

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ ผู้ศึกษาค้นคว้าได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับของจุดมุ่งหมาย เป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้ ความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของ นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ ใช้ค่าสถิติค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (Standard Deviation)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ ประกอบด้วย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของ นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ โดยการหาค่า (t-test แบบ Independent)

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของ นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต โดยการหาค่าความ แปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA)

เพื่อให้เกิดความเข้าใจและความสะดวกในการอ่านแปลผลข้อมูล จึงได้กำหนดสัญลักษณ์ ที่ใช้ในการแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

$\bar{X}$	หมายถึง	ค่าเฉลี่ย
S.D.	หมายถึง	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
n	หมายถึง	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
t	หมายถึง	การทดสอบค่าที (t – test แบบ Independent)
F	หมายถึง	การทดสอบค่าความแปรปรวนทางเดียว (F– test หรือ One-Way ANOVA)

## ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

### ตาราง 2 แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
- ชาย	228	72.2
- หญิง	88	27.8
รวม	316	100
สังกัดวิทยาเขต		
- เชียงใหม่	124	39.2
- ลำปาง	36	11.4
- สุโขทัย	126	39.9
- เพชรบูรณ์	30	9.5
รวม	316	100

จากตาราง 2 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นนักศึกษาจากสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำนวน 316 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 226 คน คิดเป็นร้อยละ 72.2 และเพศหญิง จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 27.8 ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาจากสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยมากที่สุด จำนวน 126 คน คิดเป็นร้อยละ 39.9 รองลงมาเป็นนักศึกษาจากสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่ จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 39.2 เป็นนักศึกษาจากสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตลำปาง จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 11.4 และเป็นนักศึกษาจากสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเพชรบูรณ์น้อยที่สุด จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 9.5 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล การศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าระดับของการศึกษาแรงจูงใจที่มี  
ต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขต  
ภาคเหนือ

ที่	ด้าน	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
1	ด้านจิตวิทยา	4.01	0.51	มาก
2	ด้านสรีรวิทยา	4.13	0.56	มาก
3	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	3.87	0.62	มาก
4	ด้านการแพทย์	4.14	0.60	มาก
	รวมเฉลี่ย	4.01	0.49	มาก

จากตาราง 3 แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา  
วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.01$ ) และเมื่อพิจารณารายด้านแล้ว  
พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน ( $\bar{X} = 3.87 - 4.14$ ) โดยด้านการแพทย์ ( $\bar{X} = 4.14$ ) มีแรงจูงใจต่อการ  
ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาด้านสรีรวิทยา ( $\bar{X} = 4.13$ ) ด้านจิตวิทยา  
( $\bar{X} = 4.01$ ) และด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ( $\bar{X} = 3.87$ ) มีแรงจูงใจต่อการออกกำลังกายเพื่อ  
สุขภาพในระดับน้อยที่สุด ตามลำดับ

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าระดับของการศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเชื่อว่าจะทำให้ร่างกายสวยงาม	4.07	0.76	มาก
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเชื่อว่าจะทำให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี แข็งแรง	4.07	0.69	มาก
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเชื่อว่าเป็นที่น่าสนใจของเพศตรงข้าม	3.66	0.99	มาก
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมองเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการออกกำลังกายที่จะทำให้สุขภาพดีขึ้น	4.29	0.73	มาก
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมองเห็นประโยชน์และคุณค่าของการออกกำลังกาย	4.28	0.75	มาก
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบสนุกสนาน ร่าเริง และกล้าแสดงออก	4.13	0.77	มาก
7	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบการเป็นผู้นำทางการกีฬา	3.89	.85	มาก
8	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบกิจกรรมที่มีการแข่งขันกับผู้อื่น	3.83	0.90	มาก
9	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเห็นว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ	3.85	0.91	มาก
10	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จ จากกีฬาหรือการแข่งขัน	4.04	0.82	มาก
11	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีการศึกษาและมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย	3.99	0.77	มาก

