

สภาพและความต้องการได้รับบริการด้านการออกกำลังกายของประชาชน
จากองค์การบริหารส่วนตำบลตะพง จังหวัดระยอง

ว่าที่เรอตรี ไพริน แสงกระจ่าง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

กรกฎาคม 2549

ISBN 974-502-879-7


ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของว่าที่เรอตรีไพริน แสงกระจ่าง ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการ
ศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและ
การกีฬาของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

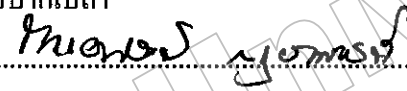
อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

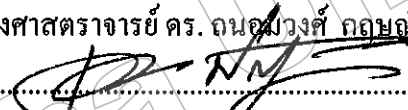

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สันติพงษ์ ปลั่งสุวรรณ)

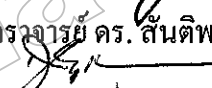

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นฤพนธ์ วงศ์จักรภัทร)

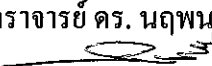

..... กรรมการ
(ดร. สมโภชน์ อเนกสุข)


คณะกรรมการสอบปากเปล่า


..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร. ทนถนวงศ์ ก้อนลือเฟี้ยว)



..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สันติพงษ์ ปลั่งสุวรรณ)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นฤพนธ์ วงศ์จักรภัทร)


..... กรรมการ
(ดร. สมโภชน์ อเนกสุข)


..... กรรมการ
(ดร. สุวดี สุกตฤ)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬาของ
มหาวิทยาลัยบูรพา


..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

วันที่...13...เดือน...กุมภาพันธ์...พ.ศ. 2549

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย ระดับบัณฑิตศึกษา
จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ประจำภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2549

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณา จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สันติพงษ์ ปลั่งสุวรรณ ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นฤพนธ์ วงศ์ตุรภัทร ดร. สมโภชน์ อเนกสุข กรรมการที่ปรึกษาที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางที่ถูกต้องตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความละเอียดถี่ถ้วน และเอาใจใส่ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกทราบบัง เป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล ดร. กาหลง ยืนจิตต์ ผอ.สุกิจ เสงี่ยมโปรง ที่ได้กรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบพระคุณ นายกองดีการบริหารส่วนตำบลตะพง คณะกรรมการศูนย์กีฬาตำบลตะพง และประชาชนชาวตำบล ตะพงทุกท่าน ที่ได้ให้ความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบพระคุณ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิต ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุญมา ไทยก้าว ผู้อำนวยการ กองกิจการนิสิต และหัวหน้างานกิจกรรมนิสิต ที่ได้ให้คำแนะนำให้โอกาสและให้กำลังใจด้วยดี เสมอมา ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยและเจ้าหน้าที่สำนักงานเลขานุการวิทยาลัย วิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำและอำนวยความสะดวกในการทำวิทยานิพนธ์ ขอขอบคุณ เพื่อน ๆ พี่ ๆ น้อง ๆ ชาววิทยาลัยวิทยาศาสตร์การกีฬาที่คอยให้คำแนะนำและให้ กำลังใจ ขอขอบคุณ นางสาวรัชฎา เงินสวัสดิ์ และครอบครัวที่มีส่วนให้ความช่วยเหลือทุกด้านตั้งแต่ เริ่มทำวิทยานิพนธ์ จนกระทั่งเสร็จสิ้นสมบูรณ์ รวมทั้งท่านอื่น ๆ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือซึ่งยัง ไม่ได้เอ่ยนามในที่นี้

และสุดท้าย ผู้วิจัยขอกราบระลึกถึงพระคุณของบิดาและมารดา ที่ให้ความรัก ความห่วงใย และสนับสนุนให้ผู้วิจัยได้รับการศึกษาอย่างเต็มกำลังความสามารถของท่านทั้งสอง ผู้วิจัยขอมอบคุณค่าและประโยชน์ใด ๆ ที่มีในวิทยานิพนธ์เล่มนี้ เพื่อเป็นเครื่องบูชา พระคุณของ บิดา มารดา คุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย ตลอดจนญาติพี่น้องทุกท่าน

ว่าที่เรื่อตรีไพริน แสงกระจ่าง

45910809: สาขาวิชา: วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา; วท.ม.

