

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผศ.ดร.สุวรรณ จันทประเสริฐ อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลชุมชน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ผศ.ดร.อาภรณ์ คีนาน อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. อาจารย์อนุชิต แท้สูงเนิน อาจารย์ฝ่ายกิจการนักศึกษา
วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี
มีประสบการณ์ในการสอนการออกกำลังกายของ
นักศึกษาพยาบาล ปัจจุบันยังคงเป็นอาจารย์สอน
วิชาพลศึกษาแก่นักศึกษาพยาบาล
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี
4. อาจารย์สรวิรัตน์ พลอินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลจิตเวช
วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า เพชรบุรี
มีประสบการณ์ในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับการ
ออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล
5. อาจารย์อรุณี สังขพานิช อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี
มีประสบการณ์ในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับ
พฤติกรรมในการออกกำลังกาย

ภาคผนวก ข

สำเนาหนังสือขอความอนุเคราะห์

(สำเนา)

ที่ ศร 0528.03/0365

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

5 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผศ.ดร.สุวรรณ จันทระประเสริฐ

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำขอวิจัยวิทยานิพนธ์และเครื่องมือเพื่อการวิจัยจำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิภา อัสวชัยสุวิกรม ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0366

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

5 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผศ.ดร.อาภรณ์ ดินาน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อวิทยานิพนธ์และเครื่องมือเพื่อการวิจัยจำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2 ตั้งกักสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิภา อัสวชัยสุวิกรม ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0367

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

5 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน อาจารย์สรวิรัตน์ พลอินทร์
สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อวิทยานิพนธ์และเครื่องมือเพื่อการวิจัยจำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2
สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิกา อัสวชัยสุวิกรม ประธาน
กรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณา
แล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง
จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0368

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

5 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน คุณอรุณี สังขพานิช
สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงยอวิทยานิพนธ์และเครื่องมือเพื่อการวิจัยจำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2
สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิภา อัศวชัยสุวิกรม ประธาน
กรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณา
แล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง
จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศร 0528.03/0369

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

5 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน อาจารย์อนุชิต แท้สูงเนิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อวิทยานิพนธ์และเครื่องมือเพื่อการวิจัยจำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิภา อัสวชัยสุวิกรม ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(ตำนาน)

ที่ ศธ 0528.03 / 0655

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

20 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัยจำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรรณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2
สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณภา อัสวชัยสุวิกรม ประธาน
กรรมการ มีความประสงค์ขออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักศึกษา
พยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง
ระหว่างวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2547 ถึงวันที่ 8 มีนาคม 2547 (ติดต่อผู้วิจัยโทร 0-9919-2089)

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง
จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตวร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตวร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศร 0528.03/1530

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

21 พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครื่องข่ายภาคกลาง 2
สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิภา อัสวชัยสุวิกรม ประธาน
กรรมการ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวม
ข้อมูลจาก นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บ
รวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1-30 มิถุนายน 2547 (ติดต่อผู้วิจัยโทร 0-9919-2089)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง
จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตวร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตวร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/1531

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

21 พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย
 เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี
 สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร
 มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2
 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิกา อัสวชัยสุวิกรม ประธาน
 กรรมการ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวม
 ข้อมูลจาก นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวม
 ข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1-30 มิถุนายน 2547 (ติดต่อผู้วิจัยโทร 0-9919-2089)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง
 จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/1532

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

21 พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชัยนาท

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรรณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณภา อัครชัยสุวิกรม ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1-30 มิถุนายน 2547 (ติดต่อผู้วิจัยโทร 0-9919-2089)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/1533

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

21 พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย
 เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัฐ
 สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร
 มหบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2
 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในความควบคุมดูแลของ ดร.วรรณิภา อัสวชัยสุวิกรม ประธาน
 กรรมการ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวม
 ข้อมูลจาก นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บ
 รวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1-30 มิถุนายน 2547 (ติดต่อผู้วิจัยโทร 0-9919-2089)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคง
 จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ภาคผนวก ก

ตัวอย่างเครื่องมือในการวิจัย

ภาควิชาการพยาบาลชุมชน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

10 มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม
เรียน นักศึกษาพยาบาลผู้ตอบแบบสอบถาม
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1 ชุด