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
12	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบการทำท่าทาง ความสามารถ และการเสี่ยง	3.87	0.88	มาก
13	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีความ ประทับใจบุคคลที่มีชื่อเสียงทางด้านกีฬา จึงยึดถือเป็น แบบอย่างในการออกกำลังกาย	3.93	0.89	มาก
รวมเฉลี่ย		4.01	0.51	มาก

จากตาราง 4 แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยาของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.01$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยาอยู่ในระดับมากทุกข้อ ( $\bar{X} = 3.66-4.29$ ) โดยเรียงลำดับแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา 3 อันดับแรกคือ ข้อมองเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการออกกำลังกายที่จะทำให้สุขภาพดีขึ้น ข้อมองเห็นประโยชน์และคุณค่าของการออกกำลังกาย และข้อชอบสนุกสนาน ร่าเริง และกล้าแสดงออก ( $\bar{X} = 4.29, 4.28, 4.13$ ) ทั้งนี้แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา ในข้อที่เชื่อว่าเป็นที่น่าสนใจของเพศตรงข้ามต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับข้ออื่นๆ ( $\bar{X} = 3.66$ )

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าระดับของการศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ

ข้อ	ด้านสรีรวิทยา	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้รูปร่างได้สัดส่วน	4.17	0.76	มาก
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้ร่างกายสดชื่น กระฉับกระเฉง	4.22	0.74	มาก
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้เหนื่อยน้อยลง และหายเหนื่อยเร็วขึ้น	4.13	0.80	มาก
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพื่อพัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก	3.86	0.86	มาก
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้ระบบทางเดินหายใจดีขึ้น	4.16	0.78	มาก
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น	4.28	0.76	มาก
รวมเฉลี่ย		4.13	0.56	มาก

จากตาราง 5 แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.13$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยาอยู่ในระดับมากทุกข้อ ( $\bar{X} = 3.86 - 4.28$ ) โดยเรียงลำดับแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยา 3 อันดับแรก คือข้อทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น ข้อทำให้รูปร่างได้สัดส่วน และข้อทำให้ร่างกายสดชื่น กระฉับกระเฉง ( $\bar{X} = 4.28, 4.22, 4.17$ ) ทั้งนี้แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยา ในข้อเพื่อพัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิกต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับข้ออื่นๆ ( $\bar{X} = 3.66$ )

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าระดับของการศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการมีเพื่อนใหม่	3.88	0.91	มาก
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการสังคมใหม่โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นสื่อ	3.94	0.86	มาก
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการให้คนในกลุ่มยอมรับ	3.72	1.05	มาก
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะครอบครัวมีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจเอื้ออำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.75	0.95	มาก
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีอาชีพและการงานที่เอื้อต่อการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.89	0.84	มาก
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีเวลาว่างในการออกกำลังกาย	4.06	0.80	มาก
7	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจากคนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง	3.85	0.93	มาก
8	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะอยู่ในสังคมที่รักการออกกำลังกาย	4.00	0.84	มาก
9	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะสังคมและหน่วยงานสนับสนุนให้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.98	0.83	มาก
10	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการใช้เวลาอยู่ร่วมกับเพื่อนและคนใกล้ชิด	3.79	0.91	มาก
11	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการยกระดับฐานะทางสังคม	3.62	0.99	มาก

ตาราง 6 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
12	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากที่เคยจำเจ	3.97	0.86	มาก
	รวมเฉลี่ย	3.87	0.62	มาก

จากตาราง 6 แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคมของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.87$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม อยู่ในระดับมากทุกข้อ ( $\bar{X} = 3.62 - 4.06$ ) โดยเรียงลำดับแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม 3 อันดับแรก คือ ข้อมีเวลาว่างในการออกกำลังกาย ข้ออยู่ในสังคมที่รักการออกกำลังกาย และข้อสังคมและหน่วยงานสนับสนุนให้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ( $\bar{X} = 4.06, 4.00, 3.98$ ) ทั้งนี้แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ในข้อต้องการยกระดับฐานะทางสังคมต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับข้ออื่นๆ ( $\bar{X} = 3.62$ )

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าระดับของการศึกษาแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ

ข้อ	ด้านการแพทย์	$\bar{X}$ n = 316	S.D.	ระดับ
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะสามารถป้องกันโรคความดันโลหิตสูง	4.16	0.80	มาก
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเป็นการลดปริมาณคอเลสเตอรอลในเส้นเลือด	4.16	0.80	มาก
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะช่วยลดการบาดเจ็บเรื้อรัง เช่น ปวดหลัง ปวดไหล่	4.08	0.77	มาก
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเป็นการผ่อนคลายความเครียด	4.26	0.73	มาก
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเป็นการลดความวิตกกังวลในการทำงาน	4.07	0.81	มาก
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย หรือหลังจากอวัยวะหยุดเคลื่อนไหวนานๆ	4.16	0.83	มาก
รวมเฉลี่ย		4.14	0.60	มาก

จากตาราง 7 แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.14$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ อยู่ในระดับมากทุกข้อ ( $\bar{X} = 4.07 - 4.26$ ) โดยเรียงลำดับแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ 3 อันดับแรก คือ ข้อเป็นการผ่อนคลายความเครียด ข้อเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย หรือหลังจากอวัยวะหยุดเคลื่อนไหวนานๆ และข้อช่วยลดการบาดเจ็บเรื้อรัง เช่น ปวดหลัง ปวดไหล่ ( $\bar{X} = 4.26, 4.16, 4.08$ ) ทั้งนี้แรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ ในเรื่องเป็นการลดความวิตกกังวลในการทำงานต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับข้ออื่นๆ ( $\bar{X} = 4.07$ )

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ

3.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อ  
สุขภาพ ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือจำแนกตามเพศ ดังตาราง  
ที่ 8 - 12

ตาราง 8 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของนักศึกษา  
สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ

ที่	ด้าน	เพศชาย		เพศหญิง		t	p
		(n = 228)		(n = 88)			
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1	ด้านจิตวิทยา	4.10	0.46	3.79	0.55	4.61*	0.00
2	ด้านสรีรวิทยา	4.19	0.51	3.98	0.65	2.72*	0.00
3	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	3.96	0.57	3.62	0.68	4.24*	0.00
4	ด้านการแพทย์	4.19	0.55	4.01	0.69	2.27*	0.02
	รวมเฉลี่ย	4.09	0.44	3.80	0.53	4.44*	0.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของ  
นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือในภาพรวม จำแนกตามเพศ พบว่า เพศที่  
ต่างกัน ทำให้ภาพรวมของการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพทุกด้าน  
แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า เพศที่ต่างกันทำให้การเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อ  
การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพรายด้าน แตกต่างกัน

ตาราง 9 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจ ที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
ด้านจิตวิทยาของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ  
จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	เพศชาย (n = 228)		เพศหญิง (n = 88)		t	p
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ เชื่อว่าจะทำให้ร่างกายสวยงาม	4.14	0.75	3.88	0.77	2.80*	0.00
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ เชื่อว่าจะทำให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี แข็งแรง	4.46	0.69	4.30	0.69	1.89	0.05
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ เชื่อว่าเป็นที่น่าสนใจของเพศตรงข้าม	3.84	0.90	3.20	1.06	4.94*	0.00
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ มองเห็นความสำคัญและความจำเป็น ของการออกกำลังกายที่จะทำให้สุขภาพดี ขึ้น	4.30	0.67	4.26	0.87	0.39	0.69
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ มองเห็นประโยชน์และคุณค่าของการออก กำลังกาย	4.29	0.74	4.24	0.77	0.54	0.59
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ ชอบสนุกสนาน ร่าเริง และกล้าแสดงออก	4.21	0.74	3.92	0.83	2.90*	0.00
7	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ ชอบการเป็นผู้นำทางการกีฬา	3.95	0.82	3.74	0.91	1.90	0.05
8	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ ชอบกิจกรรมที่มีการแข่งขันกับผู้อื่น	3.94	0.84	3.55	0.99	3.31*	0.00
9	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะ เห็นว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ	4.00	0.87	3.47	0.89	4.74*	0.00

ตาราง 9 (ต่อ)