คำสำคัญ: สภาพการให้บริการการออกกำลังกาย/ ความต้องการในการรับบริการ
การออกกำลังกาย/ องค์การบริหารส่วนตำบล/

ว่าที่เรอตรีไพริน แสงกระจ่าง: สภาพและความต้องการได้รับบริการด้านการ
ออกกำลังกายของประชาชนจากองค์การบริหารส่วนตำบลตะพง จังหวัดระยอง (THE STATUS
AND NEEDS FOR EXERCISE SERVICE OF PEOPLE IN RAYONG PROVINCE TAPONG
SUB-DISTRICT) อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์: สันติพงษ์ ปลั่งสุวรรณ, Ph.D., นฤพนธ์ วงศ์ตุรภัทร,
Ph.D., สมโภชน์ อเนกสุข, กศ.ค. 93 หน้า. ปี พ.ศ. 2549. ISBN 974-502-879-7

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการได้รับบริการด้านการ
ออกกำลังกายของประชาชนจาก องค์การบริหารส่วนตำบลตะพง จังหวัดระยองกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่
ประชาชนที่มีอายุระหว่าง 18-60 ปี ซึ่งอาศัยอยู่ในตำบลตะพง จังหวัดระยองจำนวน 390 คน
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่สอบถามถึงสภาพและความต้องการได้รับบริการด้านการ
ออกกำลังกายทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านสถานที่ ด้านอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากร
ด้านการจัดการและด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย มีค่าความเที่ยงตรง .92 และมีค่าความเชื่อมั่น
เท่ากับ .93 สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ความถี่ ร้อยละ การเปรียบเทียบความต้องการได้รับ
บริการด้านการออกกำลังกายตามตัวแปรเพศและระดับอายุ ใช้การทดสอบค่าที (t-test) เปรียบเทียบ
ความต้องการได้รับบริการด้านการออกกำลังกายตามตัวแปรอาชีพ ใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวน
ชนิดทางเดียว (One-Way ANOVA) และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธี LSD
ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพการได้รับบริการด้านการออกกำลังกายของชาวตำบลตะพงในภาพรวมนั้น
ส่วนใหญ่ยังคงไม่มีการบริการทั้ง 5 ด้าน
2. ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายของ ชาวตำบลตะพงทั้ง 5 ด้าน อยู่ใน
เกณฑ์มาก
3. ประชาชนเพศชายและหญิงมีความต้องการด้านการออกกำลังกาย โดยภาพรวม
ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกัน
เพศชายส่วนใหญ่ต้องการกิจกรรมฟุตบอล เพศหญิงส่วนใหญ่ต้องการกิจกรรมการบริหาร ส่วน
ด้านอื่น ๆ ไม่แตกต่างกัน ประชาชนที่มีระดับอายุ 18-35 ปี และ 36-60 ปี มีความต้องการด้านการ
ออกกำลังกายในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน ความต้องการออกกำลังกายของประชาชน

ในภาพรวมไม่แตกต่างกันในแต่ละอาชีพ แต่เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความต้องการด้านสถานที่และความต้องการด้านการจัดการมีความแตกต่างกันตามอาชีพ

4. ปัญหาซึ่งพิจารณาได้จากความต้องการของประชาชนในระดับมาก และแนวทางการแก้ไขปัญหามีดังนี้

4.1 ด้านสถานที่ มีความต้องการอยู่ในระดับมากแนวทางการแก้ไขปัญหาคือให้ใช้สนามร่วมกันและปรับปรุงสนามที่มีอยู่ให้พร้อมบริการ

4.2 ด้านอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มีความต้องการอยู่ในระดับมากแนวทางการแก้ไขปัญหาคือ ถ้าอุปกรณ์ไม่เพียงพอก็ให้ร้องขอต่อศูนย์กีฬาหมู่บ้าน

4.3 ด้านบุคลากร มีความต้องการอยู่ในระดับมากแนวทางการแก้ไขปัญหาคือจ้างบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถในด้านกิจกรรมการออกกำลังกายมาแนะนำและให้ความรู้

4.4 ด้านการจัดการ มีความต้องการอยู่ในระดับมากแนวทางการแก้ไขปัญหาคือในส่วนของสนามที่เป็นสนามเปิดก็สามารถให้บริการได้ตลอดเวลาและในด้านงบประมาณได้จัดสรรงบประมาณอุดหนุนซึ่งคาดว่าจะมีการสนับสนุนทางด้านงบประมาณเพิ่มขึ้นทุกปี

4.5 ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย มีความต้องการอยู่ในระดับมากแนวทางการแก้ไขปัญหาคือ ต้องพิจารณาถึงปัจจัยด้านที่กล่าวมาข้างต้นทั้ง 4 ด้าน ว่ามีความพร้อมเพียงใดถึงจะจัดกิจกรรมในส่วนที่ประชาชนต้องการได้

45910809: MAJOR: EXERCISE AND SPORT SCIENCE;
M.Sc. (EXERCISE AND SPORT SCIENCE)

KEYWORDS: STATUS FOR EXERCISE SERVICE/ NEEDS FOR EXERCISE SERVICE/
SUB-DISTRICT

ACTING SUB.LT. PAIRIN SAENGKRAJANG: THE STATUS AND NEEDS FOR
EXERCISE SERVICE OF PEOPLE IN RAYONG PROVINCE TAPONG SUB-DISTRICT.

