใหม่พบว่าปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ อายุ การศึกษา

อาชีพ รายได้ และถิ่นที่อยู่อาศัยของประชากร มีความสัมพันธ์กับความเชื่อ และประเพณีที่มีผลต่อการปฏิบัติตัวของหญิงหลังคลอดเป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้ บิดา มารดา ญาติผู้ใหญ่ และเพื่อนบ้าน มีอิทธิพลต่อการชักจูง และส่งเสริมให้เชื่อถือ และปฏิบัติตามในประเพณีดั้งเดิมของท้องถิ่นอีกด้วย

สายสุรี วัชรเกียรติ (2506 : 29) ได้ศึกษาเรื่อง การเชื่อถือโชคกลางของนิสิตมหาวิทยาลัยบางคน โดยทำการทดสอบนิสิตที่เรียนจิตวิทยาเบื้องต้น จิตวิทยาสำหรับครู และจิตวิทยาการศึกษาในคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รวม 136 คน พบว่า นิสิตชายมีความเชื่อถือโชคกลางมากกว่านิสิตหญิง

สุจิตรา รักเกียรติ (2510 : 43) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการวิเคราะห์ความเชื่อทางด้านสุขภาพและสวัสดิภาพของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 จำนวน 820 คน พบว่า ความแตกต่างระหว่างเพศ ภูมิฐานะ และระดับการศึกษาของบิดา มารดา ไม่ทำให้นิสิตมีความเชื่อและความเข้าใจผิดต่างกัน แต่การศึกษาของนิสิต ทำให้มีความแตกต่างกันในเรื่องความเชื่อด้านสุขภาพ โดยเฉพาะพวกที่เคยเรียนวิชาสุขศึกษา และสวัสดิศึกษา มาก่อน มีส่วนช่วยจัดความเชื่อที่ผิด ๆ ของนิสิตได้

ประสาธ อิศรปริตา และคณะ (2518) ได้ศึกษาความเชื่อ และสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจของชาวอีสานทางด้านอนามัย เมื่อเปรียบเทียบในกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เพศหญิง มีความเชื่อมากกว่าเพศชาย กลุ่มอายุมาก มีความเชื่อมากกว่ากลุ่มอายุน้อย กลุ่มที่มีการศึกษาสูง มีความเชื่อต่ำกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาต่ำ

ปิยวรรณ วิรัชชัย (2521 : 51, 54, 56) ศึกษาเรื่องความเชื่อเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็ก และสุขภาพอนามัยของเด็กนักเรียนก่อนวัยเรียน เพื่อศึกษาความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลในการเลี้ยงดูเด็ก ของมารดาที่มีความแตกต่างกันในด้านอาชีพ ระดับการศึกษา และฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว พบว่า มารดาที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน ฐานะเศรษฐกิจต่างกัน มีความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลในการเลี้ยงดูเด็กต่างกัน โดยมารดาที่มีการศึกษาสูง มีความเชื่อต่ำกว่ามารดาที่มีการศึกษาต่ำ มารดาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความเชื่อต่ำกว่ามารดาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ นอกจากนี้ มารดาที่มีอาชีพทำงานนอกบ้าน มีความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลต่ำกว่า มารดาที่ทำงานในบ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง อาจสรุปได้ว่า ความเชื่อเป็นความนึกคิดและความเข้าใจของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นไปในทางที่ถูกหรือผิดข้อเท็จจริงก็ได้ ทั้งนี้ขึ้น

อยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น อายุ เพศ ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม และทำให้มนุษย์มีความไม่เอียงที่จะปฏิบัติตามความคิดหรือความเข้าใจ นั้น

เอกสารและผลงานที่เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง

เครื่องดื่มบำรุงพลังซึ่งขายอยู่ตามท้องตลาดทั่วไปในปัจจุบัน เดิมกระทรวงสาธารณสุขจัดว่าเป็นยา แต่ปัจจุบันถือเป็นเครื่องดื่ม เนื่องจากได้พิจารณาแล้วว่า ไม่มีสารประเภทบำบัดรักษา อยู่ด้วย (วนิดา ศรีเตชะ. 2523 : 831) มีผู้นิยมดื่มกันมาก โดยมีผลมาจากการโฆษณาจูงใจ ด้วยวิธีต่าง ๆ ราคาขายขวดละ 10 บาท โดยประมาณ ในขนาดบรรจุปริมาณ 100 มิลลิลิตร ส่วนใหญ่จะประกอบด้วยสารและตัวยาต่าง ๆ ดังนี้

ทอรีน (Taurine) เป็นสารที่ช่วยเกี่ยวกับหน้าที่ของตับ เป็นส่วนประกอบเกลือของน้ำดี ซึ่งมีหน้าที่ในการสร้างน้ำดี เพื่อช่วยย่อยไขมัน และช่วยดูดซึมของวิตามินที่ละลายในไขมัน (Stryer. 1975 : 493)

กลูคูโรโนแลคโตน (Glucuronolactone) พบได้ในยางไม้ ใช้ในโรคข้ออักเสบ เยื่อเกี่ยวพันอักเสบ ประสาทอักเสบ แต่อาจทำให้มีการรบกวนระบบทางเดินอาหาร ขนาดที่รับประทาน 0.5 - 1.0 กรัม

ไอโนซิทอล (Inositol) มีอยู่ในผักผลไม้ ข้าว ยีสต์ ลูกนัท และส่วนต่าง ๆ ของเนื้อสัตว์ (ตับและหัวใจ) ในทางเคมีไอโนซิทอลไม่มีสี มีคุณสมบัติของสารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต สามารถสกัดได้จากกลัมนเนื้อ และยังสามารถพบได้ในสมอง เม็ดเลือดแดง และเนื้อเยื่อของนัยน์ตา (Krause. 1976 : 102 - 107) ถ้าให้อาหารที่ไม่มีไอโนซิทอลแก่สัตว์จะเกิดผลขึ้นหลาย ๆ อย่าง เช่น มีการเจริญเติบโตช้า ไม่มีการเจริญของขน ไอโนซิทอลช่วยในการสลายตัวของไขมัน จึงใช้ในการรักษาเกี่ยวกับโรคไขมันในตับของหมู โดยให้ในรูปของไบโอติน ความสำคัญของไอโนซิทอลต่อคุณค่าทางอาหารของมนุษย์ยังไม่ทราบแน่นอน (James. 1975 : 620)

ซิตริก แอซิด (Citric Acid) แม้ว่าจะรวมตัวกับออกซิเจนได้ง่ายในร่างกาย แต่ก็ไม่พบซิตริก แอซิดในปัสสาวะ ซิตริก แอซิด จะเพิ่มขึ้นในขณะที่ร่างกายมีภาวะเป็นด่าง เนื่องจากไม่มีกรดอื่นเป็นคู่แข่งกันในการขับออก การใช้ซิตริก แอซิด ก็เพื่อให้มีกลิ่นและรสชาติ (Mazur and Harlone. 1971 : 556)

กลิ่นน้ำผึ้ง ซึ่งไม่ใช่ น้ำผึ้งแท้ แต่เป็นสารเคมี (วารสารข่าวสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. 2522 : 20)

คาเฟอีน (Cafein) เป็นสารประกอบอินทรีย์ ประเภทอัลคาลอยด์ (Alkaloid) พบมากในใบชา เมล็ดกาแฟ เมล็ดโกโก้ และเมล็ดโคล่า นอกจากนั้น ยังสามารถสังเคราะห์คาเฟอีนจากสารเคมีได้อีกด้วย เมื่อร่างกายได้รับคาเฟอีน มันจะถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายอย่างรวดเร็ว และถึงระดับสูงสุดภายใน 1 ชั่วโมง คาเฟอีนจะไปอยู่ตามอวัยวะและเนื้อเยื่อต่าง ๆ หลังจากนั้นจะแพร่กระจายไปตามส่วนที่เป็นของเหลว ภายในเซลล์ของเนื้อเยื่อต่าง ๆ จะมีมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับปริมาณของของเหลว หรือน้ำในเนื้อเยื่อนั้น ๆ ปริมาณของคาเฟอีนจะลดลงเหลือครึ่งหนึ่งในพลาสมา และอวัยวะต่าง ๆ ภายใน 3 ชั่วโมง คาเฟอีนจะถูกเปลี่ยนให้เป็นอนุพันธ์ของเมทิลแซนทีนชนิดอื่น ๆ เช่น กรดเมทิลยูริก (1 - Methyluric Acid) และถูกขับออกทางไตออกมากับปัสสาวะ ปริมาณคาเฟอีนที่ร่างกายได้รับ ส่วนใหญ่ถูกเปลี่ยนแปลงมีเพียง 3 - 6 % เท่านั้นที่ถูกขับออกมาในปัสสาวะ ในรูปของคาเฟอีนโดยไม่ได้เปลี่ยนแปลงคาเฟอีนจะออกฤทธิ์มีผลต่อร่างกาย ดังนี้ (นิธิยา. 2523)

1. ช่วยขับปัสสาวะ (Diuretic)
2. กระตุ้นกล้ามเนื้อหัวใจ (Cardiac Muscle Stimulant)
3. กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง (Central Nervous System Stimulant)
4. กระตุ้นการหลั่งของกรดในกระเพาะ (Stimulates Gastric Acid Secretion)
5. ช่วยในการคลายตัวของกล้ามเนื้อเรียบ (Smooth Muscle Relaxant)
6. เพิ่มระดับของกรดไขมันอิสระและน้ำตาลกลูโคสในพลาสมา (Elevates Plasma

Free Fatty Acid and Glucose)

ดังนั้น เมื่อรับประทานเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมคาเฟอีนเข้าไปจึงทำให้เกิดความรู้สึกกระปรี้กระเปร่า มีการเคลื่อนไหวคล่องแคล่วขึ้น ไม่เหนื่อยชา มีน้ำซิม กระชุ่มกระชวย แต่ถ้าร่างกายได้รับคาเฟอีนปริมาณสูงมาก จะทำให้เกิดพิษได้ เช่น อาจทำให้เกิดการชัก (Convulsion) และอาเจียน (Vomiting) แต่ฤทธิ์ของคาเฟอีนจะหายไปภายใน 6 ชั่วโมง

ผลการศึกษาฤทธิ์ของคาเฟอีนในสัตว์ทดลอง ได้แก่ หนู (Mice และ Rat) หนูตะเภา กระต่าย แมว และสุนัข พบว่ามีค่า LD₅₀ (Lethal Dose) อยู่ในช่วง 100 - 1050 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัวหนึ่งกิโลกรัม เมื่อให้หนูได้รับคาเฟอีนประมาณ 35 - 60 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัวหนึ่งกิโลกรัมต่อวัน โดยการฉีดขาดต่อกัน 26 อาทิตย์ พบว่า คาเฟอีนไม่มีผลต่อการเจริญเติบโตหรือระบบสืบพันธุ์ หรือเกิดพยาธิสภาพอื่น ๆ ในหนู เมื่อเพิ่มปริมาณคาเฟอีนเป็น 100 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัมต่อวัน โดยการฉีดติดต่อกัน 4 ชั่วชีวิต (Generations) ก็ยังพบว่ามีผลต่อการสืบพันธุ์ (Fertility) และการตาย (Mortality) ของหนู แต่เมื่อเพิ่มปริมาณคาเฟอีนเป็น 150 มิลลิกรัมต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัมต่อวัน พบว่า ทำให้เกิดพยาธิสภาพได้ คือ หลังจาก 100 วัน หนูมีอาการขนร่วง เกิดความผิดปกติที่ผิวหนัง (Dermatitis) และ อวัยวะต่าง ๆ เกิดการบวมแดง (Congestion) เป็นต้น

กองวิทยาศาสตร์ชีวภาพได้วิเคราะห์หาปริมาณคาเฟอีนในเครื่องดื่มบำรุงพลังชนิดต่าง ๆ ทั้งหมด 11 ชนิด พบว่า ปริมาณคาเฟอีนที่วิเคราะห์พบอยู่ในช่วง 28.3 ± 0.3 ถึง 743 ± 9.9 มิลลิกรัม/ 100 ซม.³ และปริมาณคาเฟอีนที่วิเคราะห์พบต่อหนึ่งหน่วยบรรจุ พบว่าไม่เกินขีดจำกัดที่กำหนดไว้เป็นมาตรฐาน ที่สามารถทำให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย ค่าที่กำหนดไว้โดยไม่เป็นอันตรายต่อร่างกายเท่ากับ 200 มิลลิกรัม แต่ก็แสดงให้เห็นได้ว่าผู้บริโภคควรตระหนักถึงอันตรายจากคาเฟอีนในกรณีที่บริโภคเครื่องดื่มบำรุงพลังติดต่อกันในปริมาณที่มาก เพราะไม่เช่นนั้นแล้วอาจก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกายได้เช่นกัน (วารสารคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและวิทยาศาสตร์. 2526 : 121 - 132)