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	เพศชาย		เพศหญิง		t	p
		(n = 228)		(n = 88)			
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
10	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะต้องการความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จจากกีฬาหรือการแข่งขัน	4.12	0.81	3.85	0.82	2.58*	0.01
11	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะมีการศึกษาและมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย	4.08	0.72	3.77	0.85	2.97*	0.00
12	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะชอบการทำหายความสามารถและการเสี่ยง	3.99	0.85	3.55	0.89	4.02*	0.00
13	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะมีความประทับใจบุคคลที่มีชื่อเสียงทางด้านกีฬา จึงยึดถือเป็นแบบอย่างในการออกกำลังกาย	4.04	0.84	3.63	0.96	3.58*	0.00
รวมเฉลี่ย		4.10	0.46	3.79	0.55	4.61*	0.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ พบว่า เพศที่ต่างกันทำให้ภาพรวมของการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มี 9 ข้อ เมื่อเพศต่างกันแล้วทำให้นักศึกษามีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านจิตวิทยา แตกต่างกัน คือ ข้อที่เชื่อว่าจะทำให้ร่างกายสวยงาม ข้อเชื่อว่าเป็นที่น่าสนใจของเพศตรงข้าม ข้อชอบสนุกสนาน ร่าเริง และกล้าแสดงออก ข้อชอบกิจกรรมที่มี

การแข่งขันกับผู้อื่น ข้าพเห็นว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ ข้าต้องการความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จจากกีฬาหรือการแข่งขัน ข้ามีการศึกษาและมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย ข้าชอบการทำท่ายoga ความสามารถ และการเสี่ยง และข้ามีความประทับใจบุคคลที่มีชื่อเสียงทางด้านกีฬา จึงยึดถือเป็นแบบอย่างในการออกกำลังกาย

ตาราง 10 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจ ที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสรีรวิทยาของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านสรีรวิทยา	เพศชาย (n = 228)		เพศหญิง (n = 88)		t	p
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะทำให้รูปร่างได้สัดส่วน	4.22	0.73	4.05	0.82	1.81	0.07
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะทำให้ร่างกายสดชื่น กระฉับกระเฉง	4.26	0.75	4.11	0.70	1.60	0.11
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะทำให้เหนื่อยน้อยลง และหายเหนื่อยเร็วขึ้น	4.21	0.78	3.92	0.83	2.77*	0.00
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อพัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก	3.93	0.82	3.69	0.95	2.05*	0.04
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะทำให้ระบบทางเดินหายใจดีขึ้น	4.22	0.76	4.00	0.83	2.15*	0.03
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น	4.34	0.73	4.14	0.81	2.01*	0.04
	รวมเฉลี่ย	4.19	0.51	3.98	0.65	2.72*	0.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสรีรวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ พบว่า เพศที่ต่างกันทำให้ภาพรวมของการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้าน สรีรวิทยา แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มี 4 ข้อ เมื่อเพศต่างกัน ทำให้นักศึกษามีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสรีรวิทยา แตกต่างกัน คือ ข้อทำให้เหนื่อยน้อยลง และหายเหนื่อยเร็วขึ้น ข้อเพื่อพัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก ข้อทำให้ระบบทางเดินหายใจดีขึ้น และข้อทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

ตาราง 11 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจ ที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา วิทยาเขต ภาคเหนือ จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	เพศชาย (n = 228)		เพศหญิง (n = 88)		t	p
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะต้องการมีเพื่อนใหม่	4.00	0.88	3.55	0.92	4.01*	0.00
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะต้องการสังคมใหม่โดยใช้กิจกรรม การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นสื่อ	4.06	0.83	3.64	0.84	4.01*	0.00
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะต้องการให้คนในกลุ่มยอมรับ	3.89	1.01	3.30	1.05	4.54*	0.00
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะครอบครัวมีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจเอื้ออำนวยความสะดวก ในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.83	0.92	3.55	1.00	2.33*	0.02
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะมีอาชีพและการงานที่เอื้อต่อ การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.96	0.80	3.72	0.90	2.17*	0.03
6	นักศึกษามีเวลาว่างในการออกกำลังกาย	4.11	0.79	3.93	0.81	1.77	0.07
7	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจาก คนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง	3.93	0.86	3.65	1.08	2.22*	0.02
8	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะอยู่ในสังคมที่รักการออกกำลังกาย	4.09	0.77	3.76	0.95	2.85*	0.00