THESIS ADVISORS: SUNTIPONG PLUNGSUWAN, Ph.D., NARUEPON VONGJATURAPAT,
Ph.D., SOMPOCH ANEGASUKHA, Ed.D. 93 P. 2006. ISBN 974-502-879-7

The aims of this study were to examine status and needs for exercise service of people live in Tapong sub-district, Rayong province. Participants were 360 males and females in Tapong sub-district, between 18-60 years of age. A 35 items questionnaire was developed, with reliability of .93 and validity of .92, to identify participants' status and needs for exercise service. Five dimensions of the questionnaire included proper areas to exercise, facilities and equipments provided human resources, management, and types of exercise. The statistical analysis was conducted to provide both descriptive information of participants and comparative results between male and female participants, and among various occupations. t- and F-tests analyses were employed for the comparison.

The analysis on status of exercise service revealed that 1) the exercise service were generally not provided properly, 2) the participants needs of exercise service was high; 3) both males and females were not different in terms of their needs for the service in general; 4) Football was the most popular types of sport for males and physical/body movement was for females, 5) age (18-35 and 36-60 years old) and occupation did not reveal different needs, except in proper area of exercise and management from people from different occupations. Problems and its resolutions were also gathered from participants' community authorities in all five dimensions as follows-sharing the exercise areas, asking for arrangement of facilities and equipments, hiring qualified personnel for exercise prescriptions when needed, extending longer hours of service and asking for higher budget. Finally, the consideration for types of exercise depend on how well the first 4 dimensions were fulfilled.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ช
สารบัญ.....	ซ
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวความคิด.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
เอกสารที่เกี่ยวข้อง.....	7
ความหมายของความต้องการ.....	7
หลักในการบริหาร.....	8
การจัดการทางการกีฬา.....	9
หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ.....	10
กีฬาเพื่อมวลชน.....	11
ประเภทของกีฬา.....	11
ประเภทของการออกกำลังกาย.....	13
ข้อเสนอแนะการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพตามวัย.....	15
การพิจารณาเลือกกิจกรรมกีฬาหรือออกกำลังกาย.....	18
แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2545-2549).....	24
แผนปฏิบัติการกำหนดขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่นตามมาตรา 32.....	32

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลกับการให้บริการด้าน	
การออกกำลังกาย.....	34
โครงการจัดตั้งศูนย์กีฬาอำเภอและศูนย์กีฬาดำบล.....	35
แนวทางพัฒนาศูนย์กีฬาดำบล.....	39
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	40
งานวิจัยในต่างประเทศ	40
งานวิจัยภายในประเทศ.....	41
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	50
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	50
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	50
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	51
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	51
เกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ย.....	52
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง	54
ส่วนที่ 2 สภาพการได้รับบริการของกลุ่มตัวอย่าง	56
ส่วนที่ 3 ความต้องการของกลุ่มตัวอย่าง.....	57
ส่วนที่ 4 การเปรียบเทียบความต้องการได้รับบริการด้านการออกกำลังกาย	
ตามตัวแปรเพศ รายด้านและภาพรวม	60
ส่วนที่ 5 การเปรียบเทียบความต้องการตามตัวแปรระดับอายุ	
รายด้านและภาพรวม.....	61
ส่วนที่ 6 การเปรียบเทียบความต้องการจำแนกตามตัวแปรอาชีพ	
รายด้านและภาพรวม.....	62
ส่วนที่ 7 ผลสรุปปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาการได้รับบริการ	
ด้านการออกกำลังกาย	68

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปและอภิปรายผล	70
สรุปผล	70
อภิปรายผล	71
ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้	74
ข้อเสนอในการทำวิจัยในครั้งต่อไป	74
บรรณานุกรม.....	75
ภาคผนวก.....	78
ภาคผนวก ก.....	79
ภาคผนวก ข.....	85
ภาคผนวก ค.....	89
ภาคผนวก ง.....	91
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	93

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	สภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	54
2	แสดงสภาพการได้รับบริการของกลุ่มตัวอย่าง.....	56
3	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลความต้องการด้านสถานที่.....	57
4	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลความต้องการด้านอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก.....	58
5	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลความต้องการด้านบุคลากร.....	58
6	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลความต้องการด้านการจัดการ.....	59
7	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลความต้องการด้านกิจกรรม การออกกำลังกาย.....	60
8	แสดงผลการเปรียบเทียบความต้องการตามตัวแปรเพศรายด้านและภาพรวม.....	61
9	แสดงผลการเปรียบเทียบความต้องการตามตัวแปรระดับอายุรายด้านและภาพรวม....	62
10	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำแนกตามอาชีพรายด้านและภาพรวม.....	63
11	แสดงผลวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามอาชีพ รายด้านและภาพรวม.....	64
12	แสดงผลการเปรียบเทียบความต้องการออกกำลังกายด้านสถานที่จำแนกตามอาชีพ โดยแสดงผลการเปรียบเทียบเป็นรายคู่.....	65
13	แสดงผลการเปรียบเทียบความต้องการออกกำลังกายด้านการจัดการ จำแนกตามอาชีพ โดยแสดงผลการเปรียบเทียบเป็นรายคู่.....	66
14	แสดงผลการเปรียบเทียบความต้องการด้านรายรวม จำแนกตามอาชีพ โดยแสดงผลการเปรียบเทียบเป็นรายคู่.....	67

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวความคิด	5

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University