

บทที่ 3

ผลการวิจัย

ในบทนี้เป็นการเสนอผลการวิจัยเพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ส่วนแรกจะเป็นผลการวิเคราะห์การออกกำลังกายและเรื่องที่เกี่ยวข้อง ส่วนที่สองนำเสนอการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม และปัจจัยสิ่งชักนำ การปฏิบัติ ที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายด้วยวิธีการวิเคราะห์ตารางไขว้ ส่วนที่สามนำเสนอผลการวิเคราะห์หลายตัวแปรด้วยวิธีการวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนาม โดยผลการวิเคราะห์ในส่วนที่สาม จะวิเคราะห์เฉพาะผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อให้สอดคล้องกับสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ รายละเอียดข้อค้นพบมีดังนี้

3.1 ผลการวิเคราะห์การออกกำลังกาย

ในส่วนนี้เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์เรื่องต่างๆเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อแรกของการศึกษา โดยนำเสนอข้อมูลด้วยวิธีแจกแจงความถี่และอัตราร้อยละ ทั้งนี้สามารถแบ่งเรื่องที่จะศึกษาออกได้เป็น 2 ส่วนหลักๆ คือ ส่วนที่หนึ่ง เป็นผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเรื่องที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ความถี่ในการออกกำลังกาย สถานที่ในการรับชมหรือรับฟังกีฬา ประเภทของกีฬาที่รับชมหรือรับฟัง และเฉพาะผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย ได้แก่ สาเหตุที่ไม่ออกกำลังกาย ส่วนที่สองเป็นผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเฉพาะผู้ที่ออกกำลังกาย อันได้แก่ สาเหตุของการออกกำลังกาย ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ระยะเวลาในการออกกำลังกาย สถานที่ในการออกกำลังกาย และประเภทของการออกกำลังกาย รายละเอียดต่าง ๆ มีดังนี้

3.1.1 การออกกำลังกายและเรื่องที่เกี่ยวข้อง

ผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเรื่องที่เกี่ยวข้องของเยาวชนไทย ปรากฏในตารางที่ 5 โดยมีรายละเอียดทั้งหมดดังนี้

(1) ความถี่ในการออกกำลังกาย

ในจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีผู้ออกกำลังกายเป็นประจำ ร้อยละ 36.1 หรือประมาณ 1 ใน 3 และเป็นผู้ออกกำลังกายเป็นครั้งคราว ร้อยละ 13.9 สรุปได้ว่ามีเยาวชนที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้องในแง่ของความสม่ำเสมออยู่ประมาณ 1 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เนื่องจากการออกกำลังกายอย่างถูกต้องควรออกกำลังกายอย่างน้อย 3-5 วันต่อสัปดาห์ (Giam, 1988; อ้างถึงในสรุสรณ์ พลอินทร์, 2542; 27) จึงจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ ทำให้ระบบหัวใจและหลอดเลือดพัฒนาดียิ่งขึ้น

(2) สถานที่ในการชมหรือฟังกีฬา

สถานที่ในการชมหรือฟังกีฬาของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่หรือร้อยละ 90.4 จะรับชมกีฬาจากรายการโทรทัศน์ วีดิทัศน์ หรือรับฟังการถ่ายทอดเสียง ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับชมกีฬาจากสถานที่ที่มีการเล่นหรือการแข่งขันกีฬาและที่สนามกีฬา มีเพียงร้อยละ 6.9 และ ร้อยละ 2.7 ตามลำดับ

(3) ประเภทของกีฬาที่ชมหรือฟัง

กลุ่มตัวอย่างมีการชมหรือฟังกีฬาประเภททีม/ชุดในสัดส่วนมากที่สุด (ร้อยละ 92.9) รองลงมา คือ การชมหรือฟังกีฬาประเภทบุคคลหรือประเภทคู่ (ร้อยละ 5.3) ประเภทกิจกรรมทางน้ำ (ร้อยละ 1.6) และประเภททดสอบสมรรถภาพตนเอง (ร้อยละ 0.2) ตามลำดับ

จึงสามารถสรุปรายละเอียดของตารางที่ 5 ได้ว่า ร้อยละ 50.0 ของกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ออกกำลังกาย โดยประมาณ 1 ใน 3 ของผู้ที่ออกกำลังกายออกกำลังกายเป็นประจำ นอกนั้นเป็นผู้ออกกำลังกายเป็นครั้งคราว หรือรับฟังการถ่ายทอดเสียงจากวิทยุมากกว่าการไปที่สนามกีฬา หรือสถานที่อื่นๆที่มีการแข่งขันกีฬา และสำหรับประเภทกีฬาที่รับชมหรือรับฟังส่วนใหญ่จะเป็นกีฬาประเภททีมมากกว่ากีฬาประเภทอื่นๆ ส่วนผู้ที่ไม่ออกกำลังกายซึ่งมีร้อยละ 50 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดนั้นส่วนใหญ่ไม่ออกกำลังกายเพราะไม่มีเวลา

3.1.2 การออกกำลังกายจำแนกเฉพาะผู้ที่ออกกำลังกาย

ในส่วนนี้เป็นรายละเอียดผลการวิเคราะห์ของผู้ที่ออกกำลังกาย (ตารางที่ 6) มีรายละเอียดต่อไปนี้

(1) สาเหตุของการออกกำลังกาย

เมื่อพิจารณาสเหตุของการออกกำลังกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นสัดส่วนสูงสุด (ร้อยละ 41.0) รองลงมา คือ เพื่อออกกำลังกายเพื่อให้ครบหลักสูตรการเรียนหรือถูกบังคับ (ร้อยละ 38.9) ออกกำลังกายเพื่อความสนุกสนาน (ร้อยละ 19.9) และแก้ไขความบกพร่องของร่างกาย (ร้อยละ 0.2) ตามลำดับ ซึ่งอาจพิจารณาได้ว่าเยาวชนได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย จึงออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นสัดส่วนมากที่สุด



ตารางที่ 5 จำนวนและอัตราร้อยละของการออกกำลังกายและเรื่องที่เกี่ยวข้องของกลุ่มตัวอย่าง

การออกกำลังกายและเรื่องเกี่ยวข้อง	ร้อยละ	จำนวน
ความถี่ในการออกกำลังกาย		
ไม่ออกกำลังกาย	50.0	7,151
ออกกำลังกายเป็นครั้งคราว	13.9	1,989
ออกกำลังกายเป็นประจำ	36.1	5,165
รวม	100.0	14,305
สถานที่ในการชมหรือฟังกีฬา		
สนามกีฬา	2.7	306
สนามที่มีการเล่นหรือแข่งขันกีฬา	6.9	796
โทรทัศน์/วีดิทัศน์/วิทยุ	90.4	10,335
รวม	100.0	11,437
ประเภทของกีฬาที่ชมหรือฟัง		
ประเภททีม/ชุด	92.9	10,680
ประเภทบุคคล/ประเภทคู่	5.3	605
ประเภทกิจกรรมทางน้ำ	1.6	182
ประเภททดสอบสมรรถภาพตนเอง	0.2	27
รวม	100.0	11,494*
สาเหตุของการไม่ออกกำลังกาย		
ไม่สนใจ	38.9	2,728
ไม่มีเวลา	56.9	3,992
ไม่มีสถานที่/อุปกรณ์/ผู้สนับสนุน	4.2	298
รวม	100.0	7,071**

หมายเหตุ * จำนวนรวมได้ตัดจำนวนผู้ที่ไม่ตอบ ไม่ทราบ และไม่เข้าข่ายออก

** เฉพาะผู้ที่ไม่ออกกำลังกายและที่ตอบคำถามนี้เท่านั้น

(2) ช่วงเวลาของการออกกำลังกาย

สำหรับช่วงเวลาของการออกกำลังกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายภายหลัง 17.00 น. (ร้อยละ 73.2) รองลงมา คือ ช่วงเวลา 11.00 - 16.59 น. (ร้อยละ 20.7) และช่วงเวลาก่อน 11.00 น. (ร้อยละ 6.1) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าเยาวชนใช้เวลาออกกำลังกายหลังจากการเรียนและการทำงาน จึงมีผู้ออกกำลังกายในเวลาหลัง 17.00 น. เป็นต้นไปมากที่สุด

(3) ระยะเวลาของการออกกำลังกาย

กลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาในการออกกำลังกายครั้งละ 21-60 นาทีเป็นสัดส่วนสูงสุด (ร้อยละ 58.7) รองลงมาคือ ออกกำลังกายมากกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 40.2) และมีเป็นส่วนน้อยที่ออกกำลังกายน้อยกว่า 20 นาที (ร้อยละ 1.1) แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้เวลาในการออกกำลังกายได้อย่างเหมาะสมที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพของตนเอง เนื่องจากการออกกำลังกายเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ ควรใช้เวลาอย่างน้อย 20 นาทีและไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง (มนตรี สุขทวี, 2540: 31)

(4) สถานที่ในการออกกำลังกาย

กลุ่มตัวอย่างจะใช้สนามกีฬาของสถานศึกษาเป็นสถานที่ออกกำลังกายเป็นสัดส่วนสูงสุด (ร้อยละ 55.2) รองลงมา คือบริเวณบ้าน วัด โบสถ์ ที่ว่าง (ร้อยละ 26.7) สวนสาธารณะ (ร้อยละ 8.2) สนามกีฬาของหน่วยงานราชการ (ร้อยละ 6.8) และสนามกีฬาของเอกชน (ร้อยละ 3.1) ตามลำดับ

(5) ประเภทของการออกกำลังกาย

กลุ่มตัวอย่างมีสัดส่วนของการออกกำลังกายประเภททีมในสัดส่วนสูงสุด (ร้อยละ 77.0) รองลงมา คือ การออกกำลังกายประเภทบุคคลและประเภทคู่ (ร้อยละ 12.1) ประเภททดสอบสมรรถภาพตนเอง (ร้อยละ 9.2) และประเภทกิจกรรมทางน้ำ (ร้อยละ 1.7) ตามลำดับ