ตาราง 11 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	เพศชาย		เพศหญิง		t	P
		(n = 228)		(n = 88)			
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
9	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะสังคมและหน่วยงานสนับสนุน ให้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	4.07	0.80	3.75	0.88	2.99*	0.00
10	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะต้องการใช้เวลาอยู่ร่วมกับเพื่อน และคนใกล้ชิด	3.90	0.87	3.51	0.95	3.33*	0.00
11	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะต้องการยกระดับฐานะทาง สังคม	3.76	0.92	3.26	1.09	3.76*	0.00
12	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆจากที่เคยจำเจ	4.01	0.84	3.85	0.90	1.49	0.13
รวมเฉลี่ย		3.96	0.57	3.62	0.68	4.24*	0.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 11 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ของนักศึกษาศาสนาการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ พบว่า เพศที่ต่างกัน ทำให้ภาพรวมของการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มี 10 ข้อ เมื่อเพศต่างกัน ทำให้นักศึกษามีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม แตกต่างกัน คือ ข้อต้องการมีเพื่อนใหม่ ข้อต้องการสังคมใหม่โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นสื่อ ข้อต้องการให้คนในกลุ่มยอมรับ ข้อครอบครัวมีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจเอื้ออำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ข้อมีอาชีพและการทำงานที่เอื้อต่อการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ข้อได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจากคนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง ข้ออยู่ในสังคมที่รักการออกกำลังกาย ข้อสังคม

และหน่วยงานสนับสนุนให้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ข้อต้องการใช้เวลาอยู่ร่วมกับเพื่อนและ  
คนใกล้ชิด และข้อต้องการยกระดับฐานะทางสังคม

ตาราง 12 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
ด้านการแพทย์ ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ  
จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านการแพทย์	เพศชาย (n = 228)		เพศหญิง (n = 88)		t	p
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะสามารถป้องกันโรคความดัน โลหิตสูง	4.23	0.76	4.00	0.87	2.15*	0.03
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะเป็นการลดปริมาณคอเลสเตอรอล ในเส้นเลือด	4.19	0.77	4.06	0.86	1.35	0.17
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะช่วยลดการบาดเจ็บเรื้อรัง เช่น ปวดหลัง ปวดไหล่	4.11	0.74	4.00	0.85	1.12	0.26
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะเป็นการผ่อนคลายความเครียด	4.30	0.69	4.14	0.80	1.82	0.07
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพราะเป็นการลดความวิตกกังวลใน การทำงาน	4.14	0.75	3.89	0.92	2.25*	0.02
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บ หรือเจ็บป่วย หรือหลังจากอวัยวะ หยุดเคลื่อนไหวนานๆ	4.23	0.80	3.99	0.89	2.20*	0.02
	รวมเฉลี่ย	4.19	0.55	4.01	0.69	2.27*	0.02

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามเพศ พบว่า เพศที่ต่างกันทำให้ภาพรวมของการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มี 3 ข้อ เมื่อเพศต่างกัน ทำให้นักศึกษามีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการแพทย์ แตกต่างกัน คือ ข้อสามารถป้องกันโรคความดันโลหิตสูง ข้อเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย หรือหลังจากอวัยวะเคลื่อนไหวนานๆ และข้อเป็นการลดความวิตกกังวลในการทำงาน

3.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต ดังตาราง 13 - 17

ตาราง 13 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต

ที่	ด้าน	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1	ด้านจิตวิทยา	3.99	0.53	3.88	0.38	3.98	0.50	4.41	0.38	7.53*	0.00	4>1,2,3
2	ด้านสรีรวิทยา	4.04	0.62	4.12	0.49	4.13	0.50	4.56	0.44	7.10*	0.00	4>1,2,3
3	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	3.79	0.64	3.78	0.46	3.86	0.62	4.32	0.51	6.30*	0.00	4>1,2,3
4	ด้านการแพทย์	4.07	0.67	4.25	0.52	4.12	0.56	4.39	0.45	2.71*	0.04	-
	รวมเฉลี่ย	3.95	0.54	3.95	0.29	3.99	0.46	4.40	0.39	7.72*	0.00	4>1,2,3

