

ชื่อเรื่อง	การศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ
ผู้ศึกษาค้นคว้า	นวพรรษ ชำนาญเสื่อ
ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ปัญญา สังขวดี
ประเภทสารนิพนธ์	การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง กศ.ม. สาขาวิชาบริหารการศึกษา แขนงวิชาการบริหารจัดการกีฬา มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2553
คำสำคัญ	การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ แรงจูงใจ

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้า เพื่อศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ และเพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ คือ เพศชาย และเพศหญิง และจำแนกตามวิทยาเขตภาคเหนือ 4 แห่ง คือ เชียงใหม่ ลำปาง สุโขทัย และเพชรบูรณ์ โดยมีขอบเขตการศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ 4 ด้าน คือ ด้านจิตวิทยา ด้านสรีรวิทยา ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม และด้านการแพทย์ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ ประกอบด้วย วิทยาเขตเชียงใหม่ วิทยาเขตลำปาง วิทยาเขตสุโขทัย และวิทยาเขตเพชรบูรณ์ จำนวน 2,841 คน กำหนดกลุ่มตัวอย่างตามตารางของ Krejcie and Morgan ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 341 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วนของวิทยาเขตแยกเป็นนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่ เพศชาย จำนวน 101 คน เพศหญิง จำนวน 38 คน รวม 139 คน วิทยาเขตลำปาง เพศชาย จำนวน 24 คน เพศหญิง จำนวน 12 คน รวม 36 คน วิทยาเขตสุโขทัย เพศชาย จำนวน 96 คน เพศหญิง จำนวน 35 คน รวม 131 คน และวิทยาเขตเพชรบูรณ์ เพศชาย จำนวน 30 คน เพศหญิง จำนวน 5 คน รวม 35 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ซึ่งเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบค่าที (t-test) และการทดสอบค่าเอฟ (F-test) ผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า

1. ผลการศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านจิตวิทยา ด้านสรีรวิทยา ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม และด้านการแพทย์ อยู่ในระดับมาก

2. ผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ ภาพรวมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า แตกต่างกันทั้ง 4 ด้าน ผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขตภาคเหนือ ภาพรวมแตกต่างกัน และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า แตกต่างกันทั้ง 4 ด้าน