ผลการศึกษาในตารางที่ 6 สามารถสรุปได้ว่า สาเหตุที่ออกกำลังกายส่วนใหญ่ก็เพื่อสุขภาพ โดยระยะเวลาที่ออกกำลังกายส่วนใหญ่จะมากกว่า 20 นาทีขึ้นไป ทั้งนี้น่าจะเนื่องจากเยาวชนตระหนักว่าการออกกำลังกายจะช่วยให้เกิดประโยชน์สูงสุด ก็ต่อเมื่อออกกำลังกายอย่างน้อย 15 - 20 นาทีขึ้นไป และเวลาที่เยาวชนออกกำลังกายมักเป็นเวลาในช่วงเย็น คือ หลังเวลา 17.00 น. โดยส่วนใหญ่จะออกกำลังกายตามสถานศึกษาต่างๆ และมักเป็นการออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬาประเภททีม

ตารางที่ 6 จำนวนและอัตราร้อยละของการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างเฉพาะผู้ที่ออกกำลังกาย
(ทั้งออกเป็นประจำและออกครั้งคราว)

การออกกำลังกายและ เรื่องเกี่ยวข้อง	ร้อยละ	จำนวน
สาเหตุของการออกกำลังกาย		
เพื่อสุขภาพ	41.0	2,924
เพื่อแก้ไขความบกพร่องของร่างกาย	0.2	16
เพื่อครบหลักสูตรการเรียนการสอน /เพื่อการแข่งขัน	38.9	2,776
เพื่อความสนุกสนาน/เพื่อสังสรรค์	19.9	1,423
รวม	100.0	7,139*
ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย		
05.00 – 10.59 น.	6.1	436
11.00 - 16.59 น.	20.7	1,477
17.00 น. ขึ้นไป	73.2	5,240
รวม	100.0	7,153*
ระยะเวลาในการออกกำลังกาย		
ตั้งแต่ 1 – 20 นาที	1.1	78
ตั้งแต่ 21 – 60 นาที	58.7	4,200
มากกว่า 1 ชั่วโมงขึ้นไป	40.2	2,875
รวม	100.0	7153*
สถานที่ในการออกกำลังกาย		
สนามกีฬาของสถานศึกษา	55.2	3,898
สนามกีฬาของหน่วยงานราชการ	6.8	483
สนามกีฬาของเอกชน	3.1	216

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ 6 (ต่อ)

การออกกำลังกายและ เรื่องเกี่ยวข้อง	ร้อยละ	จำนวน
สวนสาธารณะ	8.2	579
บริเวณบ้าน วัด โบสถ์ ที่ว่าง	26.7	1,885
รวม	100.0	7,061*
ประเภทของการออกกำลังกาย		
ประเภททีม/ชุด	77.0	5476
ประเภทบุคคล/ประเภทคู่	12.1	861
ประเภทกิจกรรมทางน้ำ	1.7	118
ประเภททดสอบสมรรถภาพตนเอง	9.2	657
รวม	100.0	7,112*

หมายเหตุ: * จำนวนรวมได้ตัดจำนวนผู้ที่ไม่ตอบ ไม่ทราบ และไม่เข้าข่ายออก

3.2 ผลการศึกษาโดยวิธีการวิเคราะห์ตารางไขว้

ในส่วนนี้จะเป็นการเสนอผลการวิจัยเพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่สอง ซึ่งวิเคราะห์ว่าปัจจัยทางประชากร ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม และปัจจัยเชิงชักนำการปฏิบัติใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายเป็นประจำ ในระดับ 2 ตัวแปร ใช้วิธีการวิเคราะห์ตารางไขว้ และใช้ค่าไคสแควร์ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับตัวแปรอิสระ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ทั้งนี้จำนวนตัวอย่างในตารางอาจไม่เท่ากันทุกตัวแปร เนื่องจากไม่รวมจำนวนตัวอย่างที่ไม่ทราบ ไม่ตอบ และไม่เข้าข่ายของตัวแปรต่างๆที่ศึกษา โดยรายละเอียดของผลการวิเคราะห์มีดังนี้

3.1 ปัจจัยทางประชากร

(1) เพศ

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับการออกกำลังกาย พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เพศชายมีการออกกำลังกายเป็นประจำในสัดส่วนที่สูงกว่าเพศหญิงค่อนข้างมาก (ร้อยละ

54.2 เปรียบเทียบกับ ร้อยละ 20.5) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาอื่น เช่น การศึกษาของเจลิมพล รัตน จรัสโรจน์ (2538: 147) ประทีป ตั้งรุ่งวงษ์วัฒนา (2540: 111) ธนารักษ์ อัจฉวิชัย (2543: 108) ปณิตดา จูภา (2544: 105-106) และถนอมวรรณ อยู่ขำ (2536: 117-119) เป็นต้น ทั้งนี้เป็นเพราะว่าเพศชายมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อร่างกาย ความอดทนของร่างกาย ชอบความท้าทายมากกว่าเพศหญิง อีกทั้งเพศชายอาจจะมีความต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพหรือเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้แข็งแรงมากกว่าเพศหญิง จึงทำให้เยาวชนเพศชายมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำหรือออกกำลังกายอย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์สูงกว่าเยาวชนเพศหญิง

ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว กลับพบว่าเพศหญิงมีสัดส่วนของการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนที่สูงกว่าเพศชายเล็กน้อย (ร้อยละ 15.1 เปรียบเทียบกับร้อยละ 12.5) ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า ในสังคมปัจจุบันเพศหญิงมีบทบาท หน้าที่ และการแสดงออกได้เท่าเทียมกับเพศชาย เพศหญิงจึงสามารถออกกำลังกายในแต่ละประเภทได้เหมือนกับเพศชาย เช่น วอลเลย์บอล กรีฑา ว่ายน้ำ กระโดดสูง ยกน้ำหนัก เป็นต้น แต่เนื่องจากเพศหญิงมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อร่างกาย ความอดทนของร่างกายน้อยกว่าเพศชาย เยาวชนเพศหญิงจึงมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวสูงกว่าเพศชายเล็กน้อย นอกจากนั้นเยาวชนเพศหญิงมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนเพศชาย (ร้อยละ 64.4 เปรียบเทียบกับ ร้อยละ 33.3) ทั้งนี้เป็นเพราะว่าเพศหญิงมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อร่างกาย ความอดทนของร่างกาย ชอบความท้าทายน้อยกว่าเพศชาย จึงทำให้เยาวชนเพศหญิงมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนเพศชาย

(2) อายุ

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการออกกำลังกาย พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เยาวชนที่มีอายุ 15 – 19 ปี มีการออกกำลังกายเป็นประจำในสัดส่วนที่สูงกว่าเยาวชนที่มีอายุ 20 – 24 ปี ค่อนข้างมาก (ร้อยละ 45.8 เปรียบเทียบกับร้อยละ 28.9) เช่นเดียวกันกับการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวก็พบว่า เยาวชนที่มีอายุ 15 – 19 ปี มีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนที่สูงกว่าเยาวชนที่มีอายุ 20 – 24 ปี (ร้อยละ 22.1 เปรียบเทียบกับร้อยละ 7.8) จากผลการศึกษาดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีอายุน้อยกว่ามีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายสูงกว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาอื่น เช่น การศึกษาของ Malm (1952:44-52) และสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2540:223-225) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเยาวชนที่มีอายุน้อยกว่าจะมีบทบาท หน้าที่ และความรับผิดชอบน้อยกว่า จึงมีเวลาในการออกกำลังกายได้มากกว่าเยาวชนที่มีอายุมากกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งในส่วนของ

เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษา ถ้าเยาวชนมีอายุระหว่าง 15-19 ปี จะเป็นเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งเป็นระดับที่มีหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา โอกาสที่เยาวชนจะได้ออกกำลังกายเป็นประจำและเป็นครั้งคราว จึงมีมากกว่าเยาวชนที่อายุระหว่าง 20 – 24 ปี ซึ่งเป็นเยาวชนที่ศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา อันเป็นระดับที่ไม่มีหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2540: 64) ในขณะที่เยาวชนที่มีอายุ 20-24 ปี จะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนที่มีอายุ 15-19 ปี (ร้อยละ 63.3 เปรียบเทียบกับร้อยละ 32.1) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเยาวชนเมื่อมีอายุมากขึ้นย่อมมีบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย จึงทำให้ไม่มีเวลาในการออกกำลังกาย เยาวชนที่มีอายุมากกว่าจึงมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนที่มีอายุน้อยกว่า

สถานภาพสมรส

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพสมรสกับการออกกำลังกาย พบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ ผู้ที่มีสถานภาพโสดมีการออกกำลังกายเป็นประจำในสัดส่วนที่สูงกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสและผู้ที่เคยสมรสแล้ว(หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่) ค่อนข้างมาก (ร้อยละ 46.4 เปรียบเทียบกับร้อยละ 10.9 และร้อยละ 11.1) ตามลำดับ ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว ก็พบว่าผู้ที่มีสถานภาพโสดมีสัดส่วนของการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนที่สูงกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสแล้ว และสถานภาพหม้าย/หย่า/แยกกันอยู่ (ร้อยละ 17.7 เปรียบเทียบกับร้อยละ 4.5 และร้อยละ 3.7 ตามลำดับ) จากผลการศึกษาดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีสถานภาพโสดมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่สมรสและผู้ที่เคยสมรส ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาอื่น เช่น การศึกษาของ Wankel (1987: 239-286) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้เป็นโสด มีภาระหน้าที่ในการเลี้ยงดูครอบครัวน้อยกว่า สามารถที่จะใช้เวลาเพื่อกิจกรรมส่วนตัวได้มากกว่า จึงทำให้ผู้ที่มีสถานภาพโสดมีการออกกำลังกายเป็นประจำและครั้งคราวได้สูงกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสหรือผู้ที่เคยสมรส

ในขณะที่ ผู้ที่มีสถานภาพหม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่มีสัดส่วนของการไม่ออกกำลังกายใกล้เคียงกับผู้ที่มีสถานภาพสมรส แต่สูงกว่าผู้ที่เป็นโสดมาก (ร้อยละ 85.2 เปรียบเทียบกับร้อยละ 84.6 และ 35.9 ตามลำดับ) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้ที่มีสถานภาพหม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่ และผู้ที่สมรส จะต้องใช้เวลาในการดูแลครอบครัว มีภาระหน้าที่ในการเลี้ยงดูบุตร และมีภาระทางเศรษฐกิจมากกว่าผู้ที่เป็นโสด จึงทำให้มีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่เป็นโสด