การใช้คาเฟอีนนาน ๆ ครั้ง จะมีผลมากกว่าการใช้คาเฟอีนติดต่อกันไป เป็นระยะเวลา นาน เนื่องจากเมื่อใช้ไปนาน ๆ เป็นประจำ ร่างกายก็จะสามารถปรับตัว ทำให้มีสภาพดีอยู่ และผลของการกระตุ้นจากการใช้ยา ก็จะลดน้อยลง หรือต้องเพิ่มปริมาณในการใช้มากขึ้น จึงจะได้ผล แต่ถ้าใช้นาน ๆ ครั้ง ร่างกายไม่มีโอกาสปรับตัว คาเฟอีน ก็สามารถออกฤทธิ์ได้เต็มที่ การรับประทานคาเฟอีนเป็นประจำหรือเป็นจำนวนมากติดต่อกันเป็นเวลานาน ๆ จะทำให้เกิดผลเสีย ภายหลังคือ มีอาการคลื่นไส้ ปวดศีรษะ หงุดหงิด นอนไม่หลับ เคร่งเครียด วิตกกังวล ตกใจง่าย ซึ่พจรเต้นเร็ว และมีอาการมือสั่นได้ หรือบางทีอาจถึงชัก ขนาดปกติของคาเฟอีนที่รับประทานไม่

ควรเกินวันละ 200 มิลลิกรัม แต่สำหรับผู้ที่มีระบบการทำงานของหัวใจไม่ปกติ ควรระวังการรับประทานคาเฟอีนให้มาก เพราะอาจเป็นอันตรายได้ (วนิดา. 2523)

นอกจากนี้ มีส่วนประกอบวิตามินที่พบในเครื่องดื่มบำรุงพลังหลายชนิด เช่น

ไนอาซีนาไมด์ (Niacinamide) หรือ ไนอาซิน (Niacin) หรือ นิโคตินาไมด์ (Nicotinamide) เป็นสารผลึกสีขาวละลายได้ดีในน้ำ ทนทานต่อความร้อน ทนทานต่อการรวมตัวกับออกซิเจน และทนต่อด่างต่าง ๆ ไนอาซิน ต่างจากวิตามินอื่นตรงที่ ร่างกายมนุษย์สามารถสังเคราะห์เองได้ (วิชัย ต้นไพจิตร. 2518 : 110) อาหารที่ให้ไนอาซิน ได้แก่ พวกเนื้อสัตว์ และถั่ว ส่วนผลไม้ ผัก และธัญพืช มีไนอาซินน้อย ถ้าร่างกายขาดไนอาซิน จะเกิดโรคเพลเลกรา (Pellagra) ทำให้มีอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักตัวลด ผิวหนังอักเสบ เป็นแผลที่ลิ้น มีอาการตกใจง่าย เวียนศีรษะ (Mowry. 1966 : 43) ขนาดที่แนะนำให้กินทุกวันคือ 13 - 19 มิลลิกรัม ขนาดที่ใช้เป็นยาลดโคเลสเตอรอลในเลือด หรือใช้รักษาโรคหลงลืม (Schizophrenia) คือ 3 กรัม/วัน ไนอาซินจะทำให้มีฮีสตามีนออกมา เกิดอาการหน้าแดง คันและเป็นโรคกระเพาะ และบางครั้งทำให้เป็นโรคหอบที่รุนแรงขึ้น มีรายงานผลเสียของไนอาซินว่า ขนาด 3 กรัม/วัน จะเพิ่มกรดยูริกและน้ำตาลในเลือด นอกจากนี้ ขนาดที่สูงมากของไนอาซินจะเป็นพิษต่อตับ มีการปล่อยกรดอมิโนมากขึ้น ขนาด 750 มิลลิกรัม/วัน กินนานประมาณ 3 เดือน เกิดดีซ่าน (Cholestatic Jaundice) หลังหยุดวิตามินไนอาซิน อาการเหลืองก็หายไป (จุฬารักษ์ รุ่งนิลุทธิพงษ์. 2532 : 351)

ไพริดอกซิน (Pyridoxine) ช่วยให้การรักษากลุ่มอาการของโรคต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก เช่น ในรายอาเจียนจากการแพ้การตั้งครรภ์ หรือหลังถ่ายรังสี อาการซึมเศร้าที่เกิดเนื่องจากการรับประทานยาคุมกำเนิด อาการชัก โลหิตจาง (Cohen. 1975 : 143 - 151) ไพริดอกซิน มีอยู่ในข้าวซ้อมมือ ถั่ว และอาหารสดเกือบทุกชนิด และยังพบในนมที่ผ่านการฆ่าเชื้อโรคแล้ว ในเด็กอ่อนถ้าขาดไพริดอกซิน จะทำให้มีอาการชัก สำหรับผู้ใหญ่จะมีอาการทางประสาทอารมณ์หงุดหงิด จากการวิจัยบทบาทของไพริดอกซินต่อการทำงานของกล้ามเนื้อเรียบ พบว่าไพริดอกซิน ไฮโดรคลอไรด์ (Pyridoxine Hydrochloride) ให้ความเข้มข้นระหว่าง 6.0×10^{-2} ถึง 4.8×10^{-1} ทำให้กล้ามเนื้อเรียบหย่อนตัวโดยไม่สัมพันธ์กับปริมาณยาที่ใช้ (ไพโรจน์ เหลืองโรจนกุล และพีระ บูรณะกิจเจริญ. 2517 : 17)

ไซแอนโนโคบาลามิน (Cyanocobalamin) หรือวิตามิน บี 12 เป็นวิตามินที่พบมากในตับ ไต เนื้อสัตว์ มีหน้าที่ช่วยสังเคราะห์ไนอาซิน จากทริฟโทแฟน (Tryptophan) และป้องกันไม่ให้กล้ามเนื้ออ่อนเพลีย และช่วยป้องกันความผิดปกติของประสาทด้วย ตลอดจนช่วยในการสร้างเม็ดโลหิตแดง ถ้าร่างกายขาดวิตามิน บี 12 จะทำให้เกิดโรคโลหิตจางชนิดรุนแรง (Pernicious Anemia) (Mowray. 1966 : 44) ปริมาณที่แนะนำให้กินต่อวัน (Recommended Dietary Allowances = RDA) หมายถึง ปริมาณที่แนะนำให้คนปกติทั่วไปกิน เพื่อให้มีสุขภาพดี และไม่เกิดโทษ สำหรับคนไทยควรรับประทาน คือ 2 ไมโครกรัม/วัน (จุฬารัตน์ รุ่งพิสุทธิพงษ์. 2532 : 349)

วิตามิน เป็นสารอินทรีย์ที่จำเป็นต่อร่างกาย ถ้าร่างกายขาดจะเกิดโรค อย่างไรก็ตาม การได้วิตามินเสริม ไม่จำเป็นในคนที่แข็งแรง และกินอาหารครบถ้วน 5 หมู่ วิตามินเสริมควรให้ในขนาดที่แนะนำ และให้ในคนที่กินอาหารไม่ครบ มีระบบดูดซึมบกพร่อง หรือร่างกายมีการใช้สารอาหารเพิ่มจากปกติ การกินวิตามินมากเกินไป นอกจากจะสิ้นเปลืองแล้ว ยังทำให้เกิดโทษต่อร่างกายได้ (สมใจ วิชัยดิษฐ์. 2523 : 52)

นิสิต ศศิธรเวชกุล. (2521 : 32) วิจัยทดลองสมรรถภาพสูงสุดในการจับออกซิเจนเมื่อตี้มเครื่องตี้มบ้ำรุงพลัง กับเมื่อไม่ตี้มเครื่องตี้มบ้ำรุงพลัง พบว่า ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะในเครื่องตี้มบ้ำรุงพลัง ซึ่งประกอบไปด้วยสาร และตัวยาท่าง ๆ หลายชนิด มีเพียงจำนวนน้อย ไม่เพียงพอที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกายได้

ส่วนวิตามินต่าง ๆ ในเครื่องตี้มบ้ำรุงพลัง เช่น ไนอาซีไมด์ ไพรีดอกซีน ไซแอนโนโคบาลามิน ไม่สามารถทำให้เกิดผลต่อร่างกายโดยทันทีทันใดได้ (Bell and Others. 1965 : 202 - 203) เพราะการที่จะใช้วิตามินให้เกิดประโยชน์ จะต้องใช้ช่วงระยะเวลาพอสมควร

จากการวิจัย พบว่า แอลกอฮอล์ไม่ได้มีส่วนส่งเสริม หรือมีส่วนเกี่ยวข้องกับสมรรถภาพทางกายแต่อย่างใด (Williams. 1969 : 832 - 840)

สมมติฐานในการวิจัย

1. เพศของนักกีฬา มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง
2. อายุของนักกีฬา มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง
- ✓ 3. ระดับการศึกษาของนักกีฬา มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง

วิธีดำเนินการศึกษา

ในการวิจัยศึกษาค้นคว้าเรื่องความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องดื่มนำพลังงาน เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จึงได้มีการกำหนดลักษณะประชากรที่ศึกษา ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ประชากรที่ศึกษา

ประชากรกลุ่มเป้าหมายสำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักกีฬาที่ได้รับการคัดเลือกเป็นตัวแทนการแข่งขัน จากเขตต่าง ๆ ให้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ในวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาที่ได้รับการคัดเลือกเป็นตัวแทนการแข่งขันจากเขตต่าง ๆ ให้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ในวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533 ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 300 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยแบ่งเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 แยกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 เป็นคำถามทั่วไปเกี่ยวกับลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ทางด้านเศรษฐกิจและสังคม

ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติในด้านต่าง ๆ ของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เครื่องตีพิมพ์

ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบคำถามให้เลือกตอบ (Multiple Choice Questionnaires)

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเพื่อทราบความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีพิมพ์ของนักศึกษา ซึ่งใช้วิธีสร้างมาตราวัดความเชื่อแบบ ลิเคท (Likert's Method) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 อันดับ และมีเกณฑ์การวัดผลระดับความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องตีพิมพ์จากการศึกษาครั้งนี้ ดังนี้

คะแนนคิดเป็นร้อยละ	ระดับ
0 - 88	ต่ำ
89 - 120	ปานกลาง
121 - 160	สูง

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาค้นคว้าข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อ เครื่องตีพิมพ์ การสร้างแบบสอบถาม จากเอกสาร งานวิจัย ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. นำร่างแบบสอบถามเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อขอคำแนะนำเพิ่มเติม
3. สร้างแบบสอบถามที่เป็นข้อความเกี่ยวกับความเชื่อ ด้านเครื่องตีพิมพ์ เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้เชี่ยวชาญ ด้านเครื่องตีพิมพ์ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบแบบสอบถามว่าข้อความ เป็นจริง ครอบคลุมเนื้อหา และภาษาที่ใช้ทำให้ผู้อ่านเข้าใจตรงกัน แล้วนำไปหาคุณภาพของเครื่องมือต่อไป โดยแบบสอบถามตอนที่ 2 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความที่มีความหมายเชิงลบ

เชื่อมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
เชื่อมาก	ให้	2	คะแนน
เชื่อปานกลาง	ให้	3	คะแนน
ไม่ค่อยเชื่อ	ให้	4	คะแนน
ไม่เชื่อเลย	ให้	5	คะแนน

ข้อความที่มีความหมายเชิงบวก

เชื่อมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
เชื่อมาก	ให้	4	คะแนน
เชื่อปานกลาง	ให้	3	คะแนน
ไม่ค่อยเชื่อ	ให้	2	คะแนน
ไม่เชื่อเลย	ให้	1	คะแนน

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. ทหาความเที่ยงตรง (Validity) โดยการนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ได้พิจารณาตรวจสอบแบบสอบถาม ประมวลผลแนวความคิดต่าง ๆ แล้วนำมาพิจารณาแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ทั้งการครอบคลุมเนื้อหาและภาษาที่ใช้ในแบบสอบถาม ซึ่งจะทำให้ผู้อ่านเข้าใจตรงกัน

2. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับนักกีฬาสังกัดสโมสรทหารอากาศ จำนวน 30 ราย นำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อัลฟา (Alpha - Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น .75 ซึ่งค่าที่ได้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมสามารถนำไปใช้ได้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ฝึกผู้ช่วยวิจัยช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 10 คน
2. นำแบบสอบถามไปใช้กับนักกีฬากลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นตัวแทนในการเข้าแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533 โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้กรอกแบบสอบถามเอง และมีผู้ช่วยวิจัยคอยช่วยเหลือและรับแบบสอบถามกลับคืน ได้แบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน 300 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ลักษณะทั่วไปเกี่ยวกับสภาพของกลุ่มตัวอย่าง การปฏิบัติเกี่ยวกับการใช้เครื่อง ต่อมำรุงพลัง และความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต่อมำรุงพลังของกลุ่มตัวอย่าง ใช้อัตราส่วนร้อยละ
2. แสดงระดับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต่อมำรุงพลังของกลุ่มตัวอย่าง โดยหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
3. ทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ อายุ และระดับการศึกษา กับตัวแปรตาม คือ ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต่อมำรุงพลังของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติ ไค - สแควร์ (Chi - Square) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

การวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมด ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS^x (Statistical Package for Social Science X Program) โดยเครื่อง Terminal Engine ของ Perkin Elmers

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้วิธีการทำด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์ โดยใช้สูตร

$$\alpha = (n/n - 1) (1 - S^2_i/S^2_t)$$

α = ค่าความเชื่อถือได้ของแบบสอบถาม

n = จำนวนข้อในแบบสอบถามทั้งหมด

S^2_i = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ (Variance of Single Item)

S^2_t = ความแปรปรวนของคะแนนรวมของแบบสอบถาม (Variance of Total Item)

2. หาค่าร้อยละสภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้สูตรของประคอง กรรณสูตร (2517 : 27)

$$\text{ค่าร้อยละ} = \frac{\text{จำนวนคนตอบ} \times 100}{\text{จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง}}$$

3. คำนวณหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) โดยใช้สูตร (Ferguson. 1966 : 47)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ \bar{X} แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย
 $\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
 N แทน จำนวนทั้งหมดในแต่ละกลุ่มตัวอย่าง

4. หาค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้สูตร (Ferguson. 1966 :

64)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N\sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ S.D. แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง
 $\sum X^2$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
 $(\sum X)^2$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
 N แทน จำนวนทั้งหมดในแต่ละกลุ่มตัวอย่าง

5. ทดสอบความสัมพันธ์หรือความเป็นอิสระ (Test of Independence) ของตัวแปรต้นและตัวแปรตามโดยใช้สูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 188 - 191)

$$X^2 = \frac{(O - E)^2}{E}$$

เมื่อ X^2 แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบ
 O แทน ความถี่ที่ได้จากการสังเกต (Observed Frequency)
 E แทน ความถี่ที่คาดหวัง (Expected Frequency)

การคำนวณค่าความถี่ที่คาดหวัง (Expected Frequency) โดยใช้สูตร

$$E_{ij} = \frac{R_i \cdot C_j}{N}$$

เมื่อ C แทน ผลรวมของความถี่ในแต่ละสดมภ์

R แทน ผลรวมของความถี่ในแต่ละแถว

การคำนวณค่าชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of Freedom) เพื่อทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้สูตร

$$df = (r - 1) (k - 1)$$

เมื่อ r แทน จำนวนการแปรผันของตัวแปรตามแถว

k แทน จำนวนการแปรผันของตัวแปรตามสดมภ์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

X	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
χ^2	แทน	ไค - สแควร์ (Chi - Square)
df	แทน	ค่าชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

- 4.1 เป็นการอธิบายอัตราส่วนร้อยละ ของลักษณะข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพทางสังคม และเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
- 4.2 เป็นการอธิบายอัตราส่วนร้อยละ ของการปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลังของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
- 4.3 เป็นการอธิบายอัตราส่วนร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง จำแนกตามตัวแปรอิสระที่ศึกษา
- 4.4 เป็นการอธิบายอัตราส่วนร้อยละ ของความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลังของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
- 4.5 เป็นการแสดงระดับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง โดยเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
- 4.6 เป็นการทดสอบความสัมพันธ์ของความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง สัมพันธ์กับตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ อายุ และระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมาย

4.1 ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 1 ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมด	100.0	300
เพศ		
ชาย	82.0	246
หญิง	18.0	54
อายุ		
18 ปีและต่ำกว่า	18.0	54
19 - 22 ปี	31.3	94
23 ปีขึ้นไป	50.7	152
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษาและต่ำกว่า	3.7	11
มัธยมศึกษา - อนุปริญญา	28.7	86
อุดมศึกษาและสูงกว่า	67.6	203
ศาสนา		
พุทธ	93.7	281
คริสต์	1.7	5
อิสลาม	4.6	14

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมด	100.0	300
สถานภาพสมรส		
โสด	90.0	270
แต่งงาน	10.0	30
อาชีพ		
นักเรียน นักศึกษา	51.0	153
รับราชการ	33.7	101
รับจ้าง	5.3	16
ธุรกิจส่วนตัว	7.3	22
อื่น ๆ	2.7	8
รายได้/เดือน		
ต่ำกว่า 2,000 บาท	50.7	152
2,001 - 4,000 บาท	30.3	91
4,001 - 6,000 บาท	13.7	41
6,001 - 8,000 บาท	2.7	8
8,001 - 10,000 บาท	0.6	2
10,001 บาทขึ้นไป	2.0	6

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมด	100.0	300
ประเภทของกีฬาที่เล่นเป็นประจำ หรือเข้าแข่งขัน		
กรีฑา	41.3	124
รักบี้ฟุตบอล	22.7	68
ฟุตบอล	8.3	25
มวย	6.7	20
วูซู	3.7	11
บาสเกตบอล	6.3	19
วอลเลย์บอล	8.7	26
อื่น ๆ	2.3	7
ระยะเวลาที่ท่านเล่นกีฬา		
น้อยกว่า 3 ปี	33.3	100
3 - 10 ปี	39.0	117
มากกว่า 10 ปี	27.7	83

จากตาราง 1 การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 300 ราย ในลักษณะข้อมูลทั่วไป พบว่า

เพศ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 82.0 และเพศหญิง ร้อยละ 18.0
อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 50.7 อยู่ในระดับอายุ 23 ปีขึ้นไป รองลงมา มี
ระดับอายุ 19 - 22 ปี ร้อยละ 31.3 และระดับอายุ 18 ปีและต่ำกว่า ร้อยละ 18.0

ระดับการศึกษา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 67.7 มีการศึกษาระดับอุดมศึกษาขึ้นไป รองลงมา ร้อยละ 28.7 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา - อนุปริญญา และร้อยละ 3.7 มีการ
ศึกษาระดับประถมศึกษาและต่ำกว่า

ศาสนา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 93.7 นับถือศาสนาพุทธ รองลงมา ร้อยละ 4.6
นับถือศาสนาอิสลาม และนับถือศาสนาคริสต์ ร้อยละ 1.7

สถานภาพการสมรส กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 90.0 มีสถานภาพโสด และร้อยละ
10.0 แต่งงานแล้ว

อาชีพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 51.0 เป็นนักเรียน นักศึกษา รองลงมา รับราชการ
การ ร้อยละ 33.7 ประกอบธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 7.3 รับจ้าง ร้อยละ 5.3 และประกอบ
อาชีพอื่น ๆ ร้อยละ 2.7

รายได้ต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีรายได้ต่ำกว่า 2,000 บาท ร้อยละ 50.7
รองลงมา มีรายได้ 2,001 - 4,000 บาท ร้อยละ 30.3 มีรายได้ 4,001 - 6,000 บาท
ร้อยละ 13.7 มีรายได้ 6,001 - 8,000 บาท ร้อยละ 2.7 มีรายได้ 10,001 บาทขึ้นไป
ร้อยละ 2.7 และมีรายได้ 8,001 - 10,000 บาท ร้อยละ 0.6 ตามลำดับ

ประเภทของกีฬาที่เล่นเป็นประจำ หรือเข้าแข่งขัน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นนักกรีฑา
ร้อยละ 41.3 รองลงมา เล่นรักบี้ฟุตบอล ร้อยละ 22.7 วอลเลย์บอล ร้อยละ 8.7 ฟุตบอล
ร้อยละ 8.3 มวย ร้อยละ 6.7 บาสเกตบอล ร้อยละ 6.3 วายน้ำ ร้อยละ 3.7 และเล่น
กีฬาประเภทอื่น ๆ ร้อยละ 2.3 ตามลำดับ

ระยะเวลาที่เล่นกีฬา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เล่นกีฬามานาน 3 - 10 ปี ร้อยละ 39.0
รองลงมาน้อยกว่า 3 ปี ร้อยละ 33.3 และมากกว่า 10 ปี ร้อยละ 27.7 ตามลำดับ

4.2 การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

ตาราง 2 การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสาร	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
ท่านรู้จักเครื่องต้มบำรุงพลัง ได้อย่างไร		
เพื่อนนักกีฬาแนะนำ	15.4	46
จากสื่อมวลชนต่าง ๆ	79.0	237
จากชมรม สมาคมนักกีฬาที่ท่านสังกัด	5.3	16
อื่น ๆ	0.3	1
ท่านต้มเครื่องต้มบำรุงพลังหรือไม่		
ต้ม	64.7	194
ไม่ต้ม	35.3	106
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มที่ไม่ต้ม	100.0	106
เฉพาะท่านที่ไม่ต้ม ทำไมท่านจึง ไม่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง		
ราคาแพง	9.4	10
ไม่มีคุณประโยชน์	52.0	55
ไม่แสดงเหตุผล	38.6	41

ตาราง 2 (ต่อ)

การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสาร	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มที่ต้ม	100.0	194
ทำไมท่านจึงต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง		
ลองดู	36.6	71
เชื่อว่าสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปได้	28.9	56
เชื่อว่าสามารถเพิ่มสมรรถภาพในการแข่งขันกีฬาได้	20.1	39
ไม่แสดงผล	14.4	28
ท่านมีนิสัยการต้มเครื่องต้มบำรุงพลังอย่างไร		
ต้มเป็นประจำ	14.9	29
ต้มค่อนข้างบ่อย	85.1	165
กรณีที่ท่านเชื่อว่าเครื่องต้มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปได้นั้น ท่านต้มในเวลาใด		
ก่อนเล่นกีฬาหรือทำงาน	45.9	89
ระหว่างเล่นกีฬาหรือทำงาน	8.2	16
หลังเล่นกีฬาหรือทำงาน	35.1	68
ไม่แน่นอน	10.8	21

ตาราง 2 (ต่อ)

การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสาร	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มที่ต้ม	100.0	194
ในกรณีที่ท่านเชื่อว่าเครื่องต้มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพ		
ในการแข่งขันกีฬาได้นั้น ท่านต้มในเวลาใด		
ระหว่างฝึกซ้อมประจำวัน	19.6	38
ในระยะเก็บตัว	13.9	27
ในวันแข่งขัน	46.4	90
ไม่แน่นอน	20.1	39
ท่านต้มเครื่องต้มบำรุงพลังร่วมกับอาหาร/เครื่องต้มอื่น ๆ		
หรือไม่ (กรณีต้ม)		
ไม่ต้มร่วมกับอาหาร/เครื่องต้ม	68.6	133
ต้มร่วมกับอาหารประจำวัน	14.4	28
ต้มร่วมกับเครื่องต้มอื่น เช่น สุรา น้ำอัดลม อาหารเสริม	17.0	33
ในกรณีที่ท่านต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง ท่านเลือกต้มผลิตภัณฑ์ชนิดเดิม		
ทุกครั้งหรือไม่		
ต้มยี่ห้อเดิมทุกครั้ง	26.8	52
ไม่แน่นอน	73.2	142

ตาราง 2 (ต่อ)

การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสาร	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มที่ดื่ม	100.0	194
ท่านใช้หลักเกณฑ์ใดในการเลือกดื่มผลิตภัณฑ์นั้น ๆ		
เชื่อโฆษณา	17.0	33
ดูส่วนผสมข้างขวด	28.9	56
รสชาติ	35.6	69
ไม่ตอบ	18.5	36
รายจ่ายการดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง		
ไม่มีรายจ่าย	57.7	112
100 - 300 บาท/เดือน	37.1	72
301 - 500 บาท/เดือน	4.7	9
มากกว่า 500 บาท/เดือน	0.5	1
ท่านอ่านคำเตือนหรือคำแนะนำในการดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง ที่ระบุไว้ในสลากข้างขวดก่อนดื่มหรือไม่		
อ่าน	79.4	154
ไม่อ่าน	20.6	40
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
ท่านทราบหรือไม่ว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังแต่ละขวด มีส่วนผสม ของสารอะไรบ้าง		
ทราบ	31.7	95
ไม่ทราบ	68.3	205

ตาราง 2 (ต่อ)

การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสาร	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
ท่านเคยแนะนำให้บุคคลอื่นดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังหรือไม่		
เคย	24.0	72
ไม่เคย	76.0	228
ท่านทราบหรือไม่ว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังมีคุณประโยชน์หรือโทษ		
มีคุณประโยชน์	27.3	82
มีโทษ	11.7	35
ไม่แน่ใจ	61.0	183
ท่านเคยได้รับข่าวสารจากทางราชการที่เกี่ยวข้องกับคุณประโยชน์หรือโทษของเครื่องดื่มบำรุงพลังหรือไม่		
ไม่เคย	64.7	194
เคย	35.3	106
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มที่ไม่ดื่ม	100.0	106
ถ้าเคยได้รับข่าวสาร ท่านได้รับโดย		
สื่อมวลชนต่าง ๆ	63.2	67
เอกสารเผยแพร่ของราชการ	21.7	23
ฟังการบรรยาย หรือเข้าร่วมสัมมนา	8.5	9
สนทนากับบุคคลอื่น	6.6	7