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 แสดงการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต พบว่า ในภาพรวมแล้ว ค่าเฉลี่ยของแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาแต่ละวิทยาเขตมีความ

แตกต่างกัน โดยนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเพชรบูรณ์มีแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมากกว่านักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่ ลำปาง และสุโขทัย

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า แตกต่างกันทุกด้าน โดยนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเพชรบูรณ์มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมากกว่านักศึกษาในสถาบันการพลศึกษาอื่นๆ

ตาราง 14 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเชื่อว่าจะทำให้ร่างกายสวยงาม	4.00	0.75	3.94	0.79	4.14	0.76	4.20	0.80	1.32	0.26	-
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเชื่อว่าจะทำให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีแข็งแรง	4.35	0.75	4.31	0.71	4.42	0.66	4.77	0.43	3.22*	0.02	4>1
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเชื่อว่าเป็นที่น่าสนใจของเพศตรงข้าม	3.62	0.95	3.56	0.84	3.73	1.03	3.67	1.12	0.40	0.74	-
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมองเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการออกกำลังกายที่จะทำให้สุขภาพดีขึ้น	4.25	0.78	4.44	0.65	4.17	0.72	4.77	0.43	6.32*	0.00	4>1,3

ตาราง 14 (ต่อ)

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมองเห็นประโยชน์และคุณค่าของการออกกำลังกาย	4.26	0.74	4.39	0.64	4.16	0.79	4.70	0.53	4.68*	0.00	4>1,3
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบสนุกสนาน ร่าเริง และกล้าแสดงออก	4.09	0.77	4.03	0.65	4.06	0.81	4.73	0.45	7.03*	0.00	4>1,2,3
7	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบการเป็นผู้นำทางการกีฬา	3.98	0.82	3.53	0.77	3.79	0.88	4.40	0.67	7.04*	0.00	4>1,2,3
8	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบกิจกรรมที่มีการแข่งขันกับผู้อื่น	3.85	0.82	3.61	0.87	3.75	0.96	4.37	0.80	4.68*	0.00	4>1,2,3
9	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเห็นว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ	3.85	0.86	3.64	0.93	3.79	0.95	4.37	0.71	4.20*	0.00	4>1,2,3

ตาราง 14 (ต่อ)

ข้อ	ด้านจิตวิทยา	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
10	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อประสบความสำเร็จจากกีฬาหรือการแข่งขัน	4.18	0.76	3.69	0.88	3.91	0.83	4.47	0.68	7.38*	0.00	4>1,2,3
11	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีการศึกษาและมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย	4.02	0.81	3.86	0.86	3.90	0.72	4.43	0.50	4.45*	0.00	4>2,3
12	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะชอบการทำหายความสามารถ และการเสี่ยง	3.77	0.90	3.69	0.66	3.94	0.87	4.13	0.97	2.16	0.09	-
13	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีความประทับใจบุคคลมีชื่อเสียงทางด้านกีฬา จึงยึดถือเป็นแบบอย่างในการออกกำลังกาย	3.77	0.89	3.86	0.86	3.98	0.92	4.40	0.62	4.35*	0.00	4>1
	รวมเฉลี่ย	3.95	0.54	3.95	0.29	3.99	0.46	4.40	0.39	7.53*	0.00	4>1,2,3

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 14 แสดงการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านจิตวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาวิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต พบว่า โดยภาพรวมแล้ว นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยา แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่า นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านจิตวิทยาแตกต่างกัน ในข้อต่อไปนี้เป็นข้อที่เชื่อว่าจะทำให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีแข็งแรง ข้อมองเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการออกกำลังกายที่จะทำให้สุขภาพดีขึ้น ข้อมองเห็นประโยชน์และคุณค่าของการออกกำลังกาย ข้อชอบสนุกสนาน ร่าเริง และกล้าแสดงออก ข้อชอบกิจกรรมที่มีการแข่งขันกับผู้อื่น ข้อเห็นว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ ข้อต้องการความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จจากกีฬาหรือการแข่งขัน ข้อมีการศึกษาและมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย ข้อชอบการทำท่ายความสามารถ และการเสี่ยง และข้อมีความประทับใจบุคคลที่มีชื่อเสียงทางด้านกีฬา จึงยึดถือเป็นแบบอย่างในการออกกำลังกาย โดยนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาวิทยาเขตเพชรบูรณ์จะมีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสูงกว่านักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่ ลำปาง และสุโขทัย