เนื่องด้วย นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ พยาบาลวิชาชีพ 4 ปฏิบัติงานที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี เป็นนิสิตปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล ในวิทยาลัยพยาบาล เครือข่ายภาคกลาง 2 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก เพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาใน หลักสูตรการพยาบาลชุมชน โดยมี ดร.วรรณิกา อัสวชัยสุวิกรม เป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของท่าน จะนำไปวิเคราะห์โดยภาพรวมในการวิจัยไม่นำไปเปิดเผยเป็นการส่วนตัว และไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาและปฏิบัติงานใดๆ ของท่านทั้งสิ้น ผลของการวิจัยนำไปใช้ทางวิชาการเท่านั้น คิดค้นหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามทุกข้อ เมื่อท่านตอบเสร็จแล้ว กรุณานำส่งที่อาจารย์ในวิทยาลัยของท่าน ซึ่งเป็น ตัวแทนของผู้วิจัยในการเก็บแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยจะแจ้งให้ทราบล่วงหน้าว่าเป็นอาจารย์ท่านใดก่อนที่จะแจกแบบสอบถาม ในกรณีที่ท่านมีข้อสงสัยในการตอบแบบสอบถาม หรือท่านต้องการที่จะถอนตัวจากการเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ สามารถติดต่อผู้วิจัยได้ที่ หมายเลขโทรศัพท์ 0-9170-3420 หรือ 0-3553-5253 ต่อ 215 และที่อยู่คั้งนี้คือ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี 118 หมู่ 1 ตำบลสนามชัย อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี 72000

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาในการตอบแบบสอบถาม และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความขอบคุณ
สุภาภรณ์ วรอรุณ
(นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ)

รหัสแบบสอบถามชุดที่.....

แบบสอบถาม

เรื่อง ป้องภัยที่มีอิทธิพลของการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล
ในวิทยาลัยพยาบาล เกรือข่ายภาคกลาง 2 สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก

คำอธิบาย แบบสอบถามนี้ประกอบไปด้วย 2 ชุด

ชุดที่ 1 แบบสอบถาม แบ่งเป็น 5 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 3 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย จำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรคของการออกกำลังกาย จำนวน 14 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถต่อการออกกำลังกาย จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้อิทธิพลระหว่างบุคคลต่อการออกกำลังกาย จำนวน 13 ข้อ

ชุดที่ 2 แบบสอบถามการออกกำลังกายของนักศึกษาพยาบาล จำนวน 2 ข้อ

และแบบสอบถามประสิทธิภาพการออกกำลังกาย จำนวน 2 ข้อ

การตอบแบบสอบถามขอให้ท่านตอบตามความเป็นจริง โดยตอบให้ครบทุกข้อคำถาม

ขอขอบคุณที่ในความร่วมมือเป็นอย่างดี

นางสาวสุภาภรณ์ วรอรุณ

แบบสอบถามชุดที่ 1

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดเติมคำหรือกาเครื่องหมาย / และเติมข้อความลงในช่องว่างตามความจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด

1. ท่านมีอายุ ปี เดือน

2. ปัจจุบันท่านกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปี

☐ ชั้นปีที่ 1

☐ ชั้นปีที่ 2

☐ ชั้นปีที่ 3

☐ ชั้นปีที่ 4

3. ปัจจุบันท่านมีน้ำหนัก.....กก. ส่วนสูง.....ซม.

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

- มากที่สุด = 5 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลดีมากที่สุด
 มาก = 4 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลดีมาก
 ปานกลาง = 3 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลดีปานกลาง
 น้อย = 2 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลดีน้อยกว่าครึ่งหนึ่ง
 น้อยที่สุด = 1 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลดีน้อยที่สุด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	สำหรับ ผู้วิจัย
ด้านร่างกาย						
1. การออกกำลังกายช่วยให้กล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่น กระชับแข็งแรงขึ้น						
2. การออกกำลังกายช่วยให้เคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว						
3. การออกกำลังกายช่วยลดความเมื่อยล้าของร่างกาย						
4. การออกกำลังกายช่วยให้มีรูปร่างดี						
5. การออกกำลังกายช่วยป้องกันการเกิดโรคความดันโลหิตต่ำ						
6. การออกกำลังกายช่วยให้ปอดขยายตัวได้ดี						
7. การออกกำลังกายช่วยลดอาการปวดศีรษะ						
8. การออกกำลังกายช่วยป้องกันโรคหัวใจ						
9. การออกกำลังกายช่วยป้องกันการติดเชื้อ						
10. การออกกำลังกายช่วยป้องกันการเกิดโรคเบาหวาน						
ด้านจิตใจ						
11. การออกกำลังกายช่วยลดความเครียด						
12. การออกกำลังกายช่วยให้มีสมาธิ						
13. การออกกำลังกายช่วยให้นอนหลับพักผ่อนได้						
14. การออกกำลังกายช่วยให้รู้สึกผ่อนคลาย						
15. การออกกำลังกายช่วยให้มีความภาคภูมิใจในตนเอง						