ตาราง 2 (ต่อ)

การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสาร	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
ท่านต้องการความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังหรือไม่		
ไม่ต้องการ	20.3	61
ต้องการ	79.7	239

จากตาราง 2 แสดงการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการปฏิบัติ และการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง พบว่า

การรู้จักเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 79.0 รู้จักเครื่องต้มบำรุงพลังจากสื่อมวลชนต่าง ๆ รองลงมา ร้อยละ 15.4 รู้จักจากเพื่อนนักกีฬาแนะนำ ร้อยละ 5.3 จากชมรม สมาคมกีฬาที่ตนสังกัด และร้อยละ 0.3 รู้จักจากแหล่งอื่น ๆ

การต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 64.7 ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง ส่วนอีกร้อยละ 35.3 ไม่ต้ม

เหตุผลที่ไม่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่าไม่มีคุณประโยชน์ ร้อยละ 52.0 ตอบว่าราคาแพง ร้อยละ 9.4 และร้อยละ 38.6 ไม่แสดงเหตุผล

เหตุผลที่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่าลองดู ร้อยละ 36.6 รองลงมาเชื่อว่าสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปได้ ร้อยละ 28.9 เชื่อว่าสามารถเพิ่มสมรรถภาพในการแข่งขันกีฬาได้ ร้อยละ 20.1 และร้อยละ 14.4 ไม่แสดงเหตุผล

นิสัยการต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ต้มค่อนข้างบ่อย ร้อยละ 85.1 และต้มเป็นประจำ ร้อยละ 14.9

กรณีเชื่อว่าเครื่องต้มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปได้นั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ต้มก่อนเล่นกีฬาหรือทำงาน ร้อยละ 45.9 หลังเล่นกีฬาหรือทำงาน ร้อยละ 35.1 ระหว่างเล่นกีฬาหรือทำงาน ร้อยละ 8.2 และไม่แน่นอน ร้อยละ 10.8

กรณีเชื่อว่าเครื่องต้มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพในการแข่งขันกีฬาได้นั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ต้มในวันที่แข่งขัน ร้อยละ 46.4 ระหว่างฝึกซ้อมประจำวัน ร้อยละ 19.6 ในระยะเก็บตัว ร้อยละ 13.9 และไม่แน่นอน ร้อยละ 20.1

ในกรณีต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ต้มร่วมกับอาหาร/เครื่องต้ม ร้อยละ 68.6 รองลงมาต้มร่วมกับเครื่องต้มอื่น เช่น สุรา น้ำอัดลม อาหารเสริม ร้อยละ 17.0 และต้มร่วมกับอาหารประจำวัน ร้อยละ 14.4 ตามลำดับ

กรณีการต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 73.2 ไม่แน่นอนในการเลือกผลิตภัณฑ์ที่ต้ม ส่วนกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 26.8 เลือกต้มผลิตภัณฑ์ชนิดเดิมทุกครั้ง

หลักเกณฑ์ในการเลือกต้มผลิตภัณฑ์นั้น ๆ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เลือกจากรสชาติ ร้อยละ 35.6 รองลงมาดูส่วนผสมข้างขวด ร้อยละ 28.9 และ ร้อยละ 17.0 เลือกต้มโดยเชื่อโฆษณา แต่ร้อยละ 18.5 ไม่แสดงเหตุผล

รายจ่ายกรณีต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างที่ต้มส่วนใหญ่ไม่มีรายจ่าย ร้อยละ 57.7 รองลงมา 100 - 300 บาท/เดือน ร้อยละ 37.1 มีรายจ่าย 301 - 500 บาท/เดือน ร้อยละ 4.7 และมากกว่า 500 บาท/เดือน ร้อยละ 0.5

การอ่านคำเตือนหรือคำแนะนำในการต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง ที่ระบุไว้ในสลากข้างขวดก่อนต้ม กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อ่าน ร้อยละ 79.4 และไม่อ่าน ร้อยละ 20.6

กรณีทราบหรือไม่ว่าเครื่องต้มบำรุงพลังแต่ละขวดมีส่วนผสมของสารอะไรบ้าง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ทราบ ร้อยละ 68.3 ทราบ ร้อยละ 31.7

การแนะนำให้บุคคลอื่นต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เคยแนะนำ ร้อยละ 24.0 และไม่เคยแนะนำ ร้อยละ 76.0

กรณีทราบหรือไม่ว่าเครื่องต้มบำรุงพลังมีคุณประโยชน์หรือโทษ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่าไม่แน่ใจ ร้อยละ 61.0 ตอบว่ามีประโยชน์ ร้อยละ 27.3 และตอบว่ามีโทษ ร้อยละ 11.7 ตามลำดับ

การได้รับข่าวสารจากทางราชการที่เกี่ยวข้องกับคุณประโยชน์ หรือโทษ ของเครื่องดื่ม บำรุงพลัง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า ไม่เคยได้รับ ร้อยละ 64.7 และเคยได้รับ ร้อยละ 35.3

กรณีที่เคยได้รับข่าวสาร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับโดยสื่อมวลชนต่าง ๆ ร้อยละ 63.2 เอกสารเผยแพร่ของทางราชการ ร้อยละ 21.7 ฟังการบรรยาย หรือเข้าร่วมสัมมนา ร้อยละ 8.5 และสนทนากับบุคคลอื่น ร้อยละ 6.6

เมื่อถามว่า ต้องการความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลังหรือไม่ กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ต้องการ ร้อยละ 79.7 ส่วนอีกร้อยละ 20.3 ไม่ต้องการความรู้เพิ่มเติม

4.3 การปฏิบัติจำแนกตามตัวแปรอิสระที่สนใจศึกษา

ตาราง 3 จำนวนร้อยละของผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	165	85.1
หญิง	29	14.9
รวม	194	100.0

จากตาราง 3 จะเห็นได้ว่า ในจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง 194 ราย เป็นนักกีฬาชาย ร้อยละ 85.1 และเป็นนักกีฬาหญิง ร้อยละ 14.9

ตาราง 4 จำนวนร้อยละของผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
18 ปี และต่ำกว่า	28	14.4
19 - 22 ปี	59	30.4
สูงกว่า 22 ปี	107	55.2
รวม	194	100.0

จากตาราง 4 กลุ่มตัวอย่างที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังส่วนใหญ่ มีระดับอายุสูงกว่า 22 ปี ร้อยละ 55.2 รองลงมา คือ กลุ่มอายุ 19 - 22 ปี และ 18 ปีและต่ำกว่า คือ ร้อยละ 30.4 และ 14.4 ตามลำดับ

ตาราง 5 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ประถมศึกษาและต่ำกว่า	7	3.6
มัธยมศึกษา - อนุปริญญา	52	26.8
อุดมศึกษาและสูงกว่า	135	69.6
รวม	194	100.0

จากตาราง 5 จะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังส่วนใหญ่ มีระดับการศึกษาชั้นอุดมศึกษาและสูงกว่า ร้อยละ 69.6 รองลงมา คือ ระดับมัธยมศึกษา - อนุปริญญาและระดับประถมศึกษาและต่ำกว่า ร้อยละ 26.8 และ ร้อยละ 3.6 ตามลำดับ

4.4 ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

ตาราง 6 ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
1. เครื่องต้มบำรุงพลังต้มควบคู่กับสุรา ทำให้ต้มสุราได้ มากและไม่เมา		
เชื่อมากที่สุด	3.0	9
เชื่อมาก	4.7	14
เชื่อปานกลาง	28.0	84
ไม่ค่อยเชื่อ	32.0	96
ไม่เชื่อเลย	32.3	97
2. พนักงานขับรถที่ต้องขับระยะทางไกล ๆ ต้มเครื่องต้ม บำรุงพลัง ช่วยให้ไม่หลับในได้		
เชื่อมากที่สุด	4.7	14
เชื่อมาก	18.3	55
เชื่อปานกลาง	43.3	130
ไม่ค่อยเชื่อ	21.0	63
ไม่เชื่อเลย	12.7	38

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
3. เครื่องต้มบำรุงพลังยิ่งต้มมากเท่าไร ยิ่งเพิ่มพลังมากเท่านั้น		
เชื่อมากที่สุด	2.0	6
เชื่อมาก	8.0	24
เชื่อปานกลาง	26.7	80
ไม่ค่อยเชื่อ	37.0	111
ไม่เชื่อเลย	26.3	79
4. คนที่เป็นโรคหัวใจ ความดันโลหิต ไม่ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง		
เชื่อมากที่สุด	38.3	115
เชื่อมาก	28.7	86
เชื่อปานกลาง	16.3	40
ไม่ค่อยเชื่อ	10.0	30
ไม่เชื่อเลย	6.7	20
5. นักกีฬาที่ต้องใช้ระยะเวลาในการแข่งขันยาวนาน ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลังก่อนเข้าแข่งขัน		
เชื่อมากที่สุด	5.4	16
เชื่อมาก	13.0	39
เชื่อปานกลาง	33.0	99
ไม่ค่อยเชื่อ	27.3	82
ไม่เชื่อเลย	21.3	64

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
6. เครื่องต้มบำรุงพลังควรต้มในขณะที่ร่างกายมีความต้องการพลัง (ขณะหิว) จะเกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น		
เชื่อมากที่สุด	3.7	11
เชื่อมาก	9.3	28
เชื่อปานกลาง	25.7	77
ไม่ค่อยเชื่อ	36.0	108
ไม่เชื่อเลย	25.3	76
7. คนสูงอายุ สมรรถภาพในการย่อยอาหารเสื่อม ควรเสริมพลังด้วยการต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เพื่อช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น		
เชื่อมากที่สุด	2.7	8
เชื่อมาก	9.3	28
เชื่อปานกลาง	24.0	72
ไม่ค่อยเชื่อ	34.7	104
ไม่เชื่อเลย	29.3	88

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
8. คนตั้งครรภ์ไม่ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เพราะจะทำให้เกิดผลเสียต่อบุตรในครรภ์ได้		
เชื่อมากที่สุด	46.0	138
เชื่อมาก	21.0	63
เชื่อปานกลาง	13.7	41
ไม่ค่อยเชื่อ	11.3	34
ไม่เชื่อเลย	8.0	24
9. เครื่องต้มบำรุงพลังสามารถคลายความเครียดทางจิตใจได้		
เชื่อมากที่สุด	4.0	12
เชื่อมาก	11.3	34
เชื่อปานกลาง	34.7	104
ไม่ค่อยเชื่อ	29.0	87
ไม่เชื่อเลย	21.0	63
10. เครื่องต้มบำรุงพลัง ให้ประโยชน์กับนักกีฬาได้จริง ๆ		
เชื่อมากที่สุด	5.7	17
เชื่อมาก	17.3	52
เชื่อปานกลาง	35.0	105
ไม่ค่อยเชื่อ	28.3	85
ไม่เชื่อเลย	13.7	41

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
11. ฝึกหัดที่สภาพร่างกายอาจจะไม่อำนวยต่อการลดอาหาร มือเย็น ควรเสริมร่างกายโดยต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง		
เชื่อมากที่สุด	3.3	10
เชื่อมาก	11.0	33
เชื่อปานกลาง	25.0	75
ไม่ค่อยเชื่อ	31.0	93
ไม่เชื่อเลย	29.7	89
12. ต้มเครื่องต้มบำรุงพลังที่แช่เย็น จะให้ผลได้เร็วกว่า เครื่องต้มบำรุงพลังที่ไม่แช่เย็น		
เชื่อมากที่สุด	5.4	16
เชื่อมาก	11.3	34
เชื่อปานกลาง	29.0	87
ไม่ค่อยเชื่อ	32.0	96
ไม่เชื่อเลย	22.3	67
13. นักกีฬาที่ตีควรรฝึกซ้อมควบคู่กับการต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เป็นประจำ		
เชื่อมากที่สุด	5.0	15
เชื่อมาก	9.0	27
เชื่อปานกลาง	24.6	74
ไม่ค่อยเชื่อ	29.7	89
ไม่เชื่อเลย	31.7	95

ตาราง 6 (ต่อ)

	ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มยำปรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
	จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
14.	เครื่องต้มยำปรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางเพศได้		
	เชื่อมากที่สุด	6.0	18
	เชื่อมาก	8.7	26
	เชื่อปานกลาง	25.3	76
	ไม่ค่อยเชื่อ	34.3	103
	ไม่เชื่อเลย	25.7	77
15.	เครื่องต้มยำปรุงพลัง สร้างความมั่นใจให้แก่นักกีฬาในการแข่งขันระดับสำคัญ ๆ และนัดชิงชนะเลิศได้		
	เชื่อมากที่สุด	9.3	28
	เชื่อมาก	12.3	37
	เชื่อปานกลาง	27.7	83
	ไม่ค่อยเชื่อ	28.0	84
	ไม่เชื่อเลย	22.7	68
16.	ดื่มเครื่องต้มยำปรุงพลังเป็นประจำ จะทำให้ติดได้		
	เชื่อมากที่สุด	25.3	75
	เชื่อมาก	23.3	70
	เชื่อปานกลาง	26.0	78
	ไม่ค่อยเชื่อ	18.4	55
	ไม่เชื่อเลย	7.0	21

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
17. นักกีฬาถึงแม้จะมีสมรรถภาพทางกายดี หากต้มเครื่องต้มบำรุงพลังเสริมอีกทางหนึ่ง จะช่วยให้มีสมรรถภาพทางกายดีขึ้น		
เชื่อมากที่สุด	8.7	26
เชื่อมาก	10.3	31
เชื่อปานกลาง	34.7	104
ไม่ค่อยเชื่อ	29.3	88
ไม่เชื่อเลย	17.0	51
18. นักกีฬาที่ฝึกซ้อมไม่เพียงพอ ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลังก่อนการแข่งขัน เพราะจะช่วยให้หายอ่อนเพลีย และทดแทนพลังงานที่สูญเสียไปได้		
เชื่อมากที่สุด	6.7	20
เชื่อมาก	15.0	45
เชื่อปานกลาง	43.3	130
ไม่ค่อยเชื่อ	23.0	69
ไม่เชื่อเลย	12.0	36

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
19. เด็ก ๆ ไม่ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เพราะไม่มีประโยชน์		
เชื่อมากที่สุด	33.7	101
เชื่อมาก	24.0	72
เชื่อปานกลาง	23.3	70
ไม่ค่อยเชื่อ	8.3	25
ไม่เชื่อเลย	10.7	32
20. นักกีฬาว่ายน้ำ ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เพื่อป้องกันการเป็นตะคริว		
เชื่อมากที่สุด	3.7	11
เชื่อมาก	12.7	38
เชื่อปานกลาง	34.3	103
ไม่ค่อยเชื่อ	28.3	85
ไม่เชื่อเลย	21.0	63
21. เครื่องต้มบำรุงพลัง สามารถใช้แทนน้ำเกลือได้ในบางโอกาส เพื่อช่วยให้ร่างกายหายจากอ่อนเพลีย		
เชื่อมากที่สุด	9.7	29
เชื่อมาก	22.3	67
เชื่อปานกลาง	43.3	130
ไม่ค่อยเชื่อ	15.0	45
ไม่เชื่อเลย	9.7	29

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
22. คนที่ต้มสุราผสมเครื่องต้มบำรุงพลัง จะช่วยป้องกันการเป็นโรคตับแข็งได้		
เชื่อมากที่สุด	2.7	8
เชื่อมาก	7.3	22
เชื่อปานกลาง	23.7	71
ไม่ค่อยเชื่อ	30.0	90
ไม่เชื่อเลย	36.3	109
23. การต้มเครื่องต้มบำรุงพลังเป็นประจำ จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยได้ง่าย		
เชื่อมากที่สุด	1.3	4
เชื่อมาก	7.3	22
เชื่อปานกลาง	19.7	59
ไม่ค่อยเชื่อ	37.7	113
ไม่เชื่อเลย	34.0	102
24. สถิติต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาถูกทำลายลง เครื่องต้มบำรุงพลังก็มีส่วนช่วยด้วย		
เชื่อมากที่สุด	7.0	21
เชื่อมาก	11.7	35
เชื่อปานกลาง	32.3	97
ไม่ค่อยเชื่อ	31.3	94
ไม่เชื่อเลย	17.7	53

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
25. เครื่องต้มบำรุงพลัง ช่วยพัฒนาสมรรถภาพร่างกายท่าน ได้จริง		
เชื่อมากที่สุด	2.4	7
เชื่อมาก	9.3	28
เชื่อปานกลาง	33.7	101
ไม่ค่อยเชื่อ	32.3	97
ไม่เชื่อเลย	22.3	67
26. นักกรีฑา โดยเฉพาะนักวิ่งระยะสั้น ไม่จำเป็นต้องต้ม เครื่องต้มบำรุงพลัง		
เชื่อมากที่สุด	15.0	45
เชื่อมาก	24.0	72
เชื่อปานกลาง	31.0	93
ไม่ค่อยเชื่อ	20.3	61
ไม่เชื่อเลย	9.7	29
27. อิทธิพลในการโฆษณา มีผลต่อการใช้เครื่องต้มบำรุงพลัง ของนักกีฬา		
เชื่อมากที่สุด	23.0	69
เชื่อมาก	29.3	88
เชื่อปานกลาง	33.3	100
ไม่ค่อยเชื่อ	11.0	33
ไม่เชื่อเลย	3.4	10

ตาราง 6 (ต่อ)

	ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
	จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
28.	เครื่องต้มบำรุงพลัง ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันทานโรคบางชนิด ให้แก่ร่างกายได้		
	เชื่อมากที่สุด	2.0	6
	เชื่อมาก	11.0	33
	เชื่อปานกลาง	29.0	87
	ไม่ค่อยเชื่อ	31.0	93
	ไม่เชื่อเลย	27.0	81
29.	ผู้ที่เริ่มเล่นกีฬาเป็นครั้งแรก ถ้าต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง จะทำให้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อน้อยลงได้		
	เชื่อมากที่สุด	1.3	4
	เชื่อมาก	7.7	23
	เชื่อปานกลาง	24.0	72
	ไม่ค่อยเชื่อ	41.3	124
	ไม่เชื่อเลย	25.7	77
30.	ผู้ที่ร่างกายได้รับความกระทบกระเทือนจากอุบัติเหตุ การต้ม เครื่องต้มบำรุงพลังจะมีส่วนช่วยให้ร่างกายฟื้นคืนสู่สภาพปกติได้เร็วขึ้น		
	เชื่อมากที่สุด	3.0	9
	เชื่อมาก	8.0	24
	เชื่อปานกลาง	26.0	78
	ไม่ค่อยเชื่อ	36.7	110
	ไม่เชื่อเลย	26.3	79

ตาราง 6 (ต่อ)

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง	ร้อยละ	จำนวน
จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง	100.0	300
31. เครื่องต้มบำรุงพลัง ใช้แทนอาหารเสริมได้		
เชื่อมากที่สุด	4.7	14
เชื่อมาก	9.3	28
เชื่อปานกลาง	22.3	67
ไม่ค่อยเชื่อ	35.0	105
ไม่เชื่อเลย	28.7	86
32. เครื่องต้มบำรุงพลัง มีคุณค่าทางอาหารสูง		
เชื่อมากที่สุด	2.7	8
เชื่อมาก	8.7	26
เชื่อปานกลาง	22.0	66
ไม่ค่อยเชื่อ	29.3	88
ไม่เชื่อเลย	37.3	112

จากตาราง 6 การเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับ ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังของกลุ่มตัวอย่าง 300 ราย ผลการวิเคราะห์จากคำถามจำนวน 32 ข้อ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 3.0 เชื่อมากที่สุดว่าเครื่องต้มบำรุงพลังดีเท่ากับสุรา ทำให้ดื่มสุราได้มากและไม่เมา ร้อยละ 4.7 เชื่อมาก ร้อยละ 28.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 32.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 32.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 4.7 เชื่อมากที่สุดว่าพนักงานขับรถที่ต้องขับระยะทางไกล ๆ ต่อม เครื่องดื่มบำรุงพลังช่วยให้ไม่หลับในได้ ร้อยละ 18.3 เชื่อมาก ร้อยละ 43.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 21.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 12.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 2.0 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังยิ่งดื่มปริมาณมากเท่าไร ยิ่งเพิ่มพลังมากเท่านั้น ร้อยละ 8.0 เชื่อมาก ร้อยละ 26.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 37.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 26.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 38.3 เชื่อมากที่สุดว่า คนที่เป็นโรคหัวใจ ความดันโลหิต ไม่ควรดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง ร้อยละ 28.7 เชื่อมาก ร้อยละ 16.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 10.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 6.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 5.4 เชื่อมากที่สุดว่า นักกีฬาที่ต้องใช้ระยะเวลาในการแข่งขันยาวนาน ควรดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังก่อนเข้าแข่งขัน ร้อยละ 13.0 เชื่อมาก ร้อยละ 33.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 27.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 21.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 3.7 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังควรดื่มในขณะที่ร่างกาย มีความต้องการพลังงาน (ขณะหิว) จะเกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ร้อยละ 9.3 เชื่อมาก ร้อยละ 25.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 36.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 25.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 2.7 เชื่อมากที่สุดว่า คนสูงอายุ สมรรถภาพในการย่อยอาหารเสื่อม ควรเสริมพลังด้วยการดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง เพื่อช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ร้อยละ 9.3 เชื่อมาก ร้อยละ 24.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 34.7 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 29.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 46.0 เชื่อมากที่สุดว่า คนตั้งครรภ์ไม่ควรดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง เพราะจะทำให้เกิดผลเสียต่อบุตรในครรภ์ได้ ร้อยละ 21.0 เชื่อมาก ร้อยละ 13.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 11.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 8.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 4.0 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังสามารถคลายความตึงเครียดทางจิตใจได้ ร้อยละ 11.3 เชื่อมาก ร้อยละ 34.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 29.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 21.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 5.7 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังให้ประโยชน์กับนักกีฬา ได้จริง ๆ ร้อยละ 17.3 เชื่อมาก ร้อยละ 35.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 28.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 13.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 3.3 เชื่อมากที่สุดว่า ฝึกหัดที่สภาพร่างกายอาจจะไม่อำนวยต่อการอดอาหารมื้อเย็น ควรเสริมร่างกายโดยดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง ร้อยละ 11.0 เชื่อมาก ร้อยละ 25.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 31.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 29.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 5.4 เชื่อมากที่สุดว่า ดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังที่แช่เย็นจะให้ผลได้เร็วกว่าเครื่องดื่มบำรุงพลังที่ไม่แช่เย็น ร้อยละ 11.3 เชื่อมาก ร้อยละ 29.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 32.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 22.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 5.0 เชื่อมากที่สุดว่า นักกีฬาที่ดีควรฝึกซ้อมควบคู่กับการดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังเป็นประจำ ร้อยละ 9.0 เชื่อมาก ร้อยละ 24.6 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 29.7 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 31.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 6.0 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางเพศได้ ร้อยละ 8.7 เชื่อมาก ร้อยละ 25.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 34.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 25.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 9.3 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลังสร้างความมั่นใจให้แก่ นักกีฬา ในการแข่งขันนัดสำคัญ ๆ และนัดชิงชนะเลิศได้ ร้อยละ 12.3 เชื่อมาก ร้อยละ 27.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 28.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 22.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 25.3 เชื่อมากที่สุดว่าดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังเป็นประจำจะทำให้ ติดได้ ร้อยละ 23.3 เชื่อมาก ร้อยละ 26.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 18.4 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 7.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 8.7 เชื่อมากที่สุดว่า นักกีฬาถึงแม้จะมีสมรรถภาพทางกายดี หากดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังเสริมอีกทางหนึ่งจะช่วยให้มีสมรรถภาพทางกายดีขึ้น ร้อยละ 10.3 เชื่อมาก ร้อยละ 34.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 29.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 17.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 6.7 เชื่อมากที่สุดว่า นักกีฬาที่ฝึกซ้อมไม่เพียงพอ ควรดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังก่อนการแข่งขัน เพราะจะช่วยให้หายอ่อนเพลีย และทดแทนพลังงานที่สูญเสียไปได้ ร้อยละ 15.0 เชื่อมาก ร้อยละ 43.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 23.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 12.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 33.7 เชื่อมากที่สุดว่า เด็ก ๆ ไม่ควรดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง เพราะไม่มีประโยชน์ ร้อยละ 24.0 เชื่อมาก ร้อยละ 23.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 8.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 10.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 3.7 เชื่อมากที่สุดว่า นักกีฬาว่ายน้ำ ควรดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง เพื่อป้องกันการเป็นตะคริว ร้อยละ 12.7 เชื่อมาก ร้อยละ 34.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 28.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 21.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 9.7 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลัง สามารถใช้แทนน้ำเกลือได้ในบางโอกาส เพื่อช่วยให้ร่างกายหายจากอ่อนเพลีย ร้อยละ 22.3 เชื่อมาก ร้อยละ 43.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 15.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 9.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 2.7 เชื่อมากที่สุดว่า คนที่ดื่มสุราผสมเครื่องดื่มบำรุงพลัง จะช่วยป้องกันการเป็นโรคตับแข็งได้ ร้อยละ 7.3 เชื่อมาก ร้อยละ 23.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 30.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 36.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 1.3 เชื่อมากที่สุดว่า การดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังเป็นประจำ จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยได้ง่าย ร้อยละ 7.3 เชื่อมาก ร้อยละ 19.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 37.7 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 34.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 7.0 เชื่อมากที่สุดว่า สถิติต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาถูกทำลายลง เครื่องดื่มบำรุงพลังก็มีส่วนช่วยด้วย ร้อยละ 11.7 เชื่อมาก ร้อยละ 32.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 31.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 17.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 2.4 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องดื่มบำรุงพลัง ช่วยพัฒนาสมรรถภาพร่างกายท่านได้จริง ร้อยละ 9.3 เชื่อมาก ร้อยละ 33.7 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 32.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 22.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 15.0 เชื่อมากที่สุดว่า นักกรีฑา โดยเฉพาะนักวิ่งระยะสั้น ไม่จำเป็นต้องดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง ร้อยละ 24.0 เชื่อมาก ร้อยละ 31.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 20.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 9.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 23.0 เชื่อมากที่สุดว่าอิทธิพลในการโฆษณามีผลต่อการใช้เครื่อง
 ต้มน้ำร้อนพลังของนักกีฬา ร้อยละ 29.3 เชื่อมาก ร้อยละ 33.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ
 11.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 3.4 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 2.0 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องต้มน้ำร้อนพลังช่วยสร้างภูมิคุ้มกัน
 โรคบางชนิดให้แก่ร่างกายได้ ร้อยละ 11.0 เชื่อมาก ร้อยละ 29.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ
 31.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 27.0 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 1.3 เชื่อมากที่สุดว่า ผู้ที่เริ่มเล่นกีฬาเป็นครั้งแรก ถ้าต้มเครื่อง
 ต้มน้ำร้อนพลัง จะทำให้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อน้อยลงได้ ร้อยละ 7.7 เชื่อมาก ร้อยละ 24.0
 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 41.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ 25.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 3.0 เชื่อมากที่สุดว่า ผู้ที่ร่างกายได้รับความกระทบกระเทือน
 จากอุบัติเหตุ การต้มเครื่องต้มน้ำร้อนพลังจะมีผลช่วยให้ร่างกายฟื้นคืนสู่สภาพปกติได้เร็วขึ้น ร้อย
 ละ 8.0 เชื่อมาก ร้อยละ 26.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 36.7 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ
 26.3 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 4.7 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องต้มน้ำร้อนพลังใช้แทนอาหารเสริมได้
 ร้อยละ 9.3 เชื่อมาก ร้อยละ 22.3 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 35.0 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ
 28.7 ไม่เชื่อเลย

กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 2.7 เชื่อมากที่สุดว่า เครื่องต้มน้ำร้อนพลังมีคุณค่าทางอาหารสูง
 ร้อยละ 8.7 เชื่อมาก ร้อยละ 22.0 เชื่อปานกลาง ร้อยละ 29.3 ไม่ค่อยเชื่อ และร้อยละ
 37.3 ไม่เชื่อเลย

4.5 ระดับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

ตาราง 7 แสดงระดับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

เรื่อง	คะแนนเต็ม	คะแนนเฉลี่ย	คะแนนเฉลี่ย คิดเป็นร้อยละ	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน
ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่อง ต้มบำรุงพลัง	160	114.86	71.79	18.69

N = 300

Mode = 101

Maximum = 160

Minimum = 63

จากตาราง 7 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง โดยเฉลี่ย 114.86 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 71.79 ของคะแนนเต็ม 160 คะแนน คะแนนสูงสุด 160 คะแนน และต่ำสุด 63 คะแนน และกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความเชื่อเป็นจำนวนมากที่สุด คือ 101 คะแนน

สรุปแล้ว กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง

4.6 การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

ตาราง 8 ความสัมพันธ์ระหว่างเพศของนักกีฬา และความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง

เพศ	ต่ำ	ระดับความเชื่อ		รวม
		ปานกลาง	สูง	
ชาย	19 (6.3)	131 (43.7)	96 (32.0)	246 (82.0)
หญิง	6 (2.0)	27 (9.0)	21 (7.0)	54 (18.0)

$$\chi^2 = 0.69$$

$$df = 2$$

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่า นักกีฬาทั้งเพศชายและเพศหญิงส่วนใหญ่ มีความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง คือ ร้อยละ 43.7 และ 9.0 ตามลำดับ

เมื่อนำค่าดังกล่าวมาทดสอบค่าไค - สแควร์ พบว่า ค่าไค - สแควร์ที่คำนวณได้เท่ากับ 0.69 ซึ่งน้อยกว่าค่าที่ได้จากการเปิดตาราง คือ 5.99 แสดงให้เห็นว่า เพศของนักกีฬาไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง

ตาราง 9 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุของนักกีฬาและความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง

อายุ	ระดับความเชื่อ			รวม
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	
18 ปี และต่ำกว่า	5 (1.7)	30 (10.0)	19 (6.3)	54 (18.0)
19 - 22 ปี	7 (2.3)	53 (17.7)	34 (11.3)	94 (31.3)
23 ปีขึ้นไป	13 (4.3)	75 (25.0)	64 (21.3)	152 (50.7)

$$\chi^2 = 1.57$$

$$df = 4$$

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่า นักกีฬาในทุกระดับอายุส่วนใหญ่ มีความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อนำค่าดังกล่าวมาทดสอบค่าไค - สแควร์ พบว่าค่าไค - สแควร์ ที่คำนวณได้ เท่ากับ 1.57 ซึ่งน้อยกว่าค่าที่ได้จากการเปิดตาราง คือ 9.49 แสดงให้เห็นว่า อายุของนักกีฬาไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง

✓ ตาราง 10 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาของนักศึกษา และความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้ม
บำรุงพลัง

ระดับการศึกษา	ระดับความเชื่อ			รวม
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	
ประถมศึกษาและต่ำกว่า	1 (0.3)	9 (3.0)	1 (0.3)	11 (3.7)
มัธยมศึกษา - อนุปริญญา	12 (4.0)	39 (13.0)	35 (11.7)	86 (28.6)
อุดมศึกษาและสูงกว่า	12 (4.0)	110 (36.7)	81 (27.0)	203 (67.7)

* $\chi^2 = 10.06$ df = 4

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาในทุกระดับการศึกษา ส่วนใหญ่มีความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อนำค่าดังกล่าวมาทดสอบค่าไค - สแควร์ พบว่า ค่าไค - สแควร์ที่คำนวณได้ เท่ากับ 10.06 ซึ่งมากกว่าค่าที่ได้จากการเปิดตาราง คือ 9.49 แสดงให้เห็นว่า ระดับการศึกษาของนักศึกษามีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบถึงระดับความเชื่อที่ถูกต้องของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง
2. เพื่อทราบถึงการปฏิบัติของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง
3. เพื่อทราบถึงปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง

ตามตัวแปรดังนี้

- 3.1 เพศ
- 3.2 อายุ
- 3.3 ระดับการศึกษา

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ นักกีฬา ซึ่งเป็นตัวแทนของเขตต่าง ๆ ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 4 - 10 มีนาคม พ.ศ. 2533

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ นักกีฬาที่เป็นตัวแทนเขตต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 จำนวน 300 ราย เป็นนักกีฬาชาย 246 คน นักกีฬาหญิง 54 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพทางเศรษฐกิจ - สังคม การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List) จำนวน 27 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating - Scales) 5 ระดับ จำนวน 32 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์สถานภาพทางเศรษฐกิจ - สังคม การปฏิบัติและความเชื่อของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง โดยแจกแจงความถี่ คิดเป็นร้อยละ และเสนอเป็นตาราง
2. หาค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความเชื่อของนักกีฬาโดยทั่วไปว่า มีความเชื่อที่ถูกต้องหรือไม่อย่างไร
3. ทดสอบความสัมพันธ์ของความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง กับตัวแปรอิสระที่ศึกษา ได้แก่ เพศ อายุ และระดับการศึกษา โดยใช้การทดสอบไค - สแควร์

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
นักกีฬาส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย มีอายุ 22 ปีขึ้นไป การศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษานับถือศาสนาพุทธ ยังเป็นโสด มีอาชีพเป็นนักเรียน นักศึกษา มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 2,000 บาท ประเภทของกีฬาที่เล่นเป็นประจำ หรือเข้าแข่งขัน คือ กรีฑา ระยะเวลาที่เล่นกีฬา นาน 3 - 10 ปี

2. การปฏิบัติและการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษานักกีฬาส่วนใหญ่ ตีบ่ารุงพลัง โดยตีบ่ารุงพลัง โดยตีบ่ารุงพลังน้อย และไม่ได้ตีบ่ารุงพลังกับอาหารและเครื่องตีบ่ารุงพลังอื่น ๆ เลือกรสชาติเป็นหลักเกณฑ์ในการเลือกตีบ่ารุงพลัง โดยเลือกที่ตีบ่ารุงพลังไม่แน่นอน และไม่มีรายจ่ายในการตีบ่ารุงพลัง สาเหตุที่ตีบ่ารุงพลังเนื่องจากทดลองตีบ่ารุงพลัง และมีความเชื่อว่า ถ้าตีบ่ารุงพลังก่อนเล่นกีฬา หรือทำงาน สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้ ถ้าตีบ่ารุงพลังในวันแข่งขันจะสามารถเพิ่มสมรรถภาพในการแข่งขันกีฬาได้ นักกีฬาอ่านคำแนะนำหรือคำแนะนำในการตีบ่ารุงพลังที่ระบุไว้ในสลากข้างขวดก่อนตีบ่ารุงพลัง สำหรับนักกีฬาที่ไม่ตีบ่ารุงพลัง สาเหตุที่ไม่ตีบ่ารุงพลังเพราะคิดว่าไม่มีคุณประโยชน์ ไม่แน่ใจว่าเครื่องตีบ่ารุงพลังมีคุณประโยชน์หรือโทษอย่างไร ไม่ทราบว่าการตีบ่ารุงพลังแต่ละขวดมีส่วนผสมของสารอะไรบ้าง และไม่เคยแนะนำให้บุคคลอื่นตีบ่ารุงพลัง นักกีฬาส่วนใหญ่รู้จักและได้รับข่าวสารเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังจากสื่อมวลชนต่าง ๆ มีความต้องการความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง เพราะไม่เคยได้รับข่าวสารจากทางราชการที่เกี่ยวข้องกับคุณประโยชน์ หรือโทษของเครื่องตีบ่ารุงพลัง

3. นักกีฬามีความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง
4. เพศของนักกีฬา ไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง
5. อายุของนักกีฬา ไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง
6. ระดับการศึกษาของนักกีฬา มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลัง

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

1. ผลการศึกษา พบว่า นักกีฬามีความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า นักกีฬามีความรู้เกี่ยวกับเครื่องตีบ่ารุงพลังบ้างพอสมควร แต่อย่างไรก็ตาม ถ้าสามารถทำให้นักกีฬามีความเชื่อที่ถูกต้องในระดับสูงขึ้น ก็จะเป็นสิ่งที่ดี ดังนั้น จึงควรส่งเสริมการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้เครื่องตีบ่ารุงพลัง ในหมู่นักกีฬาให้แพร่หลาย และมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2. จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า เพศของนักกีฬา ไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง

ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากในวงการกีฬา เพศชายและเพศหญิง ต่างก็มีความต้องการเสริมสร้างสภาพร่างกายให้สมบูรณ์มาก เพื่อความพร้อมในการแข่งขันกีฬา ดังนั้น การยอมรับการใช้เครื่องตีไม้บารุงพลัง เพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายจึงไม่แตกต่างกัน

3. จากการศึกษาวิจัย พบว่า อายุของนักกีฬา ไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง

ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะความแพร่หลายของการโฆษณาชวนเชื่อของผลิตภัณฑ์ดังกล่าว ซึ่งสามารถกระจายไปทั่วถึงในทุกกลุ่มอายุ ทั้งโดยการใช้การประชาสัมพันธ์ทางสื่อสารมวลชน หรือโดยการเข้าไปมีส่วนร่วมในการสนับสนุนการจัดการแข่งขันกีฬา ทำให้นักกีฬาทุกกลุ่มอายุในวงการกีฬา ไม่มีความแตกต่างกันในความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง

4. จากการศึกษาวิจัย พบว่า ระดับการศึกษาของนักกีฬา มีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง โดยกลุ่มที่มีระดับการศึกษาระดับอุดมศึกษาและสูงกว่า มีความเชื่อที่ถูกต้องมากกว่า กลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ซึ่งเป็นเพราะกลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า จะมีความสนใจในการติดตามข่าวสาร และมีวิจารณญาณที่ถูกต้องดีกว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ซึ่งสอดคล้องกับ สุโท เจริญสุข (2520 : 40 - 41) ได้กล่าวถึงการจذبขึ้นไต่ของการศึกษาว่า ผู้ที่เคยผ่านชั้นสูง ๆ ก็รู้มากเห็นมาก คิดมากเป็นธรรมดา พัฒนาการทางด้านความเชื่อถือและอุดมคติจึง เป็นไปได้ดีกว่าคนที่มีความรู้ระดับการศึกษาต่ำ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. จากการศึกษาครั้งนี้ จะเห็นว่านักกีฬามีความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรเห็นความสำคัญและให้การส่งเสริมในการเผยแพร่ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง ให้แพร่หลายยิ่งขึ้น ทั้งในหมู่นักกีฬาและประชาชนโดยทั่วไป โดยเฉพาะการเผยแพร่ข่าวสารทางสื่อสารมวลชนต่าง ๆ ซึ่งจากการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่าง ได้รับข่าวสารจากสื่อสารมวลชนมากเป็นอันดับหนึ่ง

2. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้ง โดยการควบคุมคุณภาพของผลิตภัณฑ์ และการควบคุมการเผยแพร่โฆษณาสินค้า ควรให้มีความชัดเจนในการระบุถึงคุณประโยชน์หรือโทษของผลิตภัณฑ์ เครื่องดื่มบำรุงพลังดังกล่าว และมีการโฆษณาชวนเชื่อเกินความจริงหรือไม่ ซึ่งหากไม่สามารถควบคุมได้ จะทำให้ผลร้ายตกแก่ผู้บริโภค

3. จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬา เพียงกลุ่มเดียว ดังนั้น เพื่อให้ทราบถึงระดับความเชื่อของประชาชนโดยทั่วไป จึงควรจะได้มีการศึกษาความเชื่อของกลุ่มอาชีพอื่น ๆ เช่น กลุ่มผู้ใช้แรงงาน เช่น กรรมกร หรือกลุ่มที่ต้องใช้รถระยะทางไกล ซึ่งถือว่าเป็นอีกกลุ่มหนึ่ง ซึ่งเป็นกลุ่มผู้บริโภคเป้าหมายของผู้ผลิตเครื่องดื่มบำรุงพลัง ทั้งนี้ เพื่อจะได้นำมาเป็นแนวทางในการส่งเสริมเผยแพร่ความรู้ที่ถูกต้องของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

4. จากการศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระบางตัว เช่น เพศ อายุ และระดับการศึกษา ต่อความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง ดังนั้น หากมีผู้สนใจศึกษาเพิ่มเติม ควรศึกษาถึงตัวแปรอื่น ๆ ซึ่งอาจมีความสัมพันธ์กับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องดื่มบำรุงพลัง ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกรียงไกร เจนพาณิชย์. สิ่งบ่งชี้ความสมบูรณ์และสมรรถภาพนักกีฬา. บรรยายในการประชุมวิชาการ ครั้งที่ 3 ณ ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา กรีฑาสถานแห่งชาติ. 18 - 19 กรกฎาคม 2515.
- _____. "การใช้ยากระตุ้นนักกีฬา," สารศิริราช. 21(11) : 116 ; พฤศจิกายน 2512.
- กองวิทยาศาสตร์ชีวภาพ. "การวิเคราะห์หาปริมาณคาเฟอีนในเครื่องดื่ม," วารสารคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม และวิทยาศาสตร์. 2(1) : 121 - 132 ; มิถุนายน 2526.
- ✓ จรรยา สุวรรณทัต. "ความเชื่อเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก," เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการเด็ก สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์, 2526.
- จุฬารัตน์ รุ่งพิสุทธิพงษ์. "นิษจากวิตามินเกินขนาด," วารสารคลินิก. 5(5) : 348 - 352; พฤษภาคม 2532.
- ✓ นิธิยา รัตนานนท์. "คาเฟอีน," วิทยาศาสตร์ 34(4) : เมษายน 2523.
- นิสิต ศศิธรเวชกุล. ผลของการให้เครื่องดื่มบำรุงพลังต่อสมรรถภาพสูงสุดในการจับออกซิเจนของร่างกาย. ปรินญาณินท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2521. อัดสำเนา.
- ✓ บุญธรรม กิจปรีชาบริสุทธิ์. เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศรีอินทร์, 2531.
- ✓ ประคอง กรรณสูตร. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ : เจริญผล, 2525.
- ประทุม ม่วงมี. รากฐานทางสรีรวิทยาของการออกกำลังกายและการพลศึกษา. กรุงเทพฯ : บุรพาสาลัน, 2527.
- ประยูรศักดิ์ ลิ้มตระกูล. ความเชื่อ ประเพณี และการปฏิบัติตนที่มีผลต่ออนามัยของหญิงหลังคลอด. โรงพยาบาลนครเชียงใหม่. กรุงเทพฯ : โครงการสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2520. อัดสำเนา.

- ประสาธ อิศรปริตตา และคณะ. ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจของชาวอีสาน. เอกสาร
วิจัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฉบับที่ 6. มหาสารคาม : จินตารักษ์การพิมพ์,
2518.
- ปิยวรรณ วิรัชชัย. การศึกษาความเชื่อเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กและสุขภาพอนามัยของเด็กก่อน
วัยเรียน. ปรินญาณินท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสาน
มิตร, 2521. อัดสำเนา.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
เจริญผล, 2531.
- ไพโรจน์ เหลืองโรจนกุล และพีระ บุรณะกิจเจริญ. บทบาทของไฟรต้อกขึ้นต่อการทำงานของ
กล้ามเนื้อเรียบ. วิทยานินท์ วท.บ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2517. อัดสำเนา.
- มัลลิกา ธัญวัฒนา. "ใช้ยาอย่างไรจึงจะได้ผลดี," กรรมการแพทย์. 2(1) : 35 - 51 ;
มกราคม - มีนาคม 2520.
- วนิดา ศรีเตชะ. "คาเฟอีนในเครื่องดื่ม," วิทยาศาสตร์. 34(10) : 830 -831 ;
ตุลาคม 2523.
- วิชัย ตันไพจิตร. "อาหารในชีวิตประจำวัน," โภชนาการ. 11 : 110 ; กรกฎาคม -
กันยายน 2518.
- สมบูรณ์ ชิตพงษ์. การวิเคราะห์แบบเครื่องมือวัดผล. สำนักงานทดสอบทางการศึกษาและจิต
วิทยา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.
- สมใจ วิชัยดิษฐ์. "โภชนาการสำหรับนักกีฬา," รามาศิษย์. 11(2) : 49 - 52 ;
มิถุนายน 2523.
- สายสุรี วัชรเกียรติ. "ความเชื่อถือโชคลางของนิสิตมหาวิทยาลัยบางคน," ใน วารสารการ
วิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2506.
- สิรินทร์ นิบุสนิยม. ข่าวสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. 20(201) : 20 - 21 ;
มีนาคม 2522.
- สุจิตรา รักเกียรติ. การวิเคราะห์ความเชื่อในด้านสุขภาพและสวัสดิภาพของนิสิตจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. วิทยานินท์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2510.
อัดสำเนา.
- สุโท เจริญสุข. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : โอเตียนสโตร์, 2520.

- ✓Bell, George H. and others. Textbook of Physiology and Biochemistry. Great Britain : The English Languagebook Company and E. & S. Livingstone Ltd., 1965.
- Burgen, A. S. V. and J. F. Mitchel. Gaddum's Pharmacology. 7th ed. London : Oxford University Press, 1972.
- ✓Cohen, Phyllis A. and others. "High Pyridoxine Diet in the Rat : Possible Implications for Megavitamin Therapy, "Journal of Nutrition. 103(1) : 143 - 151 ; January - June, 1973.
- ✓Ferguson, George A. Statistical Analysis in Psychology and Education. New York : McGraw - Hill Book Co., 1966.
- ✓Fishbein, Martin and Ajzen Martin. Belief, Attitude, Intention and Behavior : An Introduction to Theory and Research. Massachusetts : Addison Wesley Publishing Co. Inc., 1975.
- Goth, Andres. Medical Pharmacology Principles and Concepts. 7th ed. Saint Louis : The C. V. Mosby Company, 1974.
- James, Orten M. and Otto W. Neuhan. Human Biochemistry. Philadelphia Toronto : W. B. Saunders Company, 1971.
- Whiting, W.M. John and Isrim L. Child. Child Training and Personality. New Haven : Yale University Press, 1963.
- Karpovich, Peter V. Physiology of Muscular Activity. London : W. B. Saunders Company, 1966.
- ✓Krause, Marie V. Food Nutrition and Diet Therapy. 4th ed. Philadelphia : Philadelphia Saunders, 1967.
- Mazur, Abraham and Benjamin Harlow. Textbook of Biochemistry. Philadelphia Toronto : W. B. Saunders Company, 1971.
- ✓Mowry, Lillian. "Vitamin," in Basic Nutrition and Diet Therapy for Nurses. 5th ed. p.215. Saint Louis : The C. V. Mosby Company, 1975.

Rokeach, Milton. Belief Attitude and Value : A Theory of Organization and Change. San Francisco : Jossery Bass Inc., Publishing, 1970.

Stryer, Lubat. Biochemistry. San Francisco : W. H. Freeman and Company, 1975.

✓Williams, Melvin H.: "Effect of Selected Doses of Alcohol on Fatigue Parameters of the Forearm Flexor Muscles," Journal of Research Quartery. 40(4) : 832 - 840 ; December, 1969.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

เรื่อง

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง

คำชี้แจง แบบสอบถามทั้งหมดนี้มี 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบ่งเป็น 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 ถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคล สถานภาพทางเศรษฐกิจ - สังคม
ของท่าน

ส่วนที่ 2 ถามเกี่ยวกับการปฏิบัติในด้านต่าง ๆ ของท่านเกี่ยวกับการใช้
เครื่องต้มบำรุงพลัง

ตอนที่ 2 ถามเกี่ยวกับความเชื่อของท่านที่มีต่อเครื่องต้มบำรุงพลัง

ตอนที่ 1

สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพส่วนบุคคล สถานภาพทางเศรษฐกิจ - สังคม
ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ต้องการ

1. เพศ

1. ชาย
 2. หญิง

2. อายุ

2.1 อายุ.....ปี

2.2 จำแนกชั้นของอายุ

1. 18 ปี และต่ำกว่า
 2. 19 - 22 ปี
 3. ตั้งแต่ 23 ปีขึ้นไป

3. ศาสนา

1. พุทธ
 2. คริสต์
 3. อิสลาม

4. ระดับการศึกษา

1. ประถมศึกษา และต่ำกว่า
 2. มัธยมศึกษา - อนุปริญญา
 3. อุดมศึกษา และสูงกว่า

5. สถานภาพสมรส

1. โสด
2. แต่งงาน

6. อาชีพ

1. นักเรียน นักศึกษา
2. รับราชการ โปรดระบุ.....
3. รับจ้าง
4. ธุรกิจส่วนตัว
5. อื่น ๆ

7. รายได้/เดือน

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> 1. ต่ำกว่า 2,000 บาท | <input type="radio"/> 2. 2,001 - 4,000 บาท |
| <input type="radio"/> 3. 4,001 - 6,000 บาท | <input type="radio"/> 4. 6,001 - 8,000 บาท |
| <input type="radio"/> 5. 8,001 - 10,000 บาท | <input type="radio"/> 6. 10,001 บาทขึ้นไป |

8. ประเภทของกีฬาที่ท่านเล่นเป็นประจำ หรือเข้าแข่งขัน

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="radio"/> 1. กรีฑา | <input type="radio"/> 2. รักบี้ฟุตบอล |
| <input type="radio"/> 3. ฟุตบอล | <input type="radio"/> 4. มวย |
| <input type="radio"/> 5. วาโยน้ำ | <input type="radio"/> 6. บาสเกตบอล |
| <input type="radio"/> 7. วอลเลย์บอล | <input type="radio"/> 8. อื่น ๆ |

9. ระยะเวลาที่ท่านเล่นกีฬา จำนวน.....ปี

1. น้อยกว่า 3 ปี
2. 3 - 10 ปี
3. มากกว่า 10 ปี

ส่วนที่ 2 การรับรู้ข่าวสารและการปฏิบัติเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลัง
ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ต้องการ