ตาราง 15 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต

ข้อ	ด้านสรีรวิทยา	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้รูปร่างได้สัดส่วน	4.04	0.80	4.25	0.69	4.20	0.78	4.50	0.50	3.31*	0.02	4>1
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้ร่างกายสดชื่น กระฉับกระเฉง	4.18	0.73	4.22	0.76	4.18	0.77	4.57	0.56	2.44	0.06	-
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้เหนื่อยน้อยลง และหายเหนื่อยเร็วขึ้น	4.03	0.86	4.14	0.72	4.12	0.73	4.53	0.86	3.17*	0.02	4>1
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพื่อพัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก	3.72	0.87	3.89	0.62	3.87	0.90	4.40	0.72	5.25*	0.00	4>1,3
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้ระบบทางเดินหายใจดีขึ้น	4.09	0.82	4.03	0.73	4.16	0.79	4.60	0.49	3.88*	0.00	4>1,2

ตาราง 15 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสรีรวิทยา	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น	4.22	0.80	4.19	0.62	4.25	0.77	4.77	0.43	4.74*	0.00	4>1,2,3
	รวมเฉลี่ย	4.04	0.62	4.12	0.49	4.13	0.50	4.56	0.44	7.10*	0.00	4>1,2,3

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 15 แสดงการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสรีรวิทยา ของนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาวิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต พบว่า โดยภาพรวมแล้ว นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยา แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่า นักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสรีรวิทยาแตกต่างกัน ในข้อต่อไปนี ข้อทำให้รูปร่างได้สัดส่วน ข้อทำให้เหนื่อยน้อยลง และหายเหนื่อยเร็วขึ้น ข้อเพื่อพัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก ข้อทำให้ระบบทางเดินหายใจดีขึ้น และข้อทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น โดยนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาวิทยาเขตเพชรบูรณ์จะมีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสูงกว่านักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่ ลำปาง และสุโขทัย

ตาราง 16 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการมีเพื่อนใหม่	3.81	0.89	3.86	0.86	3.84	0.96	4.30	0.75	2.42	0.06	-
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการสังคมใหม่โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นสื่อ	3.97	0.83	3.86	0.89	3.82	0.87	4.47	0.68	4.92*	0.00	4>1,2,3
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการให้คนในกลุ่มยอมรับ	3.70	1.03	3.75	1.02	3.64	1.10	4.13	0.93	1.78	0.15	-
4	นักศึกษามีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจเอื้ออำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.64	0.83	3.61	0.90	3.79	1.07	4.23	0.77	3.57*	0.01	4>1

ตาราง 16 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีอาชีพและการทำงานที่เอื้อต่อการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.73	0.82	3.86	0.76	3.96	0.85	4.30	0.83	4.39*	0.00	4>1
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะมีเวลาว่างในการออกกำลังกาย	3.95	0.82	3.94	0.67	4.12	0.79	4.40	0.77	3.10*	0.02	-
7	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจากคนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง	3.75	0.91	3.58	0.96	3.93	0.95	4.30	0.75	4.15*	0.00	4>1,2
8	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะอยู่ในสังคมที่รักการออกกำลังกาย	3.91	0.92	4.00	0.71	4.00	0.79	4.33	0.80	2.04	0.10	-
9	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะสังคมและหน่วยงานสนับสนุนให้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.94	0.89	3.86	0.83	3.94	0.78	4.47	0.68	3.87*	0.01	4>1,2,3

ตาราง 16 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
10	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการใช้เวลาอยู่ร่วมกับเพื่อนและคนใกล้ชิด	3.70	0.97	3.64	0.83	3.81	0.88	4.30	0.75	3.94*	0.00	4>1,2
11	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะต้องการยกระดับฐานะทางสังคม	3.53	0.97	3.56	1.05	3.60	1.01	4.13	0.86	3.08*	0.02	4>1
12	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆจากที่เคยจำเจ	3.94	0.85	3.89	0.82	3.89	0.86	4.50	0.73	4.44*	0.00	4>1,2,3
	รวมเฉลี่ย	3.79	0.64	3.78	0.46	3.86	0.62	4.32	0.51	6.30*	0.00	4>1,2,3

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 แสดงการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ของนักศึกษาศาสนาการพลศึกษา วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต พบว่า โดยภาพรวมแล้ว นักศึกษาศาสนาการพลศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่า นักศึกษาศาสนาการพลศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้าน สิ่งแวดล้อมและสังคมแตกต่างกัน ในข้อต่อไปนี้เป็นข้อต้องการสังคมใหม่โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นสื่อ ข้อครอบครัวมีสถานะทางสังคม และเศรษฐกิจเอื้ออำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ข้อมีอาชีพและการทำงานที่เอื้อต่อการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ข้อได้รับการ สนับสนุนส่งเสริมจากคนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง สังคมและหน่วยงานสนับสนุนให้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ข้อต้องการใช้เวลาอยู่ร่วมกับเพื่อน และคนใกล้ชิด ข้อต้องการยกระดับฐานะทางสังคม และข้อเรียนรู้สิ่งใหม่ๆจากที่เคยจำเจ โดยนักศึกษาศาสนาการพลศึกษาวิทยาเขตเพชรบูรณ์จะมีแรงจูงใจ ที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสูงกว่านักศึกษาศาสนาการพลศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่ ลำปาง และสุโขทัย

ตาราง 17 แสดงผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา  
วิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต

ข้อ	ด้านการแพทย์	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะสามารถป้องกันโรคความดันโลหิตสูง	4.07	0.81	4.11	0.82	4.18	0.80	4.53	0.57	2.79*	0.04	4>1
2	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเป็นการลดปริมาณคอเลสเตอรอลในเส้นเลือด	4.14	0.82	4.08	0.77	4.13	0.82	4.40	0.67	1.07	0.36	-
3	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะช่วยลดการบาดเจ็บเรื้อรัง เช่น ปวดหลัง ปวดไหล่	4.03	0.82	4.22	0.68	4.06	0.71	4.17	0.95	0.69	0.55	-
4	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเป็นการผ่อนคลายความเครียด	4.17	0.78	4.44	0.65	4.22	0.71	4.53	0.57	2.96*	0.03	-
5	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพราะเป็นการลดความวิตกกังวลในการทำงาน	3.95	0.90	4.28	0.61	4.08	0.78	4.23	0.62	2.09	0.10	-

ตาราง 17 (ต่อ)

ข้อ	ด้านการแพทย์	สังกัดวิทยาเขต								F	p	การเปรียบเทียบรายคู่
		เชียงใหม่(1)		ลำปาง(2)		สุโขทัย(3)		เพชรบูรณ์(4)				
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
6	นักศึกษาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย หรือหลังจากอวัยวะหยุดเคลื่อนไหวนานๆ	4.09	0.84	4.39	0.80	4.09	0.84	4.50	0.63	3.26*	0.02	-
	รวมเฉลี่ย	4.07	0.67	4.25	0.52	4.12	0.56	4.39	0.45	2.71*	0.04	-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17 แสดงการเปรียบเทียบแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการแพทย์ ของนักศึกษาศาสนาการพลศึกษาวิทยาเขตภาคเหนือ จำแนกตามวิทยาเขต พบว่า โดยภาพรวมแล้ว นักศึกษาศาสนาการพลศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์ แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่า นักศึกษาศาสนาการพลศึกษาสังกัดวิทยาเขตต่างก็มีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านการแพทย์แตกต่างกัน ในข้อสามารถป้องกันโรคความดันโลหิตสูงเพียงข้อเดียว โดยนักศึกษาศาสนาการพลศึกษาวิทยาเขตเพชรบูรณ์จะมีแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสูงกว่านักศึกษาศาสนาการพลศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่