

ความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย
เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกศูนย์สุขภาพ ในกรุงเทพมหานคร



นาย วีระวัฒน์ ปัญญาบุรพา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2537

ISBN 974-584-524-8

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EXPECTATIONS OF HEALTH AND FITNESS CENTER MEMBERS ON MANAGEMENT OF
HEALTH PROMOTING EXERCISE SERVICES IN BANGKOK METROPOLIS

MR. WEERAWAT PANYABURAPA

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of Requirements
for the Degree of Master of Education
Department of Physical Education
Graduate School
Chulalongkorn University

1994

ISBN 974-584-524-8



หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริม
สุขภาพของสมาชิกศูนย์สุขภาพ ในกรุงเทพมหานคร
โดย นาย วีระวัฒน์ ปัญญาบุรพา
ภาควิชา พลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร. ทวาร วัชรไภย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ลาวัลย์ สุกกรั)

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร. ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ จินทร์ พ่องศรี)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สู่เนต นวกิจกุล)



พิมพ์ต้นฉบับบทความวิจัยวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

วีระวัฒน์ นิยมบุญประหา: ความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย
เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกศูนย์สุขภาพในกรุงเทพมหานคร (EXPECTATION
OF HEALTH AND FITNESS CENTER MEMBERS ON MANAGEMENT OF
HEALTH PROMOTING EXERCISE SERVICES IN BANGKOK METROPOLIS)
อ.ที่ปรึกษา: ศ.ดร.ถนอมวงศ์ กฤษณ์เษฐ์, 92 หน้า ISBN 974-584-524-8

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของสมาชิกชายกับสมาชิกหญิง ของศูนย์สุขภาพ ในกรุงเทพมหานคร โดยส่งแบบสอบถามไปยังสมาชิกที่มาใช้บริการของศูนย์สุขภาพจำนวน 360 คน ได้รับแบบสอบถามคืน 360 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 นำข้อมูลมาวิเคราะห์ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่า "ที"

ผลการวิจัยพบว่า

1. สมาชิกชายและสมาชิกหญิงมีความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกาย ด้านช่วงวัน-เวลาในการออกกำลังกาย ในระดับมาก คือ วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์) ช่วงเวลาเย็นหลังเลิกงาน (16.30-19.00) ด้านกิจกรรมในการออกกำลังกายคือการวิ่ง ว่ายน้ำ ส่วนด้านวิชาการ(ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย) ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ อยู่ในระดับมากเกือบทุกข้อ
2. เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังในการจัดการบริการด้านการออกกำลังกายของสมาชิกชายกับสมาชิกหญิง พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เกือบทุกข้อ

ภาควิชา..... พลศึกษา
สาขาวิชา..... พลศึกษา
ปีการศึกษา 2536.....

ลายมือชื่อนิติศ.....
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
ลายมือชื่อคณาจารย์ที่เรือนร่าง.....

C541264 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD : EXPECTATION / MANAGEMENT OF EXERCISE SERVICES /
HEALTH AND FITNESS CENTER

WEERAWAT PANYABURAPA-EXPECTATION OF HEALTH AND FITNESS
CENTER MEMBERS ON MANAGEMENT OF HEALTH PROMOTING EXERCISE
SERVICES IN BANGKOK METROPOLIS. THESIS ADVISOR : ASSOC.PROF.
THANOMWONG KRITPET, Ph.D 92 pp. ISBN 974-584-524-8

The purposes of this research were to study and compare expectation of health and fitness center between male and female members on management of health promoting exercise services in Bangkok Metropolis. Questionnaires were sent to 360 health and fitness center members. All questionnaires were returned and the obtained data were analyzed in term of percentage, means, standard deviation and then calculated the different means by using t-test.

The major results were as follow :

1. Health and fitness center male and female members had a expectation on management of health promoting exercise services at the high level on the preferred exercising time was in the evenings on working days and the preferred physical activities was running and swimming. In terms of knowledge of exercise, facilities and equipment, and exercise activity leaders were mostly at the high level.

2. The comparison mean of expectation on management of health promoting exercise services between male and female members showed that there were mostly no statistically significant difference at the .05 level.

ภาควิชา พลศึกษา
สาขาวิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2536

ลายมือชื่อนิติ Orsan Panyaburapa
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา Thanomwong Kritpet
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาช่วยเหลือ จาก
รองศาสตราจารย์ ดร.ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร์ อาจารย์ผู้ควบคุมการวิจัยที่ได้ให้ความช่วยเหลือ
แนะนำ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ จึงขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทุกท่าน ที่ได้กรุณาแก้ไขแบบสอบถาม
และเสนอแนะต่าง ๆ จนแบบสอบถามมีความสมบูรณ์ สามารถใช้เป็นเครื่องมือในการ
วิจัยครั้งนี้ได้ ขอขอบคุณผู้จัดการและสมาชิกศูนย์สุขภาพทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือในการทำ
วิจัยและตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์
ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์อภิญา ภักดีวงศ์ MR. PETER
MCQUAY อาจารย์สถาบันภาษา ขอขอบคุณคุณสิรินาท ทองประกอบ คุณอดิสรณ์ พิงษา ที่มี
ส่วนช่วยเหลือ

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา-มารดา และขอขอบคุณ พี่ น้อง เพื่อน
ซึ่งให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

วีระวัฒน์ ปัญญาบุรพา



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	7
สมมติฐานของการวิจัย.....	8
ขอบเขตของการวิจัย.....	8
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	8
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	9
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	9
2 วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง.....	10
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	41
กลุ่มตัวอย่างประชากร.....	41
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	42
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	43
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	43
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	44
สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	45
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	58

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
รายการอ้างอิง.....	67
ภาคผนวก.....	71
ภาคผนวก ก.....	72
ภาคผนวก ข.....	81
ภาคผนวก ค.....	83
ภาคผนวก ง.....	85
ภาคผนวก จ.....	87
ประวัติผู้วิจัย.....	92

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1.	ค่าร้อยละและสถานการณ์ของสมาชิกศูนย์สุขภาพ	47
2.	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังด้านช่วงวัน-เวลาในการออกกำลังกาย	49
3.	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังด้านกิจกรรมในการออกกำลังกาย	51
4.	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังด้านวิชาการ (ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย)	53
5.	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	55
6.	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความคาดหวังด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	57