10. ท่านรู้จักเครื่องต้มบำรุงพลังได้อย่างไร
- 1. เพื่อนนักกีฬาแนะนำ
 - 2. จากสื่อมวลชนต่าง ๆ
 - 3. จากชมรม สมาคมกีฬาที่ท่านสังกัด
 - 4. อื่น ๆ
11. ท่านต้มเครื่องต้มบำรุงพลังหรือไม่
- 1. ต้ม
 - 2. ไม่ต้ม
12. เฉพาะท่านที่ไม่ต้ม ทำไมท่านจึงไม่ต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง
- 1. ราคาแพง
 - 2. ไม่มีคนประ โยชน์
 - 3. ไม่แสดงผล
13. ทำไมท่านจึงต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง
- 1. ลองดู
 - 2. เชื่อว่าสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปได้
 - 3. เชื่อว่าสามารถเพิ่มสมรรถภาพในการแข่งขันกีฬาได้
 - 4. ไม่แสดงผล
14. ท่านมีนิสัยการต้มเครื่องต้มบำรุงพลังอย่างไร
- 1. ต้มเป็นประจำ
 - 2. ต้มค่อนข้างบ่อย

15. กรณีที่ท่านเชื่อว่าเครื่องต้มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปได้นั้น ท่านดื่มในเวลาใด
- 1. ก่อนเล่นกีฬาหรือทำงาน
 - 2. ระหว่างเล่นกีฬาหรือทำงาน
 - 3. หลังเล่นกีฬาหรือทำงาน
 - 4. ไม่แน่นอน
16. ในกรณีที่ท่านเชื่อว่าเครื่องต้มบำรุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพในการแข่งขันกีฬาได้นั้น ท่านดื่มเวลาใด
- 1. ระหว่างฝึกซ้อมประจำวัน (ดื่มทุกวันอยู่แล้ว ถึงไม่แข่งก็ตาม)
 - 2. ในระยะเก็บตัว
 - 3. ในวันที่แข่งขัน
 - 4. ไม่แน่นอน
17. ท่านดื่มเครื่องต้มบำรุงพลังร่วมกับอาหาร/เครื่องดื่มอื่น ๆ หรือไม่ (กรณีดื่ม)
- 1. ไม่ดื่มร่วมกับอาหาร/เครื่องดื่ม
 - 2. ดื่มร่วมกับอาหารประจำวัน
 - 3. ดื่มร่วมกับเครื่องดื่มอื่น (สุรา, น้ำอัดลม, อาหารเสริม ฯลฯ)
18. ในกรณีที่ท่านดื่มเครื่องต้มบำรุงพลัง ท่านเลือกดื่มผลิตภัณฑ์ชนิดเดิมทุกครั้งหรือไม่
- 1. ดื่มยี่ห้อเดิมทุกครั้ง
 - 2. ไม่แน่นอน
19. ท่านใช้หลักเกณฑ์ใดในการเลือกดื่มผลิตภัณฑ์นั้น ๆ
- 1. เชื่อโฆษณา
 - 2. ดูส่วนผสมข้างขวด
 - 3. รสชาติ
 - 4. ไม่ตอบ

20. รายจ่ายกรณีติดตั้งเครื่องต้มบำรุงพลัง
- 1. ไม่มีรายจ่าย
 - 2. 100 - 300 บาท/เดือน
 - 3. 301 - 500 บาท/เดือน
 - 4. มากกว่า 500 บาท/เดือน
21. ท่านอ่านคำเตือนหรือคำแนะนำในการติดตั้งเครื่องต้มบำรุงพลัง ที่ระบุไว้ในสลากข้างขวดก่อนต้มหรือไม่
- 1. อ่าน
 - 2. ไม่อ่าน
22. ท่านทราบหรือไม่ว่า เครื่องต้มบำรุงพลังแต่ละชนิดมีส่วนผสมของสารอะไรบ้าง
- 1. ทราบ ได้แก่ สาร.....
 - 2. ไม่ทราบ
23. ท่านทราบหรือไม่ว่า เครื่องต้มบำรุงพลังมีคุณประโยชน์หรือโทษอย่างไร
- 1. มีคุณประโยชน์ คือ.....
 - 2. มีโทษ คือ.....
 - 3. ไม่แน่ใจ
24. ท่านเคยแนะนำให้กับบุคคลอื่นติดตั้งเครื่องต้มบำรุงพลังหรือไม่
- 1. เคย
 - 2. ไม่เคย
25. ท่านเคยได้รับข่าวสารจากทางราชการที่เกี่ยวข้องกับคุณประโยชน์ หรือโทษของเครื่องต้มบำรุงพลังหรือไม่
- 1. ไม่เคย
 - 2. เคย

26. ถ้าเคยได้รับข่าวสาร ท่านได้รับโดย
- 1. สื่อมวลชนต่าง ๆ
 - 2. เอกสารเผยแพร่ของทางราชการ
 - 3. ฟังการบรรยาย หรือเข้าร่วมสัมมนา
 - 4. สันทนาการกับบุคคลอื่น
27. ท่านต้องการความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังหรือไม่
- 1. ไม่ต้องการ
 - 2. ต้องการ

ตอนที่ 2

ความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องตีน้ำตาล

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเชื่อของท่านเพียงข้อละ 1 ช่อง
เท่านั้น แบบสอบถามแต่ละข้อจะมีคำตอบที่ตรงกับความเชื่ออยู่ 5 ระดับ คือ เชื่อมากที่สุด เชื่อ
มาก เชื่อปานกลาง ไม่ค่อยเชื่อ ไม่เชื่อเลย

ข้อที่	ข้อความ	เพิ่มมากที่สุด	เพิ่มมาก	เพิ่มปานกลาง	ไม่ค่อยเพิ่ม	ไม่เพิ่มเลย
1.	เครื่องต้มบำรุงพลังต้มควบคู่กับสุราทำให้ต้มสุราได้มากและไม่เมา.....
2.	พนักงานขับรถที่ต้องขับระยะทางไกล ๆ ต้มเครื่องต้มบำรุงพลังช่วยให้ไม่หลับในได้.....
3.	เครื่องต้มบำรุงพลังยิ่งต้มปริมาณมากเท่าไร ยิ่งเพิ่มพลังมากเท่านั้น.....
4.	คนที่ เป็นโรคหัวใจ ความดันโลหิต ไม่ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง.....
5.	นักกีฬาที่ต้องใช้ระยะเวลาในการแข่งขันยาวนาน ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลังก่อนเข้าแข่งขัน.....
6.	เครื่องต้มบำรุงพลังควรต้มในขณะที่ร่างกายมีความต้องการพลังงาน (ขณะหิว) จะเกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น.....
7.	คนสูงอายุ สมรรถภาพในการย่อยอาหารเสื่อม ควรเสริมพลังด้วยการต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เพื่อช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น.....
8.	คนตั้งครรภ์ไม่ควรต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง เพราะจะทำให้เกิดผลเสียต่อบุตรในครรภ์ได้.....
9.	เครื่องต้มบำรุงพลังสามารถคลายความเครียดทางจิตใจได้.....
10.	เครื่องต้มบำรุงพลัง ให้ประโยชน์กับนักกีฬาได้จริง ๆ.....
11.	ภิกษุที่สภาพร่างกายอาจจะไม่อำนวยต่อการอดอาหารมื้อเย็น ควรเสริมร่างกายโดยต้มเครื่องต้มบำรุงพลัง.....

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	เรื่องมาก	เรื่องปานกลาง	ไม่ค่อย	ไม่เลย
12.	ตีมือเครื่องตีมือบ่ารุงพลังที่เข้าเย็น จะให้ผลเร็วกว่า เครื่องตีมือบ่ารุงพลังที่ไม่เข้าเย็น.....					
13.	นักกีฬาที่ดีควรฝึกซ้อมควบคู่กับการตีมือเครื่องตีมือบ่ารุงพลัง เป็นประจำ.....					
14.	เครื่องตีมือบ่ารุงพลังสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางเพศได้.....					
15.	เครื่องตีมือบ่ารุงพลัง สร้างความมั่นใจให้แก่นักกีฬา ใน การแข่งขันนัดสำคัญ ๆ และนัดชิงชนะเลิศได้.....					
16.	ตีมือเครื่องตีมือบ่ารุงพลังเป็นประจำจะทำให้ติดได้.....					
17.	นักกีฬาถึงแม้จะมีสมรรถภาพทางกายดี หากตีมือเครื่อง ตีมือบ่ารุงพลังเสริมอีกทางหนึ่ง จะช่วยให้มีสมรรถภาพ ทางกายดีขึ้น.....					
18.	นักกีฬาที่ฝึกฝนไม่เพียงพอควรตีมือเครื่องตีมือบ่ารุงพลัง ก่อนการแข่งขัน เพราะจะช่วยให้หายอ่อนเพลียและ ทดแทนพลังงานที่สูญเสียไปได้.....					
19.	เด็ก ๆ ไม่ควรตีมือเครื่องตีมือบ่ารุงพลัง เพราะ ไม่มี ประโยชน์.....					
20.	นักกีฬาวัยน้ำควรตีมือเครื่องตีมือบ่ารุงพลัง เพื่อป้องกัน การเป็นตะคริว.....					
21.	เครื่องตีมือบ่ารุงพลังสามารถใช้แทนน้ำเกลือได้ในบาง โอกาส เพื่อช่วยให้ร่างกายหายจากอ่อนเพลีย.....					
22.	คนที่ตีมือสุราผสมเครื่องตีมือบ่ารุงพลัง จะช่วยป้องกันการ เป็นโรคตับแข็งได้.....					

ข้อที่	ข้อความ	✓ เชื่อกมากที่สุด	✓ เชื่อกมาก	✓ เชื่อกปานกลาง	✓ ไม่ค่อยเชื่อก	✓ ไม่เชื่อกเลย
23.	การดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังเป็นประจำ จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยได้ง่าย.....
24.	สถิติต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬาถูกทำลายลง เครื่องดื่มบำรุงพลังมีส่วนช่วยด้วย.....
25.	เครื่องดื่มบำรุงพลังช่วยพัฒนาสมรรถภาพร่างกายท่านได้จริง.....
26.	นักกรีฑา โดยเฉพาะนักวิ่งระยะสั้น ไม่จำเป็นต้องดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง.....
27.	อิทธิพลในการโฆษณามีผลต่อการใช้เครื่องดื่มบำรุงพลังของนักกีฬา.....
28.	เครื่องดื่มบำรุงพลัง ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันโรคบางชนิดให้แก่ร่างกายได้.....
29.	ผู้ที่เริ่มเล่นกีฬาเป็นครั้งแรก ถ้าดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลัง จะทำให้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อน้อยลงได้.....
30.	ผู้ที่ร่างกายได้รับความกระทบกระเทือนจากอุบัติเหตุ การดื่มเครื่องดื่มบำรุงพลังจะมีส่วนช่วยให้ร่างกายฟื้นคืนสู่สภาพปกติได้เร็วขึ้น.....
31.	เครื่องดื่มบำรุงพลัง ใช้แทนอาหารเสริมได้.....
32.	เครื่องดื่มบำรุงพลัง มีคุณค่าทางอาหารสูง.....

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อผู้วิจัย นายอาณาภาพ ภู่มุกข์

ภูมิลำเนาเดิม 192/2 ถนนทรงพล อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี

ประวัติการศึกษา

ปีการศึกษา 2523 สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง วิชาเอกพลศึกษาจาก
วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร

ปีการศึกษา 2526 สำเร็จการศึกษาปริญญาการศึกษาบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พลศึกษา

ปีการศึกษา 2532 สำเร็จการศึกษาปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร

ความเชื่อและการปฏิบัติของนักกีฬาเกี่ยวกับเครื่องตีไม้บารุงพลัง

บทคัดย่อ
ของ
อาณาจักร ภูมุกัก

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก พลศึกษา

เมษายน 2533

การศึกษาครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบระดับความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังของ นักกีฬา และความสัมพันธ์ของความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังกับตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ อายุ และระดับการศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 300 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามความเชื่อและการปฏิบัติเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ไค - สแควร์ (Chi - Square)

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักกีฬามีความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องต้มบำรุงพลังอยู่ในระดับปานกลาง
2. เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬา
3. อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬา
4. ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับความเชื่อของนักกีฬาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05

BELIEFS AND PRACTICES OF ATHELETES IN TONIC DRINKS

AN ABSTRACT

BY

ARNUPAP PUPOOK

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

April 1990

The purpose of this study was to find the beliefs and practices of the athletes in tonic drinks as relationship with their sexes, ages, and educational levels.

The subjects were 300 athletes randomly sampled from those who participated in the 23rd National Games in Chiengmai during March 4-10, 1990. The writer's constructed questionnaire was used to collect the data.

After the data were statistically treated, it was found that:

1. The appropriate beliefs in tonic drinks of the subjects were at medium level.
2. There was no significant relationship between sexes and the beliefs in tonic drinks.
3. There was no significant relationship between ages and the beliefs in tonic drinks.
4. There was a significant relationship between education levels and the beliefs in tonic drinks, at the .05 level.