3.3.2 ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม

(1) เขตที่อยู่อาศัย

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเขตที่อยู่อาศัยกับการออกกำลังกาย พบว่า เขตที่อยู่อาศัยมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายไม่เป็นไปตามสมมติฐาน แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ ผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลมีการออกกำลังกายเป็นประจำในสัดส่วนที่สูงกว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล (ร้อยละ 37.7 เปรียบเทียบกับ ร้อยละ 32.9) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพิทักษ์ ทองแผ่ (2542 : 3) ที่พบว่าครูที่อยู่โรงเรียนนอกเขตเทศบาลออกกำลังกายมากกว่าครูที่อยู่โรงเรียนในเขตเทศบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.01 โดยให้เหตุผลว่า ผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลมีเวลามากพอที่จะออกกำลังกายเป็นประจำได้อย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลจะมีความเครียดอันเกิดจากการประกอบอาชีพการงาน จึงทำให้มีการออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล

ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว กลับพบว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลมีสัดส่วนของการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนที่สูงกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล (ร้อยละ 15.7 เปรียบเทียบกับร้อยละ 13.0) ทั้งนี้จากการศึกษาของสมบัติ กาญจนกิจ (2540 อ้างถึงใน นัยนา หันมี, 2542: 20) กล่าวว่า เยาวชนที่อยู่ในเขตเทศบาลจะมีสาธารณูปโภคเพื่อการออกกำลังกาย เช่น สนามกีฬา สระว่ายน้ำ เป็นต้น และมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายและทราบถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายได้มากกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล จึงพบว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลมีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนที่สูงกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลนั่นเอง

ในขณะที่ การไม่ออกกำลังกาย พบว่า ผู้ที่อยู่ในเขตเทศบาลจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาล (ร้อยละ 54.1 เปรียบเทียบกับ 49.3) เนื่องจากผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลจะมีความเครียดอันเกิดจากการประกอบอาชีพการงานมากกว่า มีเวลาว่างน้อยกว่า จึงทำให้มีผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล

(2) ภาค

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาคกับการออกกำลังกาย พบว่า ภาคมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายไม่เป็นไปตามสมมติฐาน แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับภาคอื่นๆ รองลงมา คือ ภาคใต้ ภาคเหนือ ภาคกลาง ตามลำดับ และกรุงเทพมหานครมีการออกกำลังกายเป็นประจำน้อยที่สุด (คิดเป็นร้อยละ 41.5 เปรียบเทียบกับร้อยละ 40.2, ร้อยละ

37.4, ร้อยละ 29.7 และร้อยละ 25.6 ตามลำดับ) ที่เป็นเช่นนี้ จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2545: 8) พบว่าอัตราการว่างงานของผู้ที่อาศัยอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีมากที่สุด ซึ่งอาจเป็นสาเหตุให้ผู้ที่อยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีการออกกำลังกายเป็นประจำมากที่สุด ในขณะที่กรุงเทพมหานครจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำน้อยที่สุด ทั้งนี้การกีฬาแห่งประเทศไทย (2538: 22) ได้ให้เหตุผลว่าผู้ที่อยู่ในกรุงเทพมหานครจะต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมอันเป็นมลพิษ มีความเครียดจากการประกอบอาชีพการทำงาน การจราจรติดขัด และปัญหาสังคมอันเป็นการ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย จึงมีการออกกำลังกายเป็นประจำน้อยที่สุด

ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว กลับพบว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครมีสัดส่วนของการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนสูงที่สุด รองลงมาคือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคเหนือ และภาคใต้ (คิดเป็นร้อยละ 19.6 เปรียบเทียบกับร้อยละ 14.4, 13.2, 13.0 และร้อยละ 10.8 ตามลำดับ) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่อาศัยอยู่ภาคอื่นๆ มีสถานที่และอุปกรณ์เครื่องมือต่างๆ เพื่ออำนวยความสะดวกในออกกำลังกายมากกว่า จึงพบว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครมีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากกว่าภาคอื่นๆ นั่นเอง ในขณะที่ ผู้ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากที่สุด (ร้อยละ 54.8) เป็นเพราะว่าผู้ที่อยู่ในกรุงเทพมหานครจะต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมอันเป็นมลพิษ มีความเครียดจากการประกอบอาชีพการทำงาน การจราจรติดขัด และปัญหาสังคมอันเป็นการ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2538: 22) จึงมีผู้ไม่ออกกำลังกายเป็นมากที่สุด

(3) ระดับการศึกษา

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการออกกำลังกาย พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐานเพียงบางส่วน แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เยาวชนที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีการศึกษาระดับอุดมศึกษา (ร้อยละ 40.0 เปรียบเทียบกับร้อยละ 36.3) นอกเหนือจากนั้น เยาวชนที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่า กล่าวคือ เยาวชนที่ไม่ได้รับการศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษา มีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำน้อยที่สุด (ร้อยละ 18.4) รองลงมา คือ เยาวชนที่มีการศึกษาระดับ ประถมศึกษา (ร้อยละ 29.3) หรืออาจกล่าวได้ว่าเยาวชนที่มีการศึกษาสูงกว่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนที่มีการศึกษาต่ำกว่า เช่นเดียวกับการออกกำลัง

กลายเป็นครั้งคราว ก็พบว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าจะมีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวสูงกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ยกเว้นเยาวชนที่มีระดับอุดมศึกษาจะมีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวน้อยกว่าเยาวชนที่มีระดับมัธยมศึกษา กล่าวคือ ระดับมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่ามีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากที่สุดเช่นกัน (คิดเป็นร้อยละ 17.3) รองลงมาคือระดับอุดมศึกษาหรือสูงกว่าระดับประถมศึกษา และไม่ได้รับการศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษา (ร้อยละ 9.8 , ร้อยละ 8.7 และร้อยละ 1.9) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเนื่องจากผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงจะเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ และเห็นประโยชน์ของการออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำ จึงมีการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำกว่า แต่สำหรับเยาวชนที่มีการศึกษาระดับอุดมศึกษาจะมีการออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าเยาวชนที่มีระดับมัธยมศึกษา ทั้งนี้สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2541: 239) ได้กล่าวว่า เยาวชนในระดับมัศึกษามีโอกาสออกกำลังกายเป็นประจำได้มากกว่าเยาวชนในระดับอุดมศึกษา เพราะในระดับมัธยมศึกษาจะมีหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ในขณะที่ระดับอุดมศึกษาจะไม่มีหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาต่อเนื่องจากระดับมัธยมศึกษา อีกทั้งระดับอุดมศึกษายังไม่ได้ส่งเสริมกีฬาขั้นพื้นฐานอย่างจริงจังด้วย

ในขณะที่ ผู้ที่ไม่ได้รับการศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษามีส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากที่สุด (ร้อยละ 79.7) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้ที่ไม่ได้รับการศึกษา จะเป็นผู้ที่ไม่มีความรู้ ไม่เห็นความสำคัญ และประโยชน์ของการออกกำลังกาย จึงทำให้ผู้ที่ไม่ได้รับการศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษามีส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากที่สุด

(4) สถานภาพการทำงาน

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพการทำงานกับการออกกำลังกาย พบว่า สถานภาพการทำงานมีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เยาวชนที่ไม่ได้ทำงานมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับสถานภาพการทำงานอื่นๆ โดยผู้ที่ไม่ได้ทำงานมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 43.8 รองลงมา คือ ผู้ที่เป็นลูกจ้างรัฐบาล/รัฐวิสาหกิจ ผู้ที่ช่วยธุรกิจส่วนตัวโดยไม่ได้รับค่าจ้าง ลูกจ้างเอกชน และนายจ้างหรือเจ้าของธุรกิจส่วนตัวมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายน้อยที่สุด (ร้อยละ 41.4, ร้อยละ 34.5, ร้อยละ 25.0 และร้อยละ 24.8 ตามลำดับ) เช่นเดียวกับการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว ก็พบว่า ผู้ที่ไม่ได้ทำงานมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 21.5 รองลงมา คือ ผู้ที่เป็นลูกจ้างรัฐบาล/รัฐวิสาหกิจ ลูกจ้าง

เอกชน ผู้ที่ช่วยธุรกิจในครัวเรือนโดยไม่ได้รับค่าจ้าง และนายจ้างหรือเจ้าของธุรกิจส่วนตัวมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายน้อยที่สุด (ร้อยละ 9.7, 8.9, 6.6 และ ร้อยละ 5.9 ตามลำดับ)

จากผลการศึกษาดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าผู้ที่ไม่ได้ทำงานมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำและเป็นครั้งคราวสูงกว่าผู้ที่มีสถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาอื่น เช่นการศึกษาของสกล เจริญวงศ์ (2532: บทคัดย่อ) และสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2540: 223-225) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเยาวชนที่ยังไม่ได้ทำงานจะไม่มีหน้าที่และความรับผิดชอบในการทำงาน จึงมีเวลาออกกำลังกายมาก อีกทั้งเยาวชนที่ไม่ได้ทำงานส่วนใหญ่น่าจะเป็นเพราะว่ายังอยู่ในสถานศึกษา ซึ่งมีหลักสูตรการเรียนการสอนเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จึงออกกำลังกายได้มากกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพการทำงานอื่นๆ ในขณะที่ เยาวชนที่ทำงานในสถานภาพอื่นๆ จะต้อง มีหน้าที่ ความรับผิดชอบ และมีความจำเป็นทางเศรษฐกิจมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ทำงาน จึงมีเวลาในการออกกำลังกายน้อยกว่า ดังนั้น เยาวชนที่ไม่ได้ทำงานจึงมีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมากกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ

ในขณะที่ ผู้ที่เป็นนายจ้างหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายเป็นส่วนสูงที่สุด (ร้อยละ 69.3) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Shephard and Cox (1980: 69-76) ที่กล่าวว่า การทำงานในระดับที่สูงจะต้องคำนึงถึงการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ทางเศรษฐกิจมากที่สุด ผู้ที่เป็นนายจ้างจึงมีส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่มีสถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ

(5) รายได้

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการออกกำลังกาย พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ ผู้มีรายได้น้อยกว่ามีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าผู้ที่มีรายได้มากกว่า โดยผู้ที่ไม่มีรายได้มีส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.6 รองลงมาคือผู้ที่มีรายได้น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3,000 บาท ผู้ที่มีรายได้ 3,001 – 6,000 บาท และผู้ที่มีรายได้มากกว่า 6,000 บาท ขึ้นไป (คิดเป็นร้อยละ 28.1, 25.3 และร้อยละ 23.0 ตามลำดับ) ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากผู้ที่มีรายได้น้อยกว่าจะมีหน้าที่ ความรับผิดชอบในเรื่องต่างๆ น้อยกว่าผู้ที่มีรายได้มากกว่า จึงมีเวลาออกกำลังกายเป็นประจำได้มากกว่า ในขณะที่ผู้ที่มีรายได้มากก็จะมีเวลาออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าผู้ที่มีรายได้กลุ่มอื่นๆ เนื่องจากผู้ที่มีรายได้มากจะรู้สึกขัดแย้งกับบทบาทการจัดการของตนเองถ้าหากเขาเวลาไปออกกำลังกายเป็นประจำ เพราะจะทำให้มีโอกาสใน

การสร้างรายได้ไม่เต็มที่ และเมื่อมีเวลาว่างก็ต้องการใช้เวลาที่เหลือในการพักผ่อนมากกว่าใช้เวลาในการออกกำลังกาย (Shephard and Cox, 1980: 69-76)

ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว กลับพบว่า เยาวชนที่มีรายได้มากกว่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากกว่าเยาวชนที่มีรายได้น้อยกว่า ยกเว้นในกลุ่มของเยาวชนที่ไม่มีรายได้ หรืออาจกล่าวได้ว่าผู้ที่ไม่มีรายได้จะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 16.3 รองลงมาคือผู้ที่มีรายได้มากกว่า 6,000 บาทขึ้นไป ผู้ที่มีรายได้ 3,001 – 6,000 บาท และผู้ที่มีรายได้น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3,000 บาท (คิดเป็นร้อยละ 9.7, ร้อยละ 8.8 และร้อยละ 7.4 ตามลำดับ) ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่มีรายได้มากกว่าย่อมมีความสามารถที่จะออกกำลังกายตามสถาบันการออกกำลังกายหรือสถานที่ออกกำลังกายที่ต้องเสียค่าบริการได้มากกว่าผู้ที่มีรายได้น้อย สามารถซื้อเครื่องมือและอุปกรณ์ต่างๆในการออกกำลังกายได้มากกว่า จึงทำให้ผู้ที่มีรายได้มากกว่าสามารถออกกำลังกายเป็นครั้งคราวหรือประมาณสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ได้มากกว่าผู้ที่มีรายได้น้อยกว่า ยกเว้นเยาวชนที่ไม่มีรายได้จะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายมากที่สุด ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้ที่ไม่มียาได้จะมีหน้าที่และความรับผิดชอบในเรื่องต่างๆน้อยกว่าผู้ที่มีรายได้กลุ่มอื่นๆ

ในขณะที่ ผู้ที่มีรายได้มากกว่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่มีรายได้น้อยกว่า กล่าวคือ ผู้ที่มีรายได้ตั้งแต่ 6001 บาทขึ้นไป จะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากที่สุด(ร้อยละ 67.3) รองลงมาคือ ผู้ที่มีรายได้ 3001 – 6000 บาท (ร้อยละ 65.9) ผู้ที่มีรายได้ น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3000 บาท (ร้อยละ 64.5) และผู้ไม่มีรายได้ (ร้อยละ 43.1) เช่นเดียวกับผลการศึกษาของ Shephard and Cox (1980: 69-76) ที่พบว่าผู้ที่มีรายได้มากจะรู้สึกขัดแย้งกับบทบาทการจัดการของตนเองถ้าหากเขาเวลาไปออกกำลังกาย เพราะจะทำให้มีโอกาสในการสร้างรายได้ไม่เต็มที่ และเมื่อมีเวลาว่างก็ต้องการใช้เวลาที่เหลือในการพักผ่อนมากกว่าใช้เวลาในการออกกำลังกาย ผู้ที่มีรายได้มากกว่าจึงมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายสูงกว่าผู้ที่มีรายได้น้อยกว่า

3.3.3 ปัจจัยชักนำการปฏิบัติ

(1) ประเภทของสถานศึกษา

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของสถานศึกษากับการออกกำลังกาย พบว่า ประเภทของสถานศึกษามีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ ผู้ที่ศึกษาอยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชนและผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษา (ร้อยละ 54.7 เปรียบเทียบกับ ร้อยละ 44.1 และร้อยละ 27.1) ตามลำดับ ทั้งนี้ รัตนา

ตั้งศิริชัยพงษ์ (2532: 160) ได้ให้ความเห็นว่า โรงเรียนรัฐบาลมีทรัพยากรทางด้านงบประมาณ และบุคลากรมากกว่าโรงเรียนเอกชน อีกทั้งสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลได้ให้ความสำคัญกับการออกกำลังกายของเด็กและเยาวชนเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่สถานศึกษาสังกัดเอกชนส่วนใหญ่มุ่งเน้นให้ความสำคัญกับเนื้อหาการเรียนการสอนทางวิชาการมากกว่าให้ความสำคัญในเรื่องการออกกำลังกาย จึงทำให้ผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลมีการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชน และผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษา

ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว พบว่า ผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชนมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลและผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษา (ร้อยละ 30.0 เปรียบเทียบกับร้อยละ 28.0 และร้อยละ 6.2) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชนส่วนใหญ่จะมีความพร้อมด้านฐานะทางเศรษฐกิจที่จะสนับสนุนให้เยาวชนออกกำลังกายได้มากกว่า ซึ่งอาจจะเป็นการเรียนเพิ่มเติมนอกเหนือจากการเรียนการสอนในโรงเรียน หรือออกกำลังกายตามสถานที่ออกกำลังกายที่ต้องเสียค่าใช้จ่าย จึงพบว่าผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาเอกชนมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากกว่าผู้ที่อยู่ในสถานศึกษารัฐบาลหรือผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษานั้นเอง ดังเช่นการศึกษาของพินิจ วัชรวิมล (2540: บทคัดย่อ) ที่พบว่า นักเรียนในโรงเรียนรัฐบาลจะไม่มีเงินไปออกกำลังกายตามสถานที่ออกกำลังกายต่างๆที่ต้องเสียค่าใช้จ่ายหรือค่าบำรุงสมาชิก เป็นต้น ซึ่งอาจทำให้เยาวชนที่อยู่ในโรงเรียนเอกชนมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวสูงกว่าเยาวชนที่อยู่โรงเรียนรัฐบาล และเยาวชนที่ไม่ได้กำลังศึกษา

ในขณะที่ ผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษาจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่อยู่ในโรงเรียนรัฐบาล และโรงเรียนเอกชนค่อนข้างมาก (ร้อยละ 66.7 เปรียบเทียบกับร้อยละ 17.3 และร้อยละ 25.9) ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่ยอยู่นอกระบบการศึกษา จะมีปัญหาเกี่ยวกับการขาดสถานที่ในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาที่ได้มาตรฐาน หน่วยงานที่มีหน้าที่ส่งเสริม เช่น การกีฬาแห่งประเทศไทย กรมพลศึกษา กรมการพัฒนาชุมชน ทำงานซ้ำซ้อน ขาดยุทธศาสตร์ในการพัฒนา และขาดเป้าหมายที่ชัดเจน (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2540: 240)

(2) การได้รับข่าวสารด้านกีฬา

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับข่าวสารด้านกีฬากับการออกกำลังกาย พบว่า การได้รับข่าวสารด้านกีฬามีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬามีสัดส่วนของผู้ที่ออก

กำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา โดยเยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬามีสัดส่วนของผู้ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาสูงมาก (ร้อยละ 37.4 เปรียบเทียบกับร้อยละ 4.2) เช่นเดียวกับการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว ก็พบว่า เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาเล็กน้อย (ร้อยละ 14.1 เปรียบเทียบกับร้อยละ 10.1) จากผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่า การได้รับข่าวสารด้านกีฬาจะส่งผลให้มีสัดส่วนของเยาวชนที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าการไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาอื่น เช่น การศึกษาของบุญชัย รัตนวีระประดิษฐ์ (2533: 61-66) กรรณิการ์ ตั้งสกุล (2540: 137) สมหมาย สุพรรณภพ (2541: 78) วิไลรัตน์ แสงวณิช (2542: 74) และสิริวรรณ เคนผาพงศ์ (2543: 69) เป็นต้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการได้รับข่าวสารผ่านสื่อมวลชนต่างๆ จะเป็นสิ่งช่วยให้ผู้รับสารได้เห็นถึงความสำคัญและเห็นประโยชน์ของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกอยากออกกำลังกายและเล่นกีฬา จึงทำให้เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬามีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำและเป็นครั้งคราวสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาด้วย

ในขณะที่ผู้ที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา (ร้อยละ 85.7 เปรียบเทียบกับร้อยละ 48.5) ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา จะไม่เห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา รวมทั้งไม่มีสิ่งกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกอยากออกกำลังกายและเล่นกีฬา จึงมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา

(3) ความถี่ในการดูกีฬา

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการดูกีฬากับการออกกำลังกาย พบว่า ความถี่ในการดูกีฬามีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราวและเยาวชนที่ไม่ดูกีฬาเลยค่อนข้างสูงมาก (ร้อยละ 63.8 เปรียบเทียบกับ ร้อยละ 34.2 และร้อยละ 8.4) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเนื่องจากความถี่ในการดูกีฬาเป็นสิ่งที่แสดงออกถึงความต้องการ ความอยากรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับกีฬาและการออกกำลังกาย ซึ่งจะส่งผลต่อการออกกำลังกายต่อไป (Page et al, 1996: 319 อ้างถึงใน วิไลรัตน์ แสงวณิช, 2542: 22) จึงทำให้เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราวและเยาวชนที่ไม่ดูกีฬาเลย

ส่วนการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว กลับพบว่า เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราวมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นครั้งคราวมากที่สุด รองลงมาคือ เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำ และ เยาวชนที่ไม่ได้ดูกีฬา (ร้อยละ 16.5 เปรียบเทียบกับร้อยละ 13.0 และร้อยละ 7.7 ตามลำดับ) ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่าเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราว ก็มีความสนใจ มีความอยากรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาด้วยเช่นกัน ทำให้สนใจออกกำลังกายเป็นครั้งคราวในสัดส่วนสูงที่สุด ขณะเดียวกันผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าเยาวชนที่ไม่ดูกีฬาเลยจะมีการออกกำลังกายเป็นประจำและการออกกำลังกายเป็นครั้งคราวน้อยที่สุด ซึ่งแสดงว่าเยาวชนที่ไม่สนใจดูกีฬาย่อมไม่มีความสนใจที่จะออกกำลังกายและเล่นกีฬาด้วย

ในขณะที่ ผู้ที่ไม่ดูกีฬาจะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราวและผู้ดูกีฬาเป็นประจำ (ร้อยละ 83.9 เปรียบเทียบกับ ร้อยละ 49.3 และร้อยละ 23.2) ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเนื่องจากผู้ที่ไม่ดูกีฬา จะเป็นผู้ที่ไม่มีความสนใจ ไม่มีความต้องการ เกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ซึ่ง Page et al (1996: 319 อ้างถึงใน วิไลรัตน์ แสงวณิช, 2542: 22) ได้กล่าวไว้ว่า ความถี่ในการดูกีฬาจะเป็นสิ่งที่แสดงออกถึงความต้องการ ความอยากรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับกีฬาและการออกกำลังกาย ซึ่งจะส่งผลต่อการออกกำลังกายต่อไป ดังนั้น ผู้ที่ไม่ดูกีฬาจึงมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายมากที่สุด

จากผลการวิจัยดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า ตัวแปรเพศ อายุ สถานภาพสมรส สถานภาพการทำงาน รายได้ ประเภทของสถานศึกษา การได้รับข่าวสารด้านกีฬา และความถี่ในการดูกีฬา มีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เยาวชนเพศชายมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนเพศหญิง เยาวชนที่มีอายุน้อยกว่ามีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีอายุมากกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพโสดมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่สถานภาพสมรสและหม้าย หย่า แยกกันอยู่ เยาวชนที่ไม่ได้ทำงานมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ เยาวชนที่มีรายได้น้อยกว่ามีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีรายได้มากกว่า เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้กำลังศึกษาและเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชน เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬามีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา รวมทั้งเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำมีสัดส่วนของผู้ที่

ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ดูกีฬาหรือดูกีฬาเป็นครั้งคราว ส่วนตัวแปรเขตที่อยู่อาศัยกับตัวแปรภาค พบว่ามีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ความสัมพันธ์ดังกล่าวไม่เป็นไปตามสมมติฐาน กล่าวคือ ผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล และผู้ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าภาคอื่นๆ สำหรับตัวแปรระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐานเพียงบางส่วน แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ มีเพียงเยาวชนที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาที่มีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีการศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษา นอกจากนี้ ในระดับการศึกษาอื่นๆ พบว่า เยาวชนที่มีการศึกษาสูงกว่ามีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีการศึกษาต่ำกว่า

ในขณะที่การออกกำลังกายเป็นครั้งคราว พบว่า เยาวชนเพศหญิง ที่มีอายุน้อยกว่า เป็นโสด อยู่ในเขตเทศบาล อยู่ในกรุงเทพมหานคร มีระดับการศึกษาสูงกว่า(ยกเว้นระดับมัธยมศึกษา) ไม่ได้ทำงาน รายได้สูงกว่า(ยกเว้นไม่มีรายได้) อยู่ในโรงเรียนเอกชน ได้รับข่าวสารด้านกีฬา และดูกีฬาเป็นครั้งคราว มีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนเพศชาย ที่มีอายุมากกว่า มีสถานภาพสมรสหรือหม้าย หย่า แยกกันอยู่ อยู่นอกเขตเทศบาล อยู่ในภาคอื่นๆ มีระดับการศึกษาต่ำกว่า มีสถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ รายได้ต่ำกว่า อยู่ในโรงเรียนรัฐบาลหรือไม่ได้กำลังศึกษา ไม่ได้รับข่าวสาร และดูกีฬาเป็นประจำหรือไม่ดูกีฬา สำหรับกรณีการไม่ออกกำลังกาย พบว่า เยาวชนเพศหญิง อายุมากกว่า ผู้ที่มีสถานภาพหม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่ อยู่ในเขตเทศบาล อยู่ในภาคกลาง ระดับการศึกษาต่ำกว่า(ยกเว้นระดับอุดมศึกษา) ผู้ที่เป็นนายจ้าง มีรายได้มากกว่า ไม่ได้กำลังศึกษา ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา และไม่ดูกีฬา จะมีสัดส่วนของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนเพศชาย อายุน้อยกว่า ผู้ที่สมรส หรือเป็นโสด อยู่นอกเขตเทศบาล อยู่ในภาคอื่นๆ ระดับการศึกษาสูงกว่า สถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ มีรายได้น้อยกว่า อยู่ในโรงเรียนรัฐบาล และโรงเรียนเอกชน ได้รับข่าวสารด้านกีฬา และดูกีฬาเป็นครั้งคราวและเป็นประจำ

ตารางที่ 7 การกระจายอัตราร้อยละของเยาวชนไทยจำแนกตามการออกกำลังกายและ
ปัจจัยทางประชากร ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม และปัจจัยสิ่งชักนำการปฏิบัติ

ปัจจัยต่างๆ	การออกกำลังกาย			รวม จำนวน
	ไม่ออก	ออกเป็นครั้งคราว	ออกเป็นประจำ	
ปัจจัยทางประชากร				
เพศ				
ชาย	33.3	12.5	54.2	100.0 (6,617)
หญิง	64.4	15.1	20.5	100.0 (7,688)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0(14,305)
	$\chi^2 = 1819.9$		P-value = 0.000	
อายุ				
อายุ 15 – 19 ปี	32.1	22.1	45.8	100.0 (6,086)
อายุ 20 – 24 ปี	63.3	7.8	28.9	100.0 (8,219)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0(14,305)
	$\chi^2 = 1469.3$		P-value = 0.000	
สถานภาพสมรส				
โสด	35.9	17.7	46.4	100.0 (10,156)
สมรส	84.6	4.5	10.9	100.0 (3,977)
หม้าย/หย่า/แยก	85.2	3.7	11.1	100.0 (170)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,303)
	$\chi^2 = 2801.4$		P-value = 0.000	
ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม				
เขตที่อยู่อาศัย				
ในเขตเทศบาล	51.4	15.7	32.9	100.0 (4,756)
นอกเขตเทศบาล	49.3	13.0	37.7	100.0 (9,549)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,305)
	$\chi^2 = 40.0$		P-value = 0.000	

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ปัจจัยต่างๆ	การออกกำลังกาย			รวม จำนวน
	ไม่ออก	ออกเป็นครั้งคราว	ออกเป็นประจำ	
ภาค				
กรุงเทพมหานคร	54.8	19.6	25.6	100.0 (1,701)
กลาง (ไม่รวมกทม.)	55.9	14.4	29.7	100.0 (3,156)
เหนือ	49.6	13.0	37.4	100.0 (2,769)
ตะวันออกเฉียงเหนือ	45.3	13.2	41.5	100.0 (5,088)
ใต้	49.0	10.8	40.2	100.0 (1,591)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,305)
	$\chi^2 = 245.0$		P-value = 0.000	
ระดับการศึกษา				
ไม่ได้รับการศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษา	79.7	1.9	18.4	100.0 (454)
ประถมศึกษา	62.0	8.7	29.3	100.0 (3,887)
มัธยมศึกษา	42.7	17.3	40.0	100.0 (8,861)
อุดมศึกษาหรือสูงกว่า	53.9	9.8	36.3	100.0 (1,094)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,296)
	$\chi^2 = 623.7$		P-value = 0.000	
สถานภาพการทำงาน				
ไม่ได้ทำงาน	34.7	21.5	43.8	100.0 (6,470)
นายจ้างหรือผู้ประกอบการธุรกิจส่วนตัว	69.3	5.9	24.8	100.0 (705)
ช่วยธุรกิจในครัวเรือนโดยไม่ได้ค่าจ้าง	58.9	6.6	34.5	100.0 (3,453)
ลูกจ้างรัฐบาล/รัฐวิสาหกิจ	48.9	9.7	41.4	100.0 (231)
ลูกจ้างเอกชน	66.1	8.9	25.0	100.0 (3,428)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,287)
	$\chi^2 = 1343.4$		P-value = 0.000	

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ปัจจัยต่างๆ	การออกกำลังกาย			รวม จำนวน
	ไม่ออก	ออกเป็นครั้งคราว	ออกเป็นประจำ	
รายได้				
ไม่มีรายได้	43.1	16.3	40.6	100.0 (9,930)
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 3,000 บาท	64.5	7.4	28.1	100.0 (1,348)
3,001 – 6,000 บาท	65.9	8.8	25.3	100.0 (2,222)
ตั้งแต่ 6,001 บาท ขึ้นไป	67.3	9.7	23.0	100.0 (768)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,268)
	$\chi^2 = 629.1$		P-value = 0.000	
ปัจจัยสิ่งชักนำการปฏิบัติ				
ประเภทของสถานศึกษา				
ไม่ได้กำลังศึกษา	66.7	6.2	27.1	100.0 (9,345)
อยู่ในโรงเรียนรัฐบาล	17.3	28.0	54.7	100.0 (4,190)
อยู่ในโรงเรียนเอกชน	25.9	30.0	44.1	100.0 (769)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,304)
	$\chi^2 = 3262.0$		P-value = 0.000	
การได้รับข่าวสารด้านกีฬา				
ไม่ได้รับ	85.7	10.1	4.2	100.0 (553)
ได้รับ	48.5	14.1	37.4	100.0 (13,422)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (13,975)
	$\chi^2 = 315.7$		P-value = 0.000	
ความถี่ในการดูกีฬา				
ไม่ดูกีฬาเลย	83.9	7.7	8.4	100.0 (2,806)
ดูกีฬาเป็นครั้งคราว	49.3	16.5	34.2	100.0 (8,150)
ดูกีฬาเป็นประจำ	23.2	13.0	63.8	100.0 (3,349)
รวม	50.0	13.9	36.1	100.0 (14,305)
	$\chi^2 = 2559.9$		P-value = 0.000	

3.3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยวิธีความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนาม (multinomial logistic regression)

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์แบบหลายตัวแปรสำหรับการศึกษาในครั้งนี้ คือ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร ได้แก่ เพศ อายุ และสถานภาพสมรส ปัจจัยทางเศรษฐกิจ และสังคม ได้แก่ เขตที่อยู่อาศัย ภาค ระดับการศึกษาสูงสุด สถานภาพการทำงาน และรายได้ และปัจจัยสิ่งชักนำการปฏิบัติ ได้แก่ ประเภทของสถานศึกษา การได้รับข้อมูลข่าวสารด้านกีฬา และความถี่ในการดูกีฬา กับการออกกำลังกาย ด้วยวิธีวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนาม ที่มีเงื่อนไขสำหรับการวิเคราะห์ว่า ตัวแปรอิสระแต่ละตัวต้องเป็นอิสระต่อกันหรือไม่ควรมีความสัมพันธ์ต่อกัน ดังนั้น ก่อนการวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติก จึงจำเป็นต้องวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (correlation) ระหว่างตัวแปรอิสระที่นำมาศึกษาก่อนว่ามีความสัมพันธ์พหุร่วมเชิงเส้น (multicollinearity) หรือไม่ เพื่อยืนยันตัวแปรอิสระที่จะนำมาใช้ในการวิเคราะห์ โดยที่หากตัวแปรอิสระคู่ใดมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่า 0.60 แสดงว่า ตัวแปรอิสระคู่นั้นมีความสัมพันธ์ต่อกันค่อนข้างสูง (Blalock, 1972: 457) และจะไม่นำมาวิเคราะห์ในสมการเดียวกัน เพราะอาจทำให้ผลการวิเคราะห์เบี่ยงเบนไปจากความเป็นจริงได้

สำหรับการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์และความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนาม นั้น ตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรเชิงกลุ่ม (categorical variable) จะต้องแปลงให้เป็นตัวแปรหุ่น (dummy variable) ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดให้กลุ่มที่สนใจเป็นกลุ่มอ้างอิง และมีค่าเป็น 0 ส่วนกลุ่มอื่นๆมีค่าเป็น 1 ซึ่งตัวแปรทั้งหมดมีดังต่อไปนี้

- 1) เพศ กำหนดให้

1.1 หญิง	มีค่าเป็น 1
1.2 ชาย (กลุ่มอ้างอิง)	มีค่าเป็น 0
- 2) อายุ (รายปี)
- 3) สถานภาพสมรส กำหนดให้

3.1 สมรส	มีค่าเป็น 1	อื่นๆ มีค่าเป็น 0
3.2 เคยสมรส	มีค่าเป็น 1	อื่นๆ มีค่าเป็น 0
3.3 โสด (กลุ่มอ้างอิง)		
- 4) เขตที่อยู่อาศัย กำหนดให้

- | | | | |
|---------------------------------------|---|-------------|-------------------|
| 4.1 | นอกเขตเทศบาล | มีค่าเป็น 1 | |
| 4.2 | ในเขตเทศบาล (กลุ่มอ้างอิง) | มีค่าเป็น 0 | |
| 5) ภาค กำหนดให้ | | | |
| 5.1 | ภาคกลาง (ไม่รวม ก.ท.ม.) | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 5.2 | ภาคเหนือ | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 5.3 | ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 5.4 | ภาคใต้ | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 5.5 | กรุงเทพมหานคร (กลุ่มอ้างอิง) | | |
| 6) ระดับการศึกษา กำหนดให้ | | | |
| 6.1 | ระดับประถมศึกษา | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 6.2 | ระดับมัธยมศึกษา | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 6.3 | ระดับอุดมศึกษาขึ้นไป | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 6.4 | ไม่ได้รับการศึกษาหรือต่ำกว่าประถมศึกษา (กลุ่มอ้างอิง) | | |
| 7) สถานภาพการทำงาน กำหนดให้ | | | |
| 7.1 | ช่วยธุรกิจโดยไม่ได้รับค่าจ้าง | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 7.2 | ลูกจ้างรัฐบาลหรือรัฐวิสาหกิจ | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 7.3 | ลูกจ้างเอกชน | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 7.4 | นายจ้างหรือผู้ประกอบการธุรกิจส่วนตัว | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 7.5 | ไม่ได้ทำงาน (กลุ่มอ้างอิง) | | |
| 8) รายได้ (บาท/เดือน) | | | |
| 9) ประเภทของสถานศึกษา กำหนดให้ | | | |
| 9.1 | ไม่ได้กำลังศึกษา | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 9.2 | สถานศึกษาสังกัดเอกชน | มีค่าเป็น 1 | อื่นๆ มีค่าเป็น 0 |
| 9.3 | สถานศึกษาสังกัดรัฐบาล (กลุ่มอ้างอิง) | | |
| 10) การได้รับข่าวสารด้านกีฬา กำหนดให้ | | | |
| 10.1 | การไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา | มีค่าเป็น 1 | |
| 10.2 | การได้รับข่าวสารด้านกีฬา (กลุ่มอ้างอิง) | มีค่าเป็น 0 | |

11) ความถี่ในการดูกีฬา กำหนดให้

11.1 ไม่ได้ดูกีฬา	มีค่าเป็น 1	อื่นๆ มีค่าเป็น 0
11.2 ดูกีฬาเป็นครั้งคราว	มีค่าเป็น 1	อื่นๆ มีค่าเป็น 0
11.3 ดูกีฬาเป็นประจำ (กลุ่มอ้างอิง)		

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระแต่ละคู่ ปรากฏตามตารางที่ 8 พบว่า ตัวแปรสถานภาพการทำงานมีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับรายได้ โดยมีค่าความสัมพันธ์ 0.782 ดังนั้นในการใช้เทคนิควิเคราะห์ความ ถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนาม จึงไม่สามารถนำทั้ง ตัวแปรสถานภาพการทำงานและตัวแปรรายได้มาวิเคราะห์ในสมการร่วมกันได้ ผู้วิจัยจึงตัดสินใจเลือก ตัวแปรสถานภาพการทำงานเข้าร่วมกับตัวแปรอื่นๆในการวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบ อนเนกนาม เนื่องจากพิจารณาเห็นว่าสถานภาพการทำงาน จะสามารถอธิบายถึงการออกกำลังกาย เป็นประจำของเยาวชนได้ เพราะสถานภาพการทำงานจะเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงการมีเวลาว่างที่จะ ออกกำลังกายเป็นประจำได้มากกว่าตัวแปรรายได้ นอกเหนือจากนั้นพบว่า ตัวแปรอิสระคู่อื่นๆมี ความสัมพันธ์ต่อกันค่อนข้างต่ำ กล่าวคือ ไม่มีตัวแปรอิสระคู่ใดที่มีค่าความสัมพันธ์สูงกว่า 0.6 จึง สามารถนำตัวแปรเหล่านี้เข้าร่วมในสมการการวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนามได้

สำหรับผลการวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนามระหว่างการออกกำลังกาย เป็นประจำกับตัวแปรอิสระ 10 ตัว คือ เพศ อายุ และสถานภาพสมรส (ปัจจัยทางประชากร) เขต ที่อยู่อาศัย ภาค ระดับการศึกษา และสถานภาพการทำงาน (ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม) ประเภท ของสถานศึกษา การได้รับข่าวสารด้านกีฬา และความถี่ในการดูกีฬา (ปัจจัยเชิงชักนำการปฏิบัติ) ดังรายละเอียดปรากฏในตารางที่ 9 มีรายละเอียดและคำอธิบายข้อค้นพบดังนี้

(1) เพศกับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรเพศมีอิทธิพลต่อการออก กำลังกายตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อ เปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนหญิงมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็น ประจำเป็น 0.259 เท่าของเยาวชนชาย (ค่า odds ratio = 0.259) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษา ที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนชายมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนหญิง และ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ตารางไขว้ที่ว่าเยาวชนชายน่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็น

ตารางที่ 8 ค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระต่างๆที่ใช้ในการวิเคราะห์

	1.1	2	3.1	3.2	4.1	5.1	5.2	5.3	5.4	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	7.3	7.4	8	9.1	9.2	10.1	11.1	11.2	
1.1	1.000																						
2	.007	1.000																					
3.1	.274**	.330**	1.000																				
3.2	.061**	.064**	-.068**	1.000																			
4.1	-.010	-.016	.053**	.022**	1.000																		
5.1	-.020*	.012	-.024**	.002	-.027**	1.000																	
5.2	-.008	.004	-.010	.023**	.126**	-.261**	1.000																
5.3	-.009	-.041**	.040**	-.006	.241**	-.395**	-.364**	1.000															
5.4	.030**	.017*	.010	-.008	.048**	-.188**	-.173**	-.263**	1.000														
6.1	-.022**	.049**	.168**	.010	.132**	-.059**	-.067**	.143**	.016	1.000													
6.2	-.006	-.201**	-.164**	-.022**	-.091**	.062**	.035**	-.090**	-.038**	-.779**	1.000												
6.3	.032**	.244**	-.048**	.009	-.078**	.006	.013	-.050**	.004	-.176**	-.367**	1.000											
7.1	-.051**	.117**	.077**	-.005	.226**	-.107**	-.014	.247**	-.035**	.134**	-.119**	-.031**	1.000										
7.2	.021*	.099**	-.019*	-.014	-.020*	.002	.043**	-.027**	-.007	-.065**	-.097**	.300**	-.072**	1.000									
7.3	-.075**	.204**	.112**	.026**	-.147**	.111**	-.073**	-.158**	.013	.074**	-.106**	.050**	-.317**	-.072**	1.000								
7.4	-.035**	.134**	.129**	-.004	.029**	-.026**	.008	.011	.052**	.068**	-.064**	-.017*	-.128**	-.029**	-.128**	1.000							
8	-.061**	.288**	.149**	.014	-.191**	.120**	-.073**	-.193**	.017*	.017*	-.122**	.195**	-.342**	.250**	.782**	.258**	1.000						
9.1	.000	.443**	.422**	.075**	.091**	.025**	-.047**	.027**	.025**	.231**	-.332**	.139**	.329**	.063**	.369**	.140**	.392**	1.000					
9.2	-.008	-.440**	-.380**	-.070**	-.045**	-.031**	.024**	.013	-.007	-.177**	.267**	-.121**	-.283**	-.057**	-.325**	-.124**	-.345**	-.084**	1.000				
10.1	.139**	.018*	.075**	.028**	-.006	.021*	-.012	-.035**	.009	.034**	-.073**	-.014	.014	-.023**	.035**	-.001	.019*	.085**	-.069**	1.000			
11.1	.314**	.062**	.200**	.039**	.003	.022**	-.019*	-.027**	.008	.076**	-.094**	-.033**	.005	-.012	.025**	-.005	.011	.148**	-.135**	.396**	1.000		
11.2	.035**	-.014	-.038**	.011	.013	.026**	.029**	.010	-.026**	-.018*	.028**	.004	-.010	.008	.004	.015	.011	-.026**	.014	-.219**	-.568**	1.000	

หมายเหตุ ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 (สำหรับกรณีค่า r = -0.779 ที่สูงเข้าข้างนั้น เนื่องจากเป็นตัวแปรใหม่ที่สร้างขึ้น ซึ่งเป็นเรื่องย่อยในกลุ่มรายการของการศึกษาทั้ง 2 ตัวแปร

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผู้วิจัยจึงพิจารณาว่าไม่มีเหตุผลที่จะตัดตัวแปรใดตัวแปรหนึ่ง ซึ่งเป็นตัวแปรย่อยของระดับการศึกษาออกจากการวิเคราะห์)

1.1	เพศหญิง	5.1	ภาคกลาง(ไม่รวมก.ท.ม.)	6.2	มัธยมศึกษา	7.3	ลูกจ้างเอกชน	9.2	อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชน
2.	อายุ	5.2	ภาคเหนือ	6.3	อุดมศึกษาขึ้นไป	7.4	นายจ้างหรือผู้ประกอบการธุรกิจส่วนตัว	10.1	การไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา
3.1	สมรส	5.3	ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	7.1	ชวยธุรกิจโดยไม่รับค่าจ้าง	8	รายได้(บาท/เดือน)	11.1	ไม่ได้ดูฟังก์กีฬา
3.2	เคยสมรส	5.4	ภาคใต้	7.2	ลูกจ้างรัฐบาลหรือรัฐวิสาหกิจ	9.1	ไม่ได้กำลังศึกษา	11.2	ดูกีฬาเป็นครั้งคราว
4.1	ในเขตเทศบาล	6.1	ประถมศึกษา						

ประจำสูงกว่าเยาวชนหญิง ทั้งนี้เป็นเพราะว่าเยาวชนชายจะมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อร่างกาย มีความอดทน และชอบความท้าทายมากกว่าเพศหญิง อีกทั้งเพศชายยังมีความต้องการที่จะเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อร่างกาย หรือแก้ไขความบกพร่องของร่างกายมากกว่าเพศหญิงอีกด้วย

(2) อายุกับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรอายุมีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนที่มีอายุมากกว่าจะมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.593 เท่าของเยาวชนที่อายุน้อยกว่า (ค่า odds ratio = 0.593) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่มีอายุน้อยกว่ามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีอายุมากกว่า และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ที่ว่าเยาวชนที่มีอายุน้อยกว่าน่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนที่มีอายุมากกว่า ทั้งนี้เนื่องจากเยาวชนที่มีอายุมากขึ้นย่อมมีหน้าที่ ความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น จึงอาจทำให้มีเวลาในการออกกำลังกายลดน้อยลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในส่วนของเยาวชนที่ยังอยู่ในสถานศึกษา ถ้าเยาวชนมีอายุ 15-19 ปี จะเป็นเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาซึ่งอาจจะมีหลักสูตรการเรียนการสอนภาคบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา จึงมีโอกาสได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬามากกว่าเยาวชนที่มีอายุ 20-24 ปี ซึ่งเป็นเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา ที่ไม่มีหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา โอกาสที่เยาวชนจะออกกำลังกายเป็นประจำจึงมีได้น้อย

(3) สถานภาพสมรสกับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรสถานภาพสมรสมีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนที่สมรสมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.302 เท่าของผู้ที่เป็นโสด (ค่า odds ratio = 0.302) และเยาวชนที่เคยสมรสแต่ขณะนี้ เป็นหม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ มีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.307 เท่าของผู้เป็นโสด (ค่า odds ratio = 0.307) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่เป็นโสดมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่สมรส และหม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่ และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ที่ว่าเยาวชนที่เป็นโสดน่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่

ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนที่สมรสหรือเคยสมรสที่ปัจจุบันหม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่แล้ว เนื่องจากเยาวชนที่เป็นโสดจะมีภาระหน้าที่ในการเลี้ยงดูครอบครัวน้อยกว่า และมีเวลาเพื่อทำกิจกรรมส่วนตัวได้มากกว่าเยาวชนที่สมรสแล้วและเยาวชนที่เคยสมรส จึงมีการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่สมรส หม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่

(4) เขตที่อยู่อาศัยกับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรเขตที่อยู่อาศัยมีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายไม่เป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนนอกเขตเทศบาลมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 1.262 เท่าของเยาวชนที่อยู่ในเขตเทศบาล (ค่า odds ratio = 1.262) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่อยู่นอกเขตเทศบาลมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่อยู่ในเขตเทศบาล แต่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลน่าจะมีเวลามากพอที่จะออกกำลังกายเป็นประจำได้อย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลจะมีรูปแบบกิจกรรมให้เลือกปฏิบัติได้มาก เช่น การไปพักผ่อนตามสถานบันเทิงต่างๆ การไปเดินซื้อหรือไม่ซื้อของตามห้างสรรพสินค้า เป็นต้น จึงทำให้มีการออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล จึงทำให้ผู้ที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาล

(5) ภาคกับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรภาค มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายไม่เป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนที่อยู่ในกรุงเทพมหานครมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำน้อยกว่าเยาวชนที่อยู่ในภาคอื่นๆ โดยเยาวชนที่อยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ ภาคเหนือ และภาคกลางมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 2.679, 2.442, 1.637 และ 1.253 เท่าของเยาวชนที่อยู่ในกรุงเทพมหานคร ตามลำดับ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่อยู่ในกรุงเทพมหานครมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าภาคอื่นๆ โดยผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ ที่ว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำน้อยที่สุด เนื่องจากมีปัจจัยแวดล้อมที่เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย เช่น ต้องใช้เวลาใน

การเดินทางมากกว่าภาคอื่นๆ นอกจากนั้นการแข่งขันกันประกอบอาชีพค่อนข้างสูง มีสถานบันเทิง และสิ่งล่อใจต่างๆจำนวนมาก ทำให้ผู้อาศัยอยู่เลือกปฏิบัติกิจกรรมในรูปแบบอื่นๆได้หลากหลาย จึงมีการออกกำลังกายเป็นประจำน้อยกว่าภาคอื่นๆ

(6) ระดับการศึกษากับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรระดับการศึกษามีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาเพียงบางส่วน แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ออกกำลังกายแล้ว เยาวชนที่มีการศึกษาต่ำกว่ามีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีการศึกษาสูงกว่า เฉพาะในกลุ่มของเยาวชนที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา โดยเยาวชนที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.997 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้รับการศึกษา (ค่า odds ratio = 0.997) นอกเหนือจากนั้น เยาวชนที่มีการศึกษาสูงกว่าจะมีโอกาสของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีการศึกษาต่ำกว่า โดยเยาวชนที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 1.369 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้รับการศึกษา (ค่า odds ratio = 1.369) และเยาวชนที่มีการศึกษาระดับอุดมศึกษาขึ้นไปมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 1.899 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้รับการศึกษา (ค่า odds ratio = 1.899) แสดงว่าเมื่อเยาวชนมีระดับการศึกษาสูงขึ้น เยาวชนจะมีการออกกำลังกายเป็นประจำเพิ่มมากขึ้น -โดยผลการศึกษาดังกล่าวนี้นี้สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้เพียงบางส่วน แสดงว่าผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ของความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการออกกำลังกายเป็นความสัมพันธ์ที่ไม่แท้จริง (ความสัมพันธ์ลวง) และเมื่อคุม ตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ทั้งนี้ น่าจะเป็นเพราะว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าจะเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ และเห็นประโยชน์ของการออกกำลังกายมากกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำกว่า จึงมีการออกกำลังกายเป็นประจำมากกว่าด้วย ยกเว้น เยาวชนที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษาที่มีโอกาสในการออกกำลังกายเกือบใกล้เคียงกับเยาวชนที่ไม่ได้รับการศึกษา ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับการศึกษากับเยาวชนที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา ยังเห็นประโยชน์ของการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน

(7) สถานภาพการทำงานกับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรสถานภาพการทำงาน มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้เพียงบางส่วน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้ออกกำลังกายแล้ว พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้ทำงานมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนายจ้าง ลูกจ้างเอกชน และช่วยธุรกิจโดยไม่ได้ค่าจ้าง ตามลำดับ โดยกลุ่มของนายจ้างมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.580 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้ทำงาน (ค่า odds ratio = 0.580) กลุ่มของลูกจ้างเอกชนมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.666 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้ทำงาน (ค่า odds ratio = 0.666) และกลุ่มที่ช่วยธุรกิจในครัวเรือนโดยไม่ได้รับค่าจ้างมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.748 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้ทำงาน (ค่า odds ratio = 0.748) แต่กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้ทำงานมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำน้อยกว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นลูกจ้างรัฐบาลหรือรัฐวิสาหกิจ โดยกลุ่มของเยาวชนที่ลูกจ้างรัฐบาลหรือรัฐวิสาหกิจ มีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 1.358 เท่าของเยาวชนที่ไม่ได้ทำงาน (ค่า odds ratio = 1.358) ผลการศึกษาดังกล่าวนี้เป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้เพียงบางส่วน และไม่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ แสดงว่า ผลการวิเคราะห์ด้วยตารางไขว้ของความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพการทำงานกับการออกกำลังกาย เป็นความสัมพันธ์ที่ไม่แท้จริง (ความสัมพันธ์ลวง) และเมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่าเยาวชนที่ไม่ได้ทำงานมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำมากกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพการทำงานกลุ่มอื่นๆ ยกเว้นเยาวชนที่เป็นลูกจ้างรัฐบาล/ลูกจ้างรัฐวิสาหกิจ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเยาวชนที่ยังไม่ได้ทำงานจะไม่มีหน้าที่และความรับผิดชอบในการทำงาน รวมทั้งมีความจำเป็นทางเศรษฐกิจน้อยกว่าผู้ที่ทำงานแล้ว จึงออกกำลังกายได้มากกว่า อีกทั้งเยาวชนที่ยังไม่ได้ทำงานส่วนใหญ่จะยังอยู่ในระบบโรงเรียน ซึ่งมีหลักสูตรการเรียนการสอนเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา จึงออกกำลังกายเป็นประจำได้มากกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพการทำงานอื่นๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะไม่ได้อยู่ในระบบโรงเรียนแล้ว

(8) ประเภทของสถานศึกษากับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรประเภทของสถานศึกษา มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกายตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ออกกำลังกาย พบว่า เยาวชนที่ไม่ได้กำลังศึกษามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.238 เท่าของเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาล (ค่า odds



ratio = 0.238) และเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชนมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำ เป็น 0.749 เท่าของเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาล (ค่า odds ratio = 0.749) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนไม่ได้กำลังศึกษาและเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชน และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ตารางไขว้ที่ว่า เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาล น่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้กำลังศึกษาและเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษา สังกัดเอกชน ทั้งนี้ น่าจะเป็นเพราะว่าสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลได้ให้ความสำคัญกับการออกกำลังกาย ของเด็กและเยาวชนเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่สถานศึกษาสังกัดเอกชนส่วนใหญ่มุ่งเน้นให้ความสำคัญกับ เนื้อหาการเรียนการสอนทางวิชาการมากกว่าให้ความสำคัญในเรื่องการออกกำลังกาย จึงทำให้ผู้ที่อยู่ใน สถานศึกษาสังกัดรัฐบาลมีการออกกำลังกายเป็นประจำมากกว่าผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชน และผู้ที่ไม่ได้กำลังศึกษา

(9) การได้รับข่าวสารด้านกีฬากับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรการได้รับข่าวสารด้านกีฬา มีอิทธิพล ต่อการออกกำลังกายเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสาร ด้านกีฬามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.526 เท่าของผู้ที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา (ค่า odds ratio = 0.526) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้าน กีฬามีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา และสอดคล้อง กับผลการวิเคราะห์ตารางไขว้ที่ว่าเยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาน่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา ทั้งนี้ น่าจะเป็นเพราะว่าการได้รับ ข่าวสารผ่านสื่อมวลชนต่างๆจะเป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้รับสารได้เห็นถึงความสำคัญและเห็นประโยชน์ของ การเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกอยากออกกำลังกายและเล่นกีฬา จึงทำให้เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬาด้วย

(10) ความถี่ในการดูกีฬากับการออกกำลังกาย

เมื่อควบคุมตัวแปรอิสระอื่นแล้ว พบว่า ตัวแปรความถี่ในการดูกีฬามีอิทธิพลต่อ การออกกำลังกายตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ

เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้ออกกำลังกายแล้ว พบว่า เยาวชนที่ไม่ดูกีฬามีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.068 เท่าของเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำ (ค่า odds ratio = 0.068) และเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราวมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็น 0.340 เท่าของเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำ (ค่า odds ratio = 0.340) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการศึกษาที่ตั้งไว้ กล่าวคือ เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำมีโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ดูกีฬาหรือดูกีฬาเป็นครั้งคราว และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ตารางไขว้ที่ว่า เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำน่าจะมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ดูกีฬาหรือดูกีฬาเป็นครั้งคราว ทั้งนี้ เนื่องจากความถี่ในการดูกีฬาเป็นสิ่งที่แสดงออกถึงความต้องการ ความอยากรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับกีฬา และการออกกำลังกาย ซึ่งจะส่งผลต่อการออกกำลังกายต่อไป จึงทำให้เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำมีสัดส่วนของผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ดูกีฬาหรือดูกีฬาเป็นครั้งคราว

ผลการศึกษาดังปรากฏในตารางที่ 9 สามารถสรุปได้ว่า ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ตัวแปรอิสระทั้ง 10 ตัวร่วมกันอธิบายความแปรผันของการออกกำลังกายได้ร้อยละ 42.9 และเมื่อควบคุม ตัวแปรอิสระตัวอื่นๆ แล้ว พบว่า ตัวแปรเพศ อายุ สถานภาพสมรส ประเภทของสถานศึกษา การได้รับข่าวสารด้านกีฬา และความถี่ในการดูกีฬา มีอิทธิพลต่อโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำเป็นไปตามสมมติฐาน กล่าวคือ เยาวชนเพศชายมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนเพศหญิง เยาวชนที่มีอายุน้อยกว่าจะมีโอกาสออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีอายุมากกว่า เยาวชนที่มีสถานภาพโสดมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่มีสถานภาพสมรส และหม้าย หย่า แยกกันอยู่ เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาลมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชนและไม่ได้กำลังศึกษา เยาวชนที่ได้รับข่าวสารด้านกีฬามีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับข่าวสารด้านกีฬา เยาวชนที่ดูกีฬาเป็นประจำมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำสูงกว่าเยาวชนที่ดูกีฬาเป็นครั้งคราวและไม่ได้ดูกีฬา

นอกจากนั้น ตัวแปรเขตที่อยู่อาศัยและตัวแปรภาค มีอิทธิพลต่อโอกาสในการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ด้วย แต่ความสัมพันธ์ดังกล่าวไม่เป็นไปตามสมมติฐาน กล่าวคือ เยาวชนที่อยู่ในเขตเทศบาลมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าเยาวชนที่อยู่นอกเขตเทศบาล และเยาวชนที่อยู่ในกรุงเทพมหานครมีโอกาสที่จะออกกำลังกายเป็นประจำต่ำกว่าเยาวชนที่อยู่ในภาคอื่นๆ ส่วนตัวแปรระดับการศึกษา และสถานภาพการทำงาน มีความสัมพันธ์กับโอกาสในการออกกำลังกายเป็นประจำตามสมมติฐานการศึกษาเพียงบางส่วน

ตารางที่ 9 การวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติกเชิงพหุแบบอนเนกนามของการออกกำลังกายจำแนกตามปัจจัยทางประชากร ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม และปัจจัยสิ่งชักนำการปฏิบัติ

ปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม และสิ่งชักนำการปฏิบัติ	การออกกำลังกายเป็นครั้งคราว		การออกกำลังกายเป็นประจำ	
	ค่าส.ปส.	ค่า odds	ค่าส.ปส.	ค่า odds
ปัจจัยทางประชากร				
เพศ				
หญิง	-0.513*	0.598	-1.352*	0.259
ชาย	===	===	===	===
อายุ				
	-0.917*	0.400	-0.523*	0.593
สถานภาพสมรส				
สมรส	-0.745*	0.475	-1.197*	0.302
หม้าย/หย่า/แยก	-0.923*	0.397	-1.181*	0.307
โสด	===	===	===	===
ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม				
เขตที่อยู่อาศัย				
นอกเขตเทศบาล	0.307*	1.360	0.233*	1.262
ในเขตเทศบาล	===	===	===	===
ภาค				
กลาง (ไม่รวมกทม.)	-0.370*	0.691	0.226*	1.253
เหนือ	-0.428*	0.652	0.493*	1.637
ตะวันออกเฉียงเหนือ	0.042*	1.044	0.985*	2.679
ใต้	-0.251*	0.778	0.893*	2.442
กรุงเทพมหานคร	===	===	===	===
ระดับการศึกษา				
ระดับประถมศึกษา	1.001*	2.720	-0.034*	0.997
ระดับมัธยมศึกษา	1.436*	4.204	0.314*	1.369
ระดับอุดมศึกษาขึ้นไป	1.742*	5.709	0.641*	1.899
ไม่ได้รับการศึกษา	===	===	===	===

(ยังมีต่อ)

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม และสิ่งชักนำการปฏิบัติ	การออกกำลังกายเป็นครั้งคราว		การออกกำลังกายเป็นประจำ	
	ค่าส.ปส.	ค่า odds	ค่าส.ปส.	ค่า odds
สถานภาพการทำงาน				
ช่วยธุรกิจโดยไม่ได้ค่าจ้าง	-0.233*	0.792	-0.290*	0.748
ลูกจ้างรัฐบาล/รัฐวิสาหกิจ	0.380*	1.463	0.306*	1.358
ลูกจ้างเอกชน	0.216*	1.241	-0.406*	0.666
นายจ้าง	-0.172*	0.842	-0.545*	0.580
ไม่ได้ทำงาน	===	===	===	===
ปัจจัยทางสิ่งชักนำการปฏิบัติ				
ประเภทของสถานศึกษา				
ไม่ได้กำลังศึกษา	-2.217*	0.109	-1.437*	0.238
อยู่ในสถานศึกษาสังกัดเอกชน	-0.099*	0.905	-0.290*	0.749
อยู่ในสถานศึกษาสังกัดรัฐบาล	===	===	===	===
การได้รับข่าวสารด้านกีฬา				
ไม่ได้รับ	0.499*	1.646	-0.642*	0.526
ได้รับ	===	===	===	===
ความถี่ในการดูกีฬา				
ไม่ดูกีฬา	-1.612*	0.200	-2.683*	0.068
ดูเป็นครั้งคราว	-0.419*	0.658	-1.077*	0.340
ดูเป็นประจำ	===	===	===	===
ค่าคงที่	1.722		2.091	
Pseudo R ²	0.429			
จำนวนตัวอย่าง	13,958			

หมายเหตุ: === หมายถึง กลุ่มอ้างอิง

* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05