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	สำหรับ ผู้วิจัย
ด้านสังคม						
16. การออกกำลังกายช่วยให้ได้รู้จักกับบุคคลอื่น ๆ						
17. การออกกำลังกายช่วยให้ได้พบเพื่อนใหม่						
18. การออกกำลังกายช่วยให้ได้ร่วมสังสรรค์กับเพื่อน ๆ						
19. การออกกำลังกายช่วยให้ได้สนิทสนมกับเพื่อน ๆ						
20. การออกกำลังกายช่วยให้เป็นที่ยอมรับของผู้อื่น						

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรคของการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

มากที่สุด = 5 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลเสีย/อุปสรรคมากที่สุด

มาก = 4 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลเสีย/อุปสรรคมาก

ปานกลาง = 3 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลเสีย/อุปสรรคปานกลาง

น้อย = 2 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลเสีย/อุปสรรคน้อยกว่าครึ่งหนึ่ง

น้อยที่สุด = 1 หมายถึง รับรู้ว่าการออกกำลังกายมีผลเสีย/อุปสรรคน้อยที่สุด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	สำหรับ ผู้วิจัย
ด้านร่างกาย						
1. การออกกำลังกายทำให้เหนื่อย						
2. การออกกำลังกายทำให้อ้วน เพราะทำให้รับประทานอาหารมากขึ้น						
3. การออกกำลังกายทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย						
4. การออกกำลังกายทำให้กล้ามเนื้อโตเป็นมัดๆ ไม่น่าดู						
ด้านจิตใจ						
5. การออกกำลังกายเป็นภาระที่ยุ่งยาก						
6. การสวมชุดออกกำลังกายทำให้รู้สึกเขินอาย						
7. การออกกำลังกายเป็นเรื่องน่าเบื่อ						
8. การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่หนัก						
9. การออกกำลังกายทำให้รู้สึกอายผู้อื่น						
ด้านสังคม						
10. การออกกำลังกายทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย						
11. การออกกำลังกายทำให้เสียเวลาในการอ่าน หรือค้นคว้าตำราเรียน						

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	สำหรับ ผู้วิจัย
12. สถานที่ออกกำลังกายไม่สะดวกที่จะไป						
13. สถานที่ออกกำลังกายมีจำนวนน้อย						
14. เพื่อนๆ ไม่ออกกำลังกายด้วย ทำให้รู้สึกหมดสนุก						

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถต่อการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

มากที่สุด = 5 หมายถึง มีความมั่นใจ หรือ มีความเชื่อมั่นในตนเองในการออกกำลังกายในระดับมากที่สุด

มาก = 4 หมายถึง มีความมั่นใจ หรือ มีความเชื่อมั่นในตนเองในการออกกำลังกายในระดับมาก

ปานกลาง = 3 หมายถึง มีความมั่นใจ หรือ มีความเชื่อมั่นในตนเองในการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

น้อย = 2 หมายถึง มีความมั่นใจ หรือมีความเชื่อมั่นในตนเองในการออกกำลังกายในระดับที่น้อยกว่าครึ่งหนึ่ง

น้อยที่สุด = 1 หมายถึง มีความมั่นใจ หรือมีความเชื่อมั่นในตนเองในการออกกำลังกายในระดับน้อยที่สุด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
1. ท่านสามารถกำหนดวัน เวลา และกิจกรรม การออกกำลังกายลักษณะต่าง ๆ ไว้ล่วงหน้าได้						
2. ท่านสามารถปฏิบัติตามแผนการออกกำลังกายที่วางไว้						
3. ท่านสามารถจัดสรรเวลาในการออกกำลังกายได้ถึงแม้ต้องขึ้นเวรบ้า - เวนดิก						
4. ท่านสามารถเลือกกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ และอายุของท่านได้						
5. ท่านสามารถออกกำลังกายได้ ถึงแม้ในช่วงสอบ						
4. ท่านสามารถออกกำลังกายได้ แม้ว่าท่านรู้สึกเหนื่อยจากการเรียน						
7. ท่านสามารถออกกำลังกายได้ แม้ว่าจะรู้สึกเศร้าไม่สบายใจ						
8. ท่านสามารถออกกำลังกายลำพังคนเดียวได้						

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	สำหรับผู้วิจัย
9. ท่านสามารถออกกำลังกายได้ แม้ว่ามีผู้อื่นมาใช้สถานที่ ออกกำลังกาย						
10. ท่านสามารถออกกำลังกายได้ แม้ว่าเป็นวันหยุดพักผ่อน						

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้ประสิทธิภาพการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความช่วยมือ และทำเครื่องหมาย / ในช่องขวามือที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

- | | | | |
|------------|-----|---------|--|
| มากที่สุด | = 5 | หมายถึง | มีการรับรู้ว่าคุณค่าดังกล่าว เป็นอุปสรรคขัดขวาง / สนับสนุนท่าน ในการออกกำลังกายระดับมากที่สุด |
| มาก | = 4 | หมายถึง | มีการรับรู้ว่าคุณค่าดังกล่าว เป็นอุปสรรคขัดขวาง / สนับสนุนท่าน ในการออกกำลังกายระดับมาก |
| ปานกลาง | = 3 | หมายถึง | มีการรับรู้ว่าคุณค่าดังกล่าว เป็นอุปสรรคขัดขวาง / สนับสนุนท่าน ในการออกกำลังกายระดับปานกลาง |
| น้อย | = 2 | หมายถึง | มีการรับรู้ว่าคุณค่าดังกล่าว เป็นอุปสรรคขัดขวาง / สนับสนุนท่าน ในการออกกำลังกายระดับน้อย |
| น้อยที่สุด | = 1 | หมายถึง | มีการรับรู้ว่าคุณค่าดังกล่าว เป็นอุปสรรคขัดขวาง / สนับสนุนท่าน ในการออกกำลังกายระดับน้อยที่สุด |

ท่านคิดว่าบุคคลต่อไปนี้จะมีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายของท่าน ในประเด็นต่อไปนี้เพียงใด

อิทธิพลของบุคคล	ครอบครัว						เพื่อน						ครู				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กระตุ้นให้ท่านออกกำลังกาย																	
2. ให้คำแนะนำเมื่อท่านออกกำลังกาย																	
3. ช่วยเหลือค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายของท่าน																	
4. เข้าร่วมการออกกำลังกาย พร้อมกับท่าน																	
5. พูดคุยกับท่านเกี่ยวกับประโยชน์ของการออกกำลังกาย																	
6. พูดคุยหรือแนะนำวิธีการออกกำลังกายที่ดีที่สุดสำหรับท่าน																	
7. พูดคุยหรือแนะนำท่านเกี่ยวกับสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย																	
8. พูดคุยหรือแนะนำท่านเกี่ยวกับเวลาที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย																	

อิทธิพลของบุคคล	ครอบครัว				เพื่อน				ครู			
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก
9. พูดคุยหรือแนะนำท่านเกี่ยวกับอาการผิดปกติที่อาจเกิดขึ้น ควรหยุดการออกกำลังกาย												
10. ชักถามความรู้สึกละหว่างท่านภายหลังการออกกำลังกาย												
11. พูดคุยหรือแนะนำเมื่อท่านมีปัญหาเกี่ยวกับการ ออกกำลังกาย												
12. ให้ความสนใจขณะที่ท่านออกกำลังกาย												
13. พูดคุยหรือแนะนำท่านเกี่ยวกับการแต่งกายที่เหมาะสม ในการออกกำลังกาย												

แบบสอบถามชุดที่ 2

แบบสอบถามการออกกำลังกาย

และประสบการณ์เดิมของการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดเลือกคำตอบที่ตรงกับท่านมากที่สุด เพียง 1 ข้อ

การออกกำลังกาย และเล่น กีฬา

1. ท่านออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาบ้างหรือไม่ (ในรอบ 1 ปี)

☐ ไม่ออกกำลังกาย (ไม่ต้องตอบข้อ 2)

☐ ออกกำลังกาย

2. ถ้าท่านออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา โปรดระบุประเภทของการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา ความถี่ และระยะเวลาของการออกกำลังกาย ในตารางด้านล่าง

ประเภทของกิจกรรม	จำนวน วัน/สัปดาห์	จำนวน ชั่วโมง/ วัน	จำนวน เดือน/ปี	สำหรับผู้วิจัย
1.				
2.				
3.				

3. ในระยะเวลาที่ผ่านมา 1 ปี ท่านเคยออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เช่น การวิ่ง ว่ายน้ำ การเดินแอโรบิก การเดินเร็ว การบริหารร่างกาย โดยปฏิบัติเป็นเวลาติดต่อกันอย่างน้อย 30 นาที หรือปฏิบัติเป็นช่วง ๆ สะสมอย่างน้อย 30 นาที ต่อวัน

☐ ไม่เคยปฏิบัติ (ไม่ต้องตอบข้อ 5)

☐ เคยปฏิบัติ

ภาคผนวก ง

การลงรหัสที่ใช้ในการคำนวณของแต่ละประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

การลงรหัสที่ใช้ในการคำนวณของแต่ละประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายในงานวิจัยครั้งนี้

ประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย	รหัสที่นำมาใช้ในการคำนวณ
1. แอโรบิค	1.890
2. วิ่ง/วิ่งเหยาะ ๆ	1.890
3. ถีบจักรยาน	0.703
4. ว่ายน้ำ	1.890
5. วอลเลย์บอล	1.890
6. แบดมินตัน	1.890
7. วูตบอล	1.890
8. ฟุตบอล	1.890
9. โยคะ